

Marte Meo im dahlia

Ein Ausbildungskonzept zur Unterstützung interaktiver Fähigkeiten von Mitarbeitenden unterschiedlicher Qualifikationsstufen. Die Methode hilft, Interaktions-Momente mit BewohnerInnen und deren Angehörigen bewusst zu nutzen, auch für anspruchsvolle Pflegesituationen. Marte Meo unterstützt die Kommunikation und das Selbstvertrauen der Mitarbeitenden und damit die Entwicklung der Teams und der ganzen Institution.

Dieser Artikel baut auf den Texten auf: „Die Kraft der Bilder nutzen“, Nova, 5.06.12 und „Begegnungsmomente im Alltag nutzen“, Nova, 7.09.12



Foto: Hans Honders, Marte Meo international®

Maria Aarts, Holland, Gründerin von Marte Meo, live zu sehen und zu erleben am 1. Schweizerischen Fachtag im Altersbereich, Donnerstag, 25. Oktober 2012, dahlia oberaargau in Wiedlisbach

Marte Meo im Altersbereich

Erfahrungen werden erläutert anhand des Pionierbetriebes in der Schweiz: dahlia oberaargau ag, eine grosse Alters- und Pflegeinstitution mit 303 Betten und 270 Mitarbeitenden in Pflege und Betreuung an vier Standorten in Herzogenbuchsee, Huttwil, Niederbipp und Wiedlisbach (Kt. Bern).

Einleitung

Marte Meo ist eine videounterstützte Methode, die zum Ziel hat, dass Mitarbeitende Ressourcen der Pflegebedürftigen und eigene Ressourcen vermehrt wahrnehmen und sie in alltäglichen Interaktionen bewusst nutzen. Die sogenannten Marte Meo Elemente (MME) sind Kommunikations-Elemente des alltäglichen Lebens, die wir intuitiv anwenden. Welche Wirkung diese MME auf das Gegenüber haben, erkennen wir anhand kurzer Filmsequenzen aus dem Pflegealltag. Genaues wertfreies Beobachten und gezieltes Anwenden der MME werden bildbasiert trainiert. Mitarbeitende mit unterschiedlichen Qualifikationen, Aufgaben, Berufserfahrungen und Sprachen können gemeinsam und doch individuell geschult werden. Die Marte Meo Methode wird auch als Coachinginstrument genutzt (Aarts u. Rausch, 2009; K1).

Das Marte Meo Konzept in der Institution zu implementieren, entschieden Urs Lüthi (Verantwortlicher des Verwaltungsrates) und sein Team nach einer Weiterbildungsreise im März 2011 in das Seniorenzentrum am Haarbach in Aachen (www.amhaarbach.de; K1). Dort wird die ressourcen- und lösungsorientierte Methode seit 2007 angewendet und ist im Konzept der Institution fest verankert (Jura, Thommes und Venedey, 2008).

Marte Meo im dahlia oberaargau ag

Ziel der Institution ist, dass Schritt für Schritt alle Mitarbeitenden den 6-tägigen Marte Meo Anwender mit Zertifikatsabschluss absolvieren. Die Gruppen à je 10 Teilnehmende pro Ausbilderin, werden qualifikations- und standortübergreifend gemischt, damit sich verschiedene Mitarbeitende kennen lernen (K1).

Die Ausbildung wird prozesshaft den Zielen, Möglichkeiten und Bedürfnissen von dahlia angepasst. Z.B. arbeiten am Anfang die Auszubildenden vor oder nach dem Ausbildungshalbtag noch auf der Abteilung. Sie **benennen** ihre Müdigkeit: Filme analysieren ist anspruchsvoll. Die Leitung entscheidet, dass sie am Kurstag auf der Abteilung nicht mehr eingeplant werden. Das Ausbildungstempo wird reduziert. Die Motivation des Personals für die Ausbildung steigt: **Weniger ist mehr** und **Schritt für Schritt** bewähren sich - wichtige Elemente des Marte Meo Konzeptes.

Die Mitarbeitenden reagieren unterschiedlich auf die Einführung von Marte Meo. Etliche erkennen die Möglichkeiten der Methode sofort, andere zeigen sich skeptisch oder haben Bedenken, gefilmt zu werden. Wieder andere sagen, dass sie Marte Meo ja sowieso anwenden: das sei nichts Neues. Die Videointeraktionsanalyse hilft, die Wahrnehmung zu trainieren, um im Alltag sehen zu können, was üblicherweise nicht bewusst erkannt und deshalb auch nicht gezielt genutzt werden kann. So wird die Schulung sofort für die Pflege-Praxis wirksam.

