

Marte Meo – videounterstützte Beratung für psychisch kranke Eltern ¹

Annegret Sirringhaus-Bünder
Dr. Peter Bünder

Marte Meo – ein Überblick

Marte Meo ist eine niederschwellige, ambulante Beratungsmethode, um Eltern beim Aufbau von Erziehungskompetenzen zu unterstützen. Dieser Artikel beschreibt, wie mit Hilfe der Marte Meo-Methode einer psychisch kranken Mutter geholfen werden konnte, die notwendigen Fähigkeiten und genügend Selbstvertrauen zu entwickeln, um die Erziehung ihrer Kinder wieder selbst in die Hand zu nehmen.

Marte Meo ist aus dem Lateinischen abgeleitet und bedeutet soviel wie etwas „aus eigener Kraft“ erreichen. Der Name steht für das Programm: Eltern werden unterstützt, insbesondere ihre kommunikativen Fähigkeiten im Umgang mit ihren Kindern zu (re)aktivieren und auszubauen. Durch konstruktive Interaktionen mit dem Kind sollen die Erwachsenen ermutigt werden, ihre eigenen Kräfte zu nutzen, um die Entwicklung ihrer Kinder zu unterstützen.

Marte Meo basiert auf der grundlegenden Annahme, dass Eltern das Bedürfnis und zumindest ansatzweise auch die Fähigkeiten haben, ihre Kinder zu schützen und zu fördern. So wollen Eltern im Regelfall für ihre Kinder das Beste in dem Sinne, dass sie bereit sind, alles zu geben, was ihnen selbst zur Verfügung steht. Eltern wird damit Kompetenz und Verantwortung zugesprochen.

Marte Meo als Modell

Als Modell basiert Marte Meo auf den zahlreichen Studien jener Elemente, die wir ‚natürliche entwicklungs-unterstützende Dialoge‘, zwischen Eltern und Kindern nennen (vgl. u.a. Papousek 1994, Dornes 1993, Stern 1992, Bruner 1987). Das Modell beruht auf der Annahme, dass es so etwas wie eine natürliche bzw. prototypische entwicklungsfördernde Kommunikation zwischen Eltern und Kindern gibt, wenn sie intuitiv ihre Kinder unterstützen, mehr und mehr Fähigkeiten und Fertigkeiten zu entwickeln.

Eltern können nun auf verschiedene Weise daran gehindert sein, eine solche entwicklungsfördernde Kommunikation in ausreichendem Maße zu etablieren. Nicht nur Restriktionen in der eigenen Biographie und/oder in den aktuellen Lebensbedingungen der Eltern können es ihnen schwer oder fast unmöglich machen, die Initiativen ihrer Kinder wahrzunehmen und die darin enthaltenen Entwicklungsbedürfnisse intuitiv zu erkennen und zu beantworten. Auch eine psychische Erkrankung oder Beeinträchtigung eines Elternteils kann es erschweren, einen förderlichen Umgang mit den Kindern zu entwickeln.

Werden Grundbedürfnisse von Kindern aber nicht ausreichend erfüllt, reagieren sie in der Regel irritiert und zunehmend auffällig. Sie werden in Augen anderer „schwierig“. Die Gefahr wächst, dass ein Kind unter diesen Umständen als „gestört“ oder als in seiner Entwicklung beeinträchtigt bezeichnet wird. Es entsteht eine Dynamik, in der sich anstelle eines entwicklungsfördernden ein ‚problem-erzeugendes System‘ um das Kind herum etabliert (vg. Goolishian/Anderson 1992).

¹ Online-Veröffentlichung mit freundlicher Genehmigung der Fachzeitschrift „SpielRäume“, Heft 28, Bremen, Januar 2004

Marte Meo als Methode

Als Methode sozialer Unterstützung beinhaltet Marte Meo differenzierte Anleitungen für eine präzise Informationsvermittlung an Eltern oder professionelle Betreuer/-innen. Sie basieren auf der Annahme, dass problembelasteten Eltern häufig das Wissen und die Erfahrungen fehlen, was sie genau tun können, um ein Kind in seiner Entwicklung zu fördern². Die Inhalte der vermittelten Informationen beziehen sich grundsätzlich auf die Fragen oder Anliegen der Eltern. Videoaufnahmen von Alltagssituationen werden genutzt, um Eltern anhand von Bildern nahe zu bringen, wo ihre Möglichkeiten zur Förderung des Kindes liegen. Unterstützung und Anleitung wird so für jede einzelne Familie „maßgeschneidert“.

Ist ein Elternteil psychisch erkrankt, wird – wegen einer möglichen Beeinträchtigung der Kinder - der Familie häufig nahegelegt, außer der Therapie für den erkrankten Elternteil auch eine Beratung in Erziehungsfragen in Anspruch zu nehmen. In der Beratung stellt sich dann oft heraus, dass diesen Eltern konkrete Informationen fehlen, wie sie mit oder trotz ihrer Erkrankung den Kindern einen positiven Rahmen für Wachstum und Entwicklung schaffen können. Marte Meo bietet ihnen hierzu präzise Informationen zum Alltag und fordert sie auf, diese in konkrete Handlungsschritte um zu setzen.

Intervention durch Bilder

Marte Meo hat den Anspruch, *konkrete* Informationen über die Initiierung von Entwicklungsprozessen an Eltern methodisch so weiterzugeben, dass sie schrittweise aus eigener Kraft ihre Probleme lösen lernen. Marte Meo arbeitet mit spezifischen Anleitungen, die es Marte Meo-Therapeutinnen³ ermöglichen, mit Hilfe von Video-Interaktionsanalysen familiärer Alltagssituationen nicht nur ein „Bild des Problems“, sondern vor allem „Bilder möglicher Lösungen“ im Alltag zu entwerfen (vgl. Hawellek 1997).

Während Eltern und Beraterin gemeinsam die einzelnen Video-Sequenzen anschauen, wird der Alltag und damit sowohl die Problemsituation wie auch die kompetenten Reaktionen der Eltern authentisch und lebendig. Mit Hilfe des Mediums Video wird dabei eine Authentizität und Dichte abgebildet, die in anderen Beratungsformen erst mit viel Aufwand sprachlich rekonstruiert werden muss (vgl. Øvreeide/Hafstad 1996). Die Video-Interaktionsanalyse zeigt, welche Fähigkeiten und Ressourcen die Eltern bereits ausgebildet haben und welche erst ansatzweise erkennbar sind. In gleicher Weise werden die Entwicklungsbedürfnisse des jeweiligen Kindes für die Eltern sichtbar und verstehbar. Als Orientierung für die Analyse der elterlichen Fähigkeiten und kindlichen Entwicklungsbedürfnisse dienen den Marte Meo Therapeutinnen fünf grundlegende Kommunikationselemente:

Element 1 Eltern nehmen die Initiativen ihres Kindes wahr

Kinder zeigen durch Initiativen in Form von Blicken, Tönen und Aktivitäten ihren derzeitigen Aufmerksamkeitsfokus. Dieser Fokus kann auf a) den Erwachsenen im Kontakt, b) auf eine Person oder ein Objekt/Phänomen außerhalb oder c) auf einen inneren Prozess (Wunsch, Gedanke, Gefühl usw.) gerichtet sein.

² Dies verschärft sich noch, wenn ein Kind beispielsweise wegen einer Behinderung spezielle Entwicklungsbedürfnisse zeigt.

³ Basissprache im Internationalen Marte Meo-Netzwerk ist Englisch. Von daher sind die Bezeichnungen über die Abschlüsse ebenfalls der angelsächsischen Terminologie entlehnt. „Therapist“ hat hier nicht die heilkundliche Konnotation wie im Deutschen!

Element 2 Eltern bestätigen die Initiativen ihres Kindes

Kinder zeigen durch Initiativen in Form von Blicken, Tönen und Aktivitäten ihren derzeitigen Aufmerksamkeitsfokus. Dieser Fokus kann auf a) den Erwachsenen im Kontakt, b) auf eine Person oder ein Objekt/Phänomen außerhalb oder c) auf einen inneren Prozess (Wunsch, Gedanke, Gefühl usw.) gerichtet sein.

Element 3 Eltern benennen

Eltern benennen die aktuellen oder sich entwickelnden Initiativen und Aktionen des Kindes, sowie die damit verbundenen Erfahrungen und Gefühle. Aktives Benennen durch Eltern fasst die Erfahrungen des Kindes in Worte. Die sich dadurch entwickelnde Kontingenz gibt dem Kind Sicherheit und Vorhersagbarkeit. Das Kind wird zur sozialen Teilnahme an der es umgebenden Welt eingeladen.

Element 4 In der Kommunikation abwechseln („take turns“)

Eltern tragen Sorge dafür, dass alle Familienmitglieder Beachtung und Raum finden. Dazu gehört auch die Verantwortung für angemessene und abgestimmte Anfangs- und End-Signale in allen Situationen.

Element 5 Eltern leiten und lenken die Kommunikation

Eltern sind in der komplementären Beziehung zu ihren Kindern als Erwachsene in der Verantwortung, für ihre Kinder eine wachstums- und entwicklungsfördernde soziale Umgebung zu schaffen.

(vgl. Aarts 2002)

Nachdem die Videoaufnahme der Alltagssituation zeitnahe ausgewertet ist, findet mit den Eltern ein intensives Beratungsgespräch (sog. Review) statt. Ohne vorhandene Defizite zu leugnen oder zu bagatellisieren, wird schwerpunktmäßig auf die gelungenen Aspekte der familiären Kommunikation Bezug genommen und nicht auf die (häufig ausgeprägten) Defizite⁴. Zentral in der Beratung der Eltern sind diejenigen Aspekte, die Eltern ermutigen und ein wenig selbstsicherer machen können. Jede Besprechung mit Eltern endet mit einer neuen Arbeitsabsprache, was die Eltern bis zum nächsten Film ausprobieren oder intensivieren werden. Gelingt dies, erarbeiten sich die Eltern ihren Erfolg Schritt für Schritt selber. Gelingt es in den nächsten Filmen nicht, schauen wir gemeinsam, was es ihnen schwer gemacht hat und welche unterstützenden Schritte vielleicht gefehlt haben. In sehr kleinen, aber intensiven Schritten werden die Eltern unterstützt, die positive Entwicklung ihrer Kinder wieder eigenverantwortlich in die Hand zu nehmen. Gelingt es, Eltern (wieder oder zum ersten Mal) eigene Stärke erleben zu lassen, ist die Verbesserung des Zusammenlebens mit ihren Kindern die größte Belohnung und der stärkste Anreiz, auf diesem Weg weiterzugehen.

Achsen der Entwicklung

Kinder benötigen unverzichtbar die Unterstützung ihrer Eltern oder von Menschen, die bei ihnen Elternstelle vertreten für eine gute Entwicklung. Ist ein Elternteil u.U. schon viele Jahre psychisch erkrankt, war es nur bedingt möglich, solche Fähigkeiten zu entwickeln, die sie für die Erziehung ihrer Kinder benötigen. Nicht selten fehlten ihnen zusätzlich gute Modelle für die eigene Rolle als Mutter bzw. Vater, wenn beispielsweise das Verhalten der eigenen Mutter oder des eigenen Vaters früher eher unberechenbar, vernachlässigend, gewalttätig, ambivalent, von Sucht oder ebenfalls psychischer Erkrankung geprägt war. Oft fehlte eine positive mütterliche oder väterliche Person völlig in ihrem Leben.

⁴ Einige Jahre Praxis mit Marte Meo versetzen uns in die Lage, anhand von reichhaltigem Videomaterial zeigen zu können, dass selbst bei sog. Multi-Problemfamilien Aspekte oder Spuren von positiver Kommunikation aufzuzeigen sind.

Diese Eltern benötigen selbst Hilfen, um zunächst eine Vorstellung von positiver Elternschaft zu entwickeln und auf dieser Basis die Fähigkeiten zu erlernen, die sie die Rolle einer (ausreichend) guten Mutter oder eines (ausreichend) guten Vaters ausfüllen lassen (vgl. Siringhaus-Bünder/Bünder, 2001). Erst das Erleben, eine gute Mutter oder ein guter Vater sein zu können wird ihnen den entsprechenden Selbstwert und das entsprechende Selbstbewusstsein vermitteln, das wiederum notwendig ist, um dem Kind gegenüber sicher aufzutreten, d.h., auch ihm Sicherheit und Selbstwert zu vermitteln. Marte Meo hat beide Achsen der Entwicklung, die kindliche und die elterliche gleichberechtigt im Blick. Praktisch initiieren wir diesen Lern- und Entwicklungsprozess der Eltern während der gemeinsamen Betrachtung der Filme.

