



Balint- Studienwoche in Sils im Engadin

Wissenschaftliche Auskunft: Dr. med. Heinrich Egli
Administration: Ruth Egli-Dobler
Etzelbüntstrasse 28, 9011 St. Gallen, Schweiz
Telephon: 0041 (0)71 223 40 55
Fax: 0041 (0)71 223 44 01
e-Mail: hch.egli@balint.ch, ruth.egli@balint.ch

www.balint.ch

St. Gallen, 26. September 2004

On Becoming Aware

Erweiterter Einführungsvortrag von Heinrich Egli Silsener Balint-Studienwoche 14. September 2003

Einleitung

Liebe Kolleginnen und Kollegen

Es ist Tradition, dass ein Mitglied des Leiterteams zur Einführung in die Silser Balint-Studienwoche einen Vortrag hält. Ich habe das letztmals 1994 gemacht. Als wir jetzt im Leiterteam die Aufgaben verteilt haben, war ich erfreut, mehr oder weniger wieder an der Reihe zu sein für den Vortrag gerade in dem Moment, wo ich auch erstmals die Geschäftsleitung einer Silser Woche habe. Ich hatte die Hoffnung, auch mit dem Vortrag einen Beitrag leisten zu können zu einer möglichst fruchtbaren Arbeit in dieser Woche. Als ich dann ans Schreiben des Vortrags gehen wollte, hätte ich lieber selbst eine Balintgruppe in Anspruch genommen, als über Balintgruppen zu schreiben. Eine der ersten Patientinnen in meiner neueröffneten Praxis hat mich sehr verunsichert. In der ersten Sitzung schien sie eindeutig interessiert zu sein, mit mir zu arbeiten. Sie hätte zwar lieber gehabt, wenn ich mehr Fragen gestellt hätte, klare Vorgaben gegeben hätte. Sie brachte das aber selbst in Zusammenhang damit, dass sie bisher im Leben immer eher reagiert als agiert habe und brachte zum Ausdruck, dass sie ja gerade das ändern möchte. Am folgenden Tag sandte sie mir ein Mail, dass sie sich den Entschluss zur Therapie nochmals überlegt habe, dass sie darauf verzichte, und zwar mit der Begründung, sie habe ein „interaktives Gespräch“ vermisst. Ich war sehr gekränkt, vor allem, weil die Patientin insofern recht hatte, dass etwas gefehlt hatte, dass ich für etwas blind gewesen bin, sonst wäre ich ja von dieser Sinnesänderung nicht so überrascht gewesen. Ich habe lange herumstudiert an dieser Situation, es kamen mir schon Ideen dazu in den Sinn, aber nichts, das ein Aha-Erlebnis gewesen wäre, nichts, das mir die Hoffnung gäbe, in einer nächsten ähnlichen Situation weniger blind zu sein.

Ich möchte jetzt von der Geschichte mit dieser bösen Patientin ausgehen, um darzustellen, was für eine Art Arbeit ich mir von der Silser Studienwoche erhoffe. Ich möchte nur kurz darauf eingehen, was die Arbeitsweise einer Balintgruppe ist, und vor allem schildern, was meiner Meinung nach die besonderen Möglichkeiten in einer Studienwoche sind.

On becoming aware

Wie ich erzählt habe, habe ich trotz intensivem Bemühen nicht wirklich verstanden, was zwischen dieser Patientin und mir vorgefallen ist. Balintarbeit ist nun ein Werkzeug, sich etwas bewusst zu machen, das uns bis jetzt verborgen ist. Ich halte mich bei dieser Darstellung an ein Buch von Natalie Depraz, Francisco Varela und Pierre Vermersch mit dem Titel: „On becoming

