

Renate Burri

## Förderung des Selbstvertrauens mit Marte Meo

Die Marte-Meo-Methode als Möglichkeit zur schulischen Förderung von Kindern traumatisierter Eltern

### Zusammenfassung

Die Marte-Meo-Methode ist eine Möglichkeit, das Selbstvertrauen von Kindern zu stärken. In diesem Beitrag wird speziell auf die schulische Förderung von Kindern traumatisierter Eltern eingegangen. Die Ergebnisse der Masterarbeit der Autorin werden mit einem Fallbeispiel untermalt.

### Résumé

La méthode Marte-Meo est une méthode qui permet de renforcer la confiance en soi chez les enfants. La présente contribution se consacre plus particulièrement au soutien scolaire d'enfants de parents ayant vécu des traumatismes. L'auteure de cet article illustre les résultats de son travail de master par un exemple de cas.

**Permalink:** [www.szh-csps.ch/z2020-02-07](http://www.szh-csps.ch/z2020-02-07)

« Nina (Name geändert) ist ein Kind mit vielen Eigenschaften: An einem Tag ist sie lustig, aufgestellt und kann dem Unterricht gut folgen. An anderen Tagen wirkt sie müde, traurig und vermag trotz ihren offensichtlichen Anstrengungen keinen Unterrichtsstoff aufzunehmen oder an vergangene Lernerfolge anzuknüpfen. In diesen Phasen zeigt Nina ein tiefes Selbstvertrauen. »

### Einführung

Das Selbstvertrauen gehört zu den grundlegenden Voraussetzungen für eine optimale Entwicklung beim Kind (Potreck-Rose & Jacob, 2003, S. 225ff.). Bei Kindern, deren Eltern durch Traumata belastet sind, kann der Selbstwert und dadurch auch das Selbstvertrauen durch die elterliche Erkrankung beeinträchtigt werden (Pretis & Dimova, 2010, S. 48).

Im folgenden Beitrag wird aufgezeigt, wie das Selbstvertrauen von Kindern mit traumatisch belasteten Eltern im Unterricht

mit der Marte-Meo-Methode gefördert werden kann. Der Artikel gründet auf den Ergebnissen einer Literaturstudie der Autorin, die im Rahmen einer Masterarbeit entstanden ist (Burri, 2017). Die Theorie wird durch die Beschreibung eines Kindes, welches von der Autorin im Rahmen ihrer Tätigkeit als Schulische Heilpädagogin begleitet wird, veranschaulicht.

### Auswirkungen von Traumata der Eltern auf ihre Kinder

Bibou-Nakou (2004, S. 43) schreibt, dass für Kinder unter erschwerten psychologischen Entwicklungsvoraussetzungen eine grosse Wahrscheinlichkeit für Verhaltens- und Lernschwierigkeiten besteht. Kinder von psychisch kranken Eltern zeigen häufig oft Aufmerksamkeits- und Konzentrationsschwierigkeiten, Schulleistungsprobleme, herausforderndes Sozialverhalten sowie affektive Störungen (Gäumann & Albermann, 2008, S. 63).

« Nina erzählt häufig von herausfordernden Konfliktsituationen zuhause, der Überlastung der alleinerziehenden Mutter und den Schlafproblemen der ganzen Familie. Die Mutter und der Vater von Nina stammen beide aus einer psychisch belasteten Herkunftsfamilie und zeigen ein von Traumata geprägtes Verhalten. Seit dem Suizidversuch der älteren Schwester wird die Familie psychologisch unterstützt und begleitet. »

Die Belastung durch eine psychische Erkrankung der Eltern kann sich beim betroffenen Kind durch ein vermindertes Selbstwertgefühl und somit durch ein vermindertes Selbstvertrauen und verschiedene andere kinder- und jugendpsychiatrische Störungen äussern (Pretis & Dimova, 2010, S. 48).

