MARTE MEO NYT

Nr. 2 2024

Marte Meo Foreningen i Danmark



Årsmøde Marte Meo Foreningen

Fredag den 1. november 2024 på Nyborg Strand



Marianne Arndal
Formand for Marte Meo Foreningen i Danmark.

Kære Marte Meo mennesker, så er det endelig blevet tid til flere Marte Meo nyheder

Årsmødet venter lige om hjørnet, og vi glæder os til at præsentere jer for den norske forsker, universitetslektor og forfatter Cecilie Evertsen, som holder et spændende oplæg omkring samspillets betydning for udvikling af psykologisk robusthed. Nogle af os hørte hende på Nordisk Kongres i Stavanger sidste år og blev så fascinerede af hendes oplæg, at vi inviterede hende til Danmark. Godt nok er hun norsk – men hun er forholdsvis nem at forstå, og hun har lovet at tale langsomt og underbygge sine ord med slides, så I kan roligt glæde jer.

I bestyrelsen er vi taknemmelige for jeres gode inputs og engagement i foreningen, og da flere medlemmer har efterspurgt muligheder for at netværke og sparre med Marte Meo kolleger indenfor deres område, har vi i år valgt at opgradere de vanlige workshops til en "3 i 1" workshop. Der vil være to workshops, som begge indeholder oplæg og dialog. De to workshops rundes af med en fælles workshop, hvor alle deltagere får mulighed for at stille spørgsmål til de to workshopholdere, som begge er licensed Marte Meo supervisorer.

Næste års temadag er også ved at være på plads. Vi er så heldige, at Susan Hart har takket ja til at komme en hel dag, hvor hun giver os et dybere indblik i, hvordan vi mennesker udvikler os følelsesmæssigt, socialt og personligt. Denne forståelse kan være særligt nyttig for os, der arbejder med Marte Meo - både i pædagogiske sammenhænge med børn og ældre og i familiebehandling. Hovedtemaet bliver "Neuroaffektiv udviklingspsykologi og Marte Meo: En praktisk anvendelse". Det bliver det rene guf.

Se det var nogle af de store og officielle nyheder, men der skal jo også være plads til de små og mere private oplevelser. Hen over sommeren har der været ro på en del af mine administrative opgaver på mit arbejde, så jeg har haft mere tid til at nørde Marte Meo forløb. Jeg arbejder på en institution med forskellige aflastningstilbud og bosteder til børn og unge med særlige behov og komplekse funktionsnedsættelser og hver gang, jeg analyserer film med børn og personale, bliver jeg lige ydmyg og forundret over at se, hvor meget selv små ændringer betyder for samspillet og glæden ved at være sammen. I kender selvfølgelig alle sammen de følelser fra jeres eget Marte Meo arbejde, men det har fået mig til at reflektere over, hvilket fantastisk og anvendeligt redskab Maria Aarts har udviklet gennem tiden. Så mit nye motto må blive "Meget Mere Marte Meo".

På bestyrelsens vegne Marianne Arndal

Marte Meo Nyt
nr. 2 2024

Marte Meo Foreningen i Danmark
v/Marianne Arndal
Jennyvænget 19
5270 Odense N

Redaktion:
Dorte Nikolajsen
dortenik@gmail.com
Marita Kirketofte
kirketofte@profibermail.dk
Marianne Arndal
arndal@nalnet.dk

www.martemeo.dk

Facebook: Marte Meo Foreningen i Danmark

Layout og tryk: Grefta Tryk
Oplag: 430





Af Dorte Nikolajsen, supervisor

Jette Kirkegaard, socialpædagog

Et livsforandrende Marte Meo-forløb

Denne artikel er blevet til i samarbejde med Jette Kirkegaard, som er socialpædagog og arbejder som pædagog i en beskyttet beskæftigelse i en kommune. Jette er under uddannelse til Marte Meo-terapeut.

Arbejdspladsen beskæftiger især §103 borgere (beskyttet beskæftigelse til borgere med nedsat funktionsevne), men har også enkelte §104 borgere (aktivitets- og samværstilbud). Der er ca. 60 borgere beskæftiget med hver deres problemstilling.
Tilbuddet har mange områder for beskæftigelse:

- "Grøn Gruppe", som passer og plejer parken, slår græs, klipper hæk, planter blomster og løg, snerydder, salter og meget mere.
- "Drivhus gruppen", som passer planter og blomster i drivhusene, betjener kunder i butikken, laver dekorationer og udsmykning.
- "Dyre-gruppen", som passer dyrene i en mini-zoo. Det er her Jette har sin primære funktion.

Jette Kirkegaard har i sin uddannelse til Marte Meo-terapeut lavet en case med sig selv og en borger, vi kalder ham Peter. Peter er midt i 50'erne. Peter har flere domme for vold, bor på et opholdssted med opsyn og er i beskæftigelse i Grøn Gruppe fra starten af casen. Peter har været der i mange år, og der har været så mange episoder, hvor han er blevet vred og frustreret, at han har fået at vide, at han ikke kan komme i Grøn Gruppe mere, hvis der bliver flere voldsomme episoder.

Artiklen er blevet til som en kombination af oplevelser omkring film med Jette og Peter, Jettes opgave og en samtale, som Jette lavede med Peter for at høre, hvordan det havde været for ham at deltage i et Marte Meo forløb.
Før Jette startede denne opgave, var personalet på opholdsstedet utrygge ved Peter. Det har været på tale at flytte ham til et mere sikret sted.

Peters opvækst har været en lang række af svigt og overgreb - både i hjemmet og udenfor. Han har efter at have oplevet vold og misbrug i hjemmet været anbragt hos plejefamilier og på institutioner. Hans skoleuddannelse er minimal. Han har udtaleproblemer og reagerer langsomt. Han har ikke oplevet megen kærlighed eller positive relationer i sit liv, så han forventede før Marte Meo forløbet ikke meget godt fra andre. Han har en medfødt frontallap skade og flere autistiske træk, som bevirker, at han kan reagere voldsomt og uden varsel, hvis han føler sig presset, ikke føler sig set og mødt, bliver skuffet, eller hvis han oplever sig irettesat. Han har brug for hjælp for at regulere denne adfærd.

I forbindelse med den styrkede relation mellem Jette og Peter, har Peter fået så megen tillid, at han kan sige til Jette, hvis han er ked af det, vred eller, hvis han føler sig uretfærdigt behandlet. Jette har gennem sit arbejde med Peter benævnt hans ord, hvilket betød, at Peter følte sig hørt og respekteret. Hans udtalefejl gør,



at han kan være svær at forstå, men det, at Jette har gentaget ham og vist ham, at hans ord er blevet forstået, har fået ham til at blomstre. Nu er der nogle, som lytter til ham.
Tempoet i samtalen har været et emne et arbejdspunkt. Det, at samtalen er langsom, har været af stor betydning. Når Peter får tiden til at udtrykke sig, kan han bedre gøre det. Han bliver lyttet til, både når han får for lidt smør på brødet, og når han gerne vil strigle hesten lidt bedre. Han er vigtig. Så arbejdspunktet: "Opmærksom venten" har været i spil. Når vi retter hele opmærksomheden mod den anden og giver os tid til at lytte og forstå, føler han sig vigtig.

