

## **Indføring i Marte Meo-metoden**

### **Indledning**

Vores kommunikation påvirkes af, hvem vi kommunikerer med, i hvilke situationer kommunikationen foregår, og hvad vi tænker om situationen.

Vi er ikke enten gode eller dårlige samtalepartnere, men vores verbale og nonverbale adfærd bliver hele tiden påvirket af den kommunikationssituation, vi er i. Jo mere vi er i stand til at forholde os til dette, desto mere funktionel vil vores kommunikation blive.

For at skabe et godt læringsmiljø i en gruppe, er det afgørende, at læreren kommunikerer på en sådan måde, at han/hun varetager den enkelte elev og udvikler et godt socialt miljø i klassen. Men det er en stor udfordring, fordi enkelte elever udløser netop den kommunikation fra omgivelserne, som ikke virker udviklingsstøttende for dem.

I arbejdet med at integrere autister i en klasse kan vigtige elementer fra Marte Meo-metoden være til stor hjælp. Marte Meo-metoden griber fat i den tidlige kommunikation mellem mor og barn. I denne kommunikation oplever barnet sin første kontakt med omgivelserne. Bag et godt samspil mellem mor og barn gemmer der sig basale kommunikationsprincipper. Marte Meo-metoden beskriver disse elementer og mener, de også virker udviklingsstøttende og socialt fremmende i klassen.

Marte Meo, som betyder ”af egen kraft”, er en kommunikationsbaseret vejledningsmetode, som benyttes i arbejdet med familier og med vejledning af personale i skoler, børnehaver og institutioner. Marte Meo-metoden er baseret på studier af, hvad der naturligt sker i kommunikationen mellem voksne og børn, når der ikke foreligger problemer i relationen eller situationen. Det er elementer fra denne udviklingsstøttende kommunikation, som formidles til omsorgspersoner og pædagoger, enten når der er opstået problemer eller for at forebygge.

Marte Meo-metoden er udviklet af Maria Aarts fra Holland. Hun har gennem sit kliniske arbejde i hjem, på institutioner, i skoler og børnehaver udviklet en metode, som giver detaljeret viden om de enkelte elementer i udviklingsstøttende kommunikation. Hun har desuden arbejdet med, hvordan denne viden bedst muligt kan formidles til omsorgspersonerne, sådan at barnets udvikling og trivsel fremmes.

I vejledning efter denne metode anvendes videofilm som arbejdsredskab. Forskellige samspilssituationer mellem børn og voksne filmes. Filmene analyseres ved at se på de øjeblikke i samspillet, hvor den voksne kommunikerer hensigtsmæssigt og støttende med barnet, eller hvor der er tendens til støttende voksenadfærd. I vejledningen bliver der fokuseret på, hvad der fungerer, og hvorfor det fungerer, frem for hvad der ikke fungerer. Marte Meo-metoden er en løsningsorienteret vejledningsmetode baseret på detaljeret viden om, hvad der virker udviklingsstøttende.

I skoler og børnehaver bliver Marte Meo-metoden brugt både som rådgivningsmetode, når der er problemer blandt elever, og som et hjælpemiddel til generelt kompetenceløft. Filmning af forskellige pædagogiske situationer er udgangspunktet for vejledningen. Der fokuseres på, hvad eleverne signalerer, at de trænger til af støtte, information og gensidighed, og de øjeblikke, hvor pædagogerne viser, at de er i udviklingsstøttende dialog med eleverne, fremhæves.

Enhver person forstår verden ud fra sit individuelle ”kort”. Vi får information via vore sanser, men sansningen er selekteret i den forstand, at vi til enhver tid tager det ind, som er relevant for os i situationen. Hvad, der bliver sanset, og hvilken mening, der dannes her ud fra, er afhængig af personen, der sanser såvel som af den ydre ”objektivitet”.

