

## „Immer dieses Theater beim Insbettgehen ...“. Praktische Unterstützung im Elternalltag mit der videogestützten Beratungsmethode Marte Meo

Maximilian will nicht ins Bett – die von den Eltern mitgebrachte 10minütige Videosequenz vom letzten Abend zeigt es deutlich. Ein weinendes und müdes Kind, hilflose und verärgerte Eltern – und der Wunsch an die Beraterin, diese Situation mit Hilfe der Marte Meo-Methode zu verändern.

### **Bei manchen Familien sieht alles so einfach aus**

Marte Meo geht von der Leitperspektive aus, dass die Eltern kindliche Entwicklungsprozesse im Alltag gezielt unterstützen. Sie tun dies meist ganz intuitiv, in dem sie einerseits die kindlichen Initiativen wahrnehmen, folgen, benennen und bestätigen. So lernen kleine und große Kinder, dass Dinge und Lebewesen, Vorgänge und Emotionen einen Namen haben und eine Funktion, ein Gefühl erkennbar ist (... Du bist ja ganz traurig...) dass manches gefährlich sein kann (...der hat aber scharfe Zähne“), einfach verschwindet, gut schmeckt und vieles mehr. Auch der Erwachsene benennt seine Initiativen („Ich lass schon mal das Badewasser einlaufen“, „Ich bin um halb 5 zurück, ich habe das Handy dabei, wenn du mich erreichen willst“). Er wird dadurch für das Kind vorhersagbar und lädt zur kindlichen Kooperation ein.

Eltern unterstützen kindliche Entwicklungsprozesse andererseits auch dadurch, indem sie ihre Kinder leiten und anleiten. Sie geben klare Signale für den Beginn und das Ende einer Handlung, sie führen ihre Kinder Schritt für Schritt durch neue oder schwierige Situationen, benennen passende (Re-) Aktionsmöglichkeiten und vermitteln ihnen dabei Grenzen und Regeln. Sie sagen beim Spülmaschine ausräumen: „Du kannst schon mal das Besteck einsortieren“, beim Wickeln und Baden: „Erst der eine Fuß, dann der andere“, oder nach dem Essen: „Bring doch die Teller noch in die Küche und hol dann deine Hausaufgaben“.

In vielen Situationen im Alltag wenden Eltern diese beiden Prinzipien häufig an und kommen so zu gelungenen Interaktionen. Die Eltern sind dann im Kontakt mit ihrem Kind – sie sorgen für eine gute Atmosphäre, in dem sie ein freundliches Gesicht zeigen, eine einladende Stimme, angemessene Begleittöne benutzen und auf die Reaktion des Kindes aktiv warten. Durch dieses aktive Warten können sich auf beiden Seiten Freiräume entwickeln. Diese Freiräume dienen der gegenseitigen „Abstimmung“, die zum Gelingen der Interaktion beiträgt, beispielsweise wenn das Kind sagt: „Ich muss aber erst noch meinen Teddy zudecken“. Ein

sich abwechselndes Kommunikationsmuster kann so entstehen, das von gegenseitigem Respekt geprägt wird und das – wie die niederländische Begründerin der Marte Meo-Methode Maria Aarts es nennt – einem „sozialen Tanz“ gleicht und ein förderliches Klima für die Bewältigung von Entwicklungsaufgaben entstehen lässt.

Diese emotional sehr befriedigende Form der wechselseitigen Kommunikation mit wenigen Missverständnissen führt im weiteren Leben zur Ausbildung eines Gefühls der Selbstwirksamkeit. Kleine und große Menschen können so gut gedeihen und dauerhaft psychisch gesund bleiben: Die eigene Person und andere Personen und deren Handlungen werden durch das Benennen und dem Folgen von Initiativen verstehbar. Schwierige Situationen – wie für das müde Kleinkind das abendliche Insbettgehen – werden durch eine positive elterliche Leitung, das Schritt-für-Schritt durch die Situation führen und die nonverbalen oder verbalen Bestätigung der erfolgreichen einzelnen Schritte („Du hast ja schon den Schlafanzug an - jetzt kannst du dich hinlegen – prima – schau mal, ich stelle noch die Tasse neben dein Bett“) für Kind und Eltern handhabbar und bewältigbar. Und diese bedeutsamen und sinnhaften Erfahrungen von „aus eigener Kraft“ erfolgreich gemeisterten Situationen – und daher rührt der aus dem lateinischen abgeleitete Name „Marte Meo“ – können generalisiert werden und beeinflussen positiv zukünftige Erwartungen im Umgang mit schwierigen Situationen.

### **Bei uns ist alles schwierig**

Manchmal kann auf dieses intuitive Wissen von gelungener Kommunikation und dem sicheren Wissen, was Kinder brauchen, um sich gut zu entwickeln, nicht zurückgegriffen werden, zum Beispiel in Zeiten von großem Stress oder auch, wenn diese Erfahrungen als Kind nur sehr selten gemacht werden konnten. Dann ist es gut, wenn sich Eltern am eigenen Modell weiterentwickeln können. Maria Aarts sieht grundsätzlich Schwierigkeiten als noch nicht entwickelte Kompetenz und Probleme als Wachstumsmöglichkeit. Zu ihrer Entfaltung bietet die Marte Meo-Methode eine konkrete, praktische Entwicklungsunterstützung im Familienalltag.

