

# ΟΙ ΟΜΑΔΕΣ BALINT ΚΑΙ Η ΧΡΗΣΙΜΟΤΗΤΑ ΤΟΥΣ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΓΙΑΤΡΟΥΣ<sup>1</sup>

---

Οι ομάδες Balint δημιουργήθηκαν από τον γιατρό και ψυχαναλυτή Michael Balint (1896-1970) και την σύζυγό του Enid στη Μεγάλη Βρετανία στη δεκαετία του '50 και στόχευαν στο να βοηθήσουν τους γενικούς γιατρούς στην ιατρική πρακτική τους, παρέχοντάς τους ένα πλαίσιο μέσα στο οποίο θα συζητούσαν περιστατικά που τους δυσκόλευαν και τους δημιουργούσαν συναισθήματα δυσφορίας, στενοχώριας ή απογοήτευσης. Επίσης, μέσα από τις ομάδες, επεδίωκαν να εκπαιδεύσουν τους γιατρούς στην ασθενοκεντρική (patient-centered) προσέγγιση της οποίας υπήρξαν πρώτοι εισηγητές (Balint E., 1969), θέτοντας στο επίκεντρο του ενδιαφέροντος τη σχέση μεταξύ γιατρού και ασθενή και τον τρόπο με τον οποίο αυτή μπορεί να συμβάλλει στο θεραπευτικό αποτέλεσμα.

Χαρακτηριστικό είναι ότι ο ίδιος ο Balint συνδυάζοντας την ιδιότητα του γιατρού με αυτή του ψυχαναλυτή, έβλεπε τον ασθενή ως ψυχοσωματική ολότητα και δεν αγνοούσε την ψυχολογική διάσταση των συμπτωμάτων και της ασθένειας. Εισηγάγε μάλιστα την ιδέα ότι «ο γιατρός είναι το φάρμακο», θέλοντας να τονίσει ότι ο ίδιος ο γιατρός και η προσωπικότητά του αποτελούν καθοριστικό παράγοντα στην πετυχημένη έκβαση της θεραπείας αλλά και στο αίσθημα ικανοποίησης του ασθενούς. Παρ' όλο που ο Balint χρησιμοποίησε στη θεωρητική πλαισίωση της λειτουργίας των ομάδων, ψυχαναλυτικές έννοιες όπως η μεταβίβαση (ασυνείδητη προβολή συναισθημάτων που ο ασθενής έχει νιώσει για τους γονείς του κατά την παιδική ηλικία, στο πρόσωπο του γιατρού) και η αντιμεταβίβαση (η συναισθηματική απάντηση του γιατρού σ' αυτή την προβολή του ασθενούς), τονίζε ότι δεν είχε ως στόχο να μετατρέψει τους γιατρούς σε ψυχοθεραπευτές αλλά να τους εκπαιδεύσει στο να καταλαβαίνουν καλύτερα τόσο τους ασθενείς τους όσο και τις δικές τους αντιδράσεις.

Μετά την επιτυχία που γνώρισαν οι ομάδες Balint στη Μ. Βρετανία, διαδόθηκαν σε πολλές χώρες της Ευρώπης, όπως η Γερμανία, η Γαλλία, η Ιταλία, το Βέλγιο, η Ελβετία και η Σουηδία. Επίσης, στη Βρετανία ενσωματώθηκαν στην ιατρική εκπαίδευση, αποτελώντας ένα πολύ χρήσιμο εργαλείο για τον φοιτητή Ιατρικής και τον ειδικευόμενο ψυχίατρο που κάνει τα πρώτα του βήματα στην κλινική

---

<sup>1</sup> Μπήτρου, Λ. (2014). Οι ομάδες Balint και η χρησιμότητά τους για τους γιατρούς. *Ιατρικός Τύπος*. Ανακτήθηκε 1 Οκτωβρίου 2014, από <http://www.iatrikostypos.com/iatrikos-me-ypografi/oi-omades-balint-kai-i-xrisomotita-tous-gia-tous-giatrous>

πρακτική και χρειάζεται να σκεφτεί και να συζητήσει για τα περιστατικά του, προσεγγίζοντάς τα από μία πιο ανθρώπινη και ψυχολογική σκοπιά, μέσα σε ένα κλίμα ασφάλειας και αποδοχής που του παρέχει η ομάδα. Πέρα όμως από τους νέους γιατρούς, οι ομάδες αποδείχτηκαν πολύ χρήσιμες και για τους πιο έμπειρους, και όχι μόνο για τους γενικούς γιατρούς από τους οποίους εμπνεύστηκε ο Balint για να τις δημιουργήσει, αλλά και για τους γιατρούς κάθε ειδικότητας που ήταν ευαίσθητοποιημένοι στη θεραπευτική σχέση, καθώς και για τους ψυχολόγους και τους νοσηλευτές, και έτσι εντάχθηκαν στα νοσοκομεία και στις δομές πρωτοβάθμιας περίθαλψης.

