

# Beziehungsmedizin verstehen – Balintgruppenarbeit

## Kammersymposium der AEKNO

Ausgesprochen gut: wie psychosomatische Kompetenz  
Patientinnen/Patienten und Ärztinnen/ Ärzten hilft

Düsseldorf 8.6.2022

-----  
Guido Flatten/ Aachen

# AOK Studie 2017

- Die Fehlzeiten durch psychische Erkrankungen sind in zehn Jahren um 79 Prozent gestiegen.
- Als Auslöser gelten kritische Lebensereignisse.
- Psychische Erkrankungen führten außerdem zu langen Ausfallzeiten: Mit 25,7 Tagen je Fall dauerten sie mehr als doppelt so lange wie der Durchschnitt mit 11,7 Tagen je Fall.

# Psychosomatik: Wenn der Arzt sich drückt

Spiegel Februar 2013

Bei einem Drittel aller Patienten finden Ärzte keine körperliche Ursache für deren Beschwerden.

Oft stecken psychische Störungen dahinter. Doch ein Gespräch darüber bietet kaum ein Mediziner an - weil seelische Probleme mit einem Stigma belegt sind.



Stummer Arzt: Mediziner betrachten das Gespräch nicht als ihre Aufgabe



---

Unzufriedenheit **Hilfe** Schlaflosigkeit  
**Erschöpfung** Beruf **Stress**  
Apathie Therapie Gleichgültigkeit  
Angst **Burn Out** **Überlastung**  
Ruhe **Ärztegesundheit**  
Hektik **Panik** Entspannung **Depression**  
**Verantwortung** Sorgen **Arzt**

---





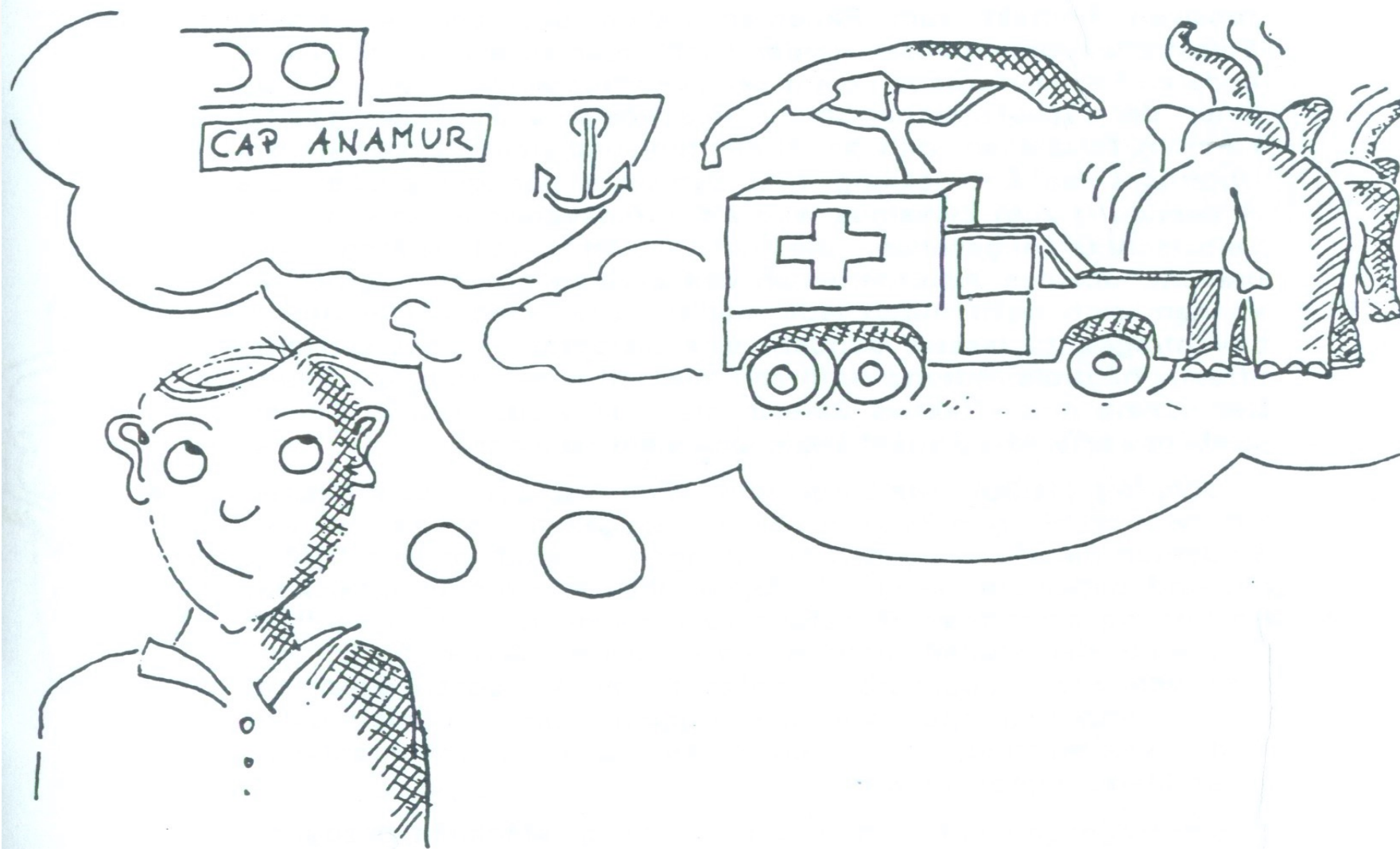
**Mindestens 20 Prozent der Ärzte leiden am Burn-out-Syndrom.** (Bergener 2016)

Die öffentliche Meinung und die immer höheren Qualitätskriterien verlangen den fachlich unangreifbaren Mediziner mit möglichst **hoher emotionaler Kompetenz.**

**Kann die Entwicklung emotionaler Kompetenz vor Burn-out schützen?**



**Anfangs ist der Medizinstudent in  
idealistischer Weise motiviert.**





**Doch die Patienten werden ihm als  
„Fälle“ vorgestellt...**





**Die Hinwendung zum Zynismus..., die  
der Student und spätere Arzt braucht,  
um... sich nicht durch jede medizinische  
Handlung emotional davontragen zu  
lassen...**