Denne forståelse indebærer, at vi aldrig kan styre, hvilket budskab der vil være relevant for den, vi er i dialog med. Skal vi have en dialog til at blive meningsfuld for andre, må vi vise interesse for, hvor den anden har sit opmærksomhedsfokus. Dette gør vi naturligt ved at være spørgende og lyttende i forhold til, hvad der er den andens udgangspunkt. Ved siden af ordene viser vi også vores interesse ved at imitere den andens nonverbale signaler såsom mimik, stemmeleje, tempo, kropsbevægelser og hovedstilling.

Denne interesse for den andens fokus udgør begyndelsen i enhver dialog. Det er det, vi kan kalde ”koblingsadfærd” eller kontaktetablering.

I velfungerende samspilssituationer – enten mellem mor og baby, lærer og elev eller mand og kone – er koblingsadfærden, som beskrevet ovenfor, tilstede.

Hvis der er problemer i relationen, vil der nemt opstå to parallelle monologer. Parterne har da ofte et forskelligt bevægelsesmønster, tempo og stemmeleje, de ser ikke hinandens signaler, de viser heller ikke verbalt eller nonverbalt interesse i gensidig dialog, og der opstår stress eller ubehag.

Et eksempel kan være en mor, som er træt og optaget af, hvordan dagen på arbejdet er gået, og som samtidig skal høre om barnets oplevelser i skolen. Hun vil komme til at lytte mekanisk uden at give ”følgesignaler” til barnet via stemmeleje, mimik og tema. Der opstår derfor ingen følelsesmæssig afstemning og bekræftelse af barnet, og barnet vil nemt opleves som påtrængende.

Mor-barn-dialogen:

Denne dialog danner grundlaget for barnets videre udvikling og selvbillede og kan ses som en basismodel for al senere udviklingsfremmende kommunikation. Elementerne lader sig genkende i enhver dialog mellem barn og voksen, voksen og voksen og mellem barn og barn. Vi kan måske derfor tale om den naturlige dialog.

Allerede før fødslen kan vi observere et naturligt rytmisk samspil mellem mor og barn, som kan beskrives som en dialogisk proces. Det nyfødte barn rækker aktivt ud mod sine omgivelser. Hvis der ikke bliver reageret på udstrækning, ser vi, at barnet mere og mere søger at udløse en reaktion eller giver op og går ind i sig selv.

Ved at observere det naturlige samspil mellem mor og barn, kan vi se, hvordan mor hele tiden ser på barnet for at finde ud af, hvor barnet har sin opmærksomhed.

Denne voksenadfærd kan benævnes sådan:

**Element 1: omsorgspersonen søger information om, hvor barnet har sit opmærksomhedsfokus.**

Barnets opmærksomhed kan være rettet mod:

- Den voksne

- En person eller et objekt udenfor relationen
- Barnet selv som emotion, behov eller refleksion

Ved at følge med i, hvilke signaler barnet giver, får mor at vide, hvad barnet trænger til af støtte, information og omsorg. Denne adfærd ser ud til at være automatisk og fuldt ud bevidst fra mors side. Mor kan også vise sin interesse og emotionelle tilpasning gennem nonverbale signaler for eksempel ved at imitere barnets udtryk, lave de samme lyde, se i samme retning eller reagerer med kropssignaler og fagter. Disse handlingssekvenser, som består af barnets aktion og mors reaktion, som barnet igen reagerer på, kan tydeligt observeres. Som observatør vil man hurtigt reagere med ubehag, når denne balance mellem aktion og reaktion i samspillet mangler.