Det var ret tydeligt fra starten – både in real life og ved gennemsyn af de første film, at Peter havde problemer med at regulere sine følelser. Han blev forvirret, råbte lidt højt, blev kort for hovedet eller vrissen, når noget gik ham på. Jette har i en længere periode benævnt hans følelser, når hun var sammen med ham. I starten var det kikset – nok for dem begge, for det kan føles virkelig unaturligt at skulle fortælle en granvoksen sur mand, at nu er han vist skuffet. Jette tog bolden op og benævnte hans følelser, gode, dårlige, store og små. Lige så stille begyndte Peter at reagere, han begyndte at føle sig hørt og viste, at han nu turde henvende sig til Jette, når noget var svært. Hun forstod hans følelser. Gennem hende forstod han sine egne følelser mere og mere. Det næste, der skete var, at han stille kunne begynde at regulere dem.



Fra samtalen mellem Jette og Peter: Jette: *"Grunden til at vi to skulle arbejde sammen (Marte Meo) var, at du havde dommen, og hvis du lavede en eneste ting mere, så kunne du ikke få lov at være her mere." Peter: "Nej det måtte jeg ikke." Jette: "Og hvor mange gange har du lavet noget voldsomt, siden vi begyndte at filme, hvad har du lavet?" Peter: " Ikke en skid. Intet." Jette: "Nemlig. I stedet for at blive vred eller ked af det, så kommer du. Du ved lige, hvordan man skal gøre, komme til mig i stedet for at være ked af det. Der er en god tillid mellem os. Også ting med bostedet, der kommer du, og siger hvad du gerne vil have eller, hvad du er ked af."*

Når han kunne få hjælp til sine svære følelser, kunne problemerne også ofte løses. Der er ingen grund til at surmule i flere år over, at der er for lidt smør på brødet i madpakken, når det kan løses med Jette som mellemkvinde. Nu får han lige den mængde smør på brødet, han har lyst til.

Fra samtalen: Jette: *"Du har fået nemmere ved at bede om ting. Når du gerne vil have mere smør på brødet, så siger du det nu. Før gik du og puttede med det". Peter: "Ja og det er jo bare dem i køkkenet, som har glemt det, ikke". Jette: "Men nu kommer du og siger det, det gjorde du ikke før. Nu tør du godt. Ved sidste opfølgningsmøde havde du ting, som du ønskede anderledes, det har jeg ikke hørt før. Du sagde, dette kunne jeg godt tænke mig." Peter: "Ja netop, sådan er det. Jeg bliver mere glad."*

Peter har gennem forløbet fået det så meget bedre, at han nu selv må gå til og fra arbejde, han behøver ikke at blive ledsaget. Kontakten til hans sparsomme familie er genoptaget, han føles ikke truende mere. På Gartnergården er han blevet en respekteret del af de ansatte, han kan stille og roligt give udtryk for sine behov og meninger.

På baggrund af alle disse positive ting er Peter blevet udvalgt til en tillidspost: han fodrer hver lørdag dyrene helt alene og har ansvaret for dette.

"Det har været spændende og også udfordrende at vælge Peter i mit første forløb med Marte Meo. Jeg har glædet mig meget over den effekt, tilgangen har haft.

Som Peter siger i en samtale med Jette: *"Det bedste herude er at passe hestene, og det er udmærket. Og jeg har fået lov at have vagt og passe dem om lørdagen, så det gør jeg helt alene. Og det kører bare, som det skal. Det var hyggeligt at lave dette."*

> Fra samtalen mellem Peter og Jette: Jette: *"Er der sket gode ting siden, vi to har arbejdet mere sammen, arbejdet med film? Peter: Ja det er der. Jeg kan selv tage på arbejde nu, jeg går selv herover. Før skulle jeg følges og hentes. Det er dejligt. Og besøg hos familien det må jeg også nu. Ham personalet på bostedet siger, at det tror han godt, jeg kan nu. Tingene er blevet nemmere for mig. Og madpakkerne er blevet bedre, fordi jeg kan sige, hvad der skal på."*

Peters næste drøm er at få lov at gå helt alene ned i byen uden at skulle ledsages af andre. Det ville være dejligt.

Han siger det sådan her: *"Hvad er det bedste ved livet lige nu? Det ved jeg ikke. At jeg kan se, at jeg måske selv får lov til at gå ned i byen en dag. At jeg ikke hele tiden skal følges."*

Jette udtrykker det således: *"Det bedste for mig er den glæde, jeg ser hos dig hver eneste dag og det, at du ikke er bange for at blive vred."*

Fra Jettes afslutning af opgaven: Det har været spændende og også udfordrende at vælge Peter i mit første forløb med Marte Meo. Jeg har glædet mig meget over den effekt, tilgangen har haft. Jeg havde let ved at vente, benævne navn og benævne initiativer, men jeg var lidt betænkelig ved at benævne følelser, særligt de svære. Jeg var nervøs for, at det kunne udløse udadreagerende adfærd. Jeg gik meget forsigtigt frem, og Peter vænnede sig til det. I dag taler vi stort set om alt.

Peter har responderet rigtig godt på metoden. Han er blevet mere rolig i både tale og kropssprog. Han kigger meget mere op, når vi taler og løser opgaver sammen. Han tager initiativer, som han før var afventende på. Han har tydeligt fået tillid til, at personalet støtter og forstår ham.

Bostedet har modtaget en vejledning i Marte Meo elementer med praksiseksempler. Det har øget hans livskvalitet. Samtidig med at det også har forbedret hans relation til bostedet.

Peter taler i dag åbent om de håb, han har for fremtiden. Det seneste er et ønske om, at han uledsaget kommer til at foretage daglige indkøb i supermarkedet.

For mig som supervisor har det været helt fantastisk at se et menneske udvikle sig så meget på så kort tid. At se, hvordan Peter stille og roligt har fået det bedre, har rejst hovedet, kigget op og fået de mange smil ind, som omgiver ham. Det er der, Marte Meo i sin enkelthed kan forandre menneskers liv. Peter har fået troen på, at andre vil ham det godt, og Jettes dage med Peter er blevet så meget gladere. Det har været en berigelse at se, hvordan Jette kunne hjælpe til denne store forandring med sit Marte Meo arbejde.

Mød Cecilie Evertsen på årsmødet

Glæd dig til at møde den anerkendte forsker, forfatter og underviser Cecilie Evertsen på Marte Meo Foreningens årsmøde den 1. november 2024, hvor hun fortæller om samspillets betydning for udvikling af psykologisk tryghed.

