



## **Marte Meo Coaching** **Gespräche erfolgreich führen**

### Stärkung kommunikativer und interaktiver Kompetenzen

Erfolgreich und wertschätzend kommunizieren gehört in vielen Arbeitsbereichen zu den Schlüsselkompetenzen. Sei es als Führungsperson, in fachlichen Beratungsgesprächen oder in der Leitung von Gruppen - die Art und Weise der Kommunikation hat immensen Einfluss auf die Beziehungsgestaltung und damit Auswirkungen auf den (Beratungs-)Erfolg, auf Lern- und Entwicklungsdynamiken und nicht zuletzt auf die Gesundheit der Beteiligten.

So wissen wir, dass

- ◆ fehlende Unterstützung durch den Vorgesetzten krank macht oder zur „inneren Kündigung“ führt. (Gallup-Studien<sup>1</sup>)
- ◆ der Lernerfolg in Schulen davon abhängt, wie die Lehrer-Schüler-Beziehungen gestaltet werden. (John Hattie<sup>2</sup>)
- ◆ der wesentlichste Indikator für den Erfolg von Beratungs- und Therapieprozessen die Qualität der Beziehung zwischen Berater und Klient ist. (Klaus Grawe<sup>3</sup>)
- ◆ die von Patienten erlebte Beziehung zu ihrem Arzt oder zu ihrer Heilpraktikerin erheblichen Einfluss auf die Gesundungsprozesse haben. (David Sackett<sup>4</sup>)

All das ist nicht neu! Die spannende Frage hingegen ist, wie die individuellen kommunikativen Kompetenzen erkannt, aktiviert und auch bei erfahrenen Beratern, Fach- oder Führungspersonen wirkungsvoll weiterentwickelt werden können? Besteht doch die Herausforderung darin, dass diese Fähigkeiten nicht alleine durch Wissen über Kommunikation und Interaktion angeeignet werden können.

Der Psychologe Bernhard Jacob und der Pädagoge Markus Bach haben einen innovativen Coaching-Ansatz entwickelt, mit dem dies gelingen soll. Hierbei verknüpfen sie systemisches und therapeutisches Fach- und Erfahrungswissen mit der videobasierten Marte Meo Methode zu einem zielgerichteten Training kommunikativer und interaktiver Kompetenzen im beruflichen Alltag.

---

<sup>1</sup> Markus Buckingham & Curt Coffman: Erfolgreiche Führung gegen alle Regeln. Wie Sie wertvolle Mitarbeiter gewinnen, halten und fördern. Die Konsequenzen aus der weltgrößten Langzeitstudie des Gallup Instituts. Campus, 2005

<sup>2</sup> John Hattie: Lernen sichtbar machen für Lehrpersonen. Schneider, 2017

<sup>3</sup> Klaus Grawe et al: Psychotherapie im Wandel. Hogrefe, 2001

<sup>4</sup> David Sackett (Hrsg.): Evidenzbasierte Medizin: EBM-Umsetzung und -Vermittlung. Zuckschwerdt, 1999



## **Marte Meo Coaching** **Gespräche erfolgreich führen**

### Stärkung kommunikativer und interaktiver Kompetenzen

#### **Marte Meo - Von der Familienberatung zum Coaching von Fachpersonen und Menschen in Führungsverantwortung**

Ursprünglich entstanden ist das Marte Meo Konzept<sup>5</sup> für die soziale Arbeit mit Familien: Die niederländische Pädagogin Maria Aarts entwickelte die Methode zur Unterstützung von Entwicklungsprozessen in der Erziehungsberatung. Weil es schwierig war, den Eltern im Beratungsgespräch die oft abstrakten pädagogischen Erkenntnisse zu vermitteln, analysierte Aarts ihre Beobachtungen mit Hilfe von Videoaufnahmen. Mit einem entwicklungsorientierten Blick wurden die aufgezeichneten Gesprächssituationen ausgewertet. So konnten sowohl der Unterstützungsbedarf des Kindes als auch unterstützende Verhaltensweisen der Eltern erkannt werden. Den Eltern spielte sie dann ausgewählte Szenen vor, welche die gelungenen Aspekte der Interaktion mit ihren Kindern veranschaulichten und besprach diese ausführlich mit den Eltern. Ziel des Beratungsgesprächs war es, die individuellen Ressourcen des jeweiligen Elternteils aufzuzeigen. Sie konnten somit - mit eigenen Augen - sehen, was sie (gut) machten und welche Bedeutung ihr Verhalten für die Entwicklung des Kindes hatte. So erkannten sie ihre eigenen Stärken und fassten Mut und Sicherheit im Umgang mit ihren Kindern.

Heute ist Marte Meo zu einem international anerkannten Programm geworden. Die Methode entwickelt sich ständig weiter und wird mittlerweile in über 40 Ländern in verschiedensten Fachgebieten eingesetzt, so z.B. in Kindergärten und Schulen, in der Jugendhilfe, in Einrichtungen für Menschen mit Beeinträchtigungen, in der Psychiatrie, in Altersheimen usw.