At den voksne svarer verbalt eller nonverbalt på barnets udstrækning kan samles til:

**Element 2: omsorgspersonen bekræfter, at hun har opfattet barnets opmærksomhedsfokus.**

Denne adfærd giver grundlag for det, vi kan kalde intersubjektivitet, hvilket vil sige oplevelse af fælles fokus. Element 1 og 2 danner basis for, at mor og barn kan indgå i en rytmisk og gensidig udveksling på skift. Det vil sige, at barnet har et initiativ eller opmærksomhedsfokus, som mor opfatter og bekræfter og udvider ved at lægge sin egen mening eller information til. Dette rytmiske skift kaldes tur-skift. For at denne rytme kan opretholdes, er det afgørende, at mor giver barnet tid og afventer barnets reaktion – med andre ord at der bliver givet plads til, at barnet kan reagere på mors reaktion.

Dette kan formuleres som:

**Element 3: omsorgspersonen afventer barnets reaktion på sin aktion.**

**Det ser ud som om, denne rytmiske og tilpassede aktion og reaktion omkring samme tema udgør den centrale rytme i den naturlige dialog. I denne vekslen mellem hver sin tur bekræftes relationen. Der udveksles information, og der dannes fælles meninger. Det at observere og bekræfte barnets fokus kan have mindst tre hensigter eller mål:**

1. At bekræfte relationen og gensidigheden mellem ”jeg” og ”du”.  
Denne gensidighedsproces udvikles i de første nære relationer og bliver modellen for barnets senere dialoger og dermed relationer. Fra fødslen er det i disse dialoger, denne meningsudveksling via samtale, at barnet udvikler sit selvbillede. Barnet udvikler også et generaliseret billede eller forventning om aktuelle andre som en del af selvbilledet. Derfor kaldes det også selv-andre-billedet
2. At få information om hvad barnet i situationen trænger til af omsorg, støtte, information og ledelse for at komme videre.
3. At sætte grænser og at lede.  
Ved at bekræfte barnets handling eller opmærksomhedsfokus hjælper man barnet med at blive mere bevidst om sig selv og sine handlinger. Det at blive set og bekræftet i sin handling er noget, barnet vil forsøge at udløse hos mor. Når den voksne udvælger og benævner ønsket adfærd hos barnet, bliver barnet bevidst og får information om socialt accepteret adfærd. Når mor bekræfter barnets fokus eller handling ved at bruge sproget, bliver også en fjerde hensigt dækket.
4. At udvikle begreber og sprog om omverdenen og sig selv.

Ved at omsorgspersonen tolker og benævner følelser og oplevelser, bliver barnet bevidst om sine emotioner og oplevelser, og ved hvad de kaldes. Børn, som ikke har fået denne udviklingsstøtte, vil have problemer med at formulere sine følelser, tanker, behov og reaktioner.

Det er vigtigt for barnets udvikling, at den voksne tager styringen. Med styring menes her, at omsorgspersonen jævnlige sætter ord på, hvad der sker, og hvad der opleves. Denne benævning både barnets, omsorgspersonens og eventuelle andres handlinger og oplevelser. Den omfatter situationen her og nu, men også fortid og fremtid.

#### **Element 4: omsorgspersonen benævner det, som skal ske, og det som opleves og skal opleves.**

Ved at mor benævner, hvad der sker og skal ske, får barnet information om handlingssekvenser i forskellige situationer – hvad der sker, og hvem der er involveret på hvilken måde. Ved disse stadige gentagelser lærer barnet strukturen eller modellen for de forskellige sociale situationer. Barnet vil opleve forudsigelighed i forhold til, hvad der skal ske, og hvad der er forventet af det. Når barnet så kommer i en ny og ukendt situation, vil det automatisk søge efter strukturen og derved informationen om, hvad der skal ske, og hvad det kan gøre. På denne måde dannes sociale ”brugsanvisninger” for barnet.

Positiv ledelse sker ved, at:

- barnet får information om, hvad det kan gøre
- den voksne observerer, at barnet gør det, som er benævnt og forventet
- den voksne udtrykker anerkendende bekræftelse på, at barnet gør det, som er forventet.