Fallbeispiel:

Durch das örtliche Jugendamt wurde eine junge, 25-jährige Mutter mit ihrem neuen Ehemann für eine Beratung überwiesen. In der Abklärung des Anliegens zeigte sich, dass Frau A. in der Vergangenheit mehrere Male in stationärer psychiatrischer Behandlung gewesen war. Aus einer früheren Beziehung hatte Frau A. einen Sohn Daniel⁵, der zu Beginn der Beratung fünf Jahre alt war. Durch einen Beschluss des Amtsgerichtes war Daniel bei der letzten Unterbringung der Mutter bei deren Eltern untergebracht worden. Bedingt durch die stationären Aufenthalte waren die Großeltern sowie noch im Haushalt lebende Tanten und Onkel zu primären Bezugspersonen für das Kind geworden.

Aus ihrer nun ca. zweijährigen Beziehung mit Herrn A., den sie inzwischen auch geheiratet hatte, war eine jetzt zehn Monate alte Tochter Jessica hervorgegangen. Mit großer Unterstützung ihres Ehemannes hatte Frau A. in den vergangenen Monaten versucht, die durch ihre psychische Erkrankung in Teilbereichen eingeschränkte elterliche Sorge in vollem Umfang zurück zu erlangen, um ihren Sohn wieder in ihren Haushalt holen zu können.

Blockiert wurde dieser Schritt vehement durch ihre eigenen Eltern, die Frau A. weiterhin als „krank“ bzw. zu instabil bezeichneten und daher mit anwaltlicher Hilfe versuchten, einen weiteren Verbleib des Enkelsohnes in ihrem Haushalt zu sichern. Vor dem Hintergrund eines positiven Gutachtens der behandelnden Ärzte, die Frau A. als deutlich stabilisiert und erziehungsfähig diagnostizierten, entsprach das Amtsgericht dem Antrag der Mutter und ordnete die Rückführung des Jungen an. Wegen der längeren Zeit der Trennung und der bekannten familiären Konflikte folgte das Gericht der Empfehlung des zuständigen Jugendamtes, der Mutter eine Beratungsverpflichtung für die Reintegrationszeit aufzuerlegen. Vor diesem Hintergrund meldeten sich Frau A. und ihr Mann im September 2000 in der Familienberatungsstelle.

Daniel war zu diesem Zeitpunkt bereits in den Haushalt der Mutter übergewechselt. Der Junge zeigte sich irritiert und verunsichert. Zwar war ihm die eigene Mutter nicht fremd, da er sie auch hin und wieder in der Klinik besuchte hatte, aber es fiel doch deutlich auf, wie sehr ihn der abrupte Verlust des bisherigen Zuhauses belastete. Im Aufnahmegespräch mit dem Paar wurde deutlich, wie sehr auch Frau A. verunsichert war und keine rechte Vorstellung hatte, wie sie ihrem Sohn die Integration in ihre neue Familie erleichtern könne. Frau A. legte ehrlich offen, dass sie keine Idee hätte, wie sie mit Daniel richtig umgehen könnte. Dass die Situation in dieser Anfangszeit nicht schon eskalierte, war das Verdienst von Herrn A., der sich sehr um Daniel kümmerte und vermittelte.

⁵ Alle Namen wurden anonymisiert.

Den Eltern wurde eine Beratung nach der Marte Meo-Methode angeboten, um speziell der Mutter mit Hilfe der Videobilder die Entwicklung einer tragfähigen Beziehung zu erleichtern. Dies wurde gerne angenommen. Bei den ersten Filmen fanden wir die wesentliche Selbstumschreibung der Mutter voll bestätigt. Sie hatte uns eingangs gesagt: „Ich kann nicht gut reden!“. Die Aufnahmen mit Daniel zeigten eine äußerst schweigsame Mutter mit einem irritierten Sohn. In der Besprechung des Films (dem „Review“), wurde deutlich, wie ihre Verunsicherung sie blockierte und ihr buchstäblich die Worte im Hals stecken blieben. Ähnliches fanden wir in den Aufnahmen mit ihrer zehn Monate alten Tochter. Frau A. hatte bisher angenommen, mit einem Säugling könne man noch nicht reden. Auch hier fehlten ihr im wahrsten Sinne die Worte.