aware“. (Depraz N, 2002). Francisco Varela, der 2001 gestorben ist, war ein Neurobiologe und Systemtheoretiker, der einen Organismus als selbst-regulierende Einheit im Austausch mit der Umwelt beschrieb. Die andern beiden Autoren sind Philosophen. Das Buch ist eine philosophische Untersuchung im Sinne der Phänomenologie von Husserl. Diese philosophische Richtung bemüht sich, sich von allen Vorurteilen und allem vermeintlichen Vorwissen zu befreien und sich so einem Gegenstand zu nähern, in einem Schlagwort gesagt: „Zu den Sachen“. Die Autoren versuchten nun zu klären, wie es gelingt, sich über etwas bewusst zu werden. Sie untersuchten dazu die Gemeinsamkeiten von Methoden, sich bewusst zu werden. Die untersuchten Methoden waren unter anderem das Debriefing-Interview, die Psychoanalyse und eine buddhistische Meditationspraxis. Dabei stellten sich Gemeinsamkeiten heraus: Eine Voraussetzung zu einem Sich-bewusst-Werden ist, dass wir unsere Grundhaltung wechseln. Normalerweise bemühen wir uns um etwas, gehen gezielt auf etwas zu, wollen zupacken. Wenn wir uns aber über etwas Neues bewusst werden wollen, müssen wir zuerst loslassen, unsere bisherigen Urteile zum Beispiel über hysterische Frauen in der Schwebelage halten, unser Denken nicht mehr nach Aussen, zum Beispiel auf diese Patientin, sondern nach Innen, auf unser Erleben, richten. Wir müssen fließen lassen was kommt und uns überraschen lassen. In der Balintgruppe wird eine Geschichte, die ein Arzt mit einem Patienten erlebt hat, frei erzählt. Die anschließende Diskussion in der Gruppe ist frei. Wir lassen also das Erzählen und das Denken darüber fließen, lassen uns also überraschen von der Geschichte und von den Reaktionen, die diese Geschichte bei den Teilnehmern auslöst. Ein weiteres Merkmal, das sich herausgestellt hat: Um uns über etwas Neues bewusst zu werden, ist es auch notwendig, das Neue in Worte zu fassen, am besten in einem Austausch mit andern.

Unterschiedliches Gelingen

Es gelingt in einer Balintgruppe meistens, dass dieses Erzählen und die anschließende freie Diskussion hilfreich ist, sodass der Vorstellende ein dichteres Bild eines Patienten und seiner Beziehung zu ihm erhält und sich wieder neu für den Patienten interessieren kann. Es gibt aber doch Unterschiede, wie stimmig, wie plastisch, wie intensiv mit wiedererlebten Gefühlen verbunden so ein Bild wird und wie sehr diese neue Bild mit einer Überraschung, einem Aha-Erlebnis verbunden ist. Um sich über dieses unterschiedliche Gelingen klar zu werden, ist es hilfreich, nochmals zurückzugehen zu den andern Methoden, sich über etwas bewusst zu werden. *Ein* Beispiel, das so deutlich mit einem Aha-Erlebnis verbunden ist, ist das dreidimensionale Sehen eines zweidimensionalen Bildes. Vielleicht haben Sie diese Erfahrung auch gemacht. Es gibt Vorlagen, die man zuerst nur als zweidimensionale farbige Bilder sehen kann. Wenn man dann vertraut auf die Mitteilung, dieses Bild könne man dreidimensional sehen und der Anleitung folgt, das Bild anders anzuschauen als gewohnt, entspannt, nicht fixierend, kann man nach einigem Probieren plötzlich ein dreidimensionales Bild sehen. Es ist aber die Ausnahme, dass man ein solches Sehen von etwas Neuem so rasch erlernen kann. Das Sich-bewusst-Werden ist meistens eine Arbeit, die wie in einer Berufslehre beim Ausüben gelernt und trainiert werden kann. Die Balintarbeit, eine Psychoanalyse oder eine buddhistische Meditationspraxis sind solche Lehren, solche Praxen. Das Beispiel der buddhistischen Meditationspraxis kann zeigen, dass das ein Lebensprogramm sein kann mit einem jahrelangen Rückzug von der Welt, einem Mönchtum, in dem vor allem eine Meditation, die sich auf den Atem konzentriert, ausgeübt wird. Die Atmung dient als Hilfsmittel zu lernen, ganz aufmerksam zu sein, nichts anderes zu tun als hier zu sein, und gleichzeitig Distanz zu behalten, sich beim Tun zuzuschauen. Wenn das eingeübt ist, gelingt es dann auch, wieder in der Welt zu sein und diese Haltung, ganz intensiv bei dem zu sein, was ist, und gleichzeitig sich dabei zuzuschauen, immer beizubehalten.