Dette kan formuleres til:

#### **Element 5: omsorgspersonen giver anerkendende bekræftelse på ønsket adfærd hos barnet.**

Ved at udøve ledelse via ”ja”-budskab og anerkendelse hjælpes barnet ind i positive cirkler med omgivelserne. Barnets billede af sig selv vil blive: det jeg gør, bliver set af andre og sat pris på. Jeg er en ok person. For mange ”nej”-budskaber fra omgivelserne ser derimod ud til at udvikle en ikke-ønsket adfærd. ”Nej”-budskaber kommer ofte som reaktion på, at den ikke-ønskede handling allerede er sket og giver derved ingen ledelse for barnet. Barnet er selvorganiserende i sin kommunikation, ved at det vil søge at udløse reaktioner fra omgivelserne, som bekræfter deres etablerede selv-andre-billeder.

Som tidligere nævnt er barnet helt afhængig af den rytmiske og gensidige dialog med nære omsorgspersoner for at kunne udvikle sig mentalt, emotionelt og socialt. Barnet behøver denne eksklusive jeg-du-dialog for at kunne udvikle og opretholde interessen for verden udenfor. Men for at denne interesse skal opretholdes og give mening, benævner mor aktivt og gør det, som barnet er optaget af, interessant. Denne betryggende præsentation af objekter og personer legitimerer og giver barnet tryghed til at vise interesse for/ få kontakt med de aktuelle personer og fænomener.

Dette kan benævne som:

#### **Element 6: mor triangulerer (introducerer) barnet til verden ved at præsentere personer, objekter og fænomener for barnet.**

Triangulering kan defineres som det at koble et tredje punkt til en etableret relation mellem to sociale punkter. Med basis i relationen udvides feltet for fælles interesse ved, at omsorgspersonen aktivt og med følelsesmæssig afstemning præsenterer fænomener, som barnet har interesse i, eller som omsorgspersonen vil henlede barnets opmærksomhed på. Sådant vil omsorgspersonen hjælpe barnet socialt. Udsagn som hjælper barnet til at se, blive set og til at reagerer på andre, bliver således meget vigtigt i trianguleringsprocessen. Hvordan forældre triangulerer barnet til forskellige personer og situationer, afgør på hvilken måde, barnet vil møde og mestre situationen. Børn, som ikke får denne støtte, vil i sociale situationer optræde hjælpeløst og have problemer med at koble sig positivt til andre.

### **Element 7: omsorgspersonen tager ansvar for en tilpasset og gensidig markering fra begyndelse til afslutning**

I enhver gensidig og udviklingsstøttende dialog kan man observere klare forskelle i kommunikationen omkring begyndelse, udveksling og afslutning. Dette gælder for hvert tema i en samtale og for samtalen som helhed. Det kan synes som om, vi er programmerede til og afhængige af et vist mønster i vores samtaler. Vi vil hurtigt reagere og blive forstyrret, hvis for eksempel startsignaler bliver sløffet, eller hvis afslutningssignaler kommer for hurtigt.

Start bliver markeret med høje, lyse toner i stemmen. Desuden er tempoet højere ved start end ved afslutning. Dette er lyde, som barnet har oplevet fra fødslen og er programmeret til at reagerer på. Barnets opmærksomhed tiltrækkes af de høje, inviterende starttoner.

Afslutning sker ved en gensidig nedtrapning af kontakten. Afslutningstoner er ikke så høje og har et lavere tempo end starttonerne. Afslutning sker ved, at signaler, verbalt eller nonverbalt, bliver udtrykt af parterne i samtalen. Når afslutning kommer for hurtigt og uforberedt, eller når begyndelse kommer før barnet er klar til det, ser vi, at barnet får problemer med koncentration og bliver frustreret.

I udviklingsstøttende dialoger markerer den voksne, at det går mod afslutning ved at snakke om, hvad der videre skal ske – altså henlede barnets opmærksomhed på det, man nu skal til at afslutte og forberede det på, hvad der videre skal ske. På denne måde bliver barnet ikke revet ud af et fokus eller en aktivitet uden forberedelse.