« Lehrpersonen berichten von Ninas Lernschwierigkeiten und davon, dass sie in Pausen oder in offenen Unterrichtsformen häufig mit anderen Kindern zusammen laut und frech sei sowie den Unterricht störe. »

### Die Auswirkung des Selbstvertrauens auf das Lernen

Der Selbstwert setzt sich aus der Selbstzuwendung, der Selbstakzeptanz und dem Selbstvertrauen zusammen. Nach Potreck-Rose und Jacob (2003, S. 225) müssen für einen positiven Selbstwert alle drei Bestandteile substantiell ausgeprägt sein. Laut Ludwig (1991, S. 79) wirkt sich das Selbstvertrauen grundsätzlich auf die allgemeine Leistungsfähigkeit im Unterricht aus. Streeck-Fischer (2006, S. 133ff.) schreibt zudem, dass das Hirnwachstum und die Hirnaktivität durch eine traumatische Belastung und Stress beeinflusst werden, was nachhaltige Folgen auf die kognitive Fähigkeit und das Lernen haben kann.

« In den herausfordernden Momenten sagt Nina oft, dass sie «dumm» sei und nichts könne. Sie wirkt dann blockiert und möchte am liebsten nicht mehr weiterarbeiten. »



© RENATE BURRI

### Die Marte-Meo-Methode

Ziel der Methode ist es, blockierte Entwicklungsprozesse zu erkennen und zu aktivieren. Es wird der Frage nachgegangen, welcher Entwicklungsbedarf sich hinter den sichtbaren Handlungen versteckt. In einem weiteren Schritt wird versucht, natürliche Entwicklungsprozesse der Kinder mit gezielt eingesetzten Marte-Meo-Elementen zu unterstützen und zu fördern (Hipp, Nowak & Voos, 2016, S. 9f.). In diesem Kontext kann die Marte-Meo-Methode eine wertvolle Ergänzung im heilpädagogischen Alltag der Lehrperson sein. Mit Marte Meo kann eine Interaktionsdynamik vom negativen «Teufelskreis» in einen positiven «Engelskreis» umgestaltet werden (Hawellek, 2017, S. 53).

### Förderung des Selbstvertrauens mit Marte Meo im Unterricht

Die Marte-Meo-Methode orientiert sich an den Stärken der Schülerinnen und Schüler.

Das Erkennen von Ressourcen sowie die Unterstützung von positiven Entwicklungsprozessen können mit Marte Meo in der heilpädagogischen Beratung ergänzt und vertieft werden.

Ein mögliches Ziel kann die Stärkung des Selbstwertgefühls und damit verbunden des Selbstvertrauens sein (Bünder, Siringhaus-Bünder & Helfer, 2013, S. 317ff.). Neben der Marte-Meo-Methode sind zu einer positiven Entwicklung im Unterricht weitere Grundlagen wie eine positive Lernatmosphäre, angepasste Leistungsanforderungen und genügend Pausen anzustreben (Knott, 1994, S. 388).

### **Marte-Meo-Elemente zur Förderung des Selbstvertrauens**

Die Marte-Meo-Elemente werden eingesetzt, um Bezugspersonen gelingende, oft unbewusste Interaktionsmomente aufzeigen zu können und bewusst zu machen. Marte Meo orientiert sich an den Ressourcen der beteiligten Personen. Mit gezielten Informationen wird darauf aufbauend die persönliche Entwicklung unterstützt. Sie fördern somit Kontaktmomente, die Selbstwirksamkeit sowie eine positive Lernatmosphäre (Berther & Niklaus Loosli, 2015, S. 61f.).

Zum Kontext passende Marte-Meo-Elemente (kursiv gesetzt) zeigen Möglichkeiten, wie in alltäglichen Situationen Entwicklungs- und Lernprozesse unterstützt werden können. Bei Schwierigkeiten in der Beziehungsgestaltung fördert Marte Meo die Entwicklung eigener Fähigkeiten zum Finden von konstruktiven Lösungswegen (Aarts, 2016, S. 88).

