

**MARLIES SCHAEFER**  
Dipl. Supervisorin und  
Marte Meo Supervisorin, Dortmund

Februar 2015 | Art. 47G

## Aus eigener Kraft

# Pflege & Begleitung demenziell erkrankten Menschen



*Demenz – Man sieht nur mit dem Herzen gut, sagt der kleine Prinz in der Geschichte von Antoine de Saint-Exupéry. Aber auch der Einsatz von Videoaufnahmen kann für die Kommunikation mit Demenzkranken sehr hilfreich sein – etwa mit der Methode Marte Meo.*

[Marlies Schaefer]

### 1. Die Marte Meo Methode ist nachhaltig

Seit einigen Jahren wird die von der Niederländerin Maria Aarts für die Arbeit mit Kindern entwickelte video-gestützte Interaktionsanalyse »Marte Meo« auch in der Altenpflege genutzt. Als besonders effektiv hat sich die Methode in der Pflege und Begleitung von demenziell erkrankten Menschen erwiesen.

Marte Meo ist in allen Hierarchie- und Ausbildungsstufen erlernbar. Die Methode ist nachhaltig, weil die Bilder besser im Gedächtnis bleiben und das Gelernte bei der Interaktion schneller wieder abgerufen werden kann. Sie kostet keine zusätzliche Zeit bei der Pflege, lässt die Sensibilität für die Bedürfnisse der Bewohner wachsen und verbessert die Arbeitszufriedenheit – die Pflegenden sehen, wie sinnvoll und wirksam ihre Arbeit mit den demenziell erkrankten Bewohnern ist.

## 2. Gelungene Interaktion möglich machen

Mit einigen Fragen hat sich *Maria Aarts*<sup>(1, 2)</sup> während ihres gesamten Berufslebens beschäftigt:

- Wie lernen Menschen die soziale Interaktion?
- Wie bekommen sie soziale Aufmerksamkeit?
- Wie kann man zum einen erkennen, was eine Person braucht, und zum anderen, was diese Person noch für sich entwickeln will?

Sie beobachtete und untersuchte in vielen Videoaufnahmen die zwischenmenschliche Kommunikation. Dabei fand sie heraus, dass bestimmte Verhaltensweisen eine gelungene Interaktion überhaupt erst möglich machen. Diese bezeichnete sie als Marte Meo-Elemente. Für die Altenpflege zählen unter anderem:

- *das gute Gesicht* – das bewusst freundliche oder lächelnde offene Gesicht;
- *das Benennen* der eigenen Handlungen und der Initiativen der Bewohner;
- *das positive Leiten* – sagen, was der Bewohner tun kann;
- *das Folgen* – den Initiativen des Bewohners folgen und sie benennen;
- *das angemessene Tempo* – angepasst an die Aufnahmefähigkeit des Bewohners;
- *der angemessene räumliche Abstand* – angepasst an die Wahrnehmungsfähigkeit des Bewohners.

Dies ermöglicht den Bewohnern, trotz kognitiver Einschränkungen im Kontakt mit dem Pflegenden zu bleiben und sich in alltäglichen Situationen selbstwirksam zu erleben.

## 3. Eigene gute Erfahrungen machen

Kolleginnen und Kollegen filmen die Pflegeperson in ganz alltäglichen Situationen mit den Bewohnern. Diese Videos werden anschließend von einer Marte Meo-Fachkraft gesichtet – dabei liegt der Fokus auf dem Erkennen von Marte Meo-Elementen in der Kommunikation.

Der Pflegende bekommt die Sequenzen aus dem Video sehr kleinschrittig gezeigt. Bei gelungenen Interaktionen wird das Bild angehalten. Nun kann die gefilmte Person sich vergewissern, welche positiven Auswirkungen sein Agieren auf den demenziell Erkrankten hat. Durch den Film werden gelungene Momente im Wortsinn anschaulich, und der Betrachter

kann sich daran erfreuen und davon für die künftige Arbeit profitieren. So entstehen aus intuitiv gelungenen Situationen Kompetenzen, die jederzeit wieder abrufbar sind.

## 4. Marte Meo ganz praktisch

Im *Fritz-Heuner Heim*<sup>(3)</sup> in Dortmund wurden 22 Pflegende in drei Kursen innerhalb von sechs Tagen von mir zu Marte Meo-Practitionern ausgebildet – darunter auch das Leitungsteam. Alle Mitarbeitenden sind vom Leitungsteam persönlich gefragt worden, ob sie an der Fortbildung teilnehmen möchten. Die anderen Mitarbeitenden wurden über Qualitätszirkel eingebunden.

