

Marte meo

Mars martis – ved egen kraft
Metoden er udviklet af Maria Aarts

Interaktionsanalysemetode

- Der anvendes video for at forbedre, etablere eller reetablere samspillet mellem mennesker.
- Analysedel: Samspillet mellem de involverede parter analyseres
- Interventionsdel – viser hvilke elementer i samspillet, der skal udvikles for afhjælpe problemet

Metoden i praksis

- Tager udgangspunkt i et spørgsmål formuleret af de mennesker, der ønsker hjælp
- Spørgsmål:
- Hvordan kan vi hjælpe beboeren og os selv, så han ikke bliver vred og slår ud efter os?

Kontrakt

- Metoden anvendes i forhold til børn, udviklingshæmmede, demente, hjerneskadede mm
- Juridisk: Udarbejde kontrakt, som underskrives af forældre, pårørende, værge.
- Tavshedspligten
- Behandling af videofilm

At tage initiativ

- **Det den demente ser** - opmærksomhedsfokus
- **Det den demente gør** – den handling personen udfører
- **Det den demente siger** – ord eller lyde
- **Den følelse den demente viser** – glæde, sorg, usikkerhed, frygt

At se den dementes initiativ

Initiativet kan være rettet mod

- Plejepersonalet
- En person, en ting eller et fænomen uden for relationen
- Processer i den demente, følelser, behov eller refleksioner

At bekræfte den dementes initiativ

- Den nonverbale bekræftelse ligger i at personalet med sin mimik og kropsholdning viser den demente, at dets initiativ er set.
- Den demente kan også positivt bekræftes ved hjælp af nik, bevægelse eller lyde
- En verbal bekræftelse vil være at bekræfte, hvad det er den demente gør godt

- Når den demente får bekræftet sine initiativer, føler hun/han sig set og hørt
- Det øger personens selvværd – en fornemmelse af, at jeg duer til noget

At benævne eller sætte ord på den dementes initiativ

- Ikke alle demente er i stand til selv, at sætte ord på sine initiativer
- At kunne benævne sig selv, er vigtigt for at kunne formidle sig selv til andre mennesker med hensyn til hvad man gør, tænker og føler

- At benævne personens initiativ, hjælper det med at koncentrere sig og blive i initiativet lidt længere tid
- At turde at tage nye initiativer

At følge den dementes initiativ

- At følge den dementes initiativ betyder, at personalet er opmærksom og viser positiv interesse for det, den demente gør
- Nonverbalt betyder det, at personalet med sin kropsholdning og sit ansigt signalerer, jeg er her og er til rådighed for dig
- Der vil være øjenkontakt, et venligt interesseret ansigt og at gentage eller uddybe det personen siger

- Når man følger den dementes initiativ, er man sikker på at ramme personens niveau og sikrer derved, at personen hverken over- eller understimuleres

At hjælpe den demente med at udvælge et nyt initiativ

- Når den demente har taget et initiativ der ikke er så godt, kan personalet hjælpe personen med at udvælge et nyt initiativ, der er bedre.
- På den måde hjælper man den demente med at lære, hvad hun/han kan gøre i stedet i stedet for, hvad hun/han ikke må

- Ofte bruges ordet nej, det må du ikke.
- Ordet nej er et passivt ord, som kun fortæller personen, hvad hun/han ikke må, men ikke hvad vedkommende kan gøre i stedet

At afvente den dementes reaktion på personalets bekræftelse eller initiativ

- At vente er et element, der både bruges til at give den demente tid til at tage initiativer og til at reflektere over de initiativer, der er taget
- Når den demente har taget et initiativ og personalet har bekræftet det, er det vigtigt, at afvente den dementes videre reaktion for at få rytme ind i samspillet

- At vente er et vigtigt element, der lærer den demente at reagere sammenhængende på personalets initiativ og er af fundamental betydning for at den demente kan komme i ligeværdig dialog

At sætte ord på egne handlinger

- Når personalet sætter ord på egne handlinger og intentioner og på hvad, der skal ske, vil den demente opleve en forudsigelighed, som sætter hende/ham i stand til at forstå, hvilken kontekst og situation vedkommende er i og vil blive i stand til at samarbejde, fordi vedkommende ved, hvad der skal samarbejdes omkring

Triangulering – at kæde sammen

- Når den demente bliver optaget af noget udenfor det nære samspil, kan personalet sætte ord på, hvad vedkommende er optaget af.
- Det kan være mennesker, ting eller fænomener

Turtagning

- At tage tur er et element, der bruges såvel i dialogen som i større samtalegrupper
- I dialogen skiftes man til at tage tur ved at først den ene taler, så den anden taler
- At være i stand til at tage tur kræver, at man er i stand til at *time* sin tur – ikke at tale i munden på den, der taler, men vente på, at man får turen eller at tage turen på et passende tidspunkt

Positiv ledelse

- Positiv ledelse er en samling elementer, der primært anvendes, når demente skal ledes og/eller lære nye modeller for hvordan man løser opgaver

Positiv ledelse

- Tydelig start
- En venlig stemmeføring og et rart ansigt
- Sæt ord på hvad, du forventer af den demente
- Afvent den dementes reaktion
- Gentagelser
- Trinvis guidning afpasset udviklingstrin
- Bekræft den ønskede adfærd
- Sæt ord på egne handlinger
- Tydelig afslutning

Struktursituationer

- Strukturerede situationer skal-situationer
- Halvstrukturerede situationer
- Ustrukturerede situationer må/kan - situationer

Øjenkontakt

- Igennem øjenkontakten får man en vigtig social information om det menneske, man ser på, fordi øjnene viser hele det følelsesmæssige spekter
- I udviklingsstøttende samspil vil personalet spejle den dementes følelser og handle på dem, f. eks. ved at glædes med personen, skærme vedkommende, hvis hun/han er bange og hjælpe hvis hun/han viser forvirring og usikkerhed

Stemmeføring

- Alle er følsomme over for den stemmeføring, der anvendes, når der tales til os
- Tonefaldet kan fortælle os noget om samspilletets kvalitet
- Emotionelle toner
- Korrektionstoner
- Ledelsestoner

Spørgsmål

- Vi har i vores sprog en uvane med at stille mange spørgsmål, hvilket kan give en stor gruppe demente mennesker problemer.

Vi bør minimere brugen af

- Spørgsmål vi ikke forventer eller ønsker svar på
- Spørgsmål som demente mennesker ikke kan svare på

Brug den dementes navn

- Når den dementes navn bruges kærligt vil personen opleve en rar følelse, som får vedkommende til at opfatte sig selv, som god nok

Rytme og tempo

- Tempoet er et vigtigt element i det udviklingsstøttende samspil.
- Nogle demente er hurtige andre er langsomme, men for at der kan ske en afstemning af rytmen, er det primært personalet, der må afstemme sig med den dementes tempo