

Meine Erfahrung mit dem Martemeo Konzept

Mir als Mutter eines jetzt 17-jährigen Sohnes mit frühkindlichem Autismus waren die zahlreichen Martemeo Sitzungen bei unserer Ergotherapeutin eine wesentliche Hilfe für einen besseren Kontakt zu meinem Kind.

Als wir mit Martemeo begannen, war mein Sohn Lukas, damals 14 Jahre alt, sehr in sich gekehrt, wirkte oft sehr traurig und depressiv, teilweise aggressiv gegen sich und vor allem gegen seine engsten Bezugspersonen. Er war phasenweise antriebslos und sehr passiv, ließ sich zu keiner Tätigkeit animieren, wirkte manchmal beinahe leblos und wie versteinert, weinte viel und war offensichtlich sehr unglücklich. Teilweise war er auch sehr destruktiv und zerstörte Vieles in seiner Umgebung.

Mir als Mutter ging es damals sehr schlecht, denn ich spürte seine tiefe Verzweiflung und hatte das Gefühl ihn oft nicht erreichen zu können. Phasenweise reagierte er sehr schlecht oder garnicht, wenn man ihn ansprach.

Lukas kann nicht sprechen, ich wusste oft überhaupt nicht was in ihm vorging.

Ganz schlimm war auch die Furcht, die ich vor meinem eigenem Kind hatte, wenn es aggressiv wurde und in Verzweiflung ganz massiv auf mich od. andere Bezugspersonen losging. Hierbei setzte Lukas all seine Kräfte ein, und er war damals schon sehr stark.

Seine aggressiven Handlungen richtete er ausschliesslich an seine engsten Bezugspersonen, niemals an Fremde.

In den Martemeo Stunden gefilmt zu werden, war für mich zunächst eher befremdlich, aber bald wurde es „normal“.

Der 1. Schritt unseres Plans, das Benennen aller Dinge die er tat, erschien mir anfangs sehr einfach und simpel. Es stellte sich dann aber heraus, dass gerade dies garnicht so leicht war, da Lukas ja in den ersten Stunden oft garnicht viel tat, man musste sehr genau beobachten und es war manchmal nicht so leicht die richtigen Worte dafür zu finden, wenn er z.B. lange Zeit „nur“ mit dem Finger über die Oberfläche eines Gegenstandes strich.

Im Benennen musste ich mich erst einmal üben, und es war auch garnicht so leicht, sich selbst vollständig zurückzunehmen, auf seine Ebene zu kommen, nur zu beobachten und zu benennen, die Geduld aufzubringen um sich auf sein Tempo einzulassen.

Zu Beginn kam es mir fast ein bisschen komisch vor jede Kleinigkeit, die er tat, zu dokumentieren.

An Martemeo hat mir besonders gefallen, dass ich dieses Konzept sofort auch zuhause weiterverfolgen konnte und es lässt sich parallel zur Therapeutenstunde nahezu überall durchführen, zu Hause, auf Besuch, beim Spaziergehen...

Ich setzte mich z.B auch zuhause täglich zu ihm auf den Boden und dokumentierte sein Spiel.

Nach einer Weile brauchte ich mich auf das Benennen garnicht mehr so zu konzentrieren, da ich es irgendwann ganz automatisch tat.

Es hat mich überrascht, wie schnell Lukas positiv auf das Benennen reagiert hat, lag er doch anfangs in den Stunden noch öfters nur auf der Matte und vergrub sein Gesicht in seinen Armen, ohne jeden Blickkontakt, so gab es doch später immer öfter mehr oder weniger lange Momente, wo er tief einatmete, seine Haltung aufrechter wurde und er mir in die Augen sah und lachte, um dann mit seinem Spiel fortzufahren.

Manchmal dauerte es länger, aber fast immer lohnte sich die Geduld und ich bekam eine positive Reaktion von ihm. Irgenwann kam der Augenblick, wo er in seiner Aktivität innehielt und mich in einem direkten Blick anstrahlte, oft verfolgte er dann mit einem Schmunzeln im Gesicht sein Spiel

weiter.