---

**Die Mitarbeitenden können jetzt von sich sagen, dass sie Experten geworden sind in der Kommunikation mit demenzkranken Menschen bzw. mit Menschen, die Einschränkungen haben...**

---

Um einen praktischen Einblick vom Einsatz der Methode im Pflegealltag zu bekommen, habe ich<sup>(4)</sup> *Frauke Gorontzi*, Leiterin des Fritz-Heuner-Heims, und Altenpflegerin *Ewelina Voigt-Oelker* zur Wirkung dieser Methode interviewt.

Nachfolgend sind die wichtigsten Fragen und Antworten zusammengefasst:

*Wie gut kann man die Methode im Pflegealltag nutzen?*



FRAUKE GORONTZI: Wir haben durch die Marte Meo-Methode Selbstvertrauen gewonnen. Die Mitarbeitenden können jetzt von sich sagen, dass sie Experten geworden sind in der Kommunikation mit demenzkranken Menschen bzw. mit Menschen, die Einschränkungen haben – z. B. nach einem Schlaganfall. Mit Marte Meo hat sich die Haltung der Mitarbeitenden verändert. Sie gehen mehr auf den zu Pflegenden ein und probieren mehr aus. Wenn sie merken, dass der räumliche Abstand zu einem Pflegebedürftigen zu groß ist, gehen sie näher heran. Sie bremsen sich

verändert. Sie gehen mehr auf den zu Pflegenden ein und probieren mehr aus. Wenn sie merken, dass der räumliche Abstand zu einem Pflegebedürftigen zu groß ist, gehen sie näher heran. Sie bremsen sich

aus, gehen in ein anderes Tempo, sie probieren in der Kommunikation viel mehr Varianten aus, um an ihr Ziel zu kommen. Sie tun es nun bewusster.

### Was ist das Neue an Marte Meo?

FRAUKE GORONTZI: Die Einfachheit, mit der die Bilder erklären, wie etwas gut funktionieren kann. Auf den einzelnen Moment zu schauen und in diesem Moment zu sehen, wie ein Mensch zufrieden und glücklich ist, sich verstanden fühlt durch ganz, ganz kleine Dinge, die oft im Alltag übersehen werden. Das Faszinierende war, dass man sehen konnte, wie diese kleinen Impulse sich bei den Bewohnern auswirken. Die Impulse waren den Mitarbeitenden oft selbst nicht präsent. Sie haben nur bemerkt: mit diesem Bewohner kommst du besser klar und ich mit dem anderen. Aber woran das liegt, dass ein Bewohner mit dem Pfleger gut kooperiert, sei es, wenn ein Verband gewechselt werden muss, oder beim Essen reichen, das war ihnen oft nicht bewusst. Das war das Faszinierende, dieses sichtbar machen von Qualität auf eine praktikable Art und Weise.



Foto: Werner Krüper

### Ist Marte Meo auch bei herausforderndem Verhalten der Bewohner hilfreich?

FRAUKE GORONTZI: Wir haben durch das Anschauen der Filme erkannt, wie wenig Zeit tatsächlich benötigt wird, um eine Situation so zu gestalten, dass keine Widerstände entstehen bzw. dass Widerstände abgebaut werden können. Hinter dem Widerstand und der Verweigerung wird häufig der Wunsch nach Kontakt, Struktur oder angepasstem Tempo sichtbar. Je mehr Restfähigkeiten wir sehen, umso besser können wir sie im Pflegealltag nutzen. Mit anderen Worten:

- Wie kann ich Bewohner motivieren, mit uns zu kooperieren?
- Wie schaffe ich es, ihre Impulse und Initiativen wahrzunehmen und aufzugreifen?
- Wo kann ich sie führen lassen, wo sie noch etwas können und ihnen dann Struktur geben, wenn sie das Modell dazu verloren haben?

EWELINA VOIGT-OELKER: Menschen mit Demenz kennen oft nicht mehr die einfachsten Vorgänge, sie wissen nicht mehr, was passieren wird und können deswegen auch nicht kooperieren. In vielen Situationen, die sie nicht mehr verstehen, reagieren sie dann unsicher oder aggressiv. Aber ich behalte mein gutes Gesicht, auch wenn es schwierig wird. Da achte ich jetzt drauf. Mir ist klar geworden, was das bedeutet, immer in ein besorgtes Gesicht zu schauen. Man muss auf die eigene Mimik achten, das ist wichtiger als die Sprache.

### Durch den Film werden gelungene Momente im Wortsinn anschaulich, und es entstehen Kompetenzen, die jederzeit wieder abrufbar sind.

### Die Pflege ist zeitlich sehr eng getaktet, kostet die Marte Meo-Methode da nicht zu viel Zeit?



EWELINA VOIGT-OELKER: Mehr Zeit nicht, denn sobald ich bei dem Bewohner bin, versuche ich schon ein gutes Gesicht zu machen.

Manchmal ist ein Bewohner hektisch und will mich nicht so richtig wahrnehmen. Er weiß, dass ich da bin, aber er

macht, was er möchte. Dann bremsen mich ein bisschen. Sobald ich im Kontakt mit ihm bin, kann ich weiter machen. Sonst gibt es nur Stress und keine Möglichkeit der Zusammenarbeit.

FRAUKE GORONTZI: Da, wo der Anfang gelingt und die Kontaktaufnahme über das gute Gesicht hergestellt ist, steht auf einmal die Tür offen und ist vieles möglich. Wir sind in der Arbeit ständig zielorientiert und möchten, dass dieser Mensch jetzt etwas isst, etwas trinkt, sich die Zähne putzt, aufsteht oder irgendwelche anderen Dinge tut. Das ist unsere Aufgabe, und natürlich möchten wir auch, dass er sich wohl fühlt. Gerade für diese vielen Handlungen, die wir körpernah tun, muss die Bereitschaft da sein. Wenn der Anfang nicht gelingt, kann der Bewohner nicht folgen, dann kann ich ihn nicht positiv leiten und dann geht gar nichts mehr.

Und wenn das Ende einer Handlung nicht deutlich gemacht wird, bleibt der Bewohner in der Luft und in seiner Unsicherheit hängen, dann ist auch das wohlige Gefühl wieder futsch. Diese beiden Elemente bewusst einzusetzen bei jedem Kontakt, das ist sicherlich eine Sache, die mir jetzt viel mehr auffällt.

### *Kann Marte Meo die Arbeitsstimmung ändern oder den Arbeitsdruck verringern?*

EWELINA VOIGT-OELKER: Es hat sich oft eine Einstellung eingepreßt, mehr Negatives als Positives über die Menschen zu sagen – bei Marte Meo ist es genau umgekehrt. Wenn sie bei der Übergabe schlecht sprechen, da haben sie manchmal sicherlich recht, aber am nächsten Tag kann man dann auch wieder etwas Gutes über den Bewohner sagen.

FRAUKE GORONTZI: Marte Meo gibt uns die Chance, in dem Moment, in dem einem die Galle hoch kocht und wo der Stress und der Zeitdruck da sind, zu sagen: Ich konzentriere mich mal auf einen ganz kleinen Moment, auf einen kleinen Augenblick, da kann ich mir einfach mal eingestehen, dass der mir grade gut gelungen ist, und ich weiß jetzt auch, warum er mir gut gelungen ist, und das kann ich jetzt mal eine Sekunde lang genießen. So viel Zeit ist dann doch da, das kann man sogar im Gehen tun.

### *Gibt es in der Altenpflege noch andere Möglichkeiten, Marte Meo einzusetzen?*

FRAUKE GORONTZI: Unser Leitungsteam lässt sich derzeit als Marte Meo-Kollegtrainer ausbilden. Im Rahmen dieses Lernprozesses entwickeln wir immer wieder neue Perspektiven, was wir mit Marte Meo noch tun

---

### **Ich behalte mein gutes Gesicht, auch wenn es schwierig wird. Man muss auf die eigene Mimik achten, das ist wichtiger als die Sprache.**

---

könnten. Da haben wir die Angehörigen im Blick, die mit dieser Methode ein viel entspannteres Verhältnis zu ihrem Verwandten bekommen können.

Ein anderes Arbeitsfeld ist sicherlich die Anleitung von Schülerinnen und Schülern. Für mich als Leitung ist ein weiterer Gewinn, dass wir anders auf unsere Mitarbeitenden schauen, nicht mehr mit dem Blick der besagt: Ach, das hätte aber auch noch sein können. Heute geben wir dagegen die Rückmeldung: Oh, das war aber jetzt ein toller Moment, der Ihnen gut gelungen ist. Das verändert das Verhältnis von Leitung zum Mitarbeitenden und hat mir persönlich eine andere Perspektive eröffnet.

