

Kennismaking met de Balint-intervisiegroep

Een verslag van de intervisiedag van de NVGP-sector Balint, met twee groepsrondes én uitleg over de Transactionele Analyse.

Door Monique Leferink op Reinink

Een dag na het NVGP-congres vond in de Tuinzaal van Antropia de intervisiedag van de sector Balint plaats. Als bestuurslid van de NVGP met de sector Balint in mijn portefeuille en belangstellende voor het geven van een Balintgroep keek ik uit naar deze dag.

Er waren 24 aanwezigen, allen begeleiders van Balintgroepen, psychotherapeuten met een achtergrond als psychiater of psycholoog. Jan van Trier, psychiater, specialistisch groepspsychotherapeut, leertherapeut, psychodramatherapeut en opleider, sinds lange tijd coördinator van de sector Balint, was de dagvoorzitter. Moniek Thunnissen, voormalig psychiater, psychotherapeut, al vele jaren Balintleider en het boegbeeld van de Transactionele Analyse in Nederland was deze dag de speciale gast. Verder was ook Marc Daemen aanwezig, onze bestuursvoorzitter. Van het begin af aan was er een prettige, open sfeer. Na een korte voorstelronde gingen we aan het werk.

De Balintmethode

In een Balintgroep kunnen (huis)artsen en medisch specialisten op systematische wijze reflecteren op hun persoonlijke ervaringen in het contact met een patiënt. In de praktijk

betekent dit vaak dat een van de deelnemers een casus inbrengt 'waar nog een haakje aan zit', iets wat je steeds bij blijft, je diep heeft geraakt, jou of anderen heeft ontregeld. De Balint-groepsmethodiek biedt een instrument om onder deskundige begeleiding deze praktijkervaringen uit te diepen. Doorgaans nemen zo'n 8-12 (huis)artsen deel aan een Balintgroep, begeleid door een psychotherapeut/consulent, vaak samen met een huisarts. De Balintgroep kan een deelnemer jarenlang een plek bieden waar persoonlijke vragen over het werk besproken kunnen worden.

De naam 'Balint' verwijst naar de Engelse psychiater Michael Balint (1896-1970), afkomstig uit Hongarije. Zijn opleiding tot arts en aansluitend tot psychoanalyticus genoot hij in Budapest en later in Berlijn, waarna hij terugkeerde naar Hongarije. Vlak voor de Tweede Wereldoorlog ontvluchtte de Joodse Balint zijn vaderland en hij emigreerde naar Engeland.

Michael Balint werkte in de Tavistock-kliniek in Londen, waar hij aanvankelijk begon met het begeleiden van maatschappelijk werkenden in groepen. Later begeleidde hij ook huisartsen in groepsverband. Dat het mogelijk was om artsen in opleiding niet individueel maar in groepen te begeleiden, had hij zelf ervaren tijdens zijn opleiding tot psychoanalyticus bij zijn leermeester Sándor Ferenczi.

Balint heeft over zijn ervaringen met huisartsen in Londen een boek geschreven: *The doctor, his patient and the illness*, dat in 1956 verscheen. Dit boek heeft wereldwijd een grote invloed gehad op het functioneren van de huisartsen die toen werkten, ook in ons land. Veel huisartsen begonnen deel te nemen aan de zogenoemde 'Balintgroepen',

waarbij een psychiater-psychoanalyticus optrad als adviseur. In deze groepen stond de studie van de arts-patiëntrelatie centraal en lag de focus op de rol van de arts.

Een Balintgroep kent de volgende doelstellingen:

- Het inzicht in de communicatie tussen arts en patiënt verdiepen
- Persoonlijke en situationele mogelijkheden en beperkingen ontdekken
- De eigen werkstijl als (huis)arts versterken
- Het psychologisch inzicht ten behoeve van het huisartsenwerk in het algemeen vergroten
- De specifieke positie van de huisarts verduidelijken, ook op het terrein van de psychosociale problematiek
- Leren omgaan met ethische dilemma's en burn-outklachten tegengaan.

