

Marte Meo metoden

*Positiv kommunikation og samspil
i OK-Fonden Odense.*



Marte Meo metodens filosofi er, at tage udgangspunkt i positiv kommunikation, samspil og samvær mellem mennesker, hvorved trivsel fremmes.

Marte Meo metoden – anvendelse i demensomsorgen

Marte Meo er en metode som anvendes til observation, analyse og vurdering af konkrete kommunikations- og samspilssituationer. Gennem analyse af videooptagelser af almindelige hverdags- eller udfordrende situationer, kan kommunikationspotentialer afdækkes.

Marte Meo-metodens filosofi er at tage udgangspunkt i det positive og det anerkendende perspektiv, ud fra dét der lykkes i samværet/samspillet mellem mennesker (medarbejdere/pårørende og beboer).

Det er en vejledningsmetode, som giver mulighed for at arbejde systematisk og målrettet med de situationer i dagligdagen, som kan være udfordrende, eller hvor der er behov for at fremme trivsel.

Når alle medarbejdere (og ofte også pårørende) arbejder fokuseret og fælles om principperne, øges den generelle trivsel for både beboere, medarbejdere samt pårørende og mistrivsel mindskes.

Marte Meo-metoden hjælper til at forstå behovet hos mennesket med demens så medarbejdere/pårørende kan handle efter det. Intentionen er, at man finder frem til en kommunikationsform, der understøtter den dementes ressourcer, så samspillet bliver så positivt som muligt.



Marte Meo metoden har fem konkrete principper, og kaldes for Marte Meo principper og er karakteriseret som følgende:

- **At se og følge initiativer (herved erkender vi den anden) Når vi ser og følger, giver det os mulighed for at se, hvad den demensramte er optaget af, det der har betydning og det han/hun kan i nuet.**
- **At positiv bekræfte på gøren og væren (herved øger vi selvtillid og selvværd).**
- **At benævne/ sætte ord på (sig selv og den andens initiativer) (herved skaber vi forudsigelighed, tryghed og selvregistrering.)**
- **At lave turtagning (herved skaber vi tilknytning, struktur og dialog i samspillet).**
- **At lave positiv ledelse (herved får man lyst til at tage flere initiativer og sikre mestring).**

Marte Meo i hverdagen.

I OK-Fonden Odense, har vi fokus på beboernes-, medarbejdernes-, samt de pårørendes generelle trivsel.

Vi anvender Marte Meo metoden systematisk i vores faglige tilgang, som udvikling af medarbejderne, så de hele tiden kan blive endnu bedre til at se og fokusere på den enkelte behov.

Dette er med til at gøre hverdagen mere forudsigelig, tryk og overskuelig for beboerne. Når vi udvikler den positive kommunikation og samspil mellem beboere, pårørende samt medarbejdere skabes der øget trivsel for begge parter herved skabes udviklingsstøttende samspil som giver livskvalitet, vitalitet og glæde.

Marte Meo metoden er med til at bevidstgøre os alle om hvor meget principperne betyder i samspillet mellem mennesker generelt, men særligt tydeliggør forskellen for mennesker med demens og deres pårørende.

Sådan foregår et Marte Meo forløb

Når der kan være behov for et Marte Meo forløb hos en konkret beboer, kan det være på grund af opstående ændringer/udfordringer, i forbindelse med at demenssygdommens udvikling eller hos en beboer der netop er flyttet ind på enheden, hvor der kan være behov for at afdække beboerens behov.

Der indhentes altid samtykke hos pårørende eller værge, til at optage disse videoklip.

Marte Meo terapeuten optager derefter videofilm af samspillet mellem beboer og en medarbejder. Optagelserne danner baggrund for en analyse af samspillet.

Det kan fx være en lille gåtur, spisesituation eller hvor en medarbejder hjælper beboeren med personlig pleje. Herefter analyserer Marte Meo terapeuten videooptagelsen for at afdække beboerens ressourcer og hvad medarbejderen kan gøre mere af for at det bliver et udviklingsstøttende samspil.

Videoklippene viser, hvilke verbale-, handle-, og følelses initiativer beboerne tager, så medarbejderne lærer at se bagom demenssygdommen og se det enkelte menneskes ressourcer og behov.

Derudover bliver samspillet mellem medarbejder og beboer afdækket ift. hvad der lykkes i samspillet, og hvad medarbejderen kan gøre mere af for at give beboeren mulighed for at udvikle sine potentialer. Medarbejderen kan via denne proces støttes i at forandre og indarbejde nye måder at handle/kommunikere på.

Efterfølgende får medarbejderen tilbagemelding, arbejds punkt og supervision, til sidst ser hele medarbejderteamet resultaterne af Marte Meo forløbet, så alle får samme viden til at forbedre/reetablere eller udvikle samspillet med den enkelte beboer. Det giver arbejdsglæde, trivsel og faglig stolthed.

På videoklippene ser man flere detaljer, som har betydning for beboerens trivsel, forståelse, og den visuelle forståelse bliver meget tydelig samt betydningsfuld for den fælles faglige tilgang.

