

Validation nach Naomi Feil- ein Konzept zur empathischen Kommunikation von alten Menschen mit der Diagnose Demenz

1. Was ist Validation nach Naomi Feil?

Validation ist eine auf einem ganzheitlichen Menschenbild und auf Empathie beruhende Kommunikationsmethode zur Begleitung von alten Menschen mit Demenz. Die drei Eckpunkte von Validation sind:

- Grundhaltung = Wertschätzung, Respekt und Empathie
- Theoretische Annahmen zur Verbindung von Alter und Demenz
- Verbale und nonverbale nichtdirektive Kommunikationspraktiken, die dem betroffenen Menschen Resonanz und Raum für seine Bedürfnisse geben

2. Demenz oder de(r Mens(ch) im Vordergrund?

In den 60er Jahren des letzten Jahrhunderts hat in den USA die damals etwa dreißigjährige Sozialarbeiterin und Gerontologin Naomi Feil zunehmend auf sich aufmerksam gemacht. Sie ist bei ihrer Arbeit mit Menschen mit Demenz auf Phänomene gestoßen, die sie nachdenklich gestimmt haben. Bei ihren Beobachtungen auf einer Station für Menschen mit Demenz ist ihr aufgefallen, dass die vorwiegend über 80- Jährigen Personen mit Ihrem Verhalten durchaus Menschliches zum Ausdruck brachten. Hinter der Aussage einer 90 jährigen, Frau, „ich gehe jetzt nach Hause zu meiner Mutter“ entdeckte Frau Feil das Bedürfnis in einem Fall das Bedürfnis nach Schutz und Geborgenheit, in einem andern Fall das Bedürfnis nach Liebe und Anerkennung. Sie beobachtete Personen, die sich medizinisch gesehen im Endstadium der Demenz befanden und stellte fest, dass die sich wiederholenden Bewegungen und Lautmalereien Sinn machten. Komplexe Bewegungsabläufe, wie Nähen und Melken, zeigten, womit die Personen in ihrem Innern beschäftigt waren. Aber auch Schreien und Klopfen konnten durch empathische Beobachtung entschlüsselt werden. Auf Grund dieser Erfahrungen und Beobachtungen setzt sich Naomi Feil bis zum heutigen Tage für ein ganzheitliches Menschenbild im Umgang mit Menschen mit Demenz ein. Die einseitige Ausrichtung auf die Diagnose „Demenz“ wird demnach nicht dem Menschen gerecht. Angehörige und Betreuer sind geneigt, die Hoffnung für die Beziehung zu verlieren, weil sie davon ausgehen, irgendwann den Kontakt zu der betroffenen Person vollkommen zu verlieren.

3. Grundlegende Annahmen aus Sicht von Validation zum Rückzug von alten Menschen in die Desorientierung:

Zum überwiegenden Anteil werden Diagnosen, wie „Demenz vom Typ Alzheimer“, vaskuläre Demenz und Mischtypen beider Erscheinungsformen jenseits der 80 gestellt, also in der letzten Lebensphase. In dieser Lebenszeit sind viele Menschen damit konfrontiert, dass sie sich mit Einschränkungen und Verlusten wie eingeschränkte Beweglichkeit, eingeschränkte

Sinneswahrnehmungen,, altersbedingten Zweiterkrankungen, aber auch Verlust geliebter Bezugspersonen, wie Partner, Geschwister, Nachbarn und Freunde auseinander setzen müssen. Die Pflegebedürftigkeit kann wie in der frühen Kindheit zum Beispiel der Besuch des Kindergartens als ein normatives Ereignis in dieser Lebensphase gesehen werden. Kognitive Beeinträchtigungen im Sinne von Demenz oder auch nur als Folge des hohen Alters sind nur ein Faktor von vielen Altersbeeinträchtigungen oder Verlusten zu verstehen. Menschen, die sich in die Desorientierung zurück ziehen, haben darüber hinaus kein flexibles Verhaltensrepertoire zur Verfügung, um mit Verlusten umzugehen. Sie haben häufig nach dem „Augen- zu- und Durch- Prinzip gelebt und Krisen, Konflikte und Traumata ein Leben lang verdrängen müssen. Im hohen Alter können diese Personen keine neuen Strategien mehr lernen. Sie ziehen sich in die Desorientierung zurück,.