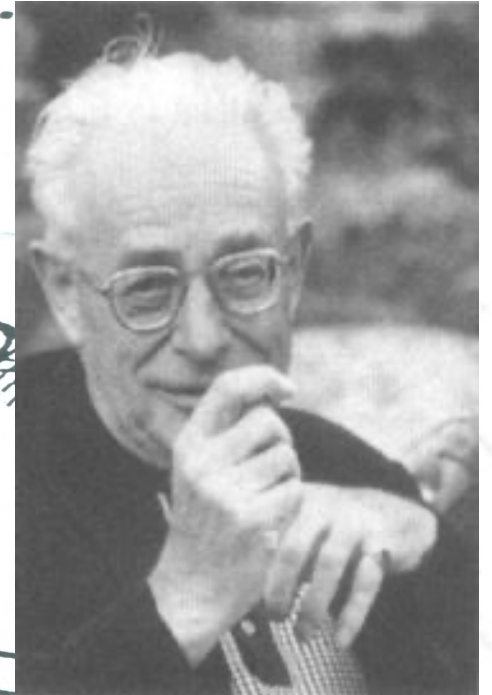


## Michael Balint 1896 - 1970





**Michael Balint... Selbst Sohn eines praktischen Arztes aus Budapest, begleitete er schon als Kind seinen Vater in die Praxis und bei Hausbesuchen...**



- Medizinstudium in Budapest und Berlin
- Promotion in Berlin bei Otto Warburg
- Facharztausbildung zum Psychiater
- Psychoanalytische Ausbildung bei Sandor Ferencsi
- 1939 Migration nach England



# Entwicklung der Balint-Gruppenarbeit

**Balint wollte die Erkenntnisse der Psychoanalyse für die praktische Medizin anwendbar machen und war damit einer der Begründer der Psychosomatischen Medizin in Ungarn.**

Balints Gedanke war, dass **„das am allerhäufigsten verwendete Heilmittel der Arzt selber sei“**



„In keinem Lehrbuch steht etwas über die Dosierung, in welcher der Arzt sich selbst verschreiben soll ... oder über etwaige unerwünschte Nebenwirkungen.“

Bei unserer letzten Sitzung sagten Sie, Sie würden nicht wiederkommen. Warum nicht?





„Unser Hauptziel war die möglichst gründliche Untersuchung der ständig wechselnden Arzt-Patienten-Beziehung, d.h. das Studium der Pharmakologie der Droge Arzt“.



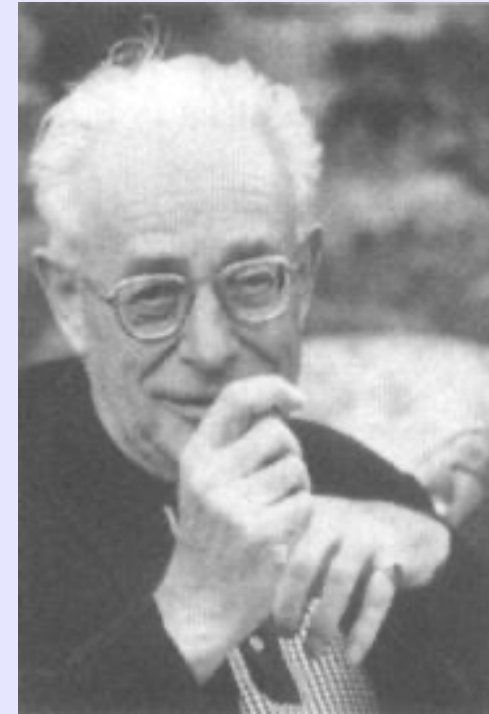


Balint wollte in seinen Gruppen mit Ärzten zum einen die Entwicklung von der Organmedizin zur ganzheitlichen Medizin vermitteln

**(Professionsentwicklung)**

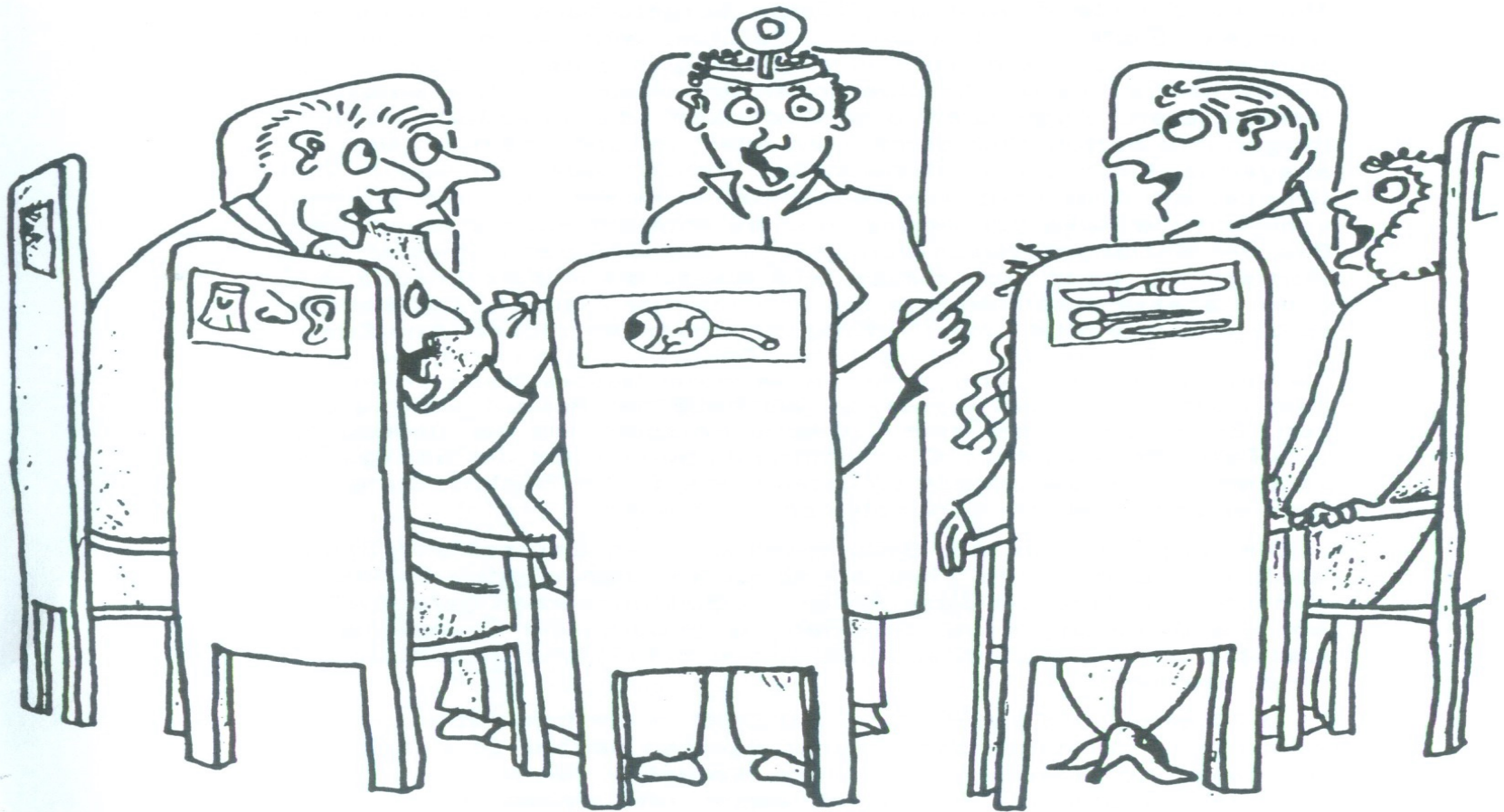
und zum anderen Ärzte trainieren, ihre Person und ihr Gefühl in der Behandlung von Patienten als Instrument einzusetzen  
**(Methodenentwicklung).**

Matzke und Strauss 2011

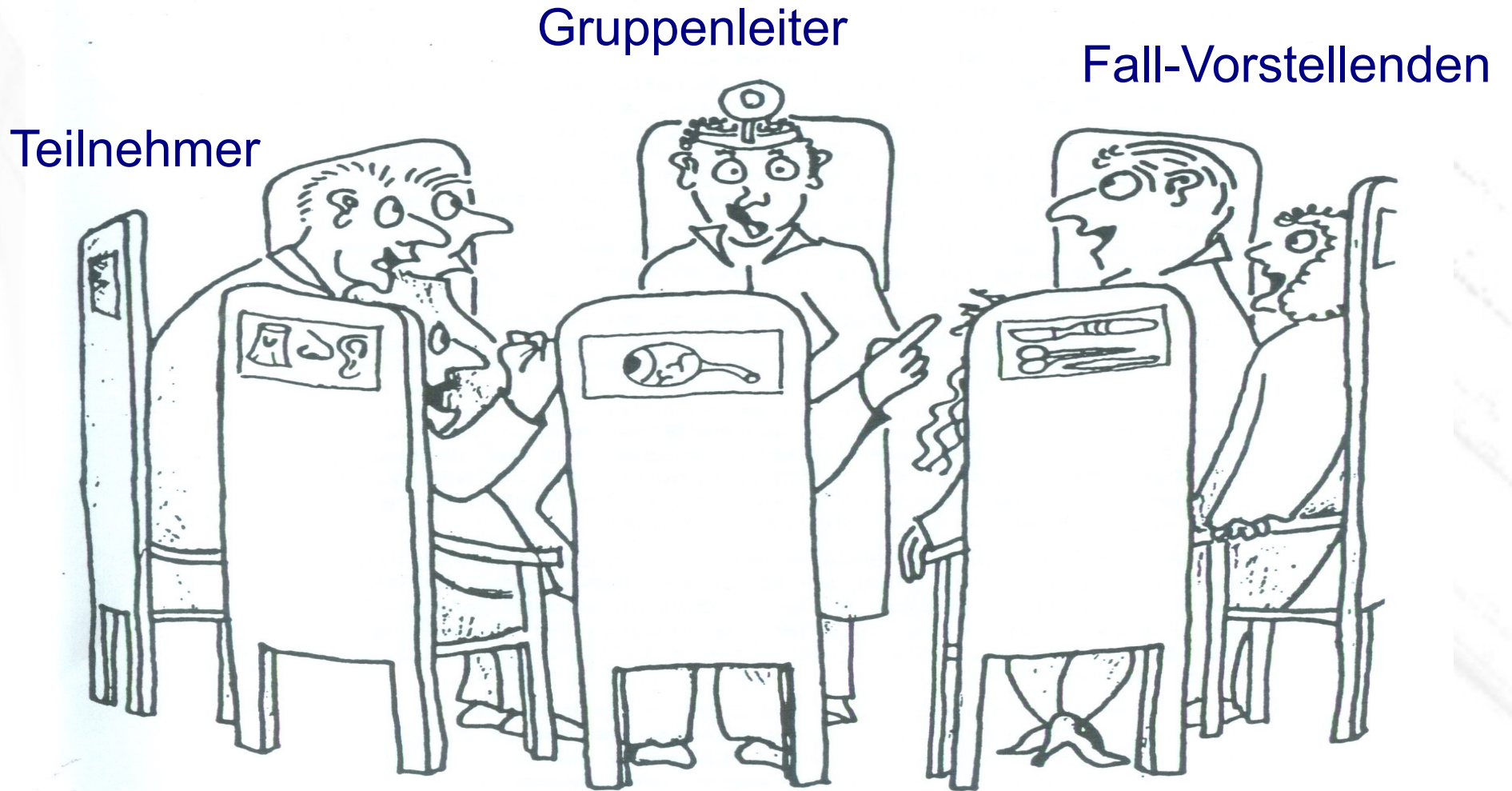


- Die Balintgruppe wurde zu einer der wichtigsten Wurzeln in der Entwicklung von Gruppen- und Ausbildungssupervision
- Ab 1962 zunehmende Verbreitung im deutschsprachigen Raum
- Seit 1987 Bestandteil der MW-Curriculums der BÄK zur Psychosomatischen Grundversorgung und aller Psych-Fachärzte

**Eine Balintgruppe besteht  
aus ca. 8 – 12 Teilnehmern  
und dauert in der Regel 60 - 90 Minuten**



# Was passiert in einer Balintgruppe?





Ich fühle mich  
als ob.....

Der Bericht erinnert  
mich.....

