



# Introduktion til Marte Meo

– hjælp barnet med at lære

BØRN OG UNGE  
Århus Kommune



Ideen med denne pjece er at gøre forældre opmærksomme på/interessere i, hvad det gode samspil betyder for barnets udvikling og deres fælles relation.

## **Bag om Marte Meo**

Marte Meo betyder "ved egen kraft". Det refererer til, at alle har potentiale til at udvikle kommunikationen i samspil med andre.

Metoden bruger video til at fremme et udviklingsstøttende samspil mellem mennesker. Det vigtigste redskab – videoanalysen – gør det muligt at finde den enkeltes kompetencer.

Videoklippene giver mulighed for at vise disse kompetencer og derved skabe udvikling. Det betyder i praksis, at der fokuseres på det samspil, som lykkes. Man lærer mere af at se det positive i samspillet, og hvad der virker i situationen.

Læs mere [www.martemeo.dk](http://www.martemeo.dk)

## Marte Meo i praksis

For at et barn kan udvikle sig optimalt, bør det ideelt set have to forskellige former for udviklingsrum. Et udviklingsrum hvor det bliver fulgt, og et udviklingsrum hvor det bliver ledt. Dette beskrives nærmere i det følgende:

### Legen, udviklingsrummet hvor barnet bliver fulgt

Når du følger dit barns initiativ og får øje på, hvad barnet er optaget af, får du stor viden om dit barns udviklingsniveau/tempo. Det betyder, at du får det bedste udgangspunkt for at understøtte dit barns udvikling.

Barnet opmuntreres til at lege ud fra egne ideer. Dette fremmes, når den voksne er afventende og følger barnets initiativ. Det betyder, at barnet bliver bedre til at koncentrere sig og får mulighed for at udvikle sin evne til leg og fantasi og derved føler sig betydningsfuld og værdsat.



*Her ses en opmærksom, afventende og smilende mor. Barnet er opmærksomt på mor, og de har øjenkontakt.*

Når du benævner (sætter ord på) barnets 4 initiativer (det barnet gør, siger, føler og er optaget af), oplever barnet at blive set og anerkendt som menneske/individ.

Benævnelsen styrker barnets koncentration, sprog og følelsesmæssige udvikling.

Når barnet reagerer med gråd eller uro, kan det handle om ubehag og følelsen af ikke at blive set og forstået.

Ved at benævne barnets følelse og samtidig trøste barnet roligt, kan du mindske barnets oplevelse af ubehag og dermed gøre det lettere for barnet at finde en indre balance. På denne måde får barnet også lettere ved at samarbejde.



*Her ses følelsesmæssige initiativer. En glad dreng og en pige, der er utilfreds.  
Her har forældrene mulighed for at sætte ord på børnenes følelser.*

## Opgaven - Udviklingsrummet hvor barnet bliver ledt

I de situationer, hvor dit barn skal samarbejde om en konkret opgave, f.eks. spisning, tandbørstning, putning, er det vigtigt, at du fortæller, hvad der skal ske, hvad du gør, og hvad du ønsker, barnet skal gøre.

Hermed sætter du ord på dig selv og fortæller, hvad der skal ske fremadrettet. Barnet får fokus på opgaven og får lettere ved at samarbejde. F.eks. som på billedet hvor drengen har fokus på jakken.

Det er godt at guide barnet trin for trin gennem processen. Derved forstår barnet, hvad der skal ske og lærer samtidig opgaven at kende.



Mor siger:  
"Nu skal du have skiftet din ble".



Nu skal jeg hjælpe dig med jakken  
- Først lynlås og så knapper.

En god stemning er vigtig for, at børn trives og udvikler sig. Hertil hører et venligt ansigt og en rar stemme.

Når du bekræfter barnet i, at det har gjort noget godt og rigtigt, lærer du barnet, hvad du sætter pris på. Det giver barnet lyst til at gøre det igen. Barnet spejler sig i dit ansigtsudtryk og lærer af at få anerkendelse.

Du anerkender barnet ved at sige, hvad barnet aktuelt gør godt eller ved at spejle barnet. Du kan også gøre det ved at nikke og smile til barnet.

Ønsker du mere viden om Marte Meo, kan du kontakte din sundhedsplejerske.



*Det var fint. Nu skal du have bluse på.*

## Sundhedsplejens telefonvagt

Hvis I har brug for råd og vejledning i relation til jeres barn.

**Tlf.:** 7020 8008

Alle dage: kl. 9-12 og 17-19

## Sundhedsplejen

**Tlf.:** 8940 5345

Hverdage kl. 8-13

### Få flere informationer på:

[sundhedspleje.aarhus.dk](http://sundhedspleje.aarhus.dk)

