

- Validation – eine Methode, mit Demenzkranken eine befriedigende Kommunikation aufzubauen

Validation (engl. To value = wertschätzen) ist eine Kommunikationsmethode mit desorientierten, älteren Menschen nach Frau Naomi Feil einer US Gerontologin. Aufgewachsen ist sie in einem Altersheim und hatte schon sehr früh Kontakt zu alten und dementen Menschen. Sie lebte dort, weil ihr Vater, ein Psychologe dort der Verwalter war. Ihre Mutter war Sozialarbeiterin, die in diesem Altersheim die Abteilung soziale Dienste aufbaute.

Frau Feil studierte in New York Psychologie und Sozialarbeit. Nach dem Studium arbeitete sie mit alten Menschen in New Yorker Gemeindezentren. Später ging sie nach Cleveland zurück, um in dem Heim zu arbeiten, in dem sie aufgewachsen war. Dort hatte Frau Feil ein Schlüsselerelebnis und beschritt neue Wege in der Kommunikation mit verwirrten, alten Menschen.

Wir drücken uns oft um das Gespräch mit Demenzkranken, denn man fühlt sich unwohl dabei. Die Validation ist eine Methode mit Demenzkranken eine befriedigende Kommunikation aufzubauen. Diese Technik hilft Stress abzubauen und ermöglicht den Betroffenen, Würde und Glück wiederzuerlangen und zwar indem man „in die Schuhe“ eines anderen Menschen schlüpft und „mit seinen Augen sieht“, so kann man in die Welt der alten desorientierten Menschen vordringen und die Gründe für ihr manchmal seltsames Verhalten enträtseln.

Dazu möchte ich Ihnen ein Beispiel vorstellen:

Ein verwirrter alter Mensch im Altenheim sagt – „ich will jetzt heim, weil ich zu meiner Mutter muss“. Wenn man ihm antwortet: „Sie können jetzt nicht heimgehen, weil sie hier im Altersheim leben, es geht Ihnen doch hier gut“..., wenn man diese Menschen also in die Realität zwingen will, dann reagieren sie oft verzweifelt oder aggressiv und sind nur noch mit Medikamenten ruhig zu stellen. Wenn wir aber bereit sind, in die Realität des alten Menschen hineinzugehen und seine momentane Befindlichkeit akzeptieren, dann ist dies Validation. Man erkennt also die Gültigkeit der Realität des Menschen an.

Was sollten wir ihm also antworten?

Wir sollten zurückfragen: „ Wo ist denn ihre Mutter? Was macht ihre Mutter mit Ihnen, umarmt sie Sie? Welche Kleidung trägt sie?“ Damit eröffnen wir dem dementen Menschen die Möglichkeit, die Mutter, die gerade seine Gedanken und Gefühle beherrscht, wieder herbeizuholen. Vielleicht fühlt der alte Mensch sich einsam und sehnt sich nach seiner Mutter, vielleicht muss er auch verarbeiten, dass er nicht bei der Mutter war, als sie starb!

Lässt man den Menschen also diese emotionale Situation noch einmal durchleben und unterstützt man ihn durch Fragen dabei, wird man merken, dass er ruhiger wird. Denn im tiefsten Inneren weiß er, dass seine Mutter tot ist. Wenn die Demenz so fortgeschritten ist, dass der oder die Betroffene nicht mehr ganze Sätze sprechen kann, kann man ihn streicheln, wie es eine Mutter mit ihrem Kind tut, oder ihm ein Kinderlied vorsingen.

Es könnte jetzt der Eindruck bei Ihnen entstehen, dass Validation als Pflegeansatz neu betitelt wird, der unter dem Begriff Empathie schon praktiziert wird!

Aber Validation ist mehr als Empathie, denn man muss seine ganze Energie und Konzentration darauf verwenden.

Das heißt, sich in die oft völlig chaotisch erscheinende Welt des geistig Verwirrten zu begeben. Sonst können wir ihn nicht erreichen. Diese Techniken kann man lernen. Dabei ist es sehr hilfreich, wenn man etwas von der Lebensgeschichte (Biographie) des dementen Menschen kennt. Denn vieles, was wirr scheint, hat tatsächlich einen realen Hintergrund im Leben dieses Menschen gehabt.

Und dies könnte oft die spätere Verarbeitung eines Traumas sein.

Frau Naomi Feil hatte dies schon oft erlebt! Als sie 1963 im Altenheim, das ihr Vater leitete zu arbeiten begonnen hat, hat ihr ein Mann mit Demenz gesagt, mein Vater wolle ihn auf dem Dachboden mit einem Messer kastrieren.. Sie wollte ihm unbedingt klarmachen, dass dies nicht so ist. Darüber war der Mann völlig verzweifelt. Von seiner Schwester hat Frau Feil schließlich erfahren, dass ihrem Bruder vom Vater in der Kindheit tatsächlich angedroht worden ist, ihn auf den Dachboden zu sperren weil er völlig wertlos sei. Also hat ihn sein Vater mit Wörtern kastriert. Das hat er wohl in seinem Leben nie thematisiert, jetzt im hohen Alter kam es raus. Oder eine Frau hat ständig einen Mann bei sich im Bett gesehen. Es hat sich herausgestellt, dass sie als Kind sexuell misshandelt worden ist.

Hier stellt sich vielleicht für Sie die Frage, ob durch eine solche Sichtweise nicht geleugnet wird, dass die senile Demenz nun mal ein

dramatischer Abbau von Hirnzellen und das Gedankenchaos die Folge ist?

Frau Naomi Feil trifft die Aussage nein, ein alter Mensch hat auch bei geistigem Abbau noch eine letzte Lebensaufgabe zu leisten, er zieht gewissermaßen Bilanz. Gefühle, die er früher vielleicht nicht herausgelassen hat, die kommen vielleicht erst jetzt zutage und dabei können wir ihnen helfen, indem wir sie in ihre Realität begleiten.

Für die Angehörigen und Pflegenden bedeutet dies, zu versuchen, die Motive und Gefühlswelt des verwirrten Menschen zu verstehen und zu akzeptieren, um eine Vertrauensbasis herzustellen.

Denn mit der Validation wird nicht versucht, den Verwirrten in die Realität zurückzubringen, sondern er wird dort abgeholt, wo er sich zustandsmässig im JETZT befindet!