Balintarbeit: Ganz bei der Sache

Mir waren diese Parallelen zwischen der Balintarbeit und so grossen Unternehmen wie einer Psychoanalyse oder einem buddhistischen Ideal einerseits hilfreich zum Verstehen der Praxis der Balintarbeit, und andererseits waren sie entmutigend, so hohe Ziele erreichen zu können. Ich

habe aber doch die Vorstellung, dass es hilfreich ist, sich über diese Chancen klar zu sein. So gesehen gibt es in der Balintarbeit zwei Bewegungen, die wir anstreben. Die eine Bewegung ist, ganz bei dem zu sein, was ist, bei der Geschichte, die präsentiert wird, sich möglichst in sie hinein zu versetzen, mit allen Ideen und Gefühlen, die dabei bei uns aufkommen. Die andere Bewegung ist, Distanz zu wahren, uns bei diesem Geschehen zuzuschauen, sodass es möglich wird, das Geschehen in Worte zu fassen, die Ideen auszutauschen und zu verstehen als Aspekte der Geschichte.

In der Balintgruppe wird dieses intensive Hineinversetzen in eine Geschichte erleichtert, wenn wir in der Gruppe selbst eine Geschichte erleben. Die Teilnehmer der letzten Silser-Woche können sich vielleicht erinnern an die sehr intensive Grossgruppen-Sitzung, in der ein Psychiater von einer 40-jährigen Patientin erzählt hat. Sie hatte einen Suicidversuch gemacht, weil sie in einer Rückführungstherapie erkannt habe, dass sie in ihrer Kindheit vom Vater sexuell missbraucht worden sei. Der Psychiater hat ihre Missbrauchsgeschichte wörtlich genommen und hat ein Familiengespräch vorgeschlagen. Dieses ist für die Patientin sehr negativ ausgegangen. Der Vater war entsetzt über ihre Vorwürfe und auch die zwei Jahre ältere Schwester, die mit der Patientin das Zimmer geteilt hatte, bestritt, dass so etwas hätte vorgefallen können. Die Patientin wurde dadurch in der Familie, in der bisher ein enger Zusammenhalt geherrscht hatte, ganz isoliert.

Die Geschichte in der Gruppe, die Inszenierung war, dass der Psychiater diese Geschichte nur tranchenweise präsentierte und dadurch intensiven Ärger auslöste. Die Gruppenteilnehmer fühlten sich von ihm an der Nase herumgeführt und missbraucht. Eine Teilnehmerin identifizierte sich einerseits ganz mit einer missbrauchten Frau: Sie klagte vehement, dass der Erzähler ihr Gefühle überstülpe. Andererseits klagte sie, dass sie ihn wegen seines Musizierens bisher sehr bewundert habe, dass er aber jetzt ganz vom Sockel stürze.

Ein anderes Beispiel eines intensiven Hineinversetzen in eine Geschichte durch die szenische Darstellung einer Geschichte ergab sich in einer Kleingruppensitzung der gleichen Woche. Eine Psychiaterin erzählte von einer schizophrenen Patientin, die nach dem Tod ihres Vaters kataton geworden war. Die Leiterin der Gruppe verbot der Psychiaterin nach der einleitenden Schilderung, sich weiter zu äussern und liess sie erst 10 Minuten vor Schluss der Sitzung wieder an der Diskussion teilnehmen. Dieses Einschränken führte zu einer unerträglichen Spannung in der Gruppe, was auch ausgesprochen wurde. Die Leiterin konnte später schildern, dass sie sich durch das lange Ausschiessen der Psychiaterin habe schützen wollen. Die Psychiaterin konnte schildern, dass sie eindrücklich erlebt habe, wie man sich in so einer Situation, ohne Möglichkeit, sich zu wehren, nur noch helfen könne durch "Abschalten", kataton werden. Durch die gemeinsam erlebte Geschichte der Gruppe gelang es, sich besser einzufühlen in die Situation einer Patientin, die sich nach dem Tod des Vaters einer übermächtigen Mutter ausgeliefert fühlte, und einer Mutter, die aus Angst so bestimmend wurde.