4. Die Kehrseite der Medaille Demenz: „Die Weisheit in der Desorientierung und das Stadium des Aufarbeitens“

Der intuitive Rückzug in die Desorientierung kann auch als ein Versuch verstanden werden, das innere Gleichgewicht wieder herzustellen. Mangelhaft orientierte Menschen stellen ihre Würde und ihr Selbstwertgefühl wieder her, indem sie die Defizite, mit denen sie konfrontiert sind auf andere Personen projizieren. Sie erleichtern sich damit selbst und müssen bedrängende Gefühle, wie Angst, Scham und Schuld nicht mehr so schmerzhaft wahrnehmen. Zeitverwirrte Personen ziehen sich in die lange zurückliegende Vergangenheit zurück, wo sie noch soziale Rollen innehatten, sie erleben Sinnstiftendes wieder, bringen aber auch unerledigte Angelegenheiten zum Ausdruck. Sie drücken Gefühle und Bedürfnisse ungehemmt aus. Im Hinblick auf das bevorstehende Lebensende macht das Sinn. Es ist weise, Würde und Selbstwert im Hinblick auf das eigene Sterben aufrecht zu erhalten. Es ist weise, Gefühle und Bedürfnisse zum Ausdruck zu bringen, gerade dann, wenn sie ein Leben lang zu wenig Raum hatten. Naomi Feil sagt „Die Personen sind im Stadium des Aufarbeitens angekommen. Sie wollen in Frieden sterben“

5. Die 4 Phasen der Aufarbeitung. Ein Fallbeispiel:

Frau K. ist 1934 im Sudetenland geboren. Sie war die älteste von 4 Kindern. Als sie 12 Jahre alt war, wurde die Familie vertrieben. Sie wurde mit ihrer Familie in einen Viehwagen gebracht. Bevor der Viehwagen deutsches Gebiet erreichte, stand der Zug einen ganzen Tag und eine ganze Nacht auf einem Gleis in der Nähe der deutschen Grenze. Im Lager angekommen wurde Frau K. entlaust und ihre langen Haare wurden geschnitten. Nach ihrer Unterbringung bei einer Bauersfamilie stabilisierten sich die Familienverhältnisse trotz großer Armut wieder. Frau K, konnte auf die Schule gehen. Dann musste die Familie erneut umziehen, da der Vater in einem anderen Bundesland Arbeit fand. Frau K. hat mit 20 Jahren geheiratet und hatte 2 Töchter. Eine davon starb im jungen Erwachsenenalter an den Folgen

eines schweren Autounfalls. Mittlerweile ist Frau K. verwitwet. Sie wirkt verbittert. Mit ihrer noch lebenden Tochter hat sie wenig Kontakt.

- **Phase 1: Orientiert aber unglücklich:**

Projizieren von Defiziten, Beschuldigen und Anklagen als Möglichkeit, sich selbst ins Gleichgewicht zu bringen.

Frau K. hat eine Dame vom Ehrenamtlichen Besuchsdienst der Pfarrgemeinde aufs Übelste beschuldigt, sie bestohlen zu haben. Seit ihrem letzten Besuch fehle der Geldbeutel.

- **Phase 2: Zeitverwirrtheit:**

Rückzug in die lange zurückliegende Vergangenheit, Wiedererleben von vergangenen Episoden

Frau K. wird nachts im Nachthemd händeringend von Nachbarn auf der Straße angetroffen, sie scheint verzweifelt. Sie sucht nach ihrer Mutter und sagt: Sehen Sie einmal, die haben mir meine schönen langen Haare abgeschnitten!

- **Phase 3: Sich wiederholende Bewegungen**

Die Bewegung ersetzt die Sprache.

Frau K spricht nicht mehr in ganzen Sätzen. Sie ringt mit den Händen und sagt dazu in einem fort mit ängstlicher Stimme: „Herr- Je“, „Herr- Je“

- **Phase 4: Vegetieren**

Frau K. hat sich ganz in sich zurück gezogen. Sie reagiert aber auf eine liebevolle, warme Stimme auf Berühren und Singen und auf einfühlsame Nähe mit Augenzwinkern.