Med passion for mental sundhed vil hun dele sin viden og erfaringer om, hvordan vi kan skabe miljøer, der fremmer robusthed hos mennesker gennem hele livet. Hun vil også belyse, hvordan tidlig indsats og støtte til børn og unge kan danne fundamentet for stærke og robuste voksne.

Deltag i det inspirerende oplæg og få værdifuld indsigt, praktiske redskaber og ny inspiration til dit arbejde med at fremme robusthed og mental sundhed hos mennesker i alle aldre.







Af Emma Johansen og Marianne Sigersted

Indtryk fra temadag med Sarah Daniel

På Dalum Landbrugsskole i Odense blev en helt fantastisk fagligt inspirerende temadag afholdt i april. Dagen med Sarah Daniel havde været i støbeskeen hos bestyrelsen i flere runder. Efter flere omveje og udfordringer såsom corona og økonomi tog den nye bestyrelse springet og inviterede til denne temadag. Emnet for dagen var "Egne tilknytnings mønstres betydning for arbejdet i relationer", og det blev en fuldstændig magisk og fængende dag.

Vi tror, at vi taler på fleres vegne, når vi skriver, at dagen fløj afsted, og at vi ville ønske os at have haft to eller tre dage til at indtage den store faglige viden og til at omsætte det hele i egen praksis.

Sarah Daniel, psykolog og psykoterapeut, har arbejdet og forsket i feltet omkring tilknytning og tilknytningsmønstre i mange år og opnået international anerkendelse for sit arbejde.



Vi fik en indføring i, hvordan vores rødder og dermed vores egne erfaringer med tilknytning eller mangel på samme kommer i spil i praksis, når vi arbejder med mennesker og deres tilknytningsmønstre. Helt konkret hvordan vi kan forstå egne reaktioner, blinde vinkler, smertepunkter og de udfordringer, der følger med dette arbejde. Vi fik indsigt i og en reminder om, hvor vigtig egenomsorg er i arbejdet med omsorg, og hvordan vores egne omsorgsmønstre påvirker omsorgsarbejdet udadtil og indadtil.

Sarah Daniel berørte også, hvordan vores tilknytningsrelaterede strategier kunne blive en del af de problemer, vi slås med i forhold til stresskollaps og tendens til deaktivering. Den måde vores tilknytningsmønstre har lagt sig som en erfaring på, påvirker også vores copingstrategier og den måde, vi søger tryghed i krisesituationer. I løbet af dagen fik tilhørerne mulighed for at drøfte erfaringer og tanker med side-kvinden. På den måde blev der givet luft til at integrere den nye viden med egne erfaringer og fælles tanker. Over middag kom Sarah Daniel ind på, hvordan tilknytningsmønstre, der er for to mennesker er næsten ens, i værste fald kan udvikle sig på en skadelig/grænseoverskridende måde, og hvordan udviklingsmuligheder kan forpasses her. Så der er også en gevinst ved, at f.eks. ens partner har en anden tilknytningserfaring end man selv har – det kan give muligheder for udvikling (selvom det også indimellem kan være irriterende). En tydelig forskellighed i kalibrering i tilknytningsmønstret kan til gengæld give anledning til misforståelser og uheldige samspil.

Tilknytningsmønstre etableres i vores helt tidlige samspilserfaringer med de tætteste omsorgspersoner (oftest mor og far), men ligesom følelser og mentalisering udvikler tilknytningsmønstrene sig igennem livet. De kan nemlig også udvikle sig igennem nye

Sarah Daniel,
psykolog og psykoterapeut.



erfaringer i tilknytningen til andre. Så det er altså ikke en statisk størrelse, men derimod en del af vores mentale udviklingspotentiale hele livet. Supervision og kollegaskab spiller en vigtig rolle for udviklingsmulighederne, sammen med den enkeltes evne til at kunne berolige sig selv, når udfordringer og kriser rammer.

Den viden, som blev delt med os, satte store refleksioner i gang og ledte tankerne tilbage til vores egen barndom, tidligere og nuværende partnere, venskaber, kollegaskab og forskellige børn/unge/borgere, der er blevet arbejdet med igennem tiden. I bilen hjem og de efterfølgende dage var der store tanker om privatliv og arbejdsliv, som skulle bearbejdes og udforskes - hvilket har været en kæmpe gave og givet stor indsigt.

Sikke en dejlig berigende dag.

Vi fik en indføring i, hvordan vores rødder og dermed vores egne erfaringer med tilknytning eller mangel på samme kommer i spil i praksis, når vi arbejder med mennesker og deres tilknytningsmønstre.

Temadag med Susan Hart

Kom og mød den kendte psykolog, supervisor, forfatter og underviser Susan Hart på

Marte Meo Foreningens temadag torsdag 27. marts 2025

Glæd dig til en spændende dag, hvor Susan fortæller meget mere om, hvad neuroaffektiv udviklingspsykologi er i praksis, og hvordan denne forståelsesramme er nyttig for os, der arbejder med Marte Meo.

Hold øje med foreningens facebookgruppe og hjemmeside for nærmere info og tilmelding.



Kom og vær med til årsmøde og generalforsamling

Fredag d. 1. november 2024 inviterer Marte Meo Foreningen dig til årets mest inspirerende og festlige begivenhed, hvor du kan opleve en dag med faglig udvikling sammen med dine kollegaer.
Tag del i en dag, hvor vi i fællesskab skaber rammerne for fremtidens Marte Meo arbejde.

Program årsmøde den 1. november 2024 på Hotel Nyborg Strand

08:30 - 09:30	Indtjekning, kaffe og brød
09:30 - 09:45	Velkomst
09:45 - 12:00	Hovedoplæg med Cecilie Evertsen
12:00 - 13:00	Frokost
13:00 - 14:00	Generalforsamling og uddeling af Marte Meo Prisen 2024
14:00 - 14:30	Kaffe og kage
14:30 - 15:45	"3 i 1" workshops med fælles afsluttende session
15:45 - 16:00	Tak for i dag

Tilmelding
Pris: 1275 kr. for medlemmer, 1675 kr. for ikke-medlemmer. Institutionsmedlemskab giver mulighed for 2 deltagere til medlemspris. Tilmelding via www.martemeo.dk

Hovedoplæg - samspillets betydning for udvikling af psykologisk robusthed
Cecilie Evertsen er en anerkendt forsker, forfatter og underviser ved Nationalt Center for Læringsmiljø og Adfærdsforskning ved Universitetet i Stavanger. Med en passion for mental sundhed, vil hun dele sin dybdegående viden og erfaringer om, hvordan vi kan skabe miljøer, der fremmer robusthed hos mennesker gennem hele livet. Hun vil også belyse, hvordan tidlig indsats og støtte til børn og unge kan danne fundamentet for stærke og robuste voksne.
Deltag i dette inspirerende oplæg og få værdifuld indsigt, praktiske redskaber og ny inspiration til dit arbejde med at fremme robusthed og mental sundhed hos mennesker i alle aldre.

