

«Eine Sekunde – und die Welt ist eine andere»

Die unterstützende Kommunikationsmethode Marte Meo ist im dahlia Emmental seit einiger Zeit ein fester Bestandteil der täglichen Arbeit. Das Alters- und Pflegeheim bietet zudem Schulungen im eigenen Haus an und unterstützt seine Mitarbeitenden so, mit demenzkranken Menschen in Beziehung zu treten.

TEXT YOLANDA BUERDEL BILD ZVG

Zusammen sprechen, lachen, sich Zeit nehmen: Kommunikation – sowohl verbale wie auch nonverbale – ist wohl eines der wichtigsten Mittel für uns Menschen, um eine Beziehung aufzubauen. Was also, wenn jemand nicht mehr auf unsere Fragen, unsere Blicke und Gesten reagieren kann und wir diesen Menschen nicht mehr erreichen? «Wir brauchen Beziehungen wie die Luft zum Atmen. Besonders bei Menschen mit demenziellen Erkrankungen ist die Kommunikation aber oft schwierig, manchmal sogar unmöglich», weiss Franziska Furer, Direktorin dahlia Verein Emmental. Seit einigen Jahren arbeitet das Alters- und Pflegeheim deshalb mit der Marte-Meo-Methode, welche die Mitarbeitenden dabei unterstützt, mit den betroffenen Menschen in Kontakt zu treten. Mit Erfolg. «Die Methode hat immer wieder zu positiven Erfahrungen und Erlebnissen geführt, die uns darin bestärken, sie in der täglichen



Gerlind Martin mit ihrer Mutter: «Kontakt ist in jeder Situation möglich.»

Erfahrungsbericht einer Angehörigen

«Eine gut gewählte Filmsequenz macht deutlich, was bei der Kommunikation zwischen meiner Mutter und mir geschieht: Auf eine Frage oder Aufforderung kann sie hörbar antworten – oder nonverbal: Sie schliesst die Augen oder schaut im Gegenteil ganz aufmerksam; sie hält einen Moment lang den Augenkontakt, oder ihr Blick schweift rasch ab; sie reagiert mit einer zustimmenden oder ablehnenden Kopfbewegung, sie lächelt oder verzieht minim das Gesicht. In der realen Situation hätte ich vielleicht zu schnell an die nächste Frage gedacht und dabei subtile Regungen übersehen. Ich hätte möglicherweise nicht beachtet, dass meine Mutter langsam versteht und eine Reaktion vorbereitet. Die Filmsequenz bewirkt eine enorme Verlangsamung und ermöglicht deshalb der Betrachterin oder dem Betrachter das genaue Hinschauen. Wird man dabei von einer Marte-Meo-Fachperson begleitet, kann man dann versuchen, achtsamer auf die jeweilige Situation einzugehen.»
(Gerlind Martin, Angehörige)

Betreuung der Bewohnerinnen und Bewohner anzuwenden», sagt Kornelia Stuedler, Leiterin Pflege und Betreuung. dahlia Emmental hat seine Kompetenzen weiter ausgebaut und bietet seinen Mitarbeitenden Schulungen durch interne Marte-Meo-Supervisorinnen an. Auch Angehörige können davon profitieren, denn die Weiterbildung beginnt mit einer Einführungsveranstaltung, die sich auch an Personen richtet, die mehr über die Methode erfahren möchten, ohne die Schulung zu absolvieren.

Kurze Filme, grosse Wirkung

Ein wichtiges Medium bei Marte Meo ist eine Kamera, denn es werden kurze Alltagssituationen zwischen Mitarbeitenden und Bewohnerinnen und Bewohnern gefilmt. «Dadurch können flüchtige Momente eingefangen, später kleinschrittig angeschaut und so besser verstanden werden», erklärt Kornelia Stuedler. Unterschieden werden dabei zwei Situationen: In der einen gehen die Mitarbeitenden auf den Bewohner zu, um ihn gezielt zu einer Aktion aufzufordern, wie beispielsweise Zähneputzen, Nachtessen oder gemeinsam ein Buch anschauen. In der anderen Situation setzen sie sich zur Bewohnerin hin,

schenken ihr Zeit und schauen, was dabei entsteht. Bei beiden Situationen wenden die Mitarbeitenden während der Interaktion einfache und konkrete Kommunikationselemente an und setzen diese bewusst ein. Wichtige Elemente sind beispielsweise das Finden einer guten Anfangs- und Endsituation in der Kommunikation oder die Bestätigung und Benennung dessen, was für die Bewohnerin momentan relevant ist. «Diese Elemente sind entscheidend dafür, ob und wie eine Verbindung zwischen den zwei Menschen entstehen kann», sagt Kornelia Stuedler und erklärt: «Menschen mit demenziellen Erkrankungen brauchen oft etwas mehr Zeit und Aufmerksamkeit, um reagieren zu können. Schenkt man ihnen diese, ist auf einmal vieles möglich.»