Mitarbeitende berichten:

Nach den ersten Analysen der eigenen Filme im Anwenderkurs geben Mitarbeitende folgende Rückmeldungen:

„Ich hätte nie gedacht, dass ich mit ein paar Sekunden länger **warten** am Anfang einer Tätigkeit erreiche, dass ich am Ende schneller damit fertig bin.“

„Bei einem demenzkranken Bewohner habe ich **Schritt für Schrittanleitung** beim Rasieren ausprobiert. Ich habe mich neben ihn gesetzt, beobachtet (**folgen**) und ganz kurze Impulse gegeben und **bestätigt**: „Hier noch, ja genau“. Er hat sich selbständig fertig rasiert, ich habe mich so gefreut darüber (**Freude teilen** und **Happ-Happ**).“ „Wir

können uns selber anhand von gelingenden Interaktionen, die wir im Alltag nicht wahr genommen haben, aber auf den Filmen sehen, bewusst stärken.“

„In der Eile habe ich den Bewohnern jeweils viele Informationen auf einmal gegeben. Nun achte ich darauf, dass ich eins nach dem anderen sage (**Schritt für Schritt**). Ich brauche weniger Worte, sage genau, **was ich als nächstes gerne hätte**. Die Bewohner machen viel besser mit.“

„Ich spreche nicht gut Deutsch: ich hatte Angst vor dem ersten Film. Dann habe ich gemerkt, dass die Bilder mir helfen, die Bewohner besser zu verstehen.“

Leitende sagen:

Bei neu eintretenden Mitarbeitenden ist die filmbasierte Unterstützung nach Marte Meo ein Teil der Einführung. Dies ist konkret, einfach und äusserst wirksam. Die Neuen fühlen sich von Anfang an wertgeschätzt und können rasch und gut mitarbeiten.

„Wir alle lernen, klarer zu **benennen wie wir es gerne hätten, zu benennen, was wir wahrnehmen, wie es uns geht und was wir brauchen.**“ Laut Sonja Jörg (Stv. Bereichsleitung Pflege und Betreuung) war das besonders wahrnehmbar in einer schwierigen Zeit. Die Mitarbeitenden nutzten jede kurze Interaktion mit den Bewohnern und im Team bewusst, stärkten sich dadurch (MME: **Happ-Happ**) und konnten so mit neuer Energie die zusätzliche Arbeit **Schritt für Schritt** bewältigen (K2). Dies brachte Ruhe

und eine gute Stimmung auf die Abteilung.

„Weil die Mitarbeitenden sich nun besser kennen, ist das Aushelfen an anderen Standorten kein Problem mehr. Dies erleichtert die Planung und Führung für uns Leitende.“

„Die Analyse der Filme half uns, eine gemeinsame und einfache Sprache zu entwickeln, die alle Mitarbeitenden, aber auch die freiwilligen Helfenden und die Angehörigen verstehen. Wir sehen nicht nur, was nicht geht, sondern beachten die Ressourcen der Bewohner und Bewohnerinnen und nutzen diese für die alltäglichen Verrichtungen. Die Marte Meo Elemente sind bereits ein Bestandteil in der Pflegeplanung.“

„Wir haben angefangen, freiwillige Helferinnen und Angehörige von demenzkranken Menschen videounterstützt zu beraten.“

Fazit

Es wird bewusst mehr Zeit in den guten Kontakt investiert, bevor eine Pflegeverrichtung beginnt (z.B. Körperpflege, Anziehen), was dazu führt, dass die BewohnerInnen besser kooperieren (Taylor 2011). Die Pflege wird von den Mitarbeitenden als weniger belastend empfunden. Laut Urs Neuenschwander (Bereichsleiter Pflege und Betreuung) haben die Kurzabsenzen in der Institution seit der Einführung von Marte Meo deutlich abgenommen. Weiter sagt er, dass die Mitarbeitenden mit belastenden Pflegesituationen anders umgehen, was zu einer ruhigen Atmosphäre führt (Interview Aarts, NOVA, 5.06.12).