Oplev vores inspirerende "3 i 1" workshops som består af:
- To engagerende workshops: Start med at vælge mellem to forskellige workshops – begge med oplæg og dialog, hvor du får mulighed for at fordybe dig og diskutere med eksperter og kolleger.
- Fælles session: Dagen afsluttes med en fælles session, hvor du kan spørge en licensed og alle samles.

Workshop 1: Autisme og mentalisering
Oplæg og dialog ved licensed supervisor Stine Juul Lawaetz
Småbørn med autisme er ofte udfordret på deres mentaliserings evne. Deres signaler kan være ganske små og svære for andre at registrere.

I denne workshop vil vi udforske:
- Brugen af video: Hvordan kan man bruge video til at se tegn på mentalisering hos børn med autismespektrumforstyrrelse?
- Støtte mentaliserings evnen: Hvordan kan man bruge video til at forbedre forældre og personalers evne til at støtte op om mentaliserings evnen?

Workshop 2: Demensomsorgen kalder på magiske mødeøjeblikke
Oplæg og dialog ved licensed Marte Meo supervisor Gitte Mørch Henriksen
Kan Marte Meo metoden gøre livet lysere og lettere, når demens er en del af hverdagen? I en travl hverdag kan vi let glemme de afgørende øjeblikke af nærvær og forbindelse, der er vitale for alle mennesker.

I denne workshop vil vi undersøge:
- Anvendelse af Marte Meo metoden: Hvordan kan vi foretage perspektivskifte på en objektiv og menneskelig måde ved hjælp af Marte Meo metoden?
- Styrkelse af forbindelsen: Hvordan kan denne metode styrke forbindelsen mellem alle involverede parter?
- Pårørende som medrørende: Hvordan åbner metoden muligheden for at gøre pårørende til medrørende, hvis de ønsker det?

Deltag i denne workshop og få indblik i, hvordan Marte Meo metoden kan skabe magiske mødeøjeblikke og forbedre livskvaliteten for personer med demens og deres nærmeste.

Herefter fælles afsluttende session med de to licensed supervisorer Gitte Henriksen og Stine Lawaetz, hvor du kan få svar på dine spørgsmål, som kunne være om:
- Uddannelser
- Casetyper
- Certificeringer
- Alt andet indenfor Marte Meo universet

Vi glæder os til at se dig.



Et forløb set fra forældrevinkel

Forældreparret Pål og Anne-Katrine har lavet denne beskrivelse af et forløb med deres 5-årige søn.

Vi har haft den store fornøjelse at have været igennem et Marte Meo forløb med Marte Meo terapeut Dianna Wittig fra februar til oktober 2023. Vores ældste søn på fem er infantil autist, nonverbal, og vi oplevede, at overgangs- og kravsituationer slet ikke fungerede. Det resulterede i modstand og nedsmeltninger. Vi stod i en situation, hvor vi kunne se, at inden længe ville vores dreng være så stor og stærk, at vi kunne stå i nogle meget svære situationer, hvis ikke vi gjorde noget.

Metoden og tilgangen - koblingen mellem video af konkrete situationer og analyse med fokus på de samspilselementer der virker - syntes i starten næsten banal, men efterhånden som vi kom længere ind i forløbet, er det gået op for os, hvor effektivt, det er.

Både min mand og jeg deltog i forløbet. Det vil sige, at vi fik hver vores arbejdspunkt og skulle filme hver vores film med individuel tilbagemelding hele vejen igennem forløbet. Vi har overværet hinandens tilbagemeldinger, men vi har som udgangspunkt haft hver vores arbejdspunkt og forløb.

Vi har haft meget stor gavn af at deltage begge to, da det har givet os mange anledninger til at tale om arbejdspunkterne, vores forskellige tilgange og forståelse af det, hvad virker og hvad virker ikke og hvorfor. Det har skabt et trygt og konstruktivt refleksionsrum for os som forældre, som også har gavnet vores tilgang til (neurotypiske) lillebror.

Efter hver film fik vi et nyt arbejdspunkt fx vente, følge, bekræfte, benævne, sætte ord på sig selv og kontakt før opgave. Vi arbejdede i 1-2 uger med hvert arbejdspunkt, hvorefter vi filmede en film på 10-15 min. Og man skal endelig ikke lade sig narre - selvom arbejdspunkterne virker simple, så var det meget sværere, end man lige skulle tro.

Det var i starten grænseoverskridende at blive filmet, men det blev mere naturligt efterhånden.

Det er enormt befriende, at metoden tager udgangspunkt i og forstærker de elementer ved vores samspil, som fungerer. Som forældre til et barn med særlige behov er vi jo utroligt bevidste om alt det, der ikke fungerer. Det mærker vi hver dag.

Det fungerede også rigtig godt, at arbejdspunkterne og filmene tog udgangspunkt i konkrete hverdagssituationer og ikke kun tog udgangspunkt i en teoretisk snak.

Og netop fordi tilbagemeldingerne tog udgangspunkt i de positive og vellykkede elementer af konkrete situationer, gik vi hver gang hjem fra en tilbagemelding med en følelse af at være verdens bedste forældre, og vi havde mod og energi til at arbejde videre.

Vi mærkede også hurtigt en positiv udvikling hos vores søn. Jo mere vi arbejdede med elementerne, jo tryggere og roligere blev han, og jo mere fulgte han vores anvisninger, og nu kan vi sågar stille ganske små krav til ham. Vi er fx gået fra at undgå bestemte steder, fordi den eneste måde, vi kunne få ham væk, var ved at bære ham (skrigende og sparkende) til, at han nu følger os, når vi siger, at nu er det slut, og nu skal vi hjem (med den rette mængde forberedelse, tagen højde for latenstid m.m.). Når vi beder ham vaske hænder, går vi helt uden problemer ud på badeværelset og vasker hænder. Selv badesituationen er blevet håndterbar. Relationen og samspillet til lillebror er også blevet markant bedre.

Vi følte os meget trygge ved Dianna. Dianna mødte os fuldstændigt fordomsfrit og omsorgsfuldt, og hun fik meget hurtigt skabt et tillidsfuldt og trygt rum for os - som også var fuld af humor.

Marte Meo tilgangen koblet med Diannas store erfaring med autismespecifik pædagogik har givet os de helt rigtige forudsætninger og redskaber i forhold til at styrke samspillet med vores søn.

Forløbet har givet os en grundlæggende forståelse for vores søns behov og adfærd. Vi ser ham simpelthen på en anden måde nu, og vi kan mærke på ham, at han føler sig set og forstået af os.

Marte Meo terapeut Dianna Wittig fortæller:

I mit sidste afsluttende case forløb på min uddannelse som Marte Meo terapeut havde jeg et forløb med et forældrepar fra en specialinstitution, hvor deres 5-årige autistiske søn gik. Familien var udfordret i dagens overgange, og det ville de gerne arbejde med for at kunne møde deres barn bedst muligt i samspillet.

Det var et langt, godt forløb med meget engagerede forældre.

Da forløbet sluttede, spurgte jeg, om de ville skrive, hvordan deres oplevelse havde været i forløb, hvad det havde haft af betydning for deres lille familie at have været med i forløbet. Hvad det havde gjort at have arbejdet med Marte Meo elementerne og bruge elementerne i praksis.

Det gjorde jeg for at blive klogere på, hvad de tog med sig fra forløbet, og om der var noget, jeg skulle reflektere mere over eller gøre anderledes til næste gang.



Marte Meo terapeut Dianna Wittig.



Hvordan skaber vi robuste børn?

Hvad vil det egentlig sige at være et robust barn? Er der noget forældre eller personer, som arbejder med børn, kan gøre for at hjælpe børnene med at blive mere robuste?

En episode fra en podcastserie til Læringsmiljøsenteret ved Universitet i Stavanger har dannet grundlag for de refleksioner og den vidensdeling om robusthed eller resiliens, som forsker Cecilie Evertsen udtrykker i denne artikel. Artiklen er skrevet som et uddrag af den norske artikel, udvalgt og oversat af Dorte Nikolajsen. Den originale artikel kan læses i sin fulde længde på https://www.forskning.no/barn-partner-psykologi/dagens-oppdragelse-gjor-barna-mindre-robuste/2300516.

Kunsten at leve

Ifølge forsker Cecilie Evertsen handler det at være robust eller modstandsdygtig om kapacitet til at håndtere lidt af livets modgang. Hun bruger begrebet resiliens om fænomenet. Mange betragter denne resiliens som noget statisk og noget iboende i det enkelte menneske, siger Cecilie Evertsen. Hun fortsætter: "Dette er der ikke forskningsmæssigt belæg for. Vi kan være født med forskellige dispositioner for resiliens. Denne resiliens er ikke fastlåst, den kan ændres livet igennem. Modstandsdygtighed er dynamisk og ikke noget, som er medfødt. Det enkelte menneskes kapacitet for resiliens eller robusthed udvikles over tid i nært samspil med betydningsfulde andre. Det handler om kapacitet til at regulere stress sådan, at vi kan håndtere noget af det ubehagelige, vi møder i livet. Et velfungerende system for stressregulering giver dig som oftest en oplevelse af "well-being" i livet."

Der findes ingen enkel opskrift

Robusthed eller resiliens er et relativt begreb. I nogle situationer er man robust, i andre er man sårbar. Den megen omtale af robusthed eller resiliens gør, at det ofte misforstås. Mange - og måske specielt mange forældre - vil gerne have, at deres børn har en høj grad af resiliens. De vil gerne have det som en egenskab hos barnet. Det, man ofte glemmer, er at tale om, hvilke byggeklodser der skal til for at komme dertil.

Når Cecilie Evertsen holder foredrag for professionelle og forældre, oplever hun ofte, at de ønsker en let tilgængelig opskrift på, hvordan man skaber mere robuste børn. Der findes ikke en opskrift, fordi resiliens hos mennesket er så enormt komplekst. For at sige det kort, så er en bedste måde at give et barn robusthed eller resiliens, den modstandskraft det får over tid.

Børnene skal blive sig selv

Cecilie Evertsen citerer psykolog Line Marie Warholm for en definition på robusthed eller resiliens som en evne eller fleksibilitet til at udholde ikke at være på toppen hele tiden. Det handler om at tåle livet, som det kommer. Om ikke altid at kunne kontrollere det.

"Men ikke alle principperne for menneskets udvikling er til forhandling" siger Cecilie Evertsen.

"Nogle principper handler om overlevelse, andre om følelsen af velvære og det at have det dejligt. Dette er præmisser, og hvis vi

> **Mange forældre er vældig optagede af at være gode forældre, og de har en sandhed om, hvad det vil sige. De synes, at børnene skal være glade hele tiden. Det er ikke at have så glade børn som muligt, der siger noget om, hvorvidt du er en god forælder eller ej.**

prøver at forhandle om dem, vil det få store konsekvenser for vores sundhed."
Et eksempel: Alle har en forståelse for, at vi skal sove, og at vi skal have mad simpelthen for at overleve. Derudover er det vigtigt med fysisk aktivitet – med fysisk og kognitiv stimulering for, at vi trives. Udover dette er det vigtigt med tilhørsforhold, at man føler sig beskyttet af nogen. Alt dette er helt grundlæggende.

Vigtigt at bygge kapacitet
Det at høre til er så grundlæggende for os som mennesker, at hvis barnet ikke føler sig knyttet til særlige voksne (mest far og mor), vil barnet føle så stort et savn, at det kommer til at føles som om, det skal kæmpe for sin overlevelse. Denne følelse af tvivl om overlevelse i verden er et rigtig dårligt udgangspunkt for at blive robust.

Mange forældre spørger Cecilie Evertsen, hvad de kan gøre, når barnet er på den ene eller anden måde. Hun svarer, at de skal have fokus på, hvem de ønsker at være for deres barn. Og: "Hvis du gør dig denne overvejelse, vil du ofte handle intuitivt (hvis du i din barndom selv har oplevet at blive godt støttet) så du bliver en tryg havn, som barnet kan læne sig ind i, når livet er svært".

Cecilie Evertsen udtrykker, at der er mange strukturer og udtalte sandheder omkring børn og resiliens, som ikke har baggrund i forskning. En af dem handler om robusthed. "Mange mener, at hvis barnet skal kunne tåle noget, så må vi sørge for at de får noget modgang. Det skal øve sig i modgang, det kunne være i uretfærdighed. Det er ikke det, som giver barnet kapacitet til at tåle ubehag i livet", forklarer Cecilie Evertsen. "Det, der skal til, er gentagne erfaringer og oplevelser med at de, som er sat i verden for at beskytte barnet – ofte mor og far – skal beskytte det utallige gange for, at det bliver trygt. At du har en psykologisk tryghed som bund gør, at du tør tage sunde chancer og tør stå op for dig selv eller andre. Denne tryghed er der ikke noget "quick fix" til. Den skabes gennem gentagne interaktioner – og hvis de, der skal beskytte dig, er dem der giver dig modgang, er der ikke tale om at bygge kapacitet".

Vigtigt at validere børns følelser
Cecilie Evertsen fortsætter: Mange forældre er vældig optagede af at være gode forældre, og de har en sandhed om, hvad det vil sige. De synes, at børnene skal være glade hele tiden. Det er ikke at have så glade børn som muligt, der siger noget om, hvorvidt du er en god forælder eller ej. Hun ser en del forældre, som ikke tåler, at børnene er kede af det. Så føler de sig som dårlige forældre.

Som for eksempel når du giver den 3-årige en is, som hun taber på jorden. Som forælder har du lyst til at springe tilbage i kiosken og købe en ny is for at stoppe hendes gråd. Den handling vil ikke give pigen en erfaring med at stå i noget ubehageligt. I stedet bør du hellere bekræfte barnets følelser, trøste og støtte barnet. Så vil barnet få erfaringer med, at der sker negative ting i livet, og hen ad vejen vil det lære at regulere disse følelser selv. At gøre det på den måde er at opbygge kapacitet. Det fører til, at barnet kommer til at kunne tåle lidt af livets modgang: Når du får mange af den slags trygge erfaringer med stress, så opbygger du resiliens.

Vælg ikke de nemme løsninger
Det sidste emne, Cecilie Evertsen kommer ind på, er selvstændighed. Hun mener, at forældre i dag er for optagede af, at deres børn skal være selvstændige. De tror, de har fejlet, hvis barnet ikke er selvstændigt nok. Men, siger hun, vi er slet ikke programmerede til at være selvstændige. Vi er skabt til at leve i flok. Du kan få en kapacitet til at stå lidt på egne ben, men den kapacitet vil ændre sig afhængig af sammenhængen. Det er ikke alt, vi skal tåle alene. Vi har ofte brug for vores nærmeste for at klare vores liv. Det er godt og helt essentielt, at man har nogen at komme hjem til, hvor man kan være tryg og få trøst og støtte.



Neuroaffektiv udviklingspsykologi og Marte Meo: En praktisk anvendelse

Susan Hart er oplægsholder til Marte Meo foreningens temadag den 27. marts 2025 og har i den anledning skrevet denne artikel.

Neuroaffektiv udviklingspsykologi (NAU) er en teoretisk ramme, der tilbyder en dybdegående forståelse af, hvordan vi mennesker udvikler os følelsesmæssigt, socialt og personligt. Denne forståelse kan være særligt nyttig, når man arbejder med Marte Meo, både i pædagogiske sammenhænge med børn og ældre og i familiebehandling.

Hvad er neuroaffektiv udviklingspsykologi?
NAU kombinerer indsigter fra udviklingspsykologi, traumeforskning, tilknytningsteori og evolutionspsykologi, og integrerer dem med viden om hjernens opbygning og funktion. Grundlæggende bygger teorien på, at menneskers udviklingsbetingelser formes allerede fra konceptionen og præges af de tidlige relationelle samspil i barndommen samt de betydningsfulde relationer gennem hele livet.

I praksis betyder det, at NAU kan hjælpe med at forstå og støtte menneskers udvikling ved at fokusere på de sociale og følelsesmæssige interaktioner, der er nødvendige for at trives. Det biologiske, psykologiske og sociale perspektiv smelter sammen, hvilket giver et omfattende billede af, hvordan mennesker bedst kan hjælpes i deres udviklingsproces.

Marte Meo og NAU: En Synergi
Marte Meo er en metode, der fokuserer på at styrke og udvikle positive interaktioner gennem videoanalyse og vejledning. Ved at anvende NAU som teoretisk fundament for Marte Meo kan vi forbedre vores forståelse af, hvordan vi skaber de bedste betingelser for udvikling og trivsel. NAU kan fx gennem de neuroaffektive kompasser anvendes til en vurdering af, hvornår man udelukkende skal indgå i samspil uden så mange ord, og hvornår man kan indgå i mentaliserende samtaler om samspil.

For børn og ældre: Når vi arbejder med børn eller ældre, er det vigtigt at skabe et miljø, hvor de føler sig trygge og forståede. Gennem NAU forstår vi, at følelsesmæssig udvikling er tæt knyttet til vores relationelle erfaringer, og følelser udvikles gennem gensidige, synkroniserede interaktioner indenfor nærmeste følelsesmæssige udviklingszone. Ved at anvende Marte Meo kan vi konkret se og forbedre interaktioner, der støtter denne udvikling, og teorien kan være en hjælp til at forstå, hvis dette ikke sker som forventet, og hvad vi kan forvente. NAU kan således være med til at finjustere Marte Meo-interventionen. For eksempel kan videooptagelser af daglige interaktioner bruges til at identificere øjeblikke, hvor barnet eller den ældre har brug for mere støtte eller positiv feedback, og hvordan denne udviklingsproces kan støttes ved at kende den nærmeste følelsesmæssige udviklingszone.

> **NAU kan hjælpe med at forstå og støtte menneskers udvikling ved at fokusere på de sociale og følelsesmæssige interaktioner, der er nødvendige for at trives.**

Familiebehandling: I familiebehandling kan NAU tilgangen være en støtte til at forstå de underliggende følelsesmæssige dynamikker, der påvirker familiens samspil. Marte Meo kan derefter anvendes til at forbedre disse interaktioner. Igennem NAU er det muligt at vurdere, hvornår man kan anvende en mere narrativ og mentaliserende tilgang, og hvornår det er nødvendigt udelukkende at anvende en oplevelsesorienteret tilgang.

Praktiske Eksempler
Pædagogik med børn: En pædagog arbejder med en gruppe børn i en børnehave. Ved at bruge NAU forstår hun, at børnene har brug for følelsesmæssig støtte for at kunne lære og udvikle sig optimalt. Gennem Marte Meo analyserer hun videoklip af sin egen interaktion med børnene. Hun opdager, at nogle børn har brug for mere fysisk nærvær og øjenkontakt, mens andre har brug for mere verbal støtte. Ved at tilpasse sin tilgang kan hun skabe et mere støttende læringsmiljø.

Ældrepleje: En plejeperson arbejder på et plejehjem og ønsker at forbedre sin interaktion med beboerne. Gennem NAU indser hun, at mange ældre oplever ensomhed og social isolation, som kan skyldes såvel personlighedsændringer som hukommelsesproblemer. Ved at anvende Marte Meo kan hun se, hvordan små ændringer i hendes daglige interaktioner – som at give mere tid til samtaler eller opretholde fysisk kontakt – kan have stor betydning for beboernes følelsesmæssige trivsel. Marte Meo hjælper også med at forstå, hvordan degenerative lidelser betyder, at det er vigtigt at møde ældre indenfor deres nærmeste følelsesmæssige udviklingszone for, at de føler sig mødt. Begge eksempler illustrerer, at man skal vurdere, hvor meget man kan og skal anvende forklaringer og narrativer i forhold til blot at give støtte i nærværet.

Familiebehandling: En familie oplever kommunikationsproblemer og konflikter. Ved at anvende NAU kan terapeuten forstå de følelsesmæssige behov bag familiens dynamikker og vurdere forældrenes nærmeste udviklingszone. Denne vurdering hjælper

> **Neuroaffektiv udviklingspsykologi tilbyder en dybdegående forståelse af menneskelig udvikling, som kan berige og styrke anvendelsen af Marte Meo.**

med at afgøre, hvornår forældrene vil profitere mest af mentaliserende samtaler, hvor man reflekterer over følelser og tanker, og hvornår en oplevelsesorienteret tilgang, hvor terapeuten er mere aktiv i samspillet, vil være mest gavnlig. Gennem Marte Meo kan terapeuten vise familien konkrete eksempler på deres interaktioner og indgå i mentaliserende dialoger, der hjælper dem med at forbedre deres kommunikation og styrke deres relationer. Alternativt kan terapeuten justere sin tilgang ved at deltage aktivt i familiens aktiviteter og samspil, hvilket støtter deres udvikling i situationer, hvor en mere oplevelsesorienteret tilgang er nødvendig. Dette sikrer, at interventionen er tilpasset familiens aktuelle behov og udviklingsniveau, hvilket fremmer en mere finjusteret og meningsfuld forandringsproces.