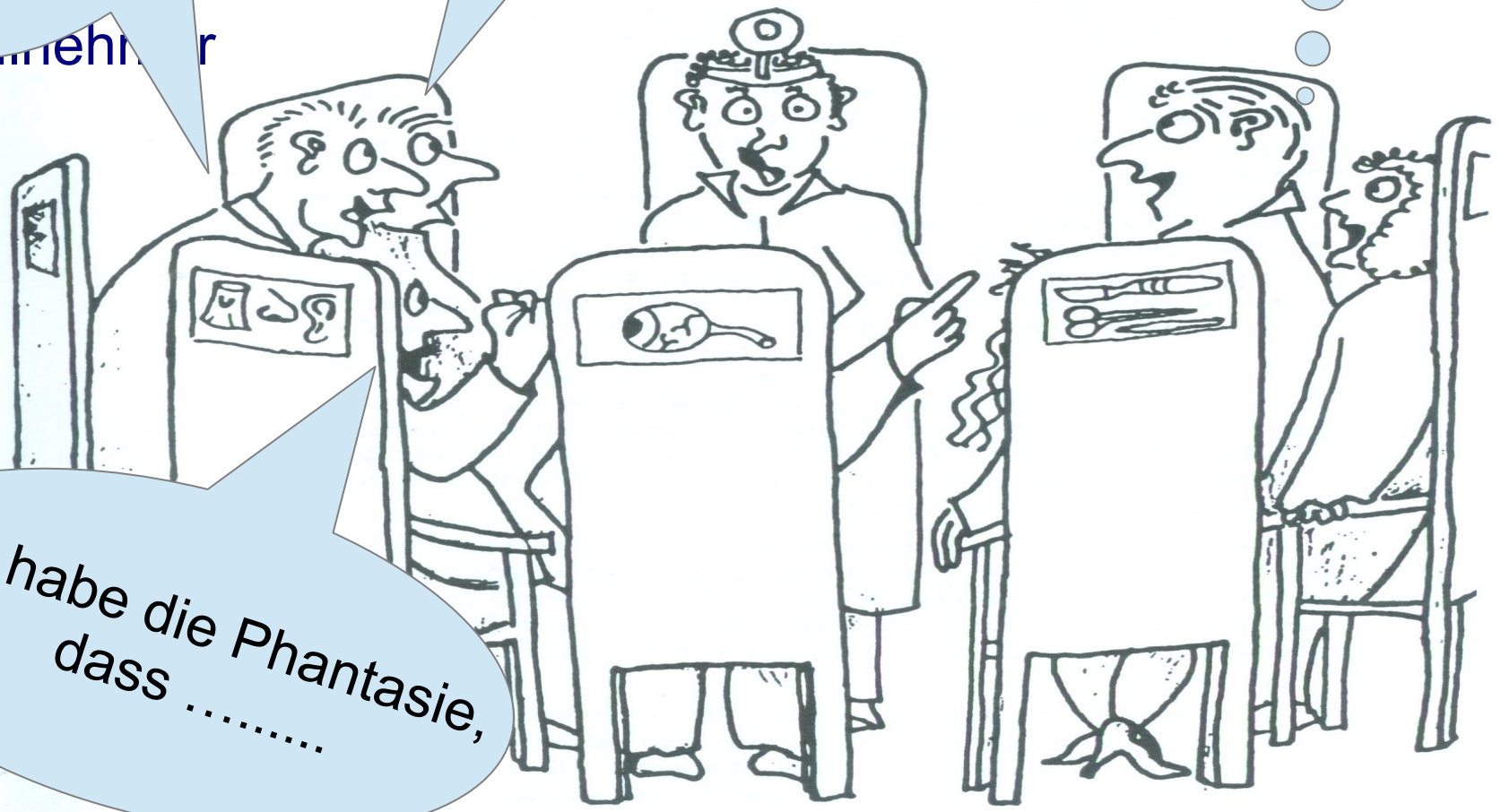
????!!!???

Fall-Vorstellenden

Leitender

Leitender

Ich habe die Phantasie,  
dass .....

