

I. Was ist Validation?

Der Beginn

Nachdem ich mich sieben Jahre lang in verschiedenen Gemeinschaftszentren mit orientierten, gesunden älteren Menschen beschäftigt hatte, begann ich 1963 im Montefiore-Altersheim in Cleveland, Ohio, mit desorientierten, sehr alten Menschen – sie waren 80 Jahre und älter – zu arbeiten (Feil 1967). Ursprünglich wollte ich diesen desorientierten Menschen helfen, der Realität ins Auge zu sehen und ihnen im Rahmen einer Gruppe Kontaktmöglichkeiten schaffen. Im Verlauf von drei Jahren erkannte ich die Aussichtslosigkeit meines Unterfangens: Jede Person war in ihrer eigenen inneren Erlebniswelt gefangen (vgl. Film „The Tuesday Group“ 1972). Sie reagierte auf die anderen Gruppenmitglieder nur dann, wenn Gefühle sondiert und in Erinnerung gebracht wurden; Musik stimulierte den Gruppenzusammenhang und das Wohlbefinden. Ich gab das Ziel der Orientierung auf die Realität auf, als ich bemerkte, dass die Gruppenmitglieder sich immer dann zurückzogen oder zunehmend feindselig wurden, wenn ich sie mit der unerträglichen Realität der Gegenwart zu konfrontieren versuchte.

So sang z. B. eine sehr alte, desorientierte Frau häufig: „Daisy, Daisy, I’m half crazy...“, und erklärte mir dann den Grund ihrer Demenz: „Es ist leichter, wenn du verrückt bist. Dann kannst du tun, was du willst.“

Ein anderes Mitglied der Gruppe stand auf und erklärte beim Hinausgehen: „Ich muss nach Hause, das Essen für meine Kinder machen.“ Ich sagte: „Frau Kessler, Sie können nicht nach Hause. Ihre Kinder sind nicht dort. Sie leben jetzt hier, im Montefiore-Altersheim.“ Darauf antwortete sie: „Das weiß ich. Seien Sie nicht so dumm! Deshalb muss ich jetzt sofort weg. Ich muss nach Hause, das Essen für meine Kinder herrichten!“ Kein einziger Hinweis auf die Realität konnte Frau Kessler überzeugen. Sie fühlte sich im Heim unnützlich, verlangte nach ihrem Zuhause und nach ihrer früheren Rolle als Mutter dreier Kinder. Vor sich hinmurmeln wandte sie sich von mir ab: „Was weiß die (sie zeigte auf mich) schon davon. Was glaubt sie, wer sie ist!“

Oder Herr Rose, der den Verwalter des Montefiore-Heims beschuldigte, ihn auf dem Dachboden zu „kastrieren“: Fünf Jahre lang versuchte ich, Herrn Rose an der Realität zu orientieren. Als der Verwalter pensioniert wurde, sagte Herr Rose zu mir: „Sie haben recht. Er hat mich nicht gequält. Ich taue nichts und habe nie etwas getaugt.“

Das waren seine letzten Worte an mich. Er ließ seinen Stock fallen und ging keinen Schritt mehr. Mit seinen Fingern wanderte er auf der Stange des Rollstuhls hin und her und murmelte immer wieder vor sich hin: „Buckeye und 105. Straße. Buckeye und 105. Straße.“ Das war die Straße, in der er früher als Anwalt gearbeitet hatte. Immer wieder schlug er sich auf das von der Paget’schen Krankheit schmerzende linke Knie: „Verfluchter Richter... verfluchter Richter.“ Vor Jahren hatte sein Vater zu ihm gesagt, dass aus ihm nichts werden würde, dass er ein Nichtsnutz sei. Seine Schwester erzählte mir, er habe es nicht weit gebracht. Wie ein braves Kind hatte er seine Wut, seinen Schmerz und seine Schuldgefühle heruntergeschluckt. Er hatte auf seinen Vater gehört, sein Vater hatte ihn mit Worten kastriert. Der Verwalter wurde zum Symbol für seinen Vater.

Jetzt, als sehr alter Mann, allein in seinem Rollstuhl, kämpfte er damit, seine Wut und seine Schuldgefühle aufzuarbeiten. Er befand sich im letzten Lebensstadium der Aufarbeitung. