

# Stärken erkennen und Gutes nutzen

**Erziehung /** Hausaufgaben bieten immer wieder Konfliktpotenzial. Der positive Ansatz von Marte Meo hilft Eltern, dieses zu entschärfen.

NEUHAUSEN ■ «Eltern kommen wegen der Hausaufgaben manchmal wirklich an ihre Grenzen!» Barbara Bühler aus Rheinau ZH hat schon öfters mit Familien zusammengearbeitet, bei denen Aufgaben machen eine Qual bedeutete. Diesen Problemkreis kennt sie als langjähriger Familiencoach und zertifizierte Marte-Meo-Therapeutin gut.

## Kleine Schritte führen zum Erfolg

Marte Meo? «Aus eigener Kraft» bedeutet das aus dem Lateinischen abgeleitet. Die in Holland entwickelte Methode wird überall dort angewendet, wo Interaktionen zwischen Menschen



Barbara Bühler

**Wenn man sieht, dass man schon Stärken hat, kriegt man wieder Mut, etwas anzugehen.**

stattfinden. «Marte Meo hilft den Klienten, dass sie aus eigener Kraft die persönliche Entwicklung aktivieren können», erklärt Barbara Bühler. «Im Zentrum stehen gefilmte Interaktionen. Eltern zum Beispiel begleiten ihr Kind bei den Aufgaben. Anhand der Videosequenzen zeige ich den Eltern dann auf, was sie in dieser Situation gut gemacht haben, aber auch, wo noch Entwicklungspotenzial im Umgang mit ihrem Kind vorhanden ist.»

Bei der Analyse der Aufnahmen liegt der Fokus vorwiegend



Im Zentrum der Beratung nach Marte Meo stehen Videoaufnahmen. Diese werden später im Klientengespräch analysiert. (Bilder Sanna Bühler Winiger)

auf den Stärken des Verhaltens. Im Bild werden die guten Momente aufgezeigt. «Eltern oder andere Betreuungspersonen können so ihre Stärken viel besser erkennen», weiss die Therapeutin. «Und wenn man sieht, dass man schon Stärken hat,

kriegt man wieder Mut, etwas anzugehen.»

## Erkenntnisse in den Alltag einfließen lassen

Meist erhalten die Klienten nur eine Aufgabe, an der sie bis zur nächsten Sitzung arbeiten

sollen: zum Beispiel dem Kind Zeit lassen, wenn es bei den Aufgaben einen Lösungsweg erarbeitet. Im Wechselspiel zwischen dem Begleiten mit der Kamera und dem Besprechen mit den Eltern kann so von Sitzung zu Sitzung eine problematische El-

tern-Kind-Beziehung wieder in ruhige Fahrwasser gelenkt werden. Marte Meo ist damit eine unkomplizierte Methode, deren Erkenntnisse sofort in den Alltag einfließen und ihn verändern.

## Druck macht explosiv

Doch was macht Hausaufgaben eigentlich zum Problem? «Hausaufgaben brauchen auch die Zeit und Kapazität der Eltern», stellt Barbara Bühler fest, «oft haben diese den Anspruch, das Kind müsse es allein können. Doch gerade jüngere Kinder wissen manchmal zu Hause nicht mehr, was die Lehrkraft an Anweisungen mitgegeben hat. Man muss das Kind zunächst anleiten, dass es selbständig wird.» Zudem ist der Terminkalender der Kinder oft übertoll. Alles muss schnell gehen. Konflikte sind vorprogrammiert.

## Dem Kind Halt geben beim Lernen

Aufgrund ihrer langjährigen beruflichen Erfahrungen hat Barbara Bühler einen Kurs zur kompetenten Hausaufgabenbegleitung entwickelt. Auch hier setzt sie die Marte-Meo-Methode ein, zeigt und analysiert exemplarische Videosequenzen.

So erkennen Eltern, wie wichtig ganz grundsätzlich eine gute Atmosphäre ist, eine liebevolle Begrüssung des Sprösslings nach der Schule, zwischendurch mal ein Blick, eine Berührung, dass das Kind sich wahr- und angenommen fühlt.

Sanna Bühler Winiger

[www] [www.martemeo.com/de/](http://www.martemeo.com/de/),  
[www.barbarabuehler.ch](http://www.barbarabuehler.ch)

Die Autorinnen haben die Beiträge im Auftrag der Redaktionskommission des Schweizerischen Bäuerinnen- und Landfrauenverbandes (SBLV) geschrieben.

