



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, 25. September 2004

Selbsterfahrung in der Balintarbeit

**Vortrag von Heinrich Egli
an der 30. Balint-Studientagung im Harz, 26. Februar 2004**

Zusammenfassung: Balintarbeit kann beschrieben werden als Zupacken, die Welt Verändern, der Vortrag beschreibt im Gegensatz dazu eine Wendung nach Innen, die Selbsterfahrung. Ausgehend vom Buch „On becoming aware“ von Depraz, Varela und Vermersch wird Sich-über-Neues-bewusst-Werden beschrieben als eine Praxis, bei der günstige Voraussetzungen herrschen müssen: loslassen, sich überraschen lassen; nichts tun als aufmerksam hier sein, ganz bei der Sache sein; und Distanz wahren, sich selbst zuschauen. Das szenische Verstehen in der Balintsitzung, die Auffassung der Sitzung als Inszenierung einer Geschichte, und in Balinttagungen die Auffassung der Sitzungen als Variationen und Entwicklungen eines Themas werden als Hilfsmittel sowohl zum Ganz-bei-der-Sache-Sein wie zu Distanz, zum Sich-selbst-Zuschauen beim Erleben beschrieben. Ich fasse Selbsterfahrung auf als dieses Sich-selbst-Zuschauen beim Erleben und illustriere das mit meinem Erleben in Fallvignetten aus einer Balinttagung. Ich schliesse mit einer weiteren Selbsterfahrung, der Überraschung über die Wirkung eines solchen Vortrages.

Summary: Balint-work can be described as a possibility to tackle problems, to change the world. In this lecture however, I describe a redirection of the attention back to the interior, to self-awareness. Based on the book “On becoming aware” by Depraz, Varela and Vermersch becoming aware is described as a practice that needs favourable conditions: lessening the grip, suspending prejudices, letting go, be ready to a “Ah-hah!”, doing nothing other than being there and being mindful of what is happening (the latter a sort of maintaining distance). The scenic understanding of Balint sessions (in the session a story is put on stage) and the scenic understanding of Balint conferences (the sequence of sessions shows variations and evolutions of themes) can be aids to this doing nothing other than being there and to maintain distance by being mindful of what is happening. I consider self-awareness as a mindful attentiveness to our experience and I illustrate this by my experiences in case-vignettes of a Balint conference. I close with a further experience, with my surprise about the effect of such a lecture.

Einleitung

Ich möchte mich herzlich bedanken für die Einladung zur 30. Balint-Studientagung im Harz und die Ehre, an dieser Jubiläumstagung einen Vortrag halten zu dürfen. Ich verdanke diese Ehre wohl dem Umstand, dass ich zurzeit Geschäftsleiter der Silser-Balint-Studienwoche bin, die dieses Jahr zum 43. Mal durchgeführt wird. Meine Vorgänger, die eine Generation älteren Leiter der Silser-Balint-Studienwoche, sollen 1974 bei der Gründung der Studientagung im Harz ihre Erfahrung aus Sils beigetragen haben. Wahrscheinlich haben sie v. a. die Erfahrung der Balintarbeit in der Grossgruppe mit Innen- und Aussenkreis in den Harz bringen können, denn Michael Balint soll in Sils aus der „Not“, einer grossen Zuhörerschaft seine Arbeitsmethode zeigen zu wollen, die Tugend der Arbeit in Grossgruppen gemacht haben.

Die Balintarbeit scheint damals etwas Revolutionäres gewesen sein. In Frankreich ist schon 1967 eine Balintgesellschaft gegründet worden und in den Studentenunruhen von 1968 haben sich diese Gesellschaft und viele ihrer Mitglieder mit feu sacré auch in der Gesundheitspolitik der Studentenbewegung engagiert (Ricaud 2000). Heute ist die Balintbewegung wohl eher in einer Verteidigungshaltung, will beweisen, dass Balintarbeit wirksam ist, dass sie modern ist. Auch ich habe ja in einem Vortrag (Egli 2003) in der Form einer Polemik gegen Communication Skills Training meine Lesefrüchte in den Neurowissenschaften benutzt um zu zeigen, wie modern Balintarbeit ist. Auch heute bringe ich nicht etwas Neues und Revolutionäres in den Harz. Ich mache eine andere Bewegung, nicht Zupacken und die Welt verändern wollen, sondern eine Bewegung nach innen, mit Interesse für unsere Selbsterfahrung.