Mit unserer Unterstützung war sie bereit, ein „Experiment“ zu wagen. Wir favorisierten die Idee, sie mit Hilfe der kleinen Jessica spielerisch zum Sprechen zu bringen. Als sie erlebte, wie spontan und aktiv ihre Tochter selbst auf ihre anfangs holperigen Versuche reagierte, fand sie den Mut und auch die Worte, mehr zu sprechen. In den folgenden Reviews war die Mutter von ihrer neuen Fähigkeit, mit einem kleinen Kind zu sprechen und „Antworten“ von ihm zu bekommen sehr beeindruckt. Sie konnte diese Fähigkeit in den Filmen wieder und wieder sehen. Zweifel, Ängste und Hilflosigkeit wichen einer sich entwickelnden positiven Einstellung, so dass sie sich schließlich traute, diese Erfahrung auf auch ihrem Umgang mit Daniel zu übertragen.

Sie befürchtete Misserfolg – und staunte über seine spontan positiven Reaktionen. Allmählich intensivierte die Mutter nun auch ihren verbalen Austausch mit dem Sohn, lernte seine kindlichen Signale zu verstehen und positiv zu beantworten. Mehr und mehr gewann sie über die Reflexion der Filme die Sicherheit, wie jede andere Mutter mit ihren Kinder in Kontakt sein und sie leiten zu können. Durch die Einbeziehung ihres Mannes wurde dieser Prozess nochmals verstärkt, da er ihr im Alltag immer wieder Mut zusprach und sie aktiv unterstützte.

So sagte uns Frau A. nach ca. acht Monaten bei der Auswertungssitzung, dass sich über ihr zweites Kind und die „anschaulichen“ Bilder der Videofilme in Verbindung mit der förderlich annehmenden Haltung in den Beratungsgesprächen die Türen auch für ihre eigene Entwicklung geöffnet hätten. Das gewonnene Selbstvertrauen, das Erlebnis von Selbstwirksamkeit und die überaus positive Reaktion ihrer beiden Kinder führten in der Folge dazu, dass Frau A. zuerst den Kontakt zu ihren Geschwistern und schließlich auch zu ihren Eltern wieder aufnehmen konnte. Ihre gewonnene Stabilität musste schließlich auch von ihren Eltern anerkannt werden. Es war einfach nicht mehr möglich, sie als verantwortliche Mutter zu ignorieren oder zu bevormunden.

Die Kraft der Bilder

Marte Meo nutzt als zentrales Werkzeug Videoaufzeichnungen von Alltagssituationen. Diese Videobilder machen eine Repräsentation von Familienleben möglich, bei der die Bedeutungen von Ereignissen nicht sprachlich konstruiert werden muss, sondern sinnlich erfahrbar wird.

Folgende Aspekte sind uns für den Nutzen dieses Werkzeuges für die beraterische Arbeit wichtig:

- Mit Hilfe der Video-Interaktionsanalyse ist es möglich, detaillierte, bildhafte Informationen über natürliche entwicklungsunterstützende Alltagsinteraktionen zwischen Eltern und Kindern zu erarbeiten.
- Videofilme helfen, herauszufinden, welche Art von Unterstützung ein Kind oder ein Klient benötigt.

- Videofilme unterstützen Helfer/-innen, ihre Hilfen besser an die Lebensrealität ihrer Klienten anzupassen.
- Die Video-Interaktionsanalyse eröffnet Helfer/-innen die Gelegenheit, Klienten schrittweise konkrete Informationen zu vermitteln. Die Klientinnen können sich ein konkretes Bild von den erforderlichen Verhaltensweisen machen.
- Videofilme, die gelungene Interaktionen zeigen, verhelfen den Klientinnen zu Anerkennung und Selbstbewusstsein. Sie können ihren Erfolg genießen.
- Helfer/-innen können ebenfalls ihre eigenen Lern- und Entwicklungsprozesse auf Video nachvollziehen.