Die Freude am Beruf erlebbar machen

Die kurzen Filmsequenzen werden anschliessend gemeinsam angeschaut und für die Beratung genutzt. Dabei werden nur die gelungenen Momente ausgewählt und hervorgehoben. «Dadurch kann man einerseits das eigene Verhalten beobachten, andererseits aber auch die Ressourcen der Bewohner auswerten und beides positiv stärken», erklärt Kornelia Stuedler. Die Marte-Meo-Schulung ist im dahlia Emmental Teil des Weiterbildungskonzepts und dauert fünf Halbtage plus die Zeit, die es braucht, um die verschiedenen Sequenzen zu filmen und auszuwerten. In der Anwendung selbst ist die Methode jedoch sehr zeitsparend. «Oft reicht ein kurzer Moment des Kontakts, eine Sekunde – und die Welt ist eine andere», sagt Franziska Furer. Die Schulungen sorgen ausserdem bei den Mitarbeitenden und Bewohnern immer wieder für einen grossen Mehrwert, für den sich der Aufwand lohnt: «Wenn man eben beispielsweise realisiert, dass es schon reicht, der Bewohnerin 15 Sekunden Aufmerksamkeit zu schenken, damit sie sich dann die Zähne selber putzen kann, bringt das beiden Seiten Freude und Befriedigung über eine gelungene Kommunikation.» Marte Meo sei deshalb auch eine Möglichkeit, der heutigen oft stressbedingten Situation in der Pflege entgegenzuwirken und die Sinnhaftigkeit und Freude am Beruf erlebbar zu machen, sagt Franziska Furer.



Offene Worte und klare Regeln

Obwohl Marte Meo im dahlia Emmental bereits zahlreiche Erfolge erzielen konnte, gibt es auch immer wieder Skepsis. «Manche Angehörige äussern aufgrund der Kamera Bedenken. Es ist uns deshalb wichtig zu betonen, dass wir beim Filmen strenge und ethische Regeln befolgen: Wir holen immer das Einverständnis der Angehörigen ein und filmen nie eine Situation, die die Bewohnerin blossstellen könnte», sagt Kornelia Stuedler. Die Verwendung der Filme ist schriftlich geregelt, und gefilmt werden darf nur mit einer internen Kamera. Anschliessend werden die Filme auf einer externen Festplatte gespeichert und eingeschlossen. Auch einige Mitarbeitende sind vor der Schulung eher skeptisch. Sie möchten nicht gefilmt werden, weil sie befürchten, beim gemeinsamen Besprechen der Sequenz kritisiert zu werden. Bezeichnend für Marte Meo sei aber gerade, dass der Fokus auf dem Positiven liegt und Stärken hervorgehoben und gefördert werden, sagt Kornelia Stuedler. «Wir konzentrieren uns bei den Filmausschnitten darauf, was gut gelaufen ist, und bestärken die Mitarbeitenden so in ihren Fähigkeiten – ganz nach der Marte-Meo-Philosophie.»



Durch Marte Meo wird die Freude am Beruf erlebbar: Mitarbeitende und Bewohnerin haben eine gute Verbindung zueinander.

Marte Meo bedeutet «aus eigener Kraft» und wurde ursprünglich in den 70er-Jahren von der Holländerin Maria Aarts für die Entwicklungspsychologie erarbeitet. Mittlerweile hat sich die Methode in über 50 Ländern weltweit etabliert. In den letzten Jahren wurde Marte Meo vermehrt auch in der Alterspflege angewandt. In der Schweiz ist dahlia Emmental eine der ersten Institutionen, die Marte-Meo-Schulungen im Langzeitbereich anbieten.



Sie wollen mehr erfahren.
Besuchen Sie uns im Internet:
dahlia.ch/marte-meo



Alterszentrum Eggiwil



dahlia Herzogenbuchsee



dahlia Huttwil



dahlia Lenggen, Langnau



dahlia Niederbipp



dahlia Oberfeld, Langnau



dahlia Wiedlisbach



dahlia Wiedlisbach, Attiswil



dahlia Zollbrück



Kompetenz
in Betreuung
und Pflege

www.dahlia.ch