Når en videooptagelse analyseres af Marte Meo-terapeuten, er der fokus på følgende tre punkter:

1. Hvordan indgår medarbejderen i at se, følge, vente, positiv bekræfte, benævne initiativer, tage ture?

2. Hvordan indgår medarbejderen i at skabe en følelsesmæssig god kontakt?

3. Hvordan indgår medarbejderen i at skabe struktur og positiv ledelse som matcher beboerens aktuelle funktionsniveau og behov?

At mødes på niveau

Samtidig med at vi anvender Marte Meo metoden, er vi i OK-fonden Odense optaget af, at se bagom demenssygdommen og finde frem til en fælles forståelse af det konkrete niveau, et menneske med demens befinder sig på. På denne måde, kan vi møde beboere på samme niveau i samværet og kommunikationen, med fokus på at øge den generelle trivsel, livskvalitet og evnen til at mestre i livet.

Den amerikanske psykiater og demensforsker, Barry Reisberg, har udarbejdet ratingskalaerne (FAST) en teori/skala hvor han rangerer stadierne af Alzheimer demenssygdommen ind i 7 trin, så man på hvert stadie får en fornemmelse af beboerens afvikling praktiske, kognitive og emotionelle niveau.

Stadie 1- 3 er sygdommen næsten ikke at spore, og på dette niveau sammenholder man ofte symptomerne med almindelig aldersbetinget glemshed. Derimod repræsenterer stadie 4 -7 demensstadier. I trin 5,6,7 kan personen ikke længere klare sig uden hjælp. Ifølge Barry Reisbergs teori, afvikles de praktiske, kognitive og emotionelle færdigheder, på sammenlignelig måde med udviklingstrin der ses hos børn. Børn er blot i en udviklingsfase, mens mennesker med demens gradvist afvikler deres færdigheder ift. deres hjernesygdom. Dette betyder ikke at mennesker med demens skal tales til og behandles som børn, men de krav og forventninger vi stiller til kommunikationen og samspillet, skal stemme overens med det udvikling/afviklings trin de pt. befinder sig på.

Vi behandler og møder altid vores beboere som de ligeværdige voksne mennesker de er, men tilpasser krav og forventninger til beboernes færdigheder og kompetencer og anvender skalaen sammen med Marte Meo-metoden, til at sikre, at vores

forventninger til samspillet med beboeren hverken bliver for højt eller lavt, men tilpasset beboerens faktiske niveau.

5 Gode råd ved hånden – til positiv kommunikation og samspil.

Samspillet med andre mennesker udfordres, når hjernes færdigheder afvikles i sygdomsprocessen. Mennesker med demens bliver negativt påvirkede, når der opstår forvirring, frustration, angst og uro i hverdagsituationer, der kan være svære at omsætte og forstå.

- ❑ **SMIL, skab tillid, tryghed og ro.**
- ❑ **Tal med rolige og blide toner og vent på den anden i dialogen.**
- ❑ **Skab en god kontakt før samspillet.**
- ❑ **Mød mennesket i følelsen.**
- ❑ **Skab forudsigelighed – benævn det øjet ser, øret hører og det du ved.**

5 Gode råd ved hånden

– til positiv kommunikation og samspil med mennesker med demens

Forestil dig, at min hjerne er blind.
Så skab forudsigelighed og tryghed.
Så fortæl mig, hvad du gør.

Mennesker med demens afvikler deres færdigheder i sygdomsprocessen. Dermed kan samværet udfordres og vi videndeler her 5 gode råd til et mere positivt samvær.

Vær rolig, tålmodig og nærværende – jeg gør mit bedste.
Giv mig knus, kram, hold om mig, hold mig i hånden.
Se på mig, det jeg nyder, er meningsfuldt – fx en gå tur

Jeg siger eller fortæller ofte det samme, jeg kører i samme spor.
Jeg bliver ked af det, hvis jeg bliver korrigeret og irettesat.
Forstå MIN virkelighed og hjælp mig i stedet til andet spor.

Undgå at stille mig spørgsmål, jeg kommer til kort, bliver usikker og forvirret.
Fortæl mig i stedet for hvad der sker eller skal ske.

Min livshistorie og identitet forsvinder hele tiden.
Så ros mig for det jeg gør godt eller for den jeg er.

Mere info om Marte Meo:

<https://www.mm-martemeo.dk>

<https://www.martemeo.dk/>

<https://www.martemeo.com/en/>



Kontaktoplysninger:

Marte Meo terapeut & demenskoordinator:

Gurli-Vibeke

Laila Jørgensen

Mail: ljn@ok-fonden.dk

Tlf: 23284532

Dyruphus

Tina Wrang

Mail: twr@ok-fonden.dk

Tlf: 23294097

Marte Meo terapeut

Heidi Tingholm Pedersen

Mail: htp@ok-fonden.dk

Tina Rejnhold Jørgensen

Mail: tkl@ok-fonden.dk

Afdelingsleder

Pia Kristensen

Mail: pkr@ok-fonden.dk

Tlf: 23458542

Chef

Anne Mulberg Dahl

Mail: anda@ok-fonden.dk

Tlf: 42776971

Du er altid velkommen til at henvende dig til en af vores Marte Meo terapeuter eller ledelsen for spørgsmål til Marte Meo metoden i anvendelse hos os.