Distanz

Es ist in der Regel nicht das Problem, dass in einer Balintsitzung zuwenig Geschichten und zuwenig Gefühle aufkommen würden, sei es nun Ärger, Angst, Ohnmacht, Langeweile oder auch schöne Gefühle von Freude oder Nähe. Und jede Sitzung hat ja auch immer ihre eigene Geschichte. Sehr viel schwieriger scheint mir die zweite notwendige Bedingung zum Bewusstwerden, das Sich-selbst-Zuschauen beim Erleben.

Hilfsmittel: szenisches Erleben in der einzelnen Sitzung

Es gelingt uns eher, uns beim Erleben selbst zuzuschauen, wenn wir eine Gruppensitzung wie ein Theater auffassen. Es gibt im aufgeführten Theaterstück verschiedene Rollen. Jedermann ist aufgrund seiner Aufgabe in der Gruppe und seiner Vorgeschichte prädestiniert für gewisse Rollen, weil er dadurch besonders feine Antennen zur Aufnahme bestimmter Motive hat. Das

Alter eines Gruppenteilnehmers kann zum Beispiel zu einer solchen besonders feinen Antenne führen. In einer Grossgruppensitzung einer anderen Tagung stellte ein Hausarzt eine Beziehung zu einer über 80-jährigen Frau vor. Er erwähnte schon einleitend, er selbst sei so alt wie der Sohn der Patientin. Er klagte, dass sich trotz einer 20 Jahre dauernden Betreuung kein befriedigender Kontakt mit der Patientin ergeben habe, die einerseits ausserordentlich bescheiden sei, andererseits in belastender Art dauernd über Schwindel klage. Im weiteren Verlauf der Diskussion erfuhren wir, dass eigentlich eine innige Beziehung zu erwarten wäre, da der Hausarzt der Patientin durch die frühe Erkennung eines Analkarzinoms wohl das Leben gerettet hatte. Es stellte sich aber auch in der Sitzung lang nicht eine befriedigende oder innige Beziehung ein, sondern es ergab sich ein dauerndes Kreisen, ganz ähnlich dem dauernden Klagen über Schwindel der Patientin. Ich leitete die Sitzung und bei mir kam der Eindruck auf, es gehe wohl darum, akzeptieren zu müssen, dass Wünsche nicht mehr in Erfüllung gehen, dass es um Abschied und Tod gehe und sagte etwas in diesem Sinne. Etwas später geschah etwas ganz Unerwartetes. Ein Teilnehmer, der seine Äusserung einführte mit der Bemerkung, er sei fast so alt wie die Patientin, sagte ganz deutlich, auch in diesem Alter habe man noch Wünsche ans Leben, und in seiner ganzen Haltung wirkte er sehr lebendig. Die ganze Gruppe wurde dadurch lebendig. Später teilte er mir mit, dass er das Gefühl gehabt habe, er dürfte das eigentlich nicht sagen, eine solche Intervention hätte er nur als Gruppenleiter machen dürfen. Er habe aber nach einem Seitenblick auf mich gesehen, dass mich das nicht von meinem Stuhl werfen werde. Diese Selbsterfahrung des Teilnehmers könnte in Beziehung gesetzt werden zum Fall der überaus bescheidenen Patientin, wobei jetzt aber eine zu grosse Bescheidenheit überwunden werden konnte. Das gleiche Muster wiederholte sich nochmals, nachdem eine jüngere Teilnehmerin in Frage gestellt hatte, dass in diesem hohen Alter noch solche Wünsche bestehen. Ganz spontan, aus dem Aussenkreis, aus dem bei bravem Einhalten aller Regeln keine Intervention kommen sollte, sagte eine Teilnehmerin wieder im Alter der vorgestellten Patientin sehr vernehmlich „denkste!“. Der Einwurf war so überzeugend und befreiend, dass ein herzliches Lachen der ganzen Gruppe folgte, bei mir mit dem Gefühl, jetzt sei der erwünschte Kontakt zustande gekommen. Der Moment war so schön, dass offensichtlich nicht nur bei mir sofort der Wunsch aufkam, jetzt bei diesem Höhepunkt die Sitzung zu beenden. Es war dann wohl für alle eine Selbsterfahrung, noch bis zum Ende, im übertragenen Sinn bis zum Tod, abwarten zu müssen, ob im Leben noch etwas Schönes kommt oder nur weiter der mühsame Schwindel. Ich hatte den Eindruck, die Situation schwanke zwischen dem Erleben, es sei alles wie zu Beginn, es habe sich nichts verändert, und dem Erleben, gemeinsam etwas Wertvolles zu erleben.