On becoming aware, Sich über Neues bewusst werden:

Balintarbeit ist ein Werkzeug, sich etwas bewusst zu machen, das uns bis jetzt verborgen geblieben ist, und ich habe ein Buch von Natalie Depraz, Francisco Varela und Pierre Vermersch mit dem Titel: „On becoming aware“ als sehr erhellend erlebt (Depraz 2002). Francisco Varela, der 2001 gestorben ist, war ein Neurobiologe und Systemtheoretiker, der einen Organismus als selbst-regulierende Einheit im Austausch mit der Umwelt beschrieben hat. Die beiden anderen 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 in der Schwebe halten, unser Denken nicht mehr nach Aussen, sondern nach Innen, auf unser Erleben, richten. Wir müssen fließen lassen was kommt und uns überraschen lassen.

Ein Beispiel des Bewusst-Werdens, das 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 muss. Eine Psychoanalyse, eine buddhistische Meditationspraxis oder auch die Balintarbeit sind solche Berufslehren, solche Praxen. Das Beispiel der buddhistischen Meditationspraxis kann zeigen, dass das ein Lebensprogramm sein kann mit einem jahrelangen Rückzug von der Welt, einem Mönchstum, 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.

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 überraschen von der Geschichte und von den Reaktionen,

die diese Geschichte bei den Teilnehmern auslöst. Deutsche Kollegen haben Modifikationen der Balintarbeit vorgeschlagen, die erleichtern sollen, nicht mehr zuzupacken, sondern sich nach innen, auf unser Erleben, auszurichten. Alfred Drees schlägt für die Prismatischen Balintgruppen vor, dass die Gruppenteilnehmer ihre Aufmerksamkeit auf ihr Körpererleben richten und schauen, ob ihnen ein Bild für dieses Körpererleben auftaucht. Stephan Alder kombiniert die Balintgruppe mit Autogenem Training. Mir leuchtet im Anschluss an die Lektüre von „On becoming aware“ ein, in jeder Balintsitzung zwei Haltungen anzustreben. Die eine Haltung ist, ganz bei dem zu sein, was ist, bei der Geschichte, die präsentiert wird, sich möglichst in sie hinein zu versetzen, mit allen Gedanken und Gefühlen, die dabei bei uns aufkommen. Die andere Haltung ist, Distanz zu wahren, uns bei diesem Geschehen zuzuschauen, sodass es möglich wird, das Geschehen in Worte zu fassen, die Gedanken auszutauschen und zu verstehen als Aspekte der Geschichte.

Es gelingt in einer Balintgruppe meistens, dass das Erzählen der Geschichte und die anschließende freie Diskussion hilfreich sind, 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.

Ganz bei der Sache in der Balintarbeit

Hilfsmittel: Inszenierung einer Geschichte in der Gruppensitzung, Theaterstück

In der Balintgruppe wird das intensive Hineinversetzen in eine Geschichte erleichtert, wenn wir in der Gruppe selbst eine Geschichte, ein Theaterstück, erleben. Das eindrücklichste Aha, das ich in letzter Zeit erlebt habe, war im letzten Herbst in einem Leiterseminar am internationalen Balint-Kongress in Berlin. Die Intensität der Geschichte, die sich in der Gruppe abspielte, hatte wohl auch zu tun mit einer gewissen Spannung zwischen Schweizern und Deutschen. Das Leiterseminar wurde von einem Schweizer geleitet und unter den Teilnehmern waren ein paar weitere Schweizer. In einer Sitzung ging es sehr um Vorwürfe und auch ich konnte einen Diskussionsbeitrag nur in Form eines Vorwurfs formulieren. Es ergab sich eine Diskussion über die Gewohnheit deutscher Leiter, einen Referenten nach Erzählen der Geschichte aus der Diskussion herauszunehmen, von uns vielleicht auch als Vorwurf formuliert, auf alle Fälle als Vorwurf gehört. Ein deutscher Kollege antwortete mit der vorwurfsvollen Forderung, wenn wir schon kritisierten, sollten wir Schweizer doch zeigen, wie *wir* leiten. Um mich davor nicht zu drücken, setzte ich mich in der nächsten Sitzung in den innern Kreis und wollte mich melden, die Leitung der Sitzung zu übernehmen. Vielleicht waren es auch nationale Unterschiede, dass ich dann zu langsam war und mir eine Kollegin zuvorkam.