### **Und wie verläuft jetzt die Marte Meo-Beratung mit Maximilians Eltern?**

Obwohl auf dem ersten Videoclip von Maximilian und seinen Eltern viel „Ich will aber nicht“ und „Du gehst jetzt aber ins Bett“ zu hören ist, findet sich doch in der Mikroanalyse

eine kleine Szene am Ende des Films: Der Vater sagt: „Maximilian, leg dich jetzt hin“. Maximilian schaut seinen Vater an, lächelt kurz – und legt sich hin. Diese Szene ist so kurz, dass sie aufgrund der Dynamik der Aktion nur beim genauen Nachbetrachten des Videos sichtbar wird. Bei der nächsten Sitzung mit den Eltern werden sie nur diese kleine Szene sehen. Hier hat der Vater entwicklungsunterstützendes Verhalten gezeigt. Er hat in einer strukturierten Situation Maximilian gesagt, was er tun kann. Maximilian bekommt dadurch die Sicherheit, das Richtige zu tun. Der Vater ist beeindruckt und berührt, dass es ihm offensichtlich doch gelingt, mit seiner freundlichen Stimme und der klaren Botschaft Maximilian zu leiten.

Die Aufgabe der Beraterin oder des Beraters ist leicht – aber nicht einfach, wie Maria Aarts es formuliert. Marte Meo-Beratung orientiert sich streng am Anliegen der Eltern. Durch das gemeinsame Betrachten der Videos kann die Beraterin sehen, „wie es wirklich ist“ und die Problembedeutung für die Eltern anerkennen und würdigen. Die Beraterin muss zunächst in einer sogenannten „Videointeraktionsanalyse“ von kurzen Videoclips aus dem Familienalltag herausfinden, was Eltern und Kinder schon können und bei welchem entwicklungsfördernden Verhalten sie noch Unterstützung brauchen.

Im darauf folgenden Videofeedbackgespräch mit den Eltern benutzt die Beraterin eine eher beschreibende, neutrale Sprache und aussagekräftige Bilder. Sie gibt keine Information ohne Bild, so dass wir hier von einer echten videogestützten Methode sprechen können. Sie richtet beim Betrachten der Bilder den Fokus der Eltern darauf, wie sie es in diesem Moment geschafft haben, ihrem Kind die Unterstützung zu geben, die es gerade braucht. Standbilder helfen dabei, die emotionale Verbindung zwischen Eltern und Kind zu zeigen. Die Eltern werden dabei vom Teilnehmer zum Beobachter, können also von einer Metaebene aus an der Auflösung von bereits verfestigten Problemen und Verhaltensmustern mitwirken und neue Lösungsideen entwickeln. Die beeindruckenden Bilder der sichtbaren Kompetenzen der Eltern – in diesem Fall des Vaters – werden zusammen mit der entwicklungsfördernden Information verknüpft.

### **Marte Meo: Was – Wann – Wozu**

Ganz **konkret und praxisnah** werden auf der Handlungsebene Schritte empfohlen, die mehr von den im Video gezeigten gelungenen Interaktionen ermöglichen.

Marte Meo setzt dabei drei Frageworte zum kriteriengeleiteten Beraten ein:

**Was** können Eltern tun (z.B. hinsichtlich der Strukturierung der Situation, welche Worte können sie benutzen...),

**Wann** tun sie dies (z.B. beim Insbettbringen, wenn sie die Aufmerksamkeit ihres Kindes haben...) und

**Wozu** ist das gut (für das Kind: für den Spracherwerb, zur Kooperation, die Situation ist bewältigbar u.v.m.).

Nach diesen Informationen zu den gezeigten Bildern folgt eine Übungsphase förderlicher Verhaltensweisen für die Eltern, die vor allem auch zu mehr Aufmerksamkeit für das Kind und zu mehr Achtsamkeit für das eigene Verhalten einlädt – wenn die Eltern dies möchten. Im nächsten Video, dem Folgefilm, wird das neu Gelernte sichtbar und in der Beratung anhand der Bilder zurückgemeldet. Weitere Filme und Sitzungen können erfolgen, bis die Eltern sich in diesem Punkt sicher fühlen.

Marte Meo Zeit ist immer Entwicklungszeit und in der Videofeedbacksitzung sorgt die Beraterin dafür, dass auch die Eltern atmosphärische Bedingungen vorfinden, die Gelegenheit zum Wachstum geben und lädt die Eltern ein, emotionale Momente und gelungene Kommunikation zu genießen. Neues Verhalten ist schwer zu erlernen, aber wenn die Eltern sich auf dem Video als ein Modell für gelingende Kommunikation sehen und die dabei entstandene emotionale Verbindung spüren – wenn also sowohl der Verstand als auch das Gefühl aktiviert ist – entfalten diese Bilder nachhaltig ihre Wirkung. Die Verantwortung für die Veränderung bleibt dabei immer bei den Eltern – das ist zum einen sehr wichtig für das Kind und zum anderen sehr wichtig für die Eltern: Sie haben es geschafft – aus eigener Kraft.

**Ingrid Bethge**

B.A. Soziale Arbeit

Marte Meo –Therapeutin

MARIA AARTS: EIN HANDBUCH, 2. ÜBERARB. AUFLAGE, AARTS PRODUCTION 2009

PETER BÜNDER / ANNEGRET SIRRINGHAUS-BÜNDER/ ANGELA HELFER: LEHRBUCH DER MARTE MEO-METHODE. ENTWICKLUNGSFÖRDERUNG MIT VIDEOUNTERSTÜTZUNG. VANDENHOECK&RUPRECHT 2010

CHRISTIAN HAWELLEK : ENTWICKLUNGSPERSPEKTIVEN ÖFFNEN. GRUNDLAGEN BEOBACHTUNGSGELEITETER BERATUNG NACH DER MARTE-MEO-METHODE. VANDENHOECK&RUPRECHT 2012.

AUSBILDUNG: MARTE MEO PFALZ BEI SABINE HERRLE, LIZENZIERTE MARTE MEO SUPERVISORIN, WWW.MARTEMEO-PFALZ.DE