Ich selbst war letztes Jahr in der Rolle, vor der Übernahme der Geschäftsleitung zu stehen, und hatte besonders feine Antennen für ähnliche Themen. Zum Beispiel wurde in einer Grossgruppe von einem Patienten erzählt, dessen Mutter Posthalterin gewesen war. Auch der Patient hatte seine ganze Berufslaufbahn bei der Post gemacht, war aber schliesslich arbeitslos geworden. Er wurde einmal als Erbe seiner Mutter bezeichnet, der aber das Erbe nicht halten können. In diesem Moment hat sich der bisherige Geschäftsleiter, der von mir aus gesehen hinter einer Säule sass, nach vorn gebeugt und hat seitlich zu mir geblickt. Das sah für mich aus wie wenn er in der Rolle der Posthalterin den Sohn fragen würde, ob ich das Erbe werde halten können. Im nächsten Fall ging es um einen Koch mit grandiosen Aspekten, Tätigkeit bei einem weltberühmten Koch. Der Patient hat aber ein schlimmes Alkoholproblem und er machte einen gefährlichen Eindruck. Es kam die Erinnerung an einen Süchtigen auf, der einen Handtaschenraub verübt hatte, bei dem die Besitzerin der Handtasche tödlich verletzt worden war. Für mich war deutlich, dass es um grosse, auch grandiose Ansprüche ging und grosse Wut, wenn diese nicht befriedigt werden. In der Gruppe wurde aber plädiert, der Patient sollte etwas Gewöhnliches machen, zum Beispiel als Koch in einem Altersheim arbeiten. Mich bedrückte dabei der Gedanke, meine Ideen für die weitere Entwicklung von Sils könnten auch als grandios betrachtet und abgelehnt werden.

Wenn wir in uns hineinhören und solche Gefühle und Gedanken wahrnehmen, haben wir die Chance, damit als besonders feine Antennen für Aspekte der Geschichte zu dienen, ich bei

diesem Beispiel für die wahrscheinlich negative Reaktion des Kochs auf Vorschläge, in einem Altersheim zu arbeiten. Da diese Antennen etwas sehr Persönliches sind, ist es nicht einfach, solche Gefühle nicht einfach nur als privat zu sehen, sondern Distanz zu behalten und auch diese Gefühle zu sehen als Teil des Theaterstücks, das aufgeführt wird. Für die Sitzung fruchtbar machen können wir aber solche Wahrnehmungen unserer Rolle nur, wenn wir das Erlebte in Worte fassen und in die Gruppe einbringen.

Hilfsmittel: szenisches Erleben über den Verlauf der Tagung

Balinttagungen bieten die Chance, dass sich Balintgruppensitzungen folgen und angeschlagene Themen weiterbearbeitet werden können. Bei der Eröffnung einer Balint-Sitzung ist ja offen, wer was jetzt erzählt. Das ermöglicht, dass schon in die Auswahl der Geschichte Aspekte eingehen, die "in der Luft liegen", zum Beispiel Motive aus früheren Sitzungen. Wenn wir uns auf den Standpunkt stellen, dass die Tagung selbst eine Geschichte hat und die einzelnen Fälle als Variationen und Entwicklungen eines Themas aufgefasst werden können, ist das ein weiteres Hilfsmittel, Distanz zu gewinnen und unser Erleben nicht nur als etwas Privates zu sehen, sondern als Teil des Theaterstücks.