Insgesamt gab es in unserem Alltag immer mehr Blickkontakt und er reagierte zunehmend besser. Seine Haltung wurde aufrechter, er war wieder mehr „da“.

Der 2. Schritt im Konzept, das Benennen seiner Gefühle, fiel mir nach all der Übung schon leichter. Hatte er einen z.B. einen schlechten Tag, sprach ich seinen Zustand an und ich merkte an seiner Mimik, dass er dankbar für meine Zuwendung war, wenngleich er sich dann auch oft wieder zurückzog.

Manchmal bewirkte das Aussprechen seines Gefühlszustands aber auch, mal früher mal später, eine dauerhafte positive Veränderung seiner Stimmung.

Gute Laune hat sich bei ihm durch das Benennen meist noch verstärkt.

Das regelmässige Anschauen der Videos aus der Therapiestunde tat gut, denn so konnte man den Erfolg (die vielen guten Kontaktmomente zwischen uns), den ich schon bald gespürt habe, anhand der einzelnen Bildsequenzen nochmal sehr gut sehen und nachvollziehen. Nachdem ich während des Benennens vor laufender Kamera in den Stunden oft konzentriert war, fand ich die Videoanalysen eine sehr sinnvolle Ergänzung.

Im Laufe der Zeit gab es zwischen Lukas und mir immer mehr gute Kontaktmomente, wo er mich direkt anschaute und immer besser auf mich reagierte.

Der 3. Schritt war das Benennen der Gefühle anderer Personen in seiner Umgebung, so dass er Mimiken, Gestiken und Reaktionen Anderer etwas besser einschätzen lernt.

Hierfür eigneten sich besonders gut die Esstisch Situationen in der Familie. Ich erklärte ihm z.B., sein Bruder sei gerade so laut, weil er über dies oder jenes wütend sei- praktisch immer lächelte Lukas dann und manchmal beobachtete er dann auch kurz die angesprochene Person, was sonst kaum vorkam.

Lukas ist jetzt 17 Jahre alt, und es hat sich im Vergleich zu damals sehr Vieles zum Positiven verändert.

Er ist viel ausgeglichener, Aggressionen und aggressive Handlungen kommen nicht mehr vor, auch muss er nicht mehr so viel zerstören. Zwar wählt er an einzelnen „schlechten“ Tagen oder Stunden noch den Rückzug in sich selbst, die meiste Zeit aber ist er gut gelaunt, lustig und offen für vielerlei Aktivitäten. Unsere Interaktion funktioniert viel besser, es gibt sehr viel Blickkontakt. In vielen Dingen des Alltags wurde er selbständiger.

Ich habe das Gefühl er fühlt sich jetzt von mir mehr verstanden und akzeptiert, und wenn ich mich an ihn wende um ihm etwas zu erklären, lächelt er meist.

Er ist lenkbarer geworden, Verbote kann er jetzt besser akzeptieren.

Irgendwann kam ich auf die Idee Martemeo auch bei Lukas' 13 jährigen Bruder auszuprobieren, der sich oft nicht gehört und benachteiligt fühlt.

Anstatt in Bezug auf Lukas immer nur an seine Vernunft zu appellieren, sprach ich seinen Ärger an und sagte ihm ich könne ihn in der einen oder anderen Sache gut verstehen. Er war richtig baff, denn damit hatte er nicht gerechnet, anstatt wie sonst ganz massiv auf Verteidigungskurs zu gehen, schaute er mich nur überrascht an.

Es hat sich unsere Gesprächsbasis seitdem verbessert, auch sein bereits sehr strapaziertes Verhältnis zu Lukas hat sich etwas entspannt.

Martemeo ist bei allen Personen anwendbar, das war eine sehr interessante Erkenntnis !!

Unsere Familie hat von Martemeo sehr profitiert, ich führe es fort und es gehört nun zum Alltag- im Unterschied zu früher benenne ich jetzt ganz automatisch, oft ohne dass es mir bewusst ist.