Es wird zwischen der *Freien Situation* z. B. für Spielsequenzen in der Vor- und Grundschule sowie dem *Positiven Leiten* in Führungssequenzen unterschieden. In einem inklusiven Unterricht kann die *Freie Situation* zum Beispiel in selbstbestimmt eingesetzten

Pausen der Schülerinnen und Schüler in Lernumgebungen oder auch während den Arbeitssequenzen angewendet werden. Es sind Momente, in denen das Kind seinen eigenen Bedürfnissen oder Zielen nachgehen darf. Nach Berther und Niklaus Loosli (2015, S. 61f.) können mit der *Freien Situation* Alltagsmomente genutzt werden, um in Kontakt mit den Kindern zu treten und eine positive Atmosphäre herzustellen. Weiter fördert dies die Selbstwirksamkeit des Kindes, da es sich in seinem Tun wahrgenommen und als wichtig erlebt. Die hauptsächlichen Kommunikationselemente der Freien Situation sind

- *das Warten*, welches genügend Zeit ermöglicht, um den Kontaktmoment auszunutzen,
- *das Folgen und Benennen*, um Initiativen des Kindes wahrzunehmen und zu beschreiben,
- *das gute Gesicht* durch eine freundliche Mimik, um Anschluss herzustellen.

Die Marte-Meo-Methode empfiehlt beim *Positiven Leiten* von grossen Gruppen verbindliche Regeln und klare Anweisungen für gewünschte Verhaltensweisen der Kinder. Die Lehrperson ist aufgefordert, das Miteinander zu steuern und die Kommunikation entsprechend zu lenken (Bünder, Siringhaus-Bünder & Helfer, 2013, S. 79f.). Diese Aspekte gewinnen in der aktuellen Schullandschaft mit grossen Schulklassen sowie dem Unterricht mit heterogenen Gruppen an Bedeutung. Das *Positive Leiten* wird von der Bezugsperson in geführten Situationen als hilfreiches Instrument eingesetzt. Die wichtigsten Elemente des *Positiven Leitens* sind der gute Anschluss, Klarer Anfang und klares Ende, eigene Handlungen benennen, Sagen, wie man es haben möchte, Warten und Folgen, Bestätigen und Freude teilen, Rhythmisieren sowie die Schritt-für-Schritt-Anleitung.

« Mit angepassten Anforderungen und ermutigenden Aussagen wie «Letzte Woche hast du das auch geschafft», kann Nina auf positiven Erfahrungen mit dem Lernstoff aufbauen und vermag wieder Leistungen zu erbringen. Beim positiven Leiten wird mit dem guten Anschluss der Zustand von Nina benannt: «Du sagst, dass du müde bist. Jetzt schauen wir, was du trotzdem schaffen kannst.» »

« Mit dem klaren Anfang und Ende wird der Lernmoment sowie die anschliessende Belohnungssequenz deklariert und in Reichweite gebracht. Dies vermittelt Struktur und dadurch Sicherheit und Motivation.»

« Mit der Schritt-für-Schritt-Anleitung können Erfolge herbeigeführt werden. So wird zum Beispiel der Unterricht mit etwas begonnen, was Nina gut kann, um darauf aufbauend Lernanforderungen in kleinschrittiger, angepasster Weise zu gestalten.»

« Mit dem Element Warten und Folgen werden Bemühungen von Nina benannt und kleinste Erfolge bestätigt und gefeiert. Nina glaubt wieder an sich selbst und gewinnt an Selbstvertrauen. Mit dem Rhythmisieren von Lern- und Belohnungssequenzen wie beispielsweise Bewegungspausen können die Konzentrationszeit sowie die Motivation gesteigert werden.»

« Durch die Marte-Meo-Schulung der beteiligten Lehrpersonen können Verhalten und Sprachgebrauch im Unterricht bewusster unterstützt werden. Die Lehrpersonen setzen die Marte-Meo-Elemente gezielt ein und erzählen von daraus resultierenden Erfolgen bei Nina sowie mit den anderen Kindern.»

## Fazit

Aufgrund der Zusammenfassung der wichtigsten Ergebnisse der Masterarbeit kommt die Autorin zum Schluss, dass die Förderung des Selbstvertrauens mit der Marte-Meo-Methode bei Kindern von traumatisierten Eltern im schulischen Kontext empfohlen werden kann (Burri, 2017, S. 62ff.). Zur spezifischen Stärkung des Selbstvertrauens sind alle Elemente der *Freien Situation* zur Entwicklung von Bindung, Empathie, positiver Atmosphäre und Selbstkompetenz hilfreich und unterstützend. In einer strukturierten Situation kann das *Positive Leiten* Verbindlichkeit, Bedürfnisorientierung und Erfolgserlebnisse sowie die Sozialkompetenz fördern.

