

Jedním z osvědčených způsobů, jak lze zpracovat konkrétní problém jednotlivce pomocí skupiny, je setkávání v tzv. *bálintovské skupině*. Jde o zvláštní formu práce ve skupině, která se liší jak od klasického kazuistického semináře tak od psychoterapeutické výcvikové skupiny. Na vysvětlenou:



STRUČNĚ O BÁLINTOVSKÝCH SKUPINÁCH

► Proč bálintovská?

S tímto specifickým druhem práce ve skupině přišel v medicínské praxi anglický psychiatr maďarského původu *Michael Bálint*. V šedesátých letech zavedl na londýnské tavitocké klinice namísto klasických kazuistických seminářů zvláštním způsobem strukturovaná skupinová setkávání, která byla více než na posuzování problémového klienta („případu“), zaměřena na **vztah** terapeuta k tomuto pacientovi, na emoční a motivační složky tohoto vztahu, které přirozeně vstupují do procesu terapie (včetně přenosových a protipřenosových momentů, vlastních projekcí a jiných psychodynamických mechanismů). Terapeut tak měl možnost (určitě lepší, než tomu bylo v „klasické“ supervizi) hlouběji porozumět problémovému vztahu k pacientovi v souvislosti se sebou samým (se svými případnými „slepými místy osobnosti“). Tato metoda supervize byla původně určena lékařům, zejména psychiatrům, **brzy se však rozšířila i mimo tuto oblast mezi příslušníky jiných pomáhajících profesí**: pedagogy, psychoterapeuty, poradenské pracovníky, zdravotní sestry, sociální pracovníky atd., **lze ji rovněž použít v nejobecnějším rámci** (tedy nejen pro lidi v pomáhajících profesích).

► Co to je bálintovská skupina?

Jde o určitý způsob skupinové práce, při němž centrem zájmu, pozornosti, obsahovým ohniskem je lidský vztah (resp. vztahový problém). V původní medicínské podobě je to problémový vztah *lékaře a pacienta*, ve skupinách pedagogů vztah *vychovávajícího a vychovávaného*, ve skupinách sociálních pracovníků *vztahový problém sociálního pracovníka s klientem* apod. Vždy jde o *vztah dvou lidí, z nichž jeden je účastníkem skupiny a druhý nikoliv*. Toto je důležitá podmínka, jeden ze skupiny (protagonista) tedy „řeší“ v bálintovské skupině svůj vztah k někomu druhému, slovo řeší je v uvozovkách proto, že nejde o řešení v pravém slova smyslu (což vyplyne z dalšího textu). Je zřejmé, že nemá smysl ve skupině „řešit“ vztah, který je naprosto bez problémů, popř. vztah, který je sice pln problémů, ale účastníkovi je to úplně jedno, nevádí mu to. **Bálintovská skupina má smysl tehdy, mluví-li protagonista o vztahu, v němž nemá jasno, o vztahu, kterému by rád lépe porozuměl, který jej také nějakým způsobem sužuje, trápí, jednoduše řečeno: o vztahu, na který by se rád „podíval očima více lidí“.**

► Jak taková bálintovská skupina vypadá?

Má pevně danou časovou strukturaci, celkem **5 fází** (nepočítáme-li výběr problému) v daném pořadí. Tato nezvyklá časová organizace se velice osvědčila, má svoji vnitřní logiku, která přes formální sevřenost skupinového sezení a jednoznačnost tématu umožňuje všem zúčastněným vysokou míru svobody sebeprojevení. Tedy:

0. (výběr) Nejdříve si skupina z „nabídnutých“ (tj. vyjádřených ve velmi stručné formě) vztahových problémů vybere jeden. Tomu je pak celé sezení věnováno. Ostatní nabídnuté problémy ovšem nezůstanou nezpracovány, je jim věnováno buď další setkání nebo další sezení v tomtéž bloku.

1. (seznámení s problémem) Protagonista řekne ke svému problematickému vztahu vše, co ho v dané chvíli napadá, důležité je, že nemusí mluvit „učesaně“, rozhodně není žádoucí si svoji „řeč předem připravit“. Po tuto dobu mluví sám, nikým ze skupiny není přerušován, případné otázky si účastníci nechají do následující fáze:

2. (otázky a odpovědi) Účastníci se mohou ptát, protagonista odpovídá.

3. (dojmy, pocity, obrazy, asociace, metafory, fantazie ...) Tato část skupiny (i část následující) bývá obvykle pro protagonistu nejtěžší, protože musí mlčet (přestože má mnohokrát chuť něco říct), zatímco ostatní účastníci skupiny mu sdělují své (jakékoli, pokud možno co nejupřímnější) komentáře, dojmy, pocity, odpověď na nepsané otázky: „*O čem to vlastně celé je?, Co mi to připomíná?, Jaké mě napadají asociace, popřípadě přirovnání?, Jaké obrazy se „vynořily“?*“ atd., přičemž v této fázi je dobré „pustit fantazii z uzdy“, vyjadřovat všechny pocity, dojmy, nápady, pokud možno bez vnitřní cenzury.

4. (postup) Protagonista i v této fázi mlčí, ostatní ve skupině odpovídají na otázku: *Co bych já udělal(a) na jeho místě, v jeho situaci?*

5. (závěr) Na závěr vyjádří protagonista (konečně dostane slovo) svůj pocit ze sezení, může i odpovědět na otázky: *Co bylo pro mě zajímavé, co objevné, co nepřijatelné? Který pohled, dojem, obraz atd. mě nejvíce oslovil? Jak jsem se v té či oné fázi sezení cítil(a)?* ap.

...také lze říci, že **bálintovská skupina**

- je příležitost k volným úvahám bez hranic, k projevení se bez rizika ztráty prestiže, bez hodnotícího aspektu, kde není nikoho, kdo by posoudil, či výrok je nejvýstižnější, nejobornější ...,
- umožňuje cenné střetávání názorů, pocitů, pohledů, postojů ..., z nichž žádný není "dobrý" nebo "špatný", ale jen a jen osobní,
- může každému něco dát, nikomu však nic nebere,
- pomáhá lépe vidět to, co je někdy ukryté, "neviditelné".