Zusammenfassung

Es zeigt sich, dass die Marte Meo Methode ideal geeignet ist, dass Mitarbeitende aller Qualifikationsstufen und Kulturen voneinander lernen und sich gegenseitig stärken können. Kurze Interaktionen im Alltag werden bewusst als Chancen genutzt, um den BewohnerInnen eine bessere Lebensqualität zu ermöglichen. Die Wirkung anderer Methoden wie Validation, personenzentrierte Pflege, Kinästhetik und/oder basale Stimulation wird durch die Videoanalyse sichtbar und kann dadurch den Pflegebedürftigen noch besser angepasst werden. Zudem wirkt Marte Meo als Empowerment-Instrument überall dort, wo es um Interaktionen, um soziale, emotionale und kommunikative Weiterentwicklung von Mitarbeitenden geht.

Kasten 1 (K1)

Marte Meo Ausbildungsstruktur im dahlia oberaargau ag

(Stand Juni 2012)

Einführung → für Leitende (März 2011)

Die Theorie der Methode und deren Möglichkeiten wird bildbasiert an 2 x 1/2 Tagen vorgestellt. Danach 2-tägige Weiterbildungsreise ins Seniorenzentrum am Haarbach in Aachen.

Anwender → für Leitende (ab April 2011)

Ziel/Inhalt: Filmbasiert wird aufgezeigt, wo sie bereits MME nutzen und was diese beim Gegenüber bewirken. Mindestens 1 Film pro Person wird ressourcenorientiert analysiert. 5 Ausbildungshalbtage: Abschluss mit internationalem Zertifikat als Marte Meo Practitioner (Sommer 2011).

Einführungen → für Mitarbeitende (ab Mai 2011)

7 Marte Meo Einführungshalbtage, pro Mal 20 - 40 Teilnehmende (TN).

Ziel: Mitarbeitende der ganzen Institution lernen die Theorie bildbasiert kennen.

Anwender → für Mitarbeitende (ab Juni 2011)

11 Ausbildungs-Halbtage (in 2 Halbgruppen à je 10 TN). Ziel/Inhalt/Abschluss siehe Anwender für Leitende.

Vertiefungskurs / Coachingebene → für Leitende

Bis Juni 2012 sieben von insgesamt 12 Halbtagen absolviert (in 2 Halbgruppen à je 4 TN)



Leitende lernen ihre Mitarbeiterinnen bildbasiert zu coachen.

Ziel/Inhalt vom Vertiefungskurs

Anhand von Video-Fallsupervision Interaktionen von einer Mitarbeitenden Person und einem/r BewohnerIn analysieren: die Botschaft hinter anspruchsvollem Verhalten lesen lernen (**Marte Meo Diagnose**).



Mitarbeitende werden mit ausgewählten Filmsequenzen ressourcenorientiert beraten

2. Weiterbildungsreise nach Aachen (März 2012)

Gründung eines internationalen Netzwerks von Alters- und Pflegeinstitutionen, die mit Marte Meo arbeiten.

Es werden nur BewohnerInnen gefilmt, bei welchen eine schriftliche Einwilligung vorliegt.

Ausbildungsleitung: T. Niklaus, Ausbilderin: C. Berther

Kasten 2 (K2)

Marte Meo Elemente (MME)

Die Methode unterscheidet zwischen „geleiteten“ und „freien“ Situationen

Die MME des *positiven Leitens* werden eingesetzt, wenn ein Ziel in der Pflege erreicht werden soll (z.B. Körperpflege) und die Pflegebedürftigen dabei Unterstützung brauchen. Detailliert beschrieben im Artikel „die Kraft der Bilder nutzen“ (Nova 05.06.12)

Freie Situationen sind kurze Begegnungsmomente im Alltag. In diesen Interaktionssequenzen verfolgen Fachleute keine Ziele, sie tragen aber zu einer entspannten und guten Atmosphäre auf der Abteilung bei (Kitwood, 2008; Taylor 2011). Z.B: Eine Mitarbeiterin bleibt beim Vorübergehen bei einem Bewohner stehen und nutzt die kurze Begegnungszeit bewusst. Der Bewohner fühlt sich wahrgenommen, dieser kurze Moment stärkt sowohl den Bewohner als auch die Mitarbeiterin (*Happ-Happ*).