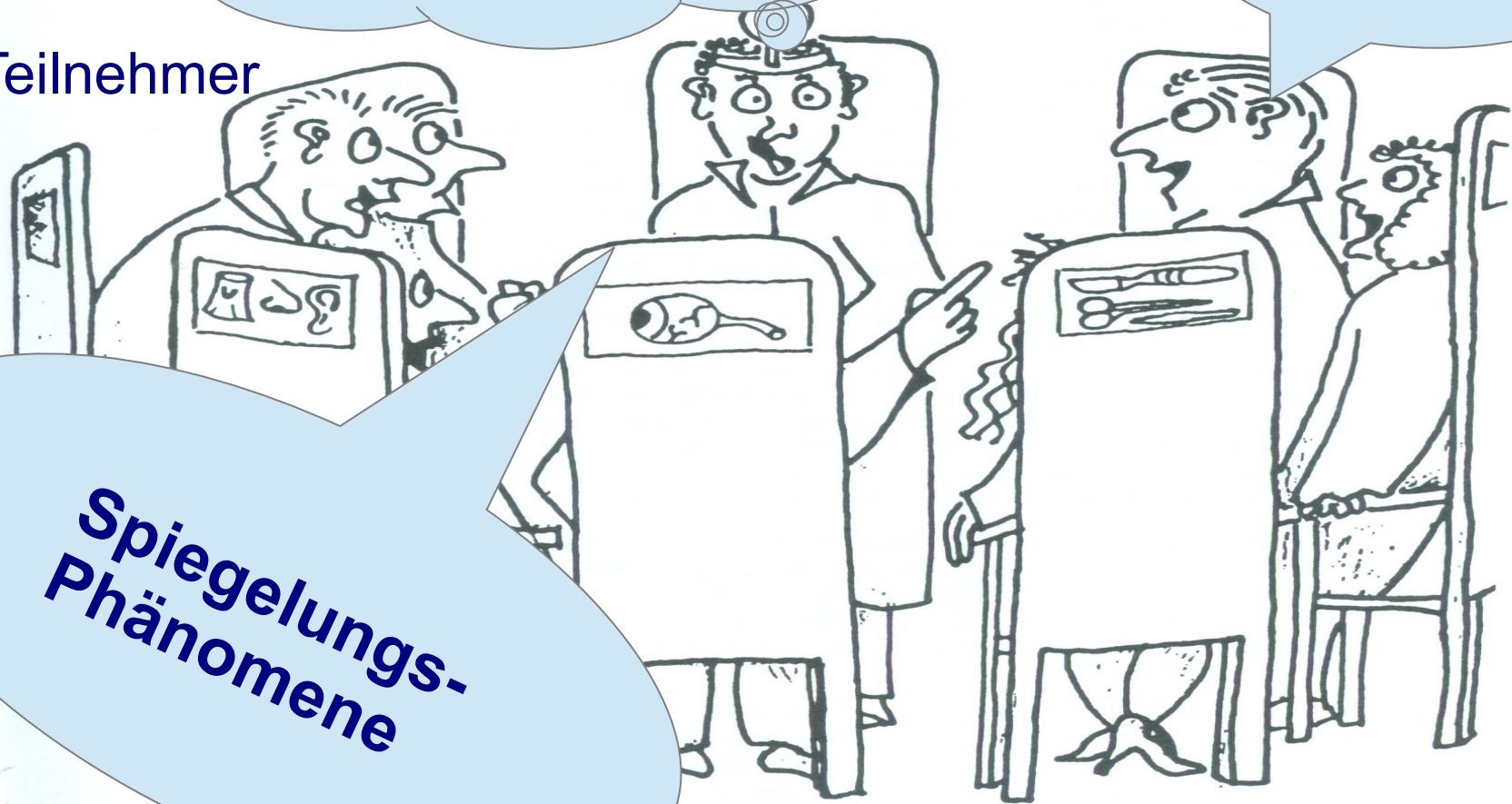


# Was passiert in einer Balintgruppe?

Gruppenleiter  
moderiert den Gruppenprozess  
gewährend bis strukturierend

Fall-Dynamik

Teilnehmer



Spiegelungs-  
Phänomene

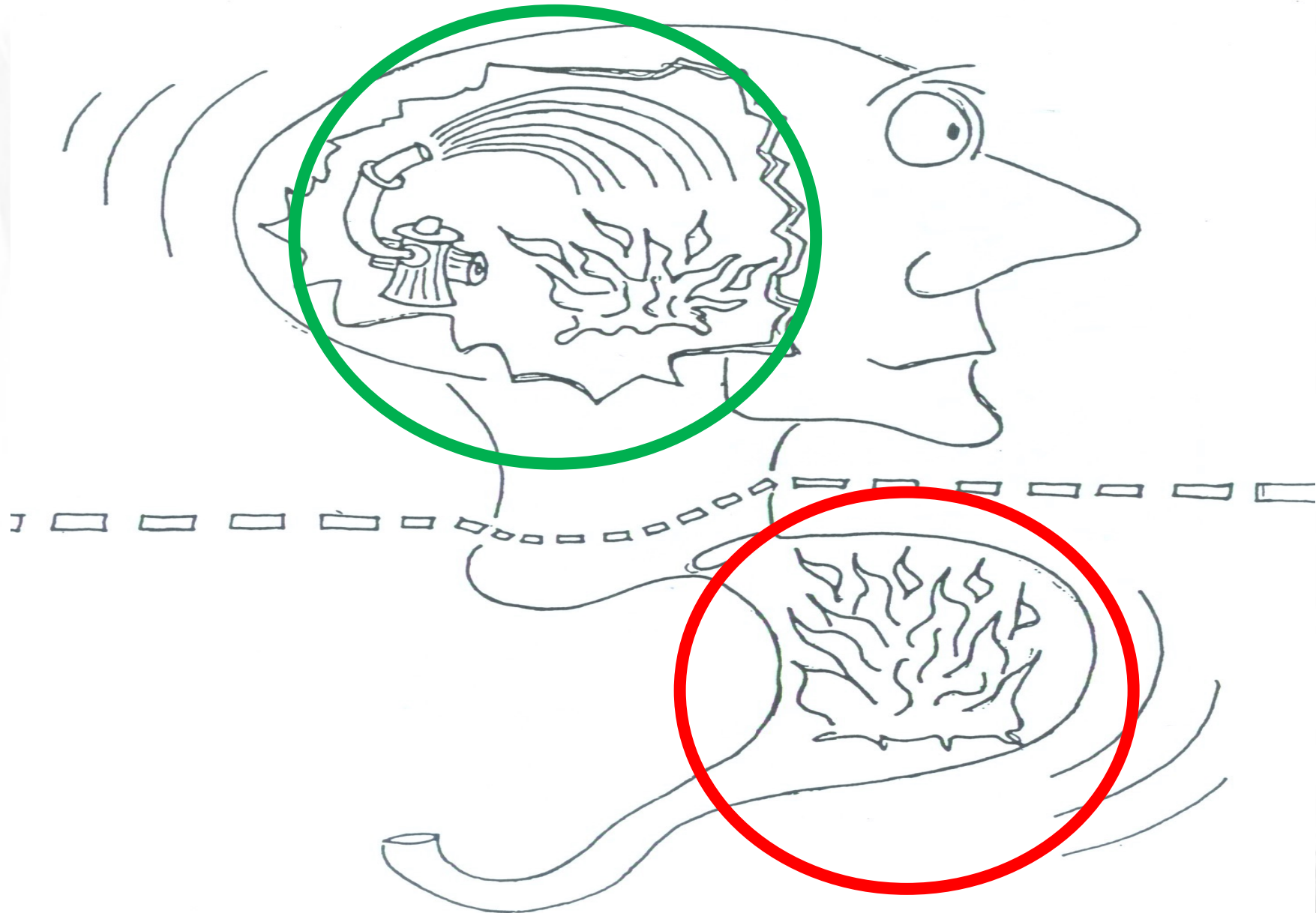


**Mit der subjekthaften Einsicht sieht der Balintgruppenteilnehmer in sich hinein und erkennt eigene, bisher teilweise unbewußte Anteile seiner Persönlichkeit, mit denen er die gemeinsame Szene mit einem Patienten gestaltet.**