Ich meldete mich dann, um einen Fall vorzustellen, eine junge Patientin mit ungeklärten Schmerzen, aber ohne offensichtliche psychische Probleme, bei der ich mich wunderte, dass ich Angst vor den Sitzungen hatte. In der Diskussion gab es Beiträge, die ich sehr stimmig fand, z.B. über Ohnmacht und Abwehr von Ohnmacht. Am meisten fiel mir aber auf, wie ein paar männliche Teilnehmer sehr aktiv waren, viele Hypothesen aufstellten, ohne dass mir etwas einleuchtete. In der anschließenden Diskussion über die Gruppensitzung sagte ich dann unter anderem, dass sich meine Gefühle von Ohnmacht über die ganze Sitzung nicht geändert hätten und ich mich von den aktiven Männern auch nicht verstanden gefühlt habe. Das trug mir den Vorwurf von Undankbarkeit ein für den grossen Einsatz, den sie geleistet hätten. Ich weiss nicht mehr genau, wann das Aha-Erlebnis kam, auf alle Fälle zu spät, um es der Gruppe mitzuteilen. Ich sah plötzlich, dass sich die Patientin so unverstanden und ohnmächtig fühlen müsse, wenn ich als Therapeut so zupackend jeden Stein umdrehte, jeden möglichen Hinweis auf ein Problem aufnahm. Ich ging dann mit viel Neugier und ohne Angst in die nächste Stunde und erlebte auch die Stunde ganz anders. Ich war offensichtlich jetzt einfach intensiv bemüht, mich einzufühlen, und nicht mehr in einem Kampf, eine Ursache ihrer Schmerzen finden zu müssen.

Hilfreich in dieser Balintsitzung waren also nicht in erster Linie erhellende Diskussionsbeiträge gewesen, sondern das Theaterstück in der Gruppe, das sich durch das engagierte Diskutieren entwickelt hatte.

Distanz, Sich-selbst-Zuschauen beim Erleben

Es ist in der Regel nicht das Problem, dass in einer Balintsitzung zuwenig Geschichten und zuwenig Gefühle aufkommen würden. Und jede Sitzung hat ja auch immer ihre eigene Geschichte, wird zu einer Art Theaterstück. Sehr viel schwieriger scheint mir die zweite notwendige Bedingung zum Bewusstwerden, das Sich-selbst-Zuschauen beim Erleben.

Hilfsmittel zu Distanz: szenisches Verstehen, Gruppensitzung als Theaterstück

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

Hilfsmittel zu Distanz: szenisches Verstehen über den Verlauf der Tagung, Sitzungen als Variationen und Entwicklung eines Themas

An *Balinttagungen* besteht eine zusätzliche Hilfe, sich beim Erleben zuzuschauen, weil sich Balintgruppensitzungen, solche Theaterstücke, 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.

Selbsterfahrung als Sich-selbst-Zuschauen beim Erleben

Ich verstehe unter Selbsterfahrung gerade das, sich selbst zuzuschauen beim Erleben. Man kann Selbsterfahrung sicher auch anders definieren und kann Überlegungen anstellen und kann werten, was daran gut oder schlecht sei. Ich möchte statt dessen Geschichten erzählen, in denen es um Selbsterfahrung ging. Und da Selbsterfahrung immer nur selbst erlebt werden kann, muss ich notwendigerweise vor allem von meiner Selbsterfahrung erzählen. Ich hoffe, mit diesen Geschichten um Selbsterfahrung illustrieren zu können, wie wir ganz bei einer Geschichte sein und gleichzeitig uns dabei zuschauen können.

An der Balinttagung vor einigen Jahren war für mich das Thema „Selbsterfahrung“ ein innerer Zusammenhang, ein übergreifendes Thema. Das begann, als eine junge Verhaltenstherapeutin eine Sitzung mit der Frage eröffnete: ob sie richtig verstanden habe, dass Selbsterfahrung nicht in eine Balintsitzung gehöre. Die Gruppenleiterin beantwortete die Frage auf eine allgemeine Art. Man könnte gut den weiteren Verlauf der Sitzungen als eine andere Form der Antwort auf die Frage nach der Selbsterfahrung in der Balintarbeit sehen.

Ich war als Gast aus der Schweiz an diese Tagung eingeladen worden und konnte einerseits einen Vortrag halten und andererseits mit einer Leiterin zusammen eine Kleingruppe leiten.