Manchmal ist die Geschichte, die sich in einer Silser-Woche abspielt, ganz offensichtlich, zum Beispiel 2001, als Sils wenige Tage nach dem 11. September begann und die ganze Woche geprägt war vom Thema der Bedrohung durch eine unfassbare Gewalt und dem Bedürfnis, sich davor zu schützen, Lawinerverbauungen zu errichten. Das zeigte sich auch mehrmals in den Fällen, am deutlichsten, als eine Theologin einen Patienten vorgestellt hat. Der Patient hatte als Asylbewerber ganz isoliert gelebt, in einer symbiotisch engen Beziehung zu seiner Frau. In einer psychotischen Störung hatte er dann seine Frau getötet. Die Theologin hatte ihn im Gefängnis betreut. Der Patient war auch eine symbiotisch enge Beziehung zur Theologin eingegangen, hatte sie idealisiert und hatte bei Gefängnisentlassung gewünscht, weiter in ihrer Betreuung zu bleiben. Die Balintgruppensitzung verlief etwas unbefriedigend. Die Theologin geriet vor allem in die Rolle, den Patienten gegenüber der Gruppe zu verteidigen und gegen seine Gefährlichkeit zu argumentieren. Sie schien grosse Mühe zu haben, innere Distanz zum Patienten herstellen zu können. Zuletzt ergab sich eine gewisse Reflektion über das Erleben des Patienten und in dieser Art eine gewisse Distanzierung.

Heftige Emotionen zeigten sich dann in der Sitzung des Leiterteams. Es wurde die Meinung geäußert, dieser Fall sprengte die Grenzen unserer Balintarbeit, bis zur Idee, Teilnehmer wie die Theologin seien ungeeignet für Balinttagungen und sollten besser ausgeschlossen werden. Es setzte sich die Meinung durch, wir als Leiter müssten die Theologin auffordern, wegen der Gefährlichkeit und Unberechenbarkeit des Patienten die Behandlung nicht weiter im ambulanten Setting zu führen. In einer Abenddiskussion wollte der Diskussionsleiter diesen Auftrag ausführen, geriet in ein Zweiergespräch mit der Theologin und wollte ihr etwas klar machen, was sie anscheinend nicht überzeugte und worüber sie sehr unzufrieden war. Die Gruppe und die Leitung hatten also offensichtlich das Bedürfnis, Lawinerverbauungen in dem Sinn errichten zu wollen, dass die Referentin vor der Gefährlichkeit des Patienten gewarnt wurde und ihr Schutzmassnahmen vorgeschlagen wurden, ohne dass die Distanzierung gelang, uns bei diesem Wunsch nach Schutz zuzuschauen.

Letztes Jahr war die Geschichte, die wir miteinander erlebt haben, nicht so offensichtlich. Meiner Ansicht nach führte der bevorstehende Wechsel im Leitungsteam zum Thema Vätermord, Sturz vom Sockel, Auseinandersetzung mit einer bedrohlichen Autorität. Das Thema zeigte sich in den Fällen selbst, zum Beispiel schon in der ersten Grossgruppensitzung, die der bisherige Geschäftsleiter leitete. Er war als Geschäftsleiter offenbar in der Rolle einer vielleicht bösen Autorität, mit der Inszenierung in dieser Gruppensitzung, dass die Plätze im Innenkreis neben ihm bis zuletzt leer blieben. Das Thema zeigte sich auch in der vorgestellten Geschichte. Eine Ärztin erzählte von einer Behandlung, bei der im Hintergrund ein Heilpraktiker als böse Autorität wirkte, die eine fachgerechte Behandlung verunmöglichte. Sie wies es aber weit von sich, sich

mit dieser bösen Autorität in eine Auseinandersetzung einzulassen. Das Thema zeigte sich auch als Inszenierung in der Geschichte der ganzen Woche, indem sich sehr wenige Teilnehmer in die Kleingruppe des bisherigen Geschäftsführers einschrieben. Dann gab es im Lauf der Woche so heftige Angriffe der Teilnehmer gegen die Leitung, dass an der Schlussdiskussion ein Teilnehmer selbst von Vaternmord und ein anderer von pubertärem Aufstand sprach. Die Vermeidung der Auseinandersetzung mit dem Vater zeigte sich auch darin, dass der bevorstehende Wechsel in der Geschäftsleitung nie zum Thema wurde, auch wenn Wechsel und Auswirkung eines Wechsels ausdrücklich Thema war, es wurde dann nur über den bevorstehenden Rücktritt eines andern Mitglied des Leiterteams gesprochen.