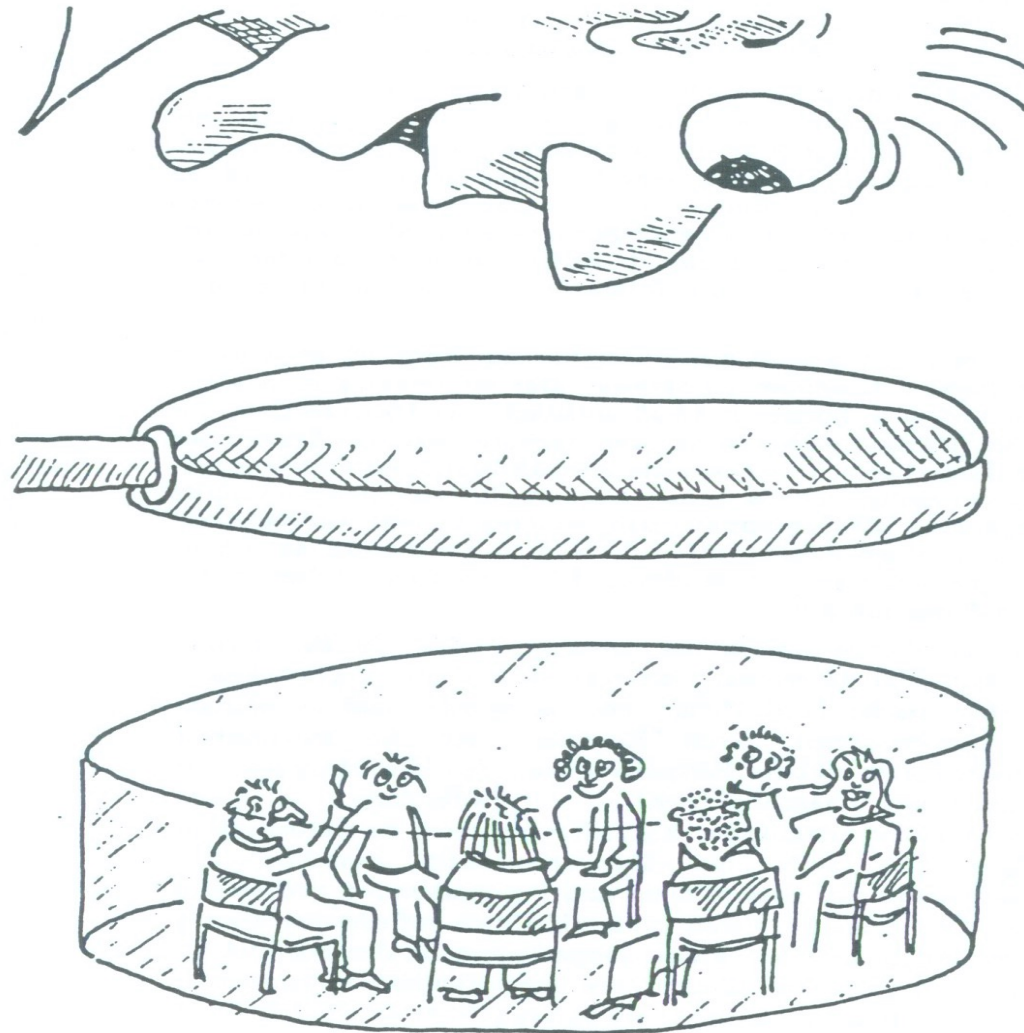




**Im Laufe der Zeit zeigt sich, daß die  
Gruppenteilnehmer mit zunehmender  
analytischer Wahrnehmungseinstellung  
lernen, zwischen Erleben und  
Reflektieren zu oszillieren.**



**Der Vortragende kann sich dieses  
Bild etwas distanzierter anschauen**



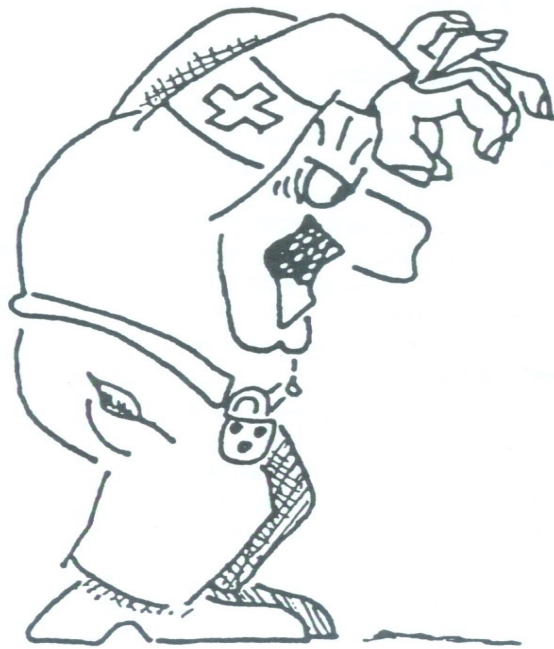
# Er lernt seine Wirkung als „Droge Arzt“ zu erkennen





..... das von Balint formulierte Ziel einer  
„begrenzten aber doch wesentlichen  
Wandlung in seiner Persönlichkeit“