Meine Frau und ich sind von allen sehr herzlich aufgenommen worden, die Arbeit in der Kleingruppe war sehr interessant, ich nehme an, auch für alle Teilnehmer sehr fruchtbar; ich habe jede einzelne Sitzung als sehr gute Balintarbeit erlebt. Ich betone das und möchte nicht, dass das entwertet wird, wenn ich im Anschluss über mein Erleben, über Vorgänge auf der Phantasie-Ebene berichte.

Patient nimmt Ärztin nicht ganz in Anspruch

In der Kleingruppen-Sitzung, die mit der Frage nach der Selbsterfahrung eingeleitet worden war, ging es um einen Patienten, der eine leidenschaftliche Beziehung zu einer verheirateten Frau gehabt hatte, deren Ehemann sich wegen dieser Aussenbeziehung seiner Frau erhängt hatte. Jetzt ging es diesem Patienten sehr schlecht, da sich seine Freundin nicht mehr um ihn kümmern wollte. Die Teilnehmerin, die diese Fallgeschichte vorstellte, wurde von diesem Patienten fast nur vertretungsweise aufgesucht, wenn seine Hausärztin abwesend war. Die Diskussion ging dann unter anderem darum, was für die vorstellende Teilnehmerin schwierig sei: Dass der Patient grosse Ansprüche an sie habe? Oder dass er sie doch nicht richtig in Anspruch nahm, sie nicht zur Hausärztin machte? Oder dass sie sich aus Rücksicht auf die Hausärztin nicht voll zu engagieren wagte? Ich sass in dieser Sitzung neben der vorstellenden Teilnehmerin und fühlte mich ihr auch nahe, wahrscheinlich mit ähnlichem Erleben wie sie bei diesem Patienten: Ich hatte den Eindruck, von der Gruppe nicht so sehr in Anspruch genommen zu werden, wie ich mir das gewünscht hätte, und auch den Eindruck, ich könne mich aus Rücksicht auf die Leiterin in der Gruppe nicht voll engagieren.

Ähnliche Gefühle, nicht so ins Spiel zu kommen, wie ich mir das gewünscht hätte, hatte ich schon in den Sitzungen zuvor gehabt, sodass ich das jetzt als übergreifendes Thema sah. Die Leiterin und ich hatten zu Beginn vereinbart, dass wir die Gruppe gemeinsam führen, dass ich frei sei, meine Ideen einzubringen, dass sie aber die formale Leitung hat. Am freien Nachmittag nach dieser Sitzung war ich dann dauernd in einem innern Widerstreit, ob ich vorschlagen sollte, dass wir auch in der formalen Leitung abwechseln würden, ob ich aktiv mehr Verantwortung übernehmen sollte. Ich kam dann zur Auffassung, dass ich in der Gruppe auf einer Phantasieebene das Fremde, das Abgewehrte verkörpere, das aber schrittweise mehr zugelassen wird. Und da es nicht sinnvoll ist, auf Annahme des Abgewehrten zu drängen, verzichtete ich dann mit gutem Gefühl darauf, einen solchen Vorschlag zu machen und ging eigentlich erwartungsvoll in die nächste Sitzung: wieweit werde ich in Anspruch genommen, wieweit abgewehrt?

Popanz erhält „Frustpulle“

Mein Selbsterleben in dieser nächsten Sitzung war dann wohl mitbestimmt durch einen anderen Handlungsstrang der Geschichte, mit meinem Vortrag: Neurowissenschaftliche Ergebnisse und ihre Bedeutung für die Balintarbeit. Ich denke es ist ein interessanter Vortrag gewesen, in dem ich auch schon zu Beginn deutlich gemacht habe, dass ich vor allem Lesefrüchte präsentiere. Wie aus zwei Träumen zu schliessen ist, habe ich aber auf einer Phantasieebene die Sorge gehabt, an diesem Vortrag sei etwas grandios, aber hohl: Nach Durchlesen meines Manuskripts habe ich geträumt: Eine Frau referiert vor einem grösseren Publikum begeistert von einem Musikstück und will das dann zeigen. Sie hat ein dünnes Brett vor sich, auf dem eine Art Schreibmaschinentastatur eingezeichnet ist. Statt mit 10 Fingern Akkorde auf einem Klavier zu spielen, klopft sie mit zwei Fingern auf diese bloss gezeichnete Tastatur. Meine Frau und ich sind rechts und links von der Spielerin und sollten ab Blatt mitsingen. Ich bin schon nach wenigen Tönen vor dieser Aufgabe verloren und schäme mich genügend, um zu erwachen.

