



Marte Meo

Marte Meo betyder 'ved egen kraft' og refererer til, at mennesket udvikler sine kompetencer gennem udviklingsstøttende samspil.

Marte Meo er udviklet af hollænderen Maria Aarts, og metoden er udsprunget af nyere udviklingspsykologisk forskning og teorier om samspillet og anerkendelsens betydning for udvikling, trivsel og livskvalitet.

Metoden er kendt i Danmark siden 1994 og anvendes i fx familieterapi, i børneinstitutioner, på skoler, døgninstitutioner, specialinstitutioner og inden for psykiatrien. I de senere år er der også flere plejehjem, der har implementeret metoden som et redskab til at styrke samarbejdet og kommunikationen med borgere med demens.

Marte Meo er en metode til observation, analyse og vurdering af kommunikations- og samspilssituationer. Gennem analyse af videooptagelser af almindelige hverdagsituationer kan de naturlige udviklingsstøttende kommunikationspotentialer afdækkes.

Marte Meo-metodens filosofi er at tage udgangspunkt i det positive, dét der lykkes i samværet/samspillet mellem personale og beboer. Det er en vejledningsmetode, som giver mulighed for at arbejde systematisk og målrettet med de situationer i dagligdagen, som er udfordrende.

Marte Meo metoden har fem konkrete kommunikationsprincipper:

- At følge den andens initiativer (herved erkender vi den anden).
- At bekræfte den anden positiv (herved anerkender vi den anden).
- At sætte ord og struktur på initiativerne (herved strukturerer vi samspillet).
- At lave turtagning (herved skaber vi dialog i samspillet).
- At lave positivt lederskab (dette baserer sig på gode stemninger og udviklingsstøttende struktur).

Helt konkret optages få minutters videofilm af samvær mellem beboeren og medarbejderen. Det kunne fx være en situation, hvor en medarbejder hjælper en borger ved morgentoilette eller påklædning. Herefter laver Marte Meo terapeuten en interaktionsanalyse af videoklippene for at afdække beboerens og medarbejderens kompetencer. Terapeuten udvælger nogle få konstruktive videoklip, der vises for medarbejderne på en efterfølgende supervision.

På videoklippene ser man helt konkret, hvad der sker i samspillet mellem de filmede personer, hvad der lykkes i samspillet, og hvad medarbejderne kan gøre mere af for at give beboeren mulighed for at udvikle sine potentialer. Medarbejderen kan via denne proces støttes i at forandre og indarbejde nye måder at handle på.

Når en videooptagelse analyseres af Marte Meo-terapeuten er der fokus på følgende tre punkter:

1. Hvordan indgår omsorgspersonen i at skabe en følelsesmæssig god atmosfære?
2. Hvordan indgår omsorgspersonen i at følge, positiv bekræfte og benævne initiativer, tage ture?
3. Hvordan indgår omsorgspersonen i at lave struktur, som matcher borgerens funktionsniveau?

Den positive feedback er et centralt punkt i Marte Meo-tilgangen. Det er vigtigt, at vejlederne udvælger de særligt konstruktive klip i optagelserne, kommer med støtte og positiv opbakning og ikke bruger optagelserne til fejlfinding. Fokus ligger på muligheder frem for begrænsninger og tager udgangspunkt i, hvad man gør godt.

Kilder

Tid til at lære - Tid til at leve, Herning kommune

[Alzheimerforeningen](#)

Einang Alnes, R., Kirkevold, M., & Skovdahl, K. (2011). Insights gained through Marte Meo counselling: experiences of nurses in dementia specific care units. *International Journal of Older People Nursing*, 6(2), 123-132.

[PubMed](#)

Lykkeslet, E., Gjengedal, E., Skrondal, T., & Storjord, M. B. (2016). 'On one's own strength' Healthcare providers' experience with introducing Marte Meo Counselling in dementia care. *International journal of older people nursing*, 11(1), 24-31.

[PubMed](#)

J.B. Sørensen (2003) Marte Meo metodens teori og praksis. Systime.

Senest opdateret: 28. oktober 2020