*Früher haben wir immer gedacht, Demenz ist bei allen dasselbe. Heute haben wir hundert unterschiedliche Ausprägungen, Arten und Herausforderungen für uns. Da können wir nicht nach Schema F pflegen. Das geht einfach nicht.*

#### **Mehr zum Thema:**

- (<sup>1</sup>) *Buchtipps*: MARIA AARTS: »Marte Meo - Ein Handbuch«. ISBN 978-90-75455-14-4. Eindhoven: Aarts Productions (2009, 2. überarbeitete Ausgabe; vergriffen). Die 3. überarbeitete Ausgabe: ISBN 978-90-75455-26-7. Eindhoven: Aarts Productions (2011).
- (<sup>2</sup>) Website Marte Meo International: [www.martemeo.com](http://www.martemeo.com)
- (<sup>3</sup>) Website Fritz-Heuner Heim, Dortmund: <http://www.diakoniedortmund.de/wohnen-und-leben/service-wohnen/service-wohnen-fritz-heuner-heim.html>
- (<sup>4</sup>) Website Marlies Schaefer: [www.marte-meo-dortmund.de](http://www.marte-meo-dortmund.de)

### Marte Meo

*Methode:* Marte Meo ist eine Entwicklungs- und Kommunikationsmethode, die Beratung und Unterstützung in unterschiedlichsten Kontexten ermöglicht. Im Zentrum steht die Nutzung des Mediums Video, mit dessen Hilfe Ratsuchende eine besondere »Einsicht« in die eigene Lebenssituation und die darin enthaltenen Stärken erhalten. Der Begriff »Marte Meo« wurde der römischen Mythologie entliehen und bedeutet sinngemäß »aus eigener Kraft«.

*Begründerin:* Entwickelt wurde die Methode in den späten 1970er- und frühen 1980er-Jahren von der Niederländerin *Maria Aarts*. Nachdem sie die Methode viele Jahre lang erfolgreich in der Erziehungsberatung angewendet hatte, gründete sie 1987 die Organisation Marte Meo, die die Ausbildung in der Anwendung von Marte Meo zum Ziel hat.

*Ausbildung:* Von der Anlage her ist Marte Meo auf komplementäre Beziehungen ausgerichtet, richtet sich also an Menschen, die andere Personen unterstützen, betreuen oder pflegen. Marte Meo-

Praktiker führen einen sozialen Beruf wie Erzieher, Krankenpfleger, Altenpfleger oder Lehrer aus und integrieren die Marte-Meo-Methode in ihren Berufsalltag. Marte Meo-Fachberater übernehmen die Weiterbildung von Mitarbeitern innerhalb ihres Berufsfeldes. Marte Meo-Therapeuten beraten nicht nur Fachleute sozialer Berufe, sondern auch Eltern im täglichen Umgang mit ihren Kindern, Angehörige im Umgang mit erkrankten Familienmitgliedern. Marte Meo-Supervisoren mit einem speziellen Dokument von Maria Aarts dürfen selbst andere zu Marte Meo-Therapeuten oder -Supervisoren ausbilden.

*Marte Meo International:* Marte Meo wird angewendet in ca. 40 Ländern, am meisten in deutschsprachigen Ländern, Skandinavien, Irland und Australien, da sie als pragmatisch, kostengünstig und erfolgreich gilt. Auf [www.martemeo.com/de/](http://www.martemeo.com/de/) – der Homepage von Marte Meo International, die von der Begründerin Maria Aarts betrieben wird – finden Sie umfangreiches Material zur Methode sowie zahlreiche Downloads und Links zum Thema.

**Weitere Informationen:****MARLIES SCHAEFER**

Dipl. Supervisorin und Marte Meo Supervisorin,  
Dortmund, bildet zertifizierte Marte Meo Practitioner,  
Therapeuten und Kollegetrainer aus.

E-mail: marlies.schaefer.do@t-online.de

Website: www.marte-meo-dortmund.de

**SCHLÜSSELBEGRIFF:**

Demenz

**UNTERBEGRIFFE:**

- Pflege
- Angehörige Altenpflege
- Hilfe

© 2015, Marlies Schaefer

This »MARTE MEO Magazine« article is copyrighted. The moral right of the author has been asserted.  
For information, mail to the publisher: aartsproductions@martemeo.com

**Die Erstveröffentlichung, deutsche Fassung:** Dieser Artikel erschien in leicht abgewandelter Form in der  
»Altenpflege – Pflege und Begleitung« (Heft 01/2015, S. 49-51).

Wir bedanken uns bei dem Herausgeberteam der »Altenpflege – Pflege und Begleitung«; Verlag: Vincentz  
Network GmbH & Co. KG, Plathnerstr. 4c, 30175 Hannover, Deutschland; Website: www.altenpflege-online.net

Die Erstveröffentlichung der **englischen Fassung** für das Marte Meo Magazine, ist in Vorbereitung. Erwartetes  
Erscheinungsdatum: September, 2015.

**Zitierweise:**

Marlies Schaefer: *Aus eigener Kraft: Pflege & Begleitung demenziell erkrankten Menschen*, Marte Meo  
Magazine, Art. 47G, S. 1-6.