#### **Marte Meo Coaching - Stärkung interaktiver Kompetenzen**

Der von M. Bach und B. Jacob für das Coaching entwickelte Ansatz geht von den gleichen Grundsätzen aus. Auch in der Beratung und im Training von Fach- und Führungspersonen stehen Videoaufnahmen im Mittelpunkt - Entweder von realen beruflichen Situationen oder von Gesprächssituationen in Trainings oder Coachings. Orientiert an der jeweiligen Fragestellung der Fach- oder Führungsperson werden kurze Aufnahmen erstellt und vom Coach ausgewertet. Die überwiegend intuitiv ablaufenden Interaktionen der Gesprächspartner werden durch das Verfahren der Video-Interaktions-Analyse aufgeschlüsselt und sichtbar. Durch die kleinschrittige Betrachtung der Aufnahme können sowohl ganz konkrete Kommunikationskompetenzen des Coachees als auch die Wechselwirkungen auf den jeweiligen Dialogpartner erkannt werden.

---

<sup>5</sup> Der Name „Marte Meo“ ist ein Kunstwort und leitet sich ab vom lateinischen „mars“ und „martis“. Es bedeutet sinngemäß „aus eigener Kraft“, was die Philosophie und Grundhaltung dieses konsequent ressourcenorientierten Verfahrens charakterisiert.



## **Marte Meo Coaching** **Gespräche erfolgreich führen**

### Stärkung kommunikativer und interaktiver Kompetenzen

In den Video-Beratungen (den sogenannten Reviews) werden dem Coachee wenige kurze Ausschnitte gezeigt. Sie sind teilweise nur drei bis fünf Sekunden lang, da hierdurch WESENTliche Details aufgeschlüsselt und sichtbar gemacht werden können. Die gewissenhaft ausgewählten Bilder machen dem Gefilmten sein persönliches Auftreten, seine individuellen kommunikativen Stärken und Fähigkeiten sowie die interaktionellen Wechselwirkungen mit den Gesprächspartnern deutlich. Der Coachee erhält hierdurch einerseits ein Bewusstsein für die eigenen intuitive verbale und non-verbale Kommunikation und zum anderen konkrete Inputs für die Weiterentwicklung interaktiver Kompetenzen. Ausgehend von den individuellen Ressourcen werden beim Review, das ebenfalls gefilmt und ausgewertet wird, konkrete Entwicklungsziele und Trainingsschritte definiert, die im beruflichen Kontext bewusst be(ob)achtet werden. Die Analyse und Betrachtung von Folgeaufnahmen ermöglichen einen maßgeschneiderten Prozess der Weiterentwicklung.

So lernen Teilnehmer beispielsweise, wie sie erfolgreich Kontakt aufnehmen und eine konstruktive Gesprächsatmosphäre schaffen. Sie trainieren auch, wie sie die Mimik und Gestik ihrer Mitarbeiter bzw. Gesprächspartner besser verstehen, welche „Botschaften“ hinter dem Verhalten“ von schwierigen Gesprächspartnern zu lesen sind und wie sie den Gesprächsverlauf und die Interaktionen bewusst erfolgreich gestalten.

### **„Update des eigenen Selbstbildes“**

Die Art und Weise, wie wir uns in zwischenmenschlichen Beziehungen verhalten vollzieht sich überwiegend unbewusst: „Wir tun es, ohne genau zu wissen, wie wir es tun.“ Mithilfe von Videoaufnahmen soll das kommunikative Zusammenspiel entschlüsselt, aufgezeigt und versprachlicht werden. Das Erkennen und Beobachten sowohl der eigenen Fähigkeiten als auch der interaktionellen Auswirkungen des eigenen Handelns stärkt das SelbstBEWUSST-Sein und sensibilisiert für die Weiterentwicklung förderlicher beruflicher Kommunikation.

Neben der konkreten, bild-basierten Informationsvermittlung hat das Marte Meo Coaching aber noch einen zweiten zentralen Wirkfaktor: Die ausgewählten Videoclips lösen bei den Beteiligten in der Regel eine Entwicklungsstimmung aus, die neue und wertschätzende innere Selbstbilder ermöglicht und die die Motivation für und das Zutrauen in die eigene Weiterentwicklung stärkt. Und das vergrößert sowohl das Selbstwirksamkeitsempfinden als auch das Kohärenzgefühl<sup>6</sup> und hat somit positive Effekte auf die psycho-soziale Gesundheit.

---

<sup>6</sup> Ein zentraler Aspekt in der Salutogenese - dieser von A. Antonovsky gewählte Begriff, wird ins Zentrum seiner Antwort auf die Frage „Wie Gesundheit entsteht?“ gestellt.