6. **Gefühls- und Bedürfnisäußerungen achtsam und anerkennend begegnen, Hinweise für Helfer**

- **Vor der Begegnung:**

- Machen Sie sich selbst klar, wo Sie selbst stehen und wie Sie die Person mit Demenz, die Sie begleiten wollen, generell wahrnehmen. Sind Sie dabei ehrlich zu sich selbst und Ihren Gefühlen.
- Versuchen Sie sich vor der Kontaktaufnahme zu sammeln. Zählen Sie beispielsweise von 10 auf 0 rückwärts und versuchen Sie Ihre Gedanken, Bedenken aber auch ihre Erwartungen und Ziele, dies Sie an die Begegnung richten, auf die Seite zu stellen.

- **Während der Begegnung:**

- Wenn Sie der Person mit Demenz begegnen, nehmen Sie sich zuerst Zeit, die Person so wahrzunehmen, wie sie ist. Achten Sie auf die Körpersprache, den Ton der Stimme, die Mimik, die Gestik und die Bewegung im Raum. Achten

Sie auf die Betonung einzelner Worte und den Rhythmus. Versuchen Sie einführend wahrzunehmen, in welcher Gefühlslage Ihr Gegenüber ist und passen Sie sich an.

- Verwenden Sie statt Kommentieren, Beschwichtigen, Trösten, Ablenken oder gar Notlügen Praktiken einfühlsamen, Zuhörens. Greifen Sie zum Beispiel die Schlüsselworte Ihres Gegenübers auf und vergewissern Sie sich durch Wiederholen derselben, ob Sie richtig verstanden haben. Fragen Sie behutsam und teilnehmend nach. Scheuen Sie sich dabei nicht, die Gefühle, die der andere ausdrückt, empathisch anzusprechen. Zum Beispiel:

Frau K, mit weitaufgerissenen, ängstlichen Augen: „Schau, die haben mein ganzes Haar abgeschnitten!

Sie mit angepasster Stimme, auf Augenhöhe mit Frau K: „Ihr ganzes Haar? Hat Ihnen das Angst gemacht? Wovor hatten Sie am meisten Angst?“

- Folgen Sie den Antworten der Person mit weiteren Praktiken gutes Zuhörens und versuchen Sie auch weiterhin, nicht zu kommentieren. Sind Sie achtsam für den Moment, wo die Person sich entspannt
- Nähern Sie sich mit Empathie an. Verlassen Sie sich dabei auf Ihr Gespür, Ihr Gegenüber zeigt Ihnen wie nah Sie kommen dürfen.
- Wenn es die Situation erlaubt, berühren Sie teilnehmend, indem Sie zum Beispiel Ihre Hand auf die Schulter Ihres Gegenübers legen, Hände halten oder umarmen.
- Wenn Menschen nonverbal werden, sprechen Sie sie mit warmer tiefer, Stimme an. Versuchen Sie sich nonverbal anzupassen. Versuchen Sie, herauszufinden, was die Person in der Vergangenheit gerne gesungen hat. Musik und Berührung sind Königswege zum Gefühl von desorientierten alten Menschen.

- **Nach der Begegnung:**

- Nach der Begegnung sollten Sie sich bewusst Zeit nehmen, um wieder bei sich anzukommen. Falls Sie sich unwohl fühlen, sprechen Sie sich mit jemand aus. Sind Sie gnädig im Umgang mit sich selbst und machen Sie sich bewusst, dass Ihre Begegnung in der Vergangenheit liegt. Ihr nächster Besuch gibt Ihnen Gelegenheit für neue Erfahrungen.

7. Wo man Validation lernen kann:

Seminare und Kurse aber auch Beratung und Begleitung in Sachen Validation bekommt man beim

Autorisiertes Zentrum für Validation nach Naomi Feil

Landesverein für Innere Mission in der Pfalz e.V.

Bürgerspital Wachenheim

Weinstraße 80

67157 Wachenheim

Tel: 0049(0)6322/ 9423-734

FAX: 0049(0)6322/ 9423-731

E-Mail: validation@lvim-pfalz.de

Internet: www.lvim-pfalz.de