Το έργο των ομάδων Balint, η έρευνα και η θεωρητική προσέγγιση που το πλαισιώνει, εξακολουθεί να αναπτύσσεται σε πολλές χώρες της Ευρώπης, στην Αμερική, την Αυστραλία και πιο πρόσφατα στη Ρωσία και την Κίνα. Η Ελλάδα είναι μία από τις λίγες ευρωπαϊκές χώρες στις οποίες οι ομάδες αυτές δεν είχαν ποτέ μία σταθερή και ουσιαστική παρουσία και μία πιθανή εξήγηση είναι ότι η απουσία του θεσμού του οικογενειακού γιατρού, που ευνοεί την ανάπτυξη σταθερών και κοντινών σχέσεων μεταξύ γιατρού και ασθενούς, δεν διευκόλυνε την ευαίσθητοποίηση των γιατρών σε μία πιο ασθενοκεντρική προσέγγιση που θα αναδείκνυε τη σημασία της θεραπευτικής σχέσης η οποία αποτελεί και το βασικό αντικείμενο των ομάδων.

### **Πώς λειτουργεί μία ομάδα Balint**

Κατά κανόνα οι ομάδες συναντώνται σε σταθερά χρονικά διαστήματα, από μία φορά την εβδομάδα έως μία φορά τον μήνα, και απαρτίζονται από έξι έως δέκα άτομα που συνήθως είναι γιατροί, ψυχολόγοι ή νοσηλευτές και δουλεύουν με ασθενείς. Εκτός από τα μέλη της ομάδας, υπάρχουν ένας ή δύο συντονιστές (Balint group leaders) που μπορεί να είναι γιατροί ή ψυχολόγοι και έχουν λάβει την απαραίτητη εκπαίδευση στα πλαίσια μιας εταιρείας-μέλους της Διεθνούς Ομοσπονδίας Balint (International Balint Federation). Οι συντονιστές είναι υπεύθυνοι για την τήρηση των κανόνων καλής λειτουργίας της ομάδας και τη διευκόλυνση της συζήτησης και της ανάλυσης του περιστατικού. Όταν πρόκειται για μία νεοσύστατη ομάδα ή όταν εντάσσεται ένα νέο μέλος σε μία υπάρχουσα ομάδα, παίρνουμε λίγο χρόνο στην αρχή της συνάντησης για να εξηγήσουμε στα νέα μέλη τους κανόνες και το πνεύμα που διέπει τη λειτουργία της ομάδας και να συστηθούμε.

Στη συνέχεια ο συντονιστής ρωτά «Ποιος έχει έναν ασθενή για τον οποίο θα ήθελε να μιλήσει;» και τον λόγο παίρνει όποιο μέλος θέλει να παρουσιάσει τον ασθενή του και κυρίως αυτό που τον δυσκολεύει

στη σχέση μαζί του. Τα υπόλοιπα μέλη ακούν χωρίς να διακόπτουν και μετά την παρουσίαση δίνονται λίγα λεπτά στην ομάδα για διευκρινιστικές ερωτήσεις. Μετά τις ερωτήσεις, ο συντονιστής ζητά από τον γιατρό που παρουσίασε να «τραβήξει» λίγο το κάθισμά του έξω από τον κύκλο και καλεί την ομάδα να σκεφτεί πάνω στο περιστατικό. Αυτό το «τράβηγμα» του καθίσματος έχει το συμβολικό νόημα ότι ο γιατρός πλέον δεν συμμετέχει στην συζήτηση αλλά μόνο ακούει τους συναδέλφους του να δουλεύουν πάνω στο περιστατικό του. Η ομάδα κάνει υποθέσεις για το τι μπορεί να συμβαίνει στη σχέση με τον ασθενή, πως νιώθει ο ένας ή ο άλλος, τι συναισθήματα τους δημιουργήθηκαν από την αφήγηση, πως νομίζουν ότι η σχέση δυσκολεύει το κλινικό έργο του γιατρού. Λίγο πριν το τέλος της συζήτησης ο γιατρός που παρουσίασε, καλείται να ξαναμπει στην ομάδα για να μοιραστεί τις σκέψεις και τα συναισθήματα που του δημιουργήθηκαν ακούγοντας την ομάδα να συζητά το περιστατικό του και να απαντήσει σε τυχόν ζητήματα που έθιξαν οι άλλοι. Ανάλογα με το αν παρουσιάζονται ένα ή δύο περιστατικά στη συνάντηση που έχει διάρκεια μιάμιση ώρα, ο συντονιστής είτε θα σημάνει το τέλος της συνάντησης είτε θα καλέσει την ομάδα να προχωρήσει στο δεύτερο περιστατικό για να παρουσιάσει κάποιος άλλος.

### **Τι προσφέρει η ομάδα Balint**

Αξιίζει να τονίσουμε ότι οι ομάδες διέπονται από ένα πνεύμα αλληλοσεβασμού και ισότητας και λειτουργούν σε πλαίσιο ιατρικού απορρήτου. Οι συμμετέχοντες προσπαθούν να ακούν με ενσυναίσθηση (empathy) αυτόν που παρουσιάζει, με στόχο να καταλάβουν τι μπορεί να συμβαίνει μέσα στη θεραπευτική σχέση που προκαλεί δυσκολία στον γιατρό, και στη συνέχεια με τη συμμετοχή τους στη συζήτηση να βοηθήσουν και τον ίδιο να καταλάβει καλύτερα την κατάσταση και τα προβλήματα που υπάρχουν. Τα συναισθήματα του γιατρού συνήθως μεταφέρονται στην ομάδα και κατά κάποιο τρόπο αναβιώνονται τόσο μέσα από το ύφος και το περιεχόμενο της αφήγησης όσο και από τον αντίκτυπο που έχει η αφήγηση στα υπόλοιπα μέλη. Συχνά στην αφήγησή του ο γιατρός υιοθετεί χωρίς να το καταλαβαίνει και μεταφέρει στην ομάδα χαρακτηριστικά του ασθενή του κάνοντας την ομάδα να αισθάνεται όπως ο ίδιος αισθάνεται εξαιτίας του ασθενή του σε μία παράλληλη διαδικασία (parallel process) που αναδεικνύει με έναν τρόπο βιωματικό τις δυσκολίες της σχέσης γιατρού-ασθενή.

Συνηθισμένες περιπτώσεις ασθενών που ακούμε σε παρουσιάσεις ομάδων, αφορούν ασθενείς με χρόνια ιατρικώς ανεξήγητα ή ψυχοσωματικά συμπτώματα, ασθενείς οι οποίοι ζητούν μονίμως εξετάσεις χωρίς πραγματικό λόγο, που παρουσιάζουν προβλήματα

συμπεριφοράς και είναι αγενείς ή ειρωνικοί με τον γιατρό, που κάνουν τον γιατρό να αισθάνεται μπερδεμένος, κάποιοι που έχουν οικογενειακές συγκρούσεις λόγω προβλημάτων με τα παιδιά ή τον σύζυγό τους ή που προέρχονται από άλλη κουλτούρα-χώρα και άρα υπάρχουν προβλήματα κατανόησης, καθώς και ασθενείς που είναι καταθλιπτικοί, διατρέχουν κίνδυνο αυτοκτονίας ή πάσχουν από μία καταληκτική ασθένεια. Καθώς όμως οι ομάδες δεν εστιάζουν στην πάθηση του ασθενούς και τον σχεδιασμό της θεραπείας τους, κάθε ασθενής μπορεί να αποτελέσει αντικείμενο παρουσίασης σε μία τέτοια ομάδα από τη στιγμή που δημιουργεί προβληματισμό ή δυσκολία στον γιατρό του.

Εν κατακλείδι, η ομάδα παρέχει στον γιατρό τη δυνατότητα να σκεφτεί πάνω στη δουλειά του και να διευρύνει τη σκέψη του αναφορικά με τη διαχείριση ενός περιστατικού και τον τρόπο αντιμετώπισης των δυσκολιών που προκύπτουν τόσο στη σχέση όσο και στη θεραπεία. Επίσης, στην ομάδα ο γιατρός βρίσκει ένα πεδίο εκτόνωσης του άγχους και της ματαίωσης που συχνά προκαλούνται από τη δουλειά του και παράλληλα μπορεί βοηθηθεί στο να ξαναβρεί το ενδιαφέρον του για ασθενείς που τον κουράζουν ή τον δυσκολεύουν. Ίσως όμως το πλέον σημαντικό είναι ότι η ομάδα προσφέρει ένα υποστηρικτικό πλαίσιο για τον γιατρό, ο οποίος συνήθως αντιμετωπίζει τα προβλήματά του μόνος του και τον βοηθά στη βελτίωση της επικοινωνίας του τόσο με τους ασθενείς του όσο και με τους συναδέλφους του. Τέλος, αξίζει να σημειωθεί ότι σύμφωνα με έρευνες (Kjeldmand D., Holmström I., 2008), οι ομάδες Balint συμβάλλουν στην αύξηση της εργασιακής ικανοποίησης, στην αποφυγή του *burn-out*, αλλά και στη βελτίωση της εντύπωσης που έχει ο ασθενής για την φροντίδα που λαμβάνει από τον γιατρό του.

Λήδα Μπήτρου  
Κλινική Ψυχολόγος  
Συντονίστρια Ομάδων Balint  
Μέλος της Βρετανικής Εταιρείας Balint

## **Βιβλιογραφία**

Balint, E. (1969) The possibilities of patient-centered medicine. J R Coll Gen Pract. 1969 May; 17(82): 269–276

Balint M. (1957) The doctor, his patient and the illness. London: Tavistock Publications

Kjeldmand D., Holmström I. (2008) Balint Groups as a Means to Increase Job Satisfaction and Prevent Burnout Among General Practitioners. *Ann Fam Med* 2008 6:138-145

Stalinsky, J. (2003) Balint groups and the Balint method. In Burton J and Launer J (eds) (2003) *Supervision and Support in Primary Care*. Radcliffe Medical Press, Oxford. Retrieved from <http://balint.co.uk/about/the-balint-method>

Μπεζιούλα, Κ. (2013) Η ιστορία των ομάδων Balint. Retrieved from [www.balintgroupgreece.com](http://www.balintgroupgreece.com)