Marte Meo Elemente der freien Situation:

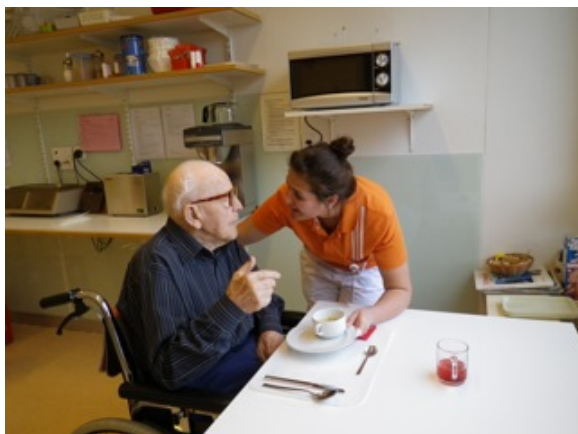
Warten und folgen: Zeit geben und genau hinschauen, was das Gegenüber in diesem Moment tut.

Guter Anschluss mit sich selber: die Mitarbeitende achtet darauf, sich selber in eine entspannte Stimmung zu bringen. → Spiegelneuronen vermögen diese positiven Gefühle im Gehirn der Pflegebedürftigen zu spiegeln.

Die Handlung des Gegenübers benennen, mit freundlicher Stimme: „ah, Sie schauen gerade zum Fenster hinaus“. → Dies gibt dem Bewohner Sicherheit und eine akustische Orientierung: Er fühlt sich wahr genommen und wichtig. Freundliche Töne und konkrete Worte vermögen durch vermehrtes Ausschütten von Neuromodulatoren gerade aktivierte Bahnungen im Gehirn zu stärken. Selbstwahrnehmung und Selbstregulation können so gestärkt werden, die vielleicht teilweise verloren gegangen sind. Nervenzellnetze für Sprache im Brocca-Zentrum werden in dem Moment aktiviert: somit kann mehr Sprache möglich werden als bisher beobachtet.

Schönes Gesicht: Dreht die Bewohnerin in diesem Moment den Kopf und schaut in ein freundliches Gesicht, vermag dies die Dopaminbahnungen im Gehirn zu aktivieren. Endorphine werden ausgeschüttet, die zu Glücksgefühlen führen können: die Bewohnerin erlebt einen guten Moment.

Happ-Happ Momente – Freude teilen (Antiburnout- Prophylaxe): Sich selber emotional „füttern“ zu können, ist für Pflegepersonal äusserst wichtig. Sich freuen über ein Lächeln eines Bewohners, über einen Händedruck → Die Betreuerin kann Energie tanken für die nächsten anspruchsvollen Aufgaben (Endorphin-Ausschüttung im Gehirn).



MME Happ-Happ: Kurzen Begegnungsmoment bewusst nutzen und sich darüber freuen stärkt sowohl Bewohner wie Mitarbeiterin.

Literaturliste

- Aarts, M., Rausch, H., 2009, Marte Meo Kommunikationstraining, Mir fällt nix ein, Aarts Productions, NL
- Jura, M.; Thommes, C.; Venedey, Ch., 2008, Die Marte Meo Methode im Seniorenzentrum am Haarbach, Marte Meo Magazine, 2008/3+4 – Vol. 40/41, Marte Meo International, NL
- Kitwood T., 2008, Demenz, Verlag Hans Huber
- Taylor R., 2011, Alzheimer und Ich, Verlag Hans Huber

Autorinnen

Therese Niklaus Loosli

lizenzierte Marte Meo Supervisorin und Marte Meo Ausbildungsleitung in der dahlia oberaargau ag
Dr. med. Fachärztin FMH für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Hochschuldozentin
CH - 3360 Herzogenbuchsee - beratungspraxis@therese-niklaus.ch - www.therese-niklaus.ch

und

Claudia Berther

Lizenzierte Marte Meo Supervisorin und Ausbilderin in der dahlia oberaargau ag
Ausbilderin eidg. FA, Pflegefachfrau AKP
CH-4323 Wallbach - info@claudiaberther.ch - www.claudiaberther.ch

1. Marte Meo Fachtagung für den Altersbereich vom 25. Oktober 2012

wohl und geborgen.



Schauen und (sich) stärken



1. Schweizerische Marte Meo Fachtagung im Altersbereich

Donnerstag, 25. Oktober 2012, 8 bis 16 Uhr
dahlia Wiedlisbach, 4537 Wiedlisbach

www.dahlia.ch
www.martemeo-dahlia.ch

Maria Aarts aus Holland, die Begründerin von Marte Meo, stellt die Methode bildbasiert vor und zeigt deren Möglichkeiten auf.

Leitende, Mitarbeitende und Ausbilderinnen der dahlia oberaargau ag teilen Erfahrungen und zeigen Beispiele, wie im Pflegealltag mit Marte Meo gearbeitet wird, besonders auch mit Menschen, die an einer Demenz leiden.