Men det er også lige så vigtigt for den voksne at kunne tolke og bekræfte egne stop- og afslutningssignaler. På den måde kan den voksne hjælpe barnet til en tilfredsstillende afslutning, det vil sige, at barnet får hjælp til at forlade sit fokus med en oplevelse af at have fuldført. Markeret afslutning er afgørende for oplevelsen af fuldførelse og dermed oplevelse af mestring, og er nødvendig for at begynde et nyt fokus.

Børn, som ikke får støtte til at fuldføre sine projekter, har tendens til at begynde mange projekter, som ikke bliver fuldførte. Barnet får derved let en adfærd, som for omgivelserne kan opleves som overaktiv.

### **Opsummering**

De centrale kommunikationselementer, som vi finder i mor-barn-dialogen, viser sig at være meget vigtige for individets kognitive, emotionelle og sociale udvikling. Individets udvikling sker i dialog med andre relevante. Livet igennem søger vi efter og tiltrækkes af gensidige, bekræftende

dialoger. Grundelementerne i den komplekse udviklingsstøttende kommunikation, som foregår mellem omsorgspersoner og små børn, ser ud til at danne en slags prototype for alle udviklingsstøttende dialoger. Når dialogelementerne er på plads, og kommunikationen er rytmisk og gensidig, giver dette også regelmæssig delt og større glæde samt trivsel hos deltagerne. Disse kommunikationselementer er vores skjulte, og ikke beskrevne færdigheder, som vi bruger automatisk, når situationen er ok som et biologisk og kulturelt arvegods.

Ved grundigt studium af det, som sker under naturlige og effektive dialoger i hjemmet, på skolen, i børnehaven og på institutioner, kan vi finde opskrifter for, hvad der fungerer udviklingsstøttende. Sådan kan vi bevidst bruge disse opskrifter som hjælpemiddel, når vi oplever eller vil forebygge problemer.

Udviklingsstøttende kommunikation i klassen:

Kommunikationselementer i klasseværelset har samme grundelementer som mor-barn-dialogen i sig. Men lærerens kommunikation kræver større indsats af målrettet styring.

Her er en skematisk og mere skoletilpasset repetition af trinene i den naturlige dialog:

1. se, høre og observere den andens opmærksomhedsfokus eller centrering
2. bekræfte at man har opfattet den andens opmærksomhedsfokus ved at:
  - benævne den andens fokus eller handling
  - bekræfte gennem gestikuleren og tonefald, at man har opfattet
  - gentage hvad den anden sagde
  - opsummere det den anden siger
3. afvente den andens reaktion ved at give tid, se efter reaktion eller give kommentarer til nonverbale udtryk
4. lave struktur og tage styring ved at snakke om det, som sker og skal ske og det, som opleves og skal opleves
5. give anerkendende bekræftelse når eleverne har ønsket adfærd eller initiativ
6. triangulere eleverne til hinanden. Det vil sige at udvikle det sociale miljø mellem eleverne ved at hjælpe den enkelte til at præsentere sig og stå frem overfor de andre og til at reagere på de andre
7. markere nedtrapning og afslutning, det vil sige at give og læse afslutningssignaler, sådan at det bliver gensidige signaler verbalt og nonverbalt på afslutning af tema eller dialogsekvenser.

Grundelementerne i den udviklingsstøttende dialog ser ud til at være universelle og gentages i de fleste gode dialoger mellem børn og voksne over hele kloden.

Ved studier af samspillet mellem lærere og elever i klasseværelset genkendes disse elementer. De grundlæggende kommunikationselementer ser ud til at gå igen i de gode klassesituationer.

Ved at studere samspil, som er velfungerende, kan vi finde kommunikationsmodeller, som kan bruges til at beskrive løsningsadfærd, når vi oplever problemer i forskellige situationer.