Und kurz vor der Tagung habe ich noch geträumt: Ich sitze auf einem turmhohen, leeren Büchergestell. Ich sitze unbequem an der Schmalseite. Als ich versuche, es mir bequemer zu

machen, mich drehe, um die Beine an der Breitseite herabhängen zu lassen, verliert das Büchergestell das Gleichgewicht und stürzt um. Ich stürze in die Tiefe auf eine Wasseroberfläche, mit dem Gedanken, bei einem Sturz aus so grosser Höhe sei ein Aufprall auf Wasser tödlich. Ich lande aber unverletzt im Wasser und kann ans Ufer schwimmen.

In dieser nächsten Sitzung stellte dann die junge Verhaltenstherapeutin eine junge Patientin vor, die sie in einer psychosomatischen Klinik betreut. Die Patientin zeigte in der Klinik wenig Motivation zur Psychotherapie, als einziges Problem erwähnte sie gelegentliche aggressive Ausbrüche gegen ihren Partner. Sie äusserte bald verschiedene Vorwürfe gegen die Klinik. Dann brachte sie überraschend ihren Partner zu einem Gespräch mit. Auch dieser machte viele Vorwürfe und war sehr entwertend. Die Verhaltenstherapeutin ärgerte sich dabei, dass sie ihm ihren Chef-Sessel angeboten hatte, auf dem er über den beiden Frauen thronte. Sie fand dann den Ausweg, dem Paar zu sagen, ihre Anliegen seien so wichtig, dass sie doch am folgenden Tag einen Termin mit dem Chef vereinbaren sollten.

In der Diskussion wurde die Verhaltenstherapeutin bewundert für diese Entwaffnung des Mannes. Es wurden viele Überlegungen über die Patientin angestellt, es wurde deutlicher, wie kraftvoll sie ist. Besonders eindrücklich an der Diskussion war aber das Thema des Mannes. Ich wies darauf hin, dass wir uns sehr mit der Frau beschäftigen, dass sich aber die Verhaltenstherapeutin besonders unwohl gefühlt habe gegenüber dem Mann. Sie hatte diesen Mann wenig geschildert, nur seine Grösse von 190 und seine gehobene berufliche Stellung. In der Gruppe ergaben sich dann Phantasien, die diesen Mann in Frage stellten. Es kam die Phantasie von einem gestylten Auto mit Fuchsschwanz an der Antenne auf, die Phantasie eines jämmerlichen Masochisten, der sich von der Domina demütigen lasse. Die Verhaltenstherapeutin sagte dann, es sei wie Zauberei, sie könne fast nicht glauben, dass es der Gruppe so gut gelungen sei, ein Bild von diesem Mann zu entwerfen. Er scheine nicht ein seriöser Kaufmann zu sein, wirke eher schmierig, mit blauem Mantel, gelber Kravatte und schulterlangem Haar. Er sei Karatekämpfer, klage aber sehr über die körperlichen Angriffe von seiner Partnerin.

Die Gruppe machte den Mann herzhaft klein. Er wurde als aufgeblasener Papiertiger bezeichnet, es wurden Nadeln erwähnt, mit denen man hinein stechen und die Luft heraus lassen könnte. Es wurde schallend über den Mann gelacht, den Popanzen. Ein Teilnehmer erwähnte, dass er jetzt eine „Frustpulle“, bekomme.

Es war wiederholt meine Initiative, die Beziehung zu diesem Mann anzusprechen, auch im Sinn, dass es offenbar gelingt, die Frau zu verstehen, ihre Stärken zu sehen, dass das Bild des Mannes aber fast ausschliesslich negativ bleibe. Das änderte sich aber in der Diskussion nicht mehr. Ich hatte während der ganzen Diskussion den Eindruck, in der Rolle dieses Popanzen zu sein, beginnend mit der Erwähnung des gestylten Autos, was mich an mein schönes Auto erinnerte, das vor dem Hotel stand. Ich konnte dann beim Lachen über den Mann auch nicht immer gleich lustvoll mitlachen. Bei der Erwähnung der „Frustpulle“ hatte die Leiterin so Freude an diesem Wort, dass sie sagte: „Herr Egli, das müssen Sie in die Schweiz heim nehmen.“ Ich erlebte das auch so, dass auf einer Phantasieebene die Frustpulle mir gehört. Als Bestätigung, dass sich ein Theaterstück inszeniert hatte, in dem die Frustpulle ein Requisit war, sprach mich die Leiterin unmittelbar nach der Sitzung als „Herr Inszenator“ an.