De praktijk

Terug naar de intervisiedag. Na een kennismakingsronde met alle deelnemers werd er een binnenkring en een buitenkring gevormd, het zogenoemde 'vissenkommodel'. De binnenkring bestond uit acht personen en twee begeleiders, de Balintgroep. Moniek Thunnissen was een van de twee begeleiders, de tweede kwam uit het midden van de deelnemers. De buitenkring bestond uit de overige aanwezigen en zou je kunnen zien als een 'koor' dat meevibreert.

In dit intervisiemodel wordt gestart met een terugblik op de vorige bijeenkomst: de begeleider vraagt de deelnemers of iemand daar nog op terug wil komen aan de hand van een eerder toegestuurd verslag. Dan volgt de centrale vraag voor de huidige bijeenkomst: wie van de deelnemers heeft een casus om

in te brengen? Na enig nadenken en wat aarzeling bracht een van de deelnemers een casus in. Zij ervoer een sterke tegenoverdracht naar een persoon uit de door haar gegeven Balintgroep. Deze deelnemer belemmerde in haar ogen haar eigen progressie en de progressie van de groep als geheel door veel weg te lachen. Daarnaast stoorde de ogenschijnlijke harteloosheid van deze deelnemer haar.

Na de casusinbreng stelt de casusinbrenger de Balintvraag. In dit geval luidde de vraag voor deze bijeenkomst: hoe help ik de groep en mijzelf om het gedrag van deze deelnemer te verdragen en hoe help ik haar meer bij haar gevoel stil te staan?

Na het inbrengen van de casus is de volgende stap om de groep, zowel deelnemers als begeleiders in de binnenkring, verhelderende vragen te laten stellen. Zo'n vraag kan bijvoorbeeld zijn: wat maakt het zo moeilijk voor je dit gedrag te verdragen? Herken je mogelijk een dynamiek uit je eigen verleden? Hoe beleven de groepsleden haar? Wat is haar motivatie om aan de Balintgroep deel te nemen?

Hierna gaat de casusinbrenger de groep uit en associeert de groep hardop over de ingebrachte casus. De casusinbrenger luistert. De associaties vloeiden in dit geval rijkelijk, er werd gesproken over een 'olifant in de kamer', het onder het tapijt vegen van ergerenissen, mogelijke projectieve identificatie, de afwezigheid van compassie, een mogelijk parallelproces.

Vervolgens gaat de casusinbrenger de kring weer in en wordt de vraag gesteld of er verhelderende vragen en/of associaties uit de groep naar voren zijn gekomen die de casusinbrenger verder kunnen helpen. In dit geval was dat zeker zo, de casusinbrenger voelde

zich geholpen door verschillende vragen en associaties uit de groep.

Ten slotte wordt de buitenkring gevraagd nog aanvullende reacties of overwegingen te geven, die in dit geval soms ook nog een nieuw perspectief gaven.

Ik vond het een indrukwekkende bijeenkomst, die weer goed liet zien hoe 'wijs' een groep is omdat er verschillende ervaringen en reacties rond de vraag werden gegeven, op zowel cognitief als emotioneel niveau. Daarbij werd niet geschuwd naar een mogelijk verband te vragen met de persoonlijke achtergrond van de deelnemer.

Cruciaal blijft wel dat een Balintgroep is gericht op het verder helpen van een vastgelopen collega, níét op persoonlijke therapie, zoals dat in een psychotherapiegroep wel het geval is.

De groepsdynamiek was overigens even gelaagd en boeiend als die in een psychotherapiegroep.