Neuroaffektiv udviklingspsykologi tilbyder en dybdegående forståelse af menneskelig udvikling, som kan berige og styrke anvendelsen af Marte Meo. Ved at kombinere disse to tilgange kan vi skabe mere finjusterede og meningsfulde interventioner, der støtter både børn, ældre og familier i deres følelsesmæssige og sociale udvikling. Kombinationen mellem teori og praksis gør det muligt at skabe positive forandringer i de daglige interaktioner, der udgør grundlaget for menneskers trivsel.



Har du noget på hjertet?

Kære medlemmer.
Vi har løbende brug for nye artikler til Marte Meo Nyt.

Har du noget på hjertet – og lyst til at skabe inspiration og vidensdele Marte Meo til Marte Meo Foreningens medlemmer, så er Marte Meo Nyt stedet.
Vi vil meget gerne modtage artikler fra dig, så hold dig ikke tilbage.

Redaktionens funktion er blandt andet at læse alle indkomne artikler igennem og vurdere deres relevans i forhold til Marte Meo. Vi har beføjelser til at bede om ændringer til artikler og afvise dem. I disse tilfælde, vil vi altid gå i dialog med dig.

Vi glæder os til at modtage din næste artikel. Vedhæft gerne foto og illustrationer der kan anvendes til artiklen. Foto skal være i en højopløsning og god kvalitet.

Send den til martemeonyt@martemeo.dk

Med venlig hilsen
Marte Meo Foreningens bladudvalg



Inspiration fra Master Class i Eindhoven

Jane Larsen:

"Det er ikke en gave fra himlen, når et barn ser glad ud, det sker fordi det ser glade ansigter omkring sig."

Dett er et af de fantastiske udsagn, som Maria Aarts kom med under Master Class i Eindhoven d. 13. og 14. maj i år. Her mødtes Marte Meo folk fra Holland, Sverige, Norge, Østrig, Tyskland, Irland, Australien, Kroatien og Danmark. Vi vil med denne artikel dele stemningen og indholdet fra dagene. Selve udsagnet hentyder til et barn, men kan jo frit oversættes til "det er ikke en gave fra himlen, når et menneske ser glad ud, det sker fordi det ser glade ansigter omkring sig", for Marte Meo bruges i alle menneskelige relationer, som artiklen også vil komme omkring.

Alle deltagere var inviteret hjem til Maria søndag eftermiddag til hjemmebagte kager og småkager og te og kaffe. Vi blev modtaget af en storsmilende og sprudlende Maria i hopla, og vi kan afsløre, at hun er helt eminent til at bage. Allerede om søndagen kom følelsen af at være en del af et stort fællesskab. Som Marte Meo terapeuter arbejder en del meget selvstændigt, og man kan være i forskellige fællesskaber i større eller mindre omfang. At mødes med Marte Meo kvinder fra ni forskellige lande og to forskellige kontinenter giver en meget stor og rørende følelse af fællesskab. Kurset blev holdt hos Maria, som har et hus med kursuslokaler i stueetagen.

Selve Master Class startede mandag formiddag i bløde polstrede stole. Maria fortalte om sine tanker om Marte Meo's fremtid. Hun har et ønske om at fortsætte mange år endnu. Hun er dog i gang med at tage hånd om, hvordan hendes viden kan blive bevaret og delt. Når den dag kommer, hvor hun ikke længere er aktiv, er der ikke nogen enkeltpersoner til at tage over efter hende. Maria mener, det vil være en for stor byrde for andre at skulle overtage hendes livsværk, og det vil hun ikke byde nogen. Der vil derfor blive lavet en fond hvor penge, materiale og guidelines vil blive lagt, så det er tilgængeligt for Marte Meo folk.

De to dage indeholdt vidensdeling fra forskellige Marte Meo projekter dels fra Maria og dels fra deltagerne, og der blev givet supervision på deltageres medbragte film. Undervejs blev det hele naturligvis krydret med Marias mangeårige erfaringer og værdifulde udsagn. Et par af udsagnene var: *"alle interaktioner skal starte med et ansigt, der signalerer man er velkommen. Blive set, blive hørt, det er basic i alt. Hvem er jeg? Hvem kan jeg blive i interaktion med andre? Folk nyder mig, altså er jeg fantastisk. Give et velkomment ansigt, imiterende toner og vent og afvent tempoet som den anden person er i".* Maria siger disse ting i forskellige vendinger, hver gang hun holder oplæg. Hver gang giver det bare så god mening, at det efterfølgende kan findes i ens noter.

Det vil blive en lang artikel, hvis vi skal referere al indholdet fra dagene, så vi refererer udvalgte emner.

Der var en del film med børns leg, og her er Marias budskab tydeligt og klart, hvad den voksnes rolle er: Don't play! Hænderne væk fra legetøjet, så har du mulighed for at se, hvad børnene er optagede af/leger med. Når vi ikke selv som voksne er optagede af legen, kan vi være tilgængelige for børnene. Følg børnenes initiativer, bring ikke dine egne ideer ind. Børn er verdensmestre i at lege. Hvis vi kommer med ideer til deres lege, devalueres deres initiativer. I de ustrukturerede situationer er det forbudt at lære og korrigere/kontrollere. Vent, følg og benævn. Det er måden, den frie leg skal understøttes på.



Der blev vist film fra en skole i Norge, hvor politikkerne i kommunen har besluttet, at Marte Meo skal bruges i alle skolerne. Maria hører ofte lærere sige, at børnene har fået det sværere, at det var nemmere tidligere. Hertil lyder Marias kommentar "ja, livet ændrer sig og så må lærerne ændre sig". I skolefilmen så vi klip, hvor der var håndhilsning. Da læreren så filmen, sagde hun, at det at hilse på eleverne var som at læse vejrudsigten i elevernes ansigter. Altså at hun ret hurtigt og præcist får en information om, hvordan de enkelte elever har det den pågældende morgen. I forhold til at børn kan have det svært i skolerne, er det vigtigt at se bag om uhensigtsmæssig adfærd. Og det er lige præcis det, som er Marte Meo: at læse beskeden bag om adfærden. I skolerne er det godt at være i mindre grupper og filme i små grupper. Hvis læreren ønsker, der skal filmes i det store klassefællesskab for at vise, hvor svært det er, kan man sige "ud fra første film i det store klassefællesskab har jeg forstået problemerne. Lad os dele det op i mindre stykker og arbejde mere detaljeret". For at gøre børnehavebørn skoleparate fremhævede Maria, at de vigtigste egenskaber, børnene kan få med sig er, at de skal kunne kommunikere, vente, aflæse kropssprog samt have et godt selvværd.

> **Det er ikke en gave fra himlen, når et barn ser glad ud, det sker fordi det ser glade ansigter omkring sig.**

> **Det handler om at skabe gode øjeblikke. Har du som menneske gode øjeblikke, så har du en bedre dag og et lidt bedre liv.**

Dorte Nikolajsen:

Maria holdt oplæg om at arbejde med Marte Meo. Hun starter et forløb i familien med at optage en lede- og en følgefilm.
Maria arbejder næsten altid med følgefilmen først, for hvis der ikke er en relation, er det ikke muligt at lede positivt - eller som Maria kalder det i dag "relaxed ledelse".

En optagelse af et måltid bruges ikke som grundlag for analysen, men et måltid kan give en ide om strukturerne i et system eller en familie. Der gives ikke tilbagemelding på et måltid, det bliver for rodet.

Den strukturerede film viser, om barnet/borgeren kan begå sig i verden. Her kan vi hjælpe den professionelle med at kunne lede barnet-/borgeren til at "gå et svært sted" hen gennem relation, rutiner og tydelighed. Kan vedkommende få barnet/ borgeren til at finde det spændende?

Følgefilmen viser om personen, der er filmet, kan mærke sig selv. Den viser, om relationen er god. Om den professionelle kan "komme over i den andens sko".

Det er vigtigt altid at se efter som det første i en film: er der forbindelse mellem de to. Hører den professionelle tonen? Følger den professionelle den andens ideer? Ser de den andens sindstilstand?
Maria starter som regel et forløb med at arbejde i de ustrukturerede situationer, med at følge den anden. Når først der er en god relation, når forælderen eller den professionelle ser den anden, er det let at lede. De første arbejdspunkter er som regel at vente eller benævne.

Maria fortalte, at der i nogle lande er kommet en differentialdiagnose til autisme: "Isolations syndrom". Isolation i starten af livet kan give de samme symptomer som autisme. Det kan være børn, som har siddet med en skærm i timevis dagligt og ikke har haft tilstrækkelig voksenkontakt. Disse børn skal ses og hjælpes og har en stor mulighed for at blive hjulpet til et bedre liv.
Maria gik i detaljer omkring følgefilm, vi skal være opmærksomme på, at en følgefilm rent faktisk er en følgefilm. En følgefilm er en film, som er på barnets eller beboerens præmisser. Hvor det er dem, der bestemmer, hvad der skal laves indenfor de angivne rammer. Hun fortæller om følgefilm med forældre, hvor faderen er meget optaget af at bygge en garage til bilerne, mens det, barnet egentlig gerne vil lave af træklodserne, er en zoo. For at være en følgefilm, skal den voksne følge barnets initiativer, det er barnets ideer, der skal igennem. Der skal bygges en zoo. Det er barnets ide.

Gitte Henriksen:

Dagene hos Maria var særdeles berigende. De mindede mig igen om, hvor afgørende det er at holde fast i det enkle og lette, når vi arbejder med mennesker. Denne tilgang at "keep it light and simple", er ikke blot en metode, men et menneskesyn, der har særlig betydning i arbejdet med mennesker, der lever med demens, hvor de små, men bevidste handlinger gør en stor forskel.

Et øjeblik fra Master Class, som står særligt klart for mig og illustrerer kraften i Marte Meo metoden, er et 9 sekunders klip fra demensomsorgen, som tydeligt illustrerer tilgangen i praksis. Vi så en ældre kvinde sidde ved et veldækket bord, hendes blik var fjernt og uden fokus. Bag hende nærmede en omsorgsperson sig roligt. Denne omsorgsperson placerede sig nænsomt foran kvinden, bøjede sig let ned, og med et stort, varmt smil, der nåede helt op til øjnene, sagde hun blidt: "Godmorgen." Og så ventede hun...

Ventetiden, som vi ofte underkender i en travl hverdag, blev i dette øjeblik katalysatoren for noget større. Den ældre kvinde løftede langsomt blikket, blev fanget af omsorgspersonens smil og gengældte det med en tilsvarende "Godmorgen." Det, der udspillede sig foran os, var ikke bare en hverdagsagtig interaktion, men en subtil og kraftfuld opvågning af kvindens egne ressourcer. Et magisk mødeøjeblik, hvor livskraften igen blev vækket til live.
Denne sekvens er en påmindelse om vigtigheden af "attentive waiting" i samspil med "follow" og "naming". Disse grundelementer i Marte Meo metoden åbner muligheden for at kunne tage meningsfulde initiativer, selv når man er langt på sin demensrejse.

Maria mindede os også om, hvor vigtigt det er at vælge vores ord med omhu. "Words matter," som hun sagde, for vores ord bliver den andens virkelighed. Når vi møder den anden på deres udviklingsniveau og i deres følelsesmæssige tilstand, skaber vi en følelse af at blive set, forstået og værdsat. Det er her, den ægte kontakt opstår, og hvor relationer styrkes.

Afslutningsvis hermed endnu et citat fra Maria:
"Det handler om at skabe gode øjeblikke. Har du som menneske gode øjeblikke, så har du en bedre dag og et lidt bedre liv."





Afsender:
Marte Meo Foreningen i Danmark
v/Marianne Arndal
Jennyvænget 19
5270 Odense N

POST
PP DANMARK

GENERALFORSAMLING

Marte Meo Foreningen i Danmark

Fredag den 1. november 2024 på Nyborg Strand kl. 13.00

1. **Valg af dirigent**

2. **Valg af referent**

3. **Fremlæggelse af bestyrelsens beretning og godkendelse af denne**

4. **Fremlæggelse af foreningens regnskab og godkendelse af det**

5. **Indkomne forslag fra**
   a. bestyrelsen
   b. medlemmerne

   Forslag til behandling på generalforsamlingen skal være bestyrelsen i hænde senest 14 dage før generalforsamlingen

6. **Fastsættelse af næste års kontingent**
   Bestyrelsen foreslår uændret kontingent dvs.:
   349 kr. for personlige medlemmer
   495 kr. for institutioner/organisationer
   150 kr. for studerende (studerende til Marte Meo terapeut i max 2 år) og for pensionister, som har forladt arbejdsmarkedet eller er på fuld efterløn

7. **Valg af bestyrelse og suppleanter**
   Følgende er på valg:
   Marianne Arndal
   Mette Rostgaard
   Cindie Rydland
   Tine Melchiorsen

8. **Valg af revisor og revisorsuppleant**
   Sallie Ziri Meyrowitsch er på valg

9. **Eventuelt**

Efter generalforsamlingen vil Marte Meo Prisen 2024 blive uddelt.



Hotel Nyborg Strand · Østerøvej 2 · 5800 Nyborg