Die Sitzung schloss recht zuversichtlich, die Verhaltenstherapeutin meinte, ihre Wut auf das Paar sei verschwunden. Sie schien sehr gestärkt zu sein, konnte sich gut vorstellen, bei der Rückkehr am Montag wieder mit der Frau zu arbeiten. Ich hatte nach der Sitzung den Eindruck, dass eine faszinierende Balintarbeit möglich gewesen war. Die ganze Gruppe war sehr aufgewertet durch die „Zauberei“, die sich abgespielt hatte. Ich hatte den Eindruck, in der Rolle eines aufgeblasenen Popanzen abgewehrt worden zu sein. Das war ein zwiespältiges Gefühl. Ich könnte mir lustvollere Rollen vorstellen, es blieb aber auch die Überzeugung, eine tapfere Arbeit geleistet zu haben.

Übermässige Bescheidenheit ↔ “Denkste“

Am Samstag konnte ich eine Grossgruppensitzung leiten, in der Selbsterfahrung der Teilnehmer und des Referenten ein Thema war. Ein Hausarzt, stellte eine Beziehung zu einer über 80-jährigen Frau vor und 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. Er fragte sich, ob er etwas falsch mache. Ein Teilnehmer ging dann in der Diskussion sofort auf dieses Angebot von „Selbsterfahrung“ ein und meinte dem Sinn nach, diese Unsicherheit sei das Problem des Arztes, unabhängig von diesem Fall. Ich setzte dem entgegen, dass in diesem Fall das Thema Unsicherheit offensichtlich wichtig sei, mit der Erwähnung der grossen Bescheidenheit der Patientin und der selbstkritischen Frage des Arztes. 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. Bei mir kam der Eindruck auf, es gehe wohl darum, akzeptieren zu müssen, dass Wünsche nach einer innigeren Beziehung nicht mehr in Erfüllung gehen, dass es um Abschied und Tod gehe, dem man nicht ausweichen kann. Ich sagte auch 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. Das könnte in Beziehung gesetzt werden zum Fall der überaus bescheidenen Patientin, wobei aber jetzt in der Gruppe eine zu grosse Bescheidenheit überwunden werden konnte. Ein ähnliches Muster wiederholte sich, nachdem eine jüngere Frau in Frage gestellt hatte, dass in diesem hohen Alter noch solche Wünsche ans Leben bestehen. Ganz spontan, aus dem Aussenkreis, aus dem bei bravem Einhalten aller Regeln keine Intervention kommen sollte, sagte eine Teilnehmerin wohl auch im Alter der Patientin sehr vernehmlich „denkste!“. Ihr Einwurf war so überzeugend und befreiend, dass ein herzliches Lachen der ganzen Gruppe folgte, bei mir mit dem Gefühl, jetzt sei der erwünschte Kontakt, die innigen Beziehung, 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 weitere Erfahrung, 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.

In dieser Sitzung war deutlich, dass das Alter eines Gruppenteilnehmers zu besonders feinen Antennen für ein bestimmtes Thema verholfen hat. Da diese Antennen etwas sehr Persönliches sind, ist es nicht leicht, solche Wahrnehmungen nicht einfach nur als privat zu sehen, sondern Distanz zu behalten und auch diese Wahrnehmungen, Gefühle und Gedanken als Teil des Theaterstücks zu sehen, 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.

Rumpelstilzchen

In einer späteren Kleingruppensitzung stellte ein Kinderarzt eine Mutter vor, die ihr Kind mit Down-Syndrom nicht akzeptieren kann. Es ergab sich eine sehr schöne Sitzung, in der Rumpelstilzchen erwähnt wurde und die Leiterin das Rumpelstilz-Märchen erzählte, das manchen Teilnehmern nicht gegenwärtig war. Die Patientin erschien wie die Müllerstochter/Königin, die nicht ihr eigenes Leben gelebt hat, sondern in ihre Lage gekommen ist durch falsche Versprechen ihres Vaters und Erbringen einer Leistung durch das Rumpelstilzchen. Die 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 nicht verlieren bzw. erst richtig erhalten könnte, wenn sie ihren Gefühlen einen Namen geben könnte, ihre Gefühle akzeptieren könnte.