Scholing

Na afloop gaf Moniek Thunnissen ons enige scholing in het model van de Transactionele Analyse ter verbreding van onze kennis. Dat model was me wel enigszins bekend, maar bleek zoveel aspecten en nuances te bevatten dat ik opnieuw geboeid raakte. Naar aanleiding van de ingebrachte casus stond Thunnissen niet alleen stil bij de dramadriehoek, de meesten van ons wel bekend (aanklager, redder, slachtoffer), maar ook bij de wat minder bekende compassiedriehoek (kwetsbaar, assertief, hulpvaardig). Vanuit de dramadriehoek overstappen naar de compassiedriehoek kan soms een vastgelopen interactie vlot trekken.

Wat me ook bij is gebleven is hoe iemand zich in de groep onbewust als 'lokaas' kan opstellen, met alle ergernissen van dien. Of hoe plotseling van rol switchen, bijvoorbeeld van ouder naar kind of andersom, de ander op het verkeerde been kan zetten en een lopende interactie kan doen ontregelen.

Tweede ronde

Na een heerlijke lunch was er 's middags een tweede Balintgroep. Het voert te ver om ook hier uitvoerig op in te gaan. In deze casus kwam de Balintgroep, bestaande uit vooral mannen, in de rol van adviseur terecht voor

De constructieve reacties uit zowel binnen- als buitengroep waren talrijk en vruchtbaar

een vrouwelijk medegroepslid dat door een opeenvolging van omstandigheden ten einde raad was. De casusinbrenger ergerde zich aan dit gebrek aan ruimte voor deze deelnemer en wist niet goed hoe ruimte te creëren. Ook hier waren de constructieve reacties uit zowel binnen- als buitengroep talrijk en vruchtbaar.

Na afloop van dit tweede deel spraken we in de Transactionele Analyse onder meer over de verschillende soorten transacties die er kunnen zijn:

1. Complementaire reacties (volwassene-volwassene; ouder-kind)
2. Kruistransacties (bv. een volwassene die in de ouderrol stapt, wat bij de ander een kindreactie kan oproepen)

3. Transacties met een dubbele bodem.

Vaak helpt het bij het vastlopen van communicatie eerst naar de volwassen positie te gaan en van daaruit verder te gaan.

Aansluitend bij de ingebrachte casus, waarin een groepslid als het ware bijna kopje onder ging in alles wat zij doorgemaakt had, stonden we stil bij het concept 'drenkeling' in de Transactionele Analyse. We kennen allemaal zogenoemde 'drivers', een soort ballonnetjes die ons omhoog trekken, veelal in de vorm van scripts als 'doe je best', 'wees sterk', doe de ander een genoegen'. Daarnaast kennen we allemaal ook 'bakstenen' die ons naar beneden kunnen trekken, geïnternaliseerde boodschappen, counterscripts, als 'besta niet', 'hoor er niet bij', 'wees niet belangrijk', 'denk niet', voel niet'. Als er te veel bakstenen aanwezig zijn en onvoldoende drivers is het waarschijnlijk dat iemand zich niet meer staande kan houden.

Heel wat ervaringen en kennis wijzer sloten we de middag met een slotronde af.

Ik kan eenieder aanbevelen zich verder te verdiepen in zowel deze mooie

Balintintervisie methode alsook in de

Transactionele Analyse. Leren inspireert! ■

Monique Leferink op Reinink is psychotherapeut, specialistisch groepspsychotherapeut-NVGP, supervisor en opleider. Ze is bestuurslid van de NVGP en redacteur van Groepen.

Refereren aan:

.....

Leferink op Reinink, M. (2025). Kennismaking met een Balint-intervisiegroep. *Groepen. Tijdschrift voor groepsdynamica & groepspsychotherapie*, 20(2), p. 67-71.

Literatuur

.....

Balint, M. (2000). *The doctor, his patient and the illness*. Londen: Churchill Livingstone.

Voor meer informatie over de Balint-intervisiemethode: www.groepspsychotherapie.nl/de-nvgp/sectoren/balint/

Zie voor verdere kennismaking met de Transactionele Analyse: www.ta-academie.nl/kennisbank/transactionele-analyse/

.....