YORHER



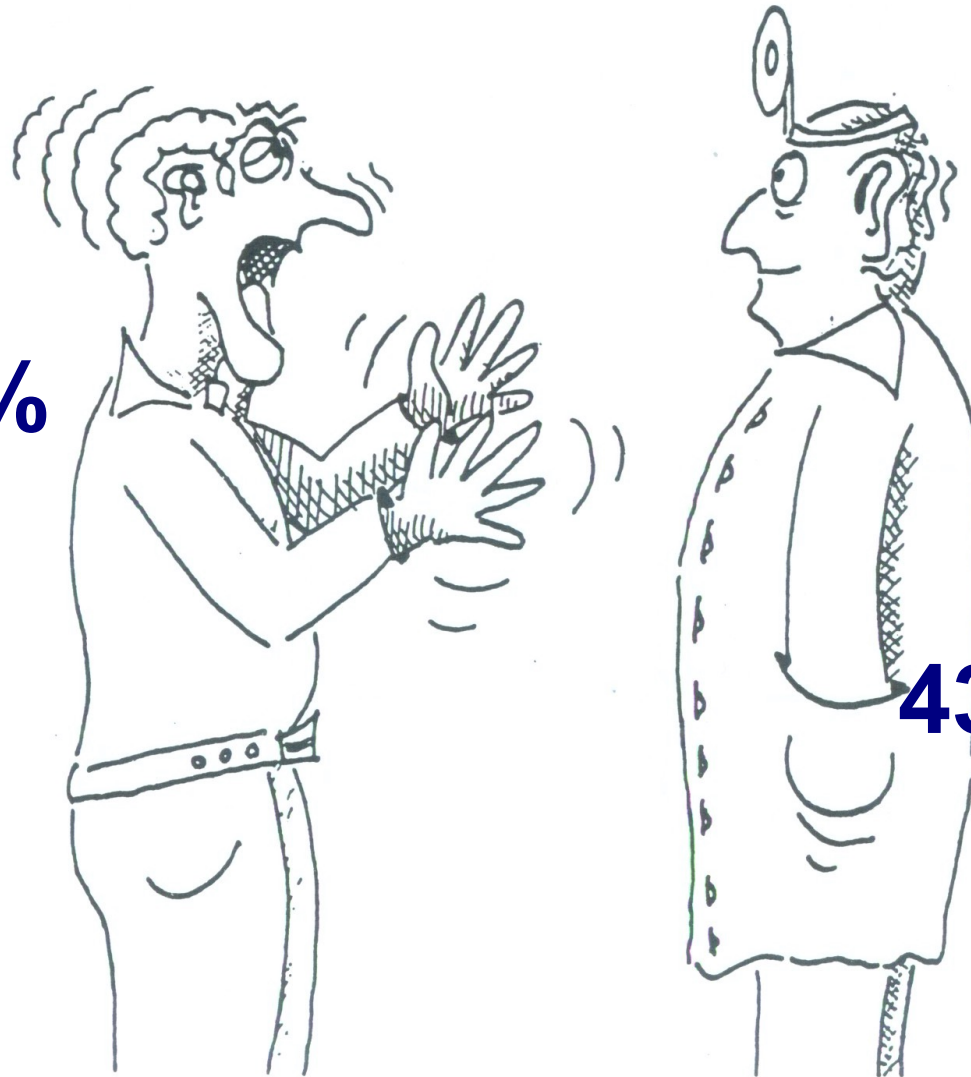
HINTERHER




# Der Patient kommt mehr zu Wort.

Köhle und Obliers 1993

**57% zu 73%**



**43% zu 27%**



**..... die Teilnehmer  
von Balintgruppen  
befassen sich durch  
die Beschäftigung mit  
ihren Patienten immer  
mehr oder weniger  
auch mit eigenen  
Fragestellungen.**

Kutter 1990

**Patientenbezogene Selbsterfahrung**



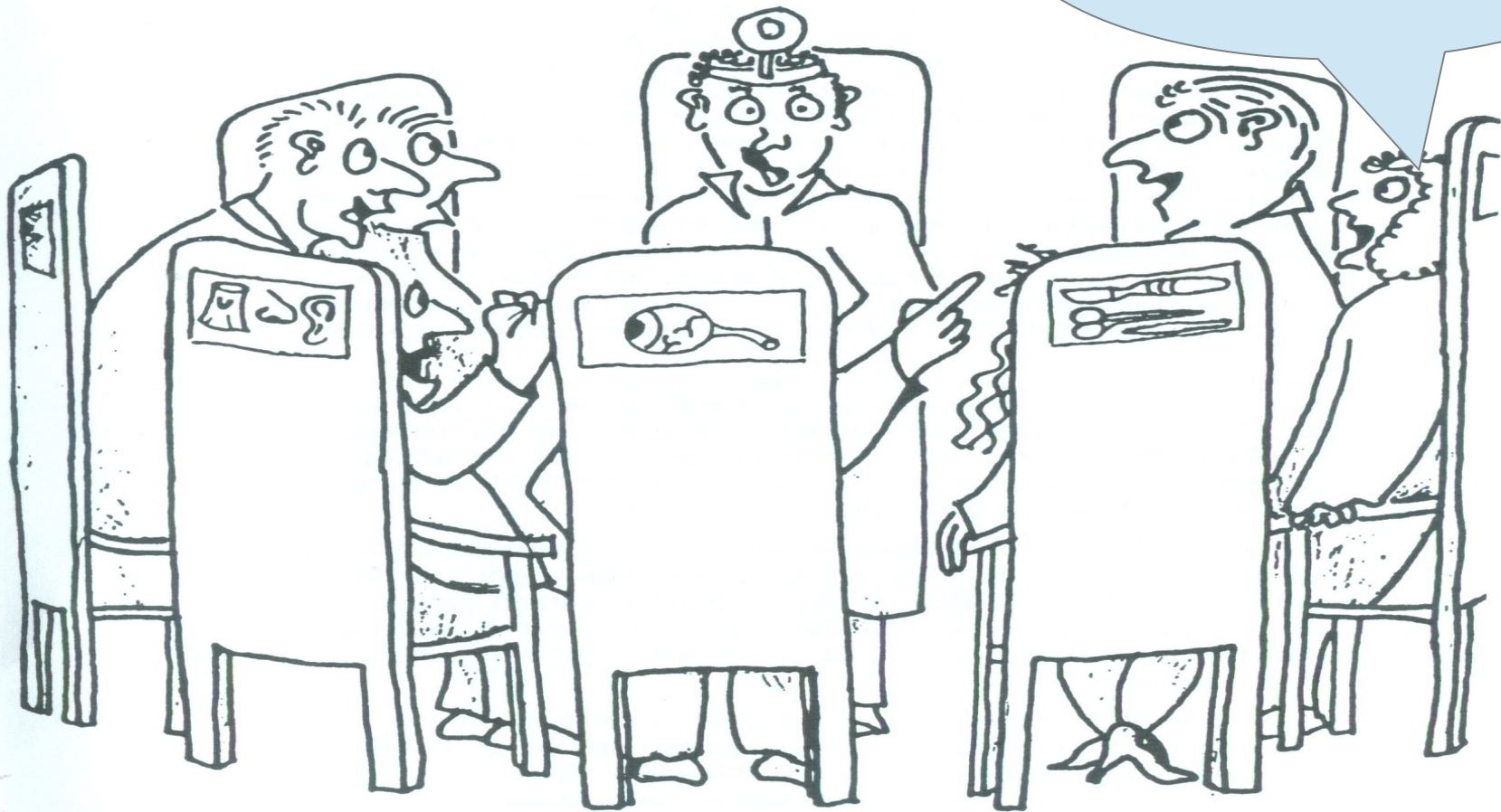
**„....die Gruppenteilnehmer zeigten eine Verbesserung der Kommunikationsfähigkeit, des Selbstvertrauens, des Selbstbewusstseins, der Zufriedenheit und der Effektivität im Beruf“**