« Nina wird durch die bewusste und gezielte Anwendung der dargestellten Marte-Meo-Elemente durch die Lehrpersonen in herausfordernden Lernmomenten unterstützt. Sie sagt dadurch öfters: «Ich kann das» und erbringt auch Leistungen, wenn sie müde und belastet ist.»

« Die geschulten Lehrpersonen erzählen, dass sich durch das Einsetzen der Marte-Meo-Methode auch die Lernatmosphäre bei den anderen Klassen positiv entwickelt habe.»

## Literatur

- Aarts, M. (2016). *Marte Meo – Ein Handbuch*. Eindhoven: Aarts Productions.
- Bibou-Nakou, I. (2004). Helping Teachers to Help Children Living with a Mentally Ill Parent. Teachers' Perceptions on Identification and Policy Issues. *School Psychology International*, 25 (1), 42–58.
- Berther, C. & Niklaus Loosli, T. (2015). *Die Marte Meo Methode – Ein bildbasiertes Konzept unterstützender Kommunikation*

- für Pflegeinteraktionen*. Bern: Hogrefe.
- Bünder, P., Siringhaus-Bünder, A. & Helfer, A. (2013). *Lehrbuch der Marte-Meo-Methode. Entwicklungsförderung mit Video-unterstützung*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Burri, R. (2017). *Förderung des Selbstvertrauens bei Kindern von traumatisierten Eltern im schulischen Kontext mit der Marte Meo-Methode*. Masterarbeit am IHP/PH Bern. [https://www.therese-niklaus.ch/cm4all/uproc.php/0/foerderung\\_selbstvertrauen\\_marte\\_meo.pdf?\\_=1685fe6630f&cdp=a](https://www.therese-niklaus.ch/cm4all/uproc.php/0/foerderung_selbstvertrauen_marte_meo.pdf?_=1685fe6630f&cdp=a) [Zugriff am 07.01.2020].
- Gäumann, C. & Albermann, K. (2008). Das Winterthurer Modell und Kinder. *undKinder*, 82 (12), 57–69.
- Hawellek, C. (2017). *Marte Meo im Überblick*. Hamburg: Books on Demand.
- Hipp, M., Nowak, I. & Voos, A. (2016). *Individuelle Unterstützung für traumatisierte Mütter mit psychischer Erkrankung und ihre Kinder (unter zwei Jahren) durch Marte Meo*. Stadt Monheim am Rhein. [https://www.awo-nr.de/fileadmin/user\\_data/info/bv/projekte/moki/mo.ki\\_-marte\\_meo\\_aktion\\_mensch\\_abschluss.pdf](https://www.awo-nr.de/fileadmin/user_data/info/bv/projekte/moki/mo.ki_-marte_meo_aktion_mensch_abschluss.pdf) [Zugriff am 07.01.2020].
- Knott, H. (1994). *Selbstvertrauen durch Ermutigung. Bedingungen und Möglichkeiten der Hauptschule*. Inaugural Dissertation.
- Ludwig, P.H. (1991). *Sich selbst erfüllende Prophezeiungen im Alltagsleben. Theorie und empirische Basis von Erwartungseffekten und Konsequenzen für die Pädagogik*. Stuttgart: Verlag für angewandte Psychologie.
- Potreck-Rose, F. & Jacob, G. (2003). *Selbstzuwendung, Selbstakzeptanz, Selbstvertrauen. Psychotherapeutische Interventionen zum Aufbau von Selbstwertgefühl*. Stuttgart: Pfeiffer.
- Pretis, M. & Dimova, A. (2010). *Frühförderung mit Kindern psychisch kranker Eltern* (2. Aufl.). München: Reinhardt.
- Streeck-Fischer, A. (2006). *Trauma und Entwicklung*. Stuttgart: Schattauer.



Renate Burri  
 Schulische Heilpädagogin  
 Hauetenweg 51  
 3657 Schwanden  
 renate.burri0@bluewin.ch