Mir scheint, es fällt oft recht leicht, die Inszenierungen in einer Balintgruppensitzung und die Geschichte, die sich im Lauf einer Woche entfaltet, zu sehen. Viel schwieriger erscheint mir zu zeigen, dass dieses Achten auf diese Geschichte zu einer fruchtbaren Arbeit mit den einzelnen Fällen hilft. Meine Hoffnung ist, dass dieses Achten auf die Geschichte der Tagung zu mehr Distanz verhilft, sodass wir uns bei unserem Tun zuschauen können. Ich komme nochmals auf den Fall des Psychiaters zurück, bei dem sich die Teilnehmer von der Art seiner Darstellung an der Nase herumgeführt gefühlt haben, und dann das Bild aufkam, dass er vom Sockel stürze. Wenn man sich sehr ärgert darüber, an der Nase herumgeführt zu werden, ist man zwar intensiv in einer Geschichte drin. Wir schaffen es aber noch nicht, ein Aha-Erlebnis zu haben, uns über etwas Neues bewusst zu werden. Wenn wir das Thema Vaternmord, Sturz vom Sockel als übergreifendes Thema der Woche sehen, fällt es leichter, im Psychiater den Schauspieler zu sehen, der jetzt in dieser Rolle ist. Wir sehen unseren Ärger als Bestandteil unserer Rolle in diesem Theaterstück. Wir sehen: ich bin in einer Geschichte, bei der es um Ärger geht, um den Ärger, von einer Gestalt auf einem Sockel in gewisser Weise missbraucht zu werden, und in der die Gestalt dabei vom Sockel fällt. Erst mit dieser Distanz könnten wir zu einem tieferen Verständnis der Patientin kommen, indem ein neues Licht auf ihr Erleben in der Rückführungstherapie und auf ihren Angriff auf ihren Vater fällt.

Hilfsmittel: Forschung

Ich habe es immer als hilfreich erlebt, mich für diese Geschichte, zu der eine Tagung wird, zu interessieren und die einzelnen Sitzungen als Teil dieser Geschichte aufzufassen. Das ist keine allgemein anerkannte Methode. Ich möchte aber vorschlagen, Balintarbeit wie Balint selbst als „Training cum research“ aufzufassen. Die Forschung bestünde im Testen der Hypothese, das Achten auf die Geschichte, in der wir stecken, sei hilfreich zum Gelingen der Haltung, gleichzeitig intensiv zu erleben *und* Distanz zu behalten und damit sich über Neues bewusst zu werden.

Ich habe jetzt immer wieder die beiden Bewegungen betont, ganz bei den Dingen zu sein und gleichzeitig Distanz zu bewahren, indem wir uns dabei zuschauen. Ich habe ein bisschen die Befürchtung, dass meine Parallele zu einer buddhistischen Haltung esoterisch oder grandios oder sonst wie zuwenig auf dem Boden erlebt werden könnte. Ich möchte deshalb als weiteres Hilfsmittel, Distanz zu behalten, noch naturwissenschaftlich Argumente anführen.

Unser Gedächtnis besteht nicht aus fest gespeicherten Bildern, sondern beruht auf einer dauernden Neubewertung und dadurch Veränderung früherer Erregungsmuster. Das wird illustriert zum Beispiel durch einen Mann, der im Alter von 24 Jahren erblindet ist. In den folgenden Jahren blieben nur visuelle Erinnerungen an Personen bestehen, mit denen er seit der Erblindung keinen Kontakt mehr gehabt hatte. Die Erinnerung an Personen, mit denen er weiter in Kontakt stand, war im wesentlichen nicht mehr visuell, sondern geprägt von den Erfahrungen, die er seither bei Begegnungen mit diesen Personen gemacht hatte (Hull 1990, zitiert nach Rosenfield 1992).

Dieses Umlernen nur durch erneute Erfahrungen kann durch Experimente mit Ratten bis auf die molekularbiologische Ebene nachgewiesen werden: Ratten erhalten in einem Käfig einen