Zusammenfassung

Der Einsatz von Marte Meo in der Arbeit mit Familien, in denen ein Elternteil psychisch erkrankt ist, wirkt sich auf verschiedenen Ebenen positiv aus:

- Die Arbeit nimmt zu an Präzision. Während ohne das Medium Video in den Gesprächen mit den Klienten in der Regel *über* eine Fülle von Dingen geredet wird, die oft von den Klienten anders wahrgenommen, bewertet und beschrieben werden als von den Berater/-innen, werden bei der Marte Meo Arbeit Videobilder genutzt, um spezifisches Verhalten in konkreten Situationen zu bearbeiten. Eine Diskussion über das, was „wirklich“ war, erübrigt sich durch die gemeinsame Betrachtung der Bilder. Für eine Bewertung, so sie denn überhaupt notwendig erscheint, ist die sichtbare Wirkung eines bestimmten Verhaltens im Film maßgeblich.
- Die Klienten erfahren einerseits eine straffere und effektivere Form der Hilfe. Andererseits ist es weniger möglich, nur so zu tun, als ob man Hilfe in Anspruch nähme, sich dann aber mehr oder weniger heimlich zu verweigern.
- Die Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen, die mit der Marte Meo Methode arbeiten, berichten über eine generell klarere Strukturierung ihrer Arbeit. Der sog. „Marte Meo Blick“ lässt sich eben auch ohne Kamera nutzen bzw. nicht mehr einfach abschalten.
- Die kollegiale Zusammenarbeit kann mit Hilfe von Marte Meo intensiviert und präzisiert werden, so dass nicht nur Entwicklungsprozesse der Familien gefördert werden. Vielmehr können sowohl die Art des methodischen Vorgehens im Hinblick auf Zusammenarbeit als auch die individuelle fachliche Entwicklung positiv unterstützt werden.

Literatur:

- Aarts, M. (2002): Marte Meo Handbuch; Harderwijk: Aarts Production
 Aarts, M. (1996): Marte Meo Guide; Harderwijk: Aarts Production
 Anderson, H./ Goolishian, H.A. (1990): Menschliche Systeme als sprachliche Systeme, in: Familiendynamik (15. Jg.), Heft 3, Seite 212 - 243
 Bruner, J.S. (1987): Wie das Kind sprechen lernt; Bern: Huber
 DJI (1998): Handbuch SPFH (Hg. BMFSFJ); Stuttgart: Kohlhammer
 Dornes, M. (1993): Der kompetente Säugling. Frankfurt: Fischer
 Hawellek, Ch. (1997): Von der Kraft der Bilder, in: Zs. Systema, Heft 2, Seite 13 – 18
 Kool, F. et. al. (1990): The power lies within the families; Rijswijk: WVC
 Oevreeide, H., Halfstad, R. (1996): The Marte Meo method and developmental supportive dialogues; Harderwijk: Aarts Production
 Papousek, M. (1994): Vom ersten Schrei zum ersten Wort: Anfänge der Sprachentwicklung in der vorsprachlichen Kommunikation; Bern: Huber
 Sirringhaus-Bünder, A. / Bünder, P. (2001): Marte Meo: Entwicklungsfördernde Dialoge. In: Zs. sozial extra, Heft 6, Seite 10 - 16
 Stern, D. (1992): Die Lebenserfahrung eines Säuglings; Stuttgart: Klett-Cotta

Annegret Sirringhaus-Bünder

Dipl.-Sozialarbeiterin; Marte Meo Licensed Supervisor; Lehrende für Systemische Beratung und Therapie (DGSF); Supervisorin (DGSF); Seit 1985 in freier Praxis für Beratung, Fortbildung und Supervision in Köln

Peter Bünder

Dr. phil., Dipl.-Pädagoge; Dipl.-Sozialarbeiter; Marte Meo Licensed Supervisor; Approbierter Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut, Familientherapeut (DGSF); Professur für das Fachgebiet Erziehungswissenschaft an der Fachhochschule Düsseldorf, Fachbereich Sozial- und Kulturwissenschaften