Vinokur 2003



**..... Die Balintgruppe ist  
eine hoch effektive Burn-out  
Prophylaxe**

„...ist mein Waschlappen  
für die Seele“



# Wirkfaktoren der Balint-Gruppenarbeit

**„Was ist wirksam in der Durchführung von Balintgruppen?“**



**....und welche Herausforderungen ergeben sich für die Leitung von Balintgruppen!**



# Die Arzt-Patient-Beziehung gestalten - Wie nützlich sind Balintgruppen und für wen?

Flatten et al. 2017

Studie mit 1635 ärztl. Teilnehmern aus 330 unterschiedlichen  
Balintgruppen

## 3 Wirkdimensionen

- **Dimension 1** - Reflexion der Übertragungsdynamiken der Arzt-Patient-Beziehung
- **Dimension 2** - Emotionales und kognitives Lernen
- **Dimension 3** - Fallspiegelung in der Gruppendynamik



## Die Deutsche Balint-Gesellschaft e.V. (DBG)

Deutsche Sektion der  
International Balint Federation



... hat ca. 700 ärztliche Mitglieder

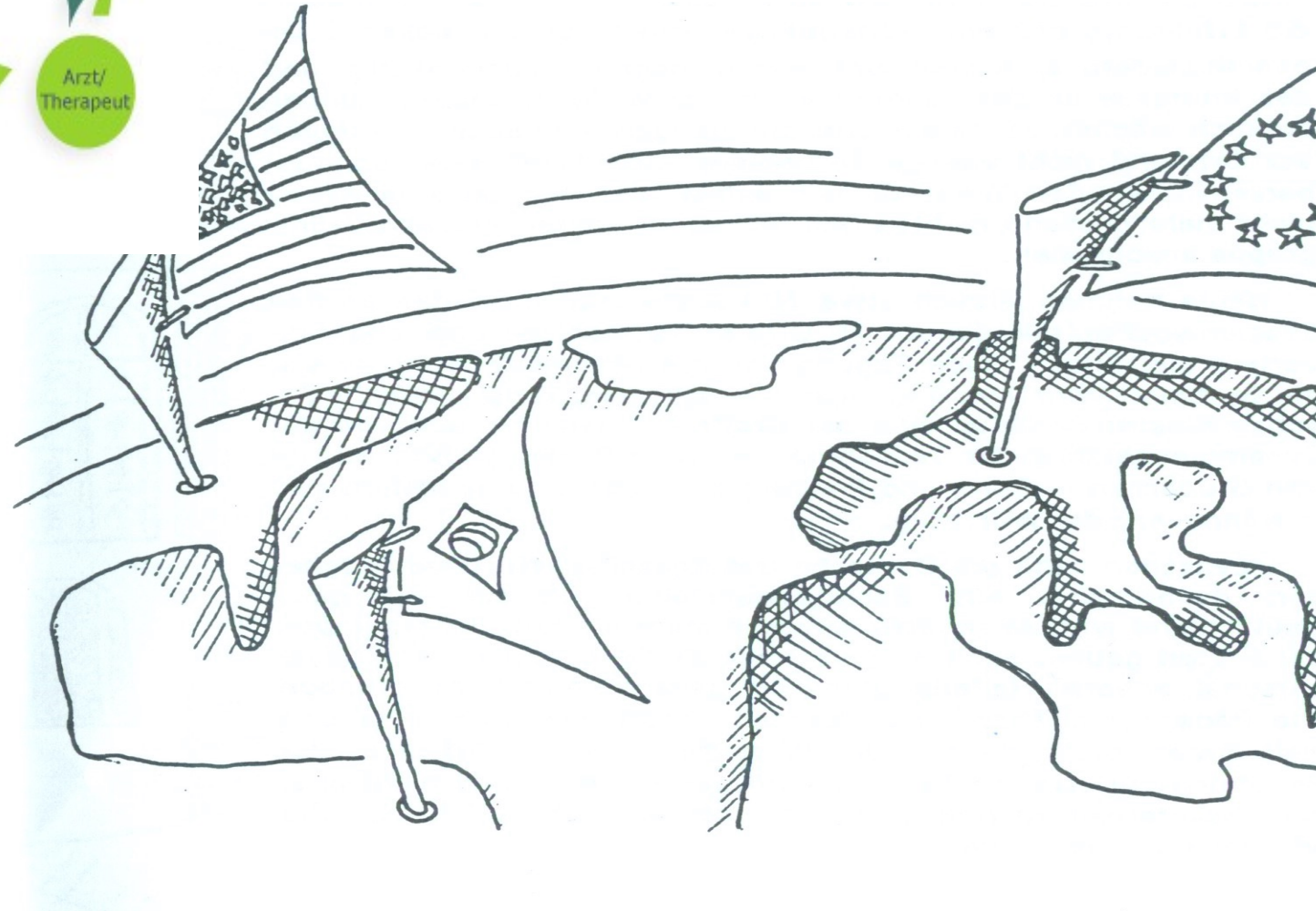
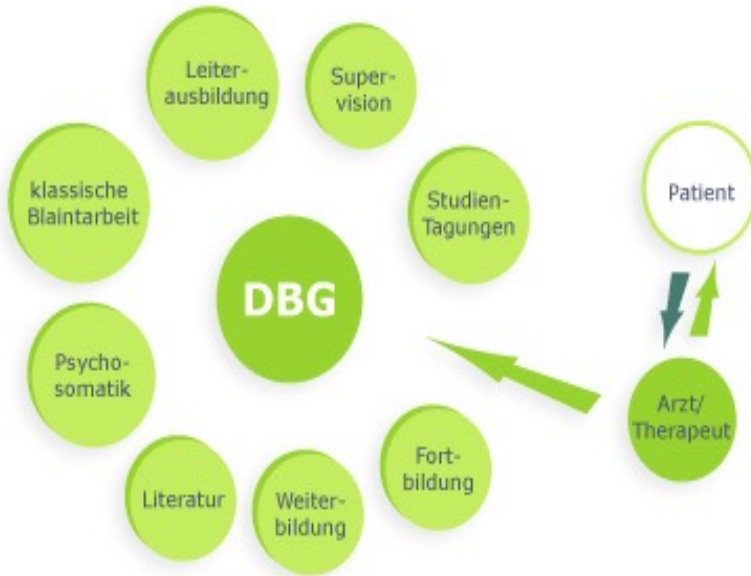


**Heute nehmen jährlich etwa 700 Ärzte  
und Studenten an den Studientagungen  
der DBG teil, die auf 15 Orte in  
Deutschland über das Jahr verteilt  
stattfinden.**





# In der IBF – International Balint Federation sind heute 24 Länder vertreten ...





**Beziehungsmedizin verstehen –  
Balintgruppenarbeit**

**Vielen Dank  
Für Ihre Aufmerksamkeit**