elektrischen Schlag. Wenn sie später in den Käfig gesetzt werden, zeigen sie eine Schreckreaktion, sie haben also gelernt, dass es im Käfig gefährlich ist. Dieses Lernen ist abhängig von Eiweissynthese im Hippocampus. Wenn diese Eiweissynthese durch ein Gift gehemmt wird, können die Ratten nicht lernen. Bei Behandlung mit diesem Gift zeigen sie zwar normal eine Schreckreaktion, wenn sie den elektrischen Schlag erhalten. Sie zeigen aber keine Schreckreaktion, wenn sie später wieder in den Käfig gesetzt werden. Ratten, die die Schreckreaktion gelernt haben, zeigen diese Schreckreaktion über lange Zeit, das Gelernte ist im Langzeitgedächtnis fixiert. Wenn eine Ratte aber wieder den Eiweissynthesehemmer erhält, wenn sie später einmal in den Käfig gesetzt wird, zeigt sie beim nächsten Mal keine Schreckreaktion mehr, so wie die Ratten, die beim ersten elektrischen Schlag mit dem Gift behandelt worden sind. Daraus kann man folgern: Im Langzeitgedächtnis gespeicherte Reaktionen bestehen über lange Zeit. Jedes Mal, wenn die Reaktion ausgelöst wird, wird die weitere Speicherung aber wieder von Eiweissynthese abhängig und dadurch veränderbar. Wenn im Käfig eine neue Erfahrung gemacht wird, wird diese neue Erfahrung gespeichert und die alte Reaktion wird gelöscht. (Debiec J, 2002).

Auf unsere Arbeit bezogen heisst das, dass wir jedes Mal, wenn wir uns in den Käfig begeben, in die Geschichte, die für unsere Reaktion verantwortlich ist, haben wir die Chance, dass etwas Neues entsteht. Meines Erachtens ist das ein naturwissenschaftliches Argument für die vorgestellte Praxis, sich möglichst intensiv in eine Geschichte hineinzubegeben und gleichzeitig Distanz zu wahren, indem wir uns dabei selbst zuschauen. Die Chance, beim Hineingehen in eine Geschichte auch eine neue Erfahrung machen zu können, können wir nicht immer nutzen. Ich möchte das abschliessend mit einer Fallgeschichte illustrieren. Ein Kinderarzt erzählte in einer Kleingruppensitzung von einer Mutter, die ihr Kind mit Down-Syndrom nicht akzeptieren kann. Es ergab sich eine sehr schöne Sitzung mit dem Rumpelstilz-Märchen. Die Müllerstochter/Königin im Märchen verliert ihr Kind nicht, wenn sie den Namen des Rumpelstilzchens nennen kann. In der Diskussion erschien es, wie wenn die Patientin ihr Kind erst richtig erhalten könnte, wenn sie ihren Gefühlen einen Namen geben könnte, ihre Gefühle akzeptieren könnte. Eindrücklich war die Inszenierung in der Gruppe. Der Kinderarzt sass zurückversetzt im Kreis der Gruppe und erklärte das schliesslich damit, dass er vorsichtig sei, da er diesen Fall schon einmal in einer Balintgruppe erzählt habe und dort wegen seinem Ärger über diese Mutter, die ihr Kind nicht akzeptieren kann, viele Vorwürfe von den Frauen der Gruppe erhalten habe. Die Geschichte, der Käfig, war also, dass er die Patientin abgelehnt hatte, wie sie ihr Kind abgelehnt hatte, und dass er für seine ablehnenden Gefühle Vorwürfe erhalten hatte, wie die Patientin von der Umgebung Vorwürfe erhalten hatte. Er hatte sich jetzt wieder in diese Geschichte, in diesen Käfig, begeben und hatte erneut Ablehnung erwartet. In der jetzigen Balint-Sitzung erlebte er aber, dass auch seine ablehnenden Gefühle als wertvoll gesehen wurden, als ein Spiegel für das Erleben der Patientin.

Ich hoffe, mit diesen Ausführungen beigetragen zu haben zu Lust, sich in Geschichten einzulassen, und Interesse, das szenische Verstehen als Hilfsmittel zu benutzen, uns selbst bei unserem Tun zuzuschauen und wünsche uns eine fruchtbare Arbeit.

Literatur

Debiec J, LeDoux JE, Nader K: Cellular and Systems Reconsolidation in the Hippocampus. Neuron, Vol. 36, 527-538, October 24, 2002

Depraz N, Varela FJ, Vermersch P: On Becoming Aware. A pragmatics of experiencing. John Benjamins Publishing Company, Amsterdam/Philadelphia, 2002

Hull J M: Touching the Rock: An Experience of Blindness. London, 1990.

Rosenfield I: Das Fremde, das Vertraute und das Vergessene. Anatomie des Bewusstseins. S.
Fischer Verlag GmbH, Frankfurt am Main, 1992