Eindrücklich war dabei ein Teil Selbsterfahrung des Kinderarztes. Er sass zurückversetzt im Kreis der Gruppe und erklärte das auf Anfrage damit, dass er vorsichtig sei, da er diesen Fall schon einmal in einer Balintgruppe erzählt habe. Dabei habe er wegen seinem Ärger über diese Mutter, die ihr Kind nicht akzeptieren kann, viele Vorwürfe von den Frauen der Gruppe erhalten. Es wurde dabei ganz deutlich, dass er ja ganz ähnliche Gefühle schilderte, wie sie diese Patientin haben muss, die auch von der Umgebung hart kritisiert wird für ihre ablehnenden Gefühle. In unserer Gruppe wurde er aber gar nicht kritisiert, im Gegenteil, seine Wahrnehmung seiner Gefühle (der Name des Rumpelstilzchens?) wurde als wertvoll gesehen. Ein Teilnehmer meinte, der Kinderarzt sei ja wie ein Spiegel für die Patientin, und sie scheine das als hilfreich zu erleben und komme in seine Praxis.

Für mich war es in all diesen Sitzungen sehr schön zu erleben, wie fruchtbar es war, wenn jemand aus eigenem Erleben sprechen konnte und wenn Selbsterfahrung im Hier und Jetzt Aspekte einer Geschichte erlebbar machten. Es war auch wie eine Illustration zu meinem Vortrag: unsere eigenen Geschichten befähigen uns, Merkmale in der Aussenwelt wahrzunehmen und uns in der Welt zurecht zu finden. In der Balintarbeit verbinden sich die Geschichten, die wachgerufen werden, mit neuen Geschichten. Zum Beispiel die Geschichte des Kinderarztes über Ablehnung wegen ablehnenden Gefühlen hat sich in der Gruppe nicht wiederholt, sondern verbunden mit einer neuen Geschichte, verstanden zu werden als ein hilfreicher Spiegel.

Ausblick

Ich habe Ihnen diese Geschichten um Selbsterfahrung erzählt in der Hoffnung, illustrieren zu können, wie wir ganz bei einer Geschichte sein, uns gleichzeitig dabei zuschauen können und dabei überrascht werden können durch etwas Neues, das uns bewusst wird. Ich wünsche auch uns in den folgenden Tagen noch viele solche Überraschungen, auch wenn Überraschungen ja definitionsgemäss nicht das sind, was wir erwarten und uns vielleicht wünschen. Ich bin auch neugierig, ob mein Vortrag wieder eine überraschende Wirkung haben wird. An der letzten Silser Balint-Studienwoche habe ich als Einführung einen ähnlichen Vortrag gehalten wie heute. Ich hatte erwartet, der Vortrag könnte Mut machen loszulassen und sich zu interessieren für die aufkommenden Gefühle und Gedanken und es könnte besonders lebendig werden. Erstaunlicher Weise mussten wir uns dann nach dem Vortrag vor allem mit Fallgeschichten mit grosser Angst vor Gefühlen, Angst vor Beziehung und mit ungelebtem Leben befassen. Diese vorsichtige, abwehrende Haltung spiegelte sich auch in den Diskussionen. Die grosse Überraschung am Schluss war dann für mich das Aha, dass schon in meinem Vortrag etwas Unterdrückendes gesteckt hatte, die Angst vor aggressiven Konflikten: Wenn ich Angst habe vor aggressiven Konflikten, dann kann ich ja Vorwürfe und Angriffe in ihrer Bedrohlichkeit neutralisieren, wenn ich deute, die Vorwürfe seien *nur* wertvolle Requisiten im Theaterstück der Tagung (wertvoll, weil das Erkennen übergreifender Themen eine Hilfe sei, die einzelnen

Fallgeschichten besser zu verstehen). Falls Sie jetzt nicht wissen, was uns nach diesem Vortrag erwartet, sitzen wir im gleichen Boot, bereit zu Überraschungen.

Literatur

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

Egli, H: Neurowissenschaftliche Ergebnisse und ihre Bedeutung für die Balint-Arbeit. Balint-Journal, Georg Thieme Verlag Stuttgart, 2003; 4:38-46

Ricaud M M: Michael Balint. Édition Érès, Ramonville Saint-Agne, 2000