



Dr. med. Therese Niklaus Loosli
Coaching · Supervision · Kurse
www.therese-niklaus.ch

Mit Marte Meo Krisen vorbeugen und herausfordernden Situationen begegnen

Üblicherweise: Fokus ganz zu kritischen Situationen

Mit Marte Meo: gelingende Mikromomente bewusst wahrnehmen und nutzen, dies bedeutet....

....in den herausfordernden Situationen:

- Ganz bewusst die Elemente des *positiven Leitens* benutzen, z.B. *sagen, was das Gegenüber tun kann*, anstatt zu korrigieren und ganz bewusst darauf achten, *ruhig zu sprechen ohne Fragetöne*
- Je nachdem die Marte Meo Elemente des *positiven Leitens* einsetzen in Kombination mit anderen Kriseninterventions-/ Methoden

....zusätzlich kleine alltägliche Momente nutzen, hilft, kritische Situationen zu minimieren/zu vermeiden:

- *Viele kleine freie Situationen* gestalten (auch mehrmals 1 Min. hilft)
- Zuerst *Folgen*, dann *Leiten*
- Bewusst *den Anschluss* herstellen, z.B. bevor eine Pflegeverrichtung beginnt oder bevor ich einem Jugendlichen eine Frage stelle oder bevor ich einem Kind etwas Neues beibringen möchte...
- Während alltäglicher Verrichtungen wie z.B. Waschen, Essen, Anziehen, Mobilisation u.v.a.m. bewusst *die Elemente des positiven Leitens* nutzen bei Menschen mit speziellen Bedürfnissen
- Dies hilft auch uns, Marte Meo zu automatisieren, sodass wir in schwierigen Situationen an Marte Meo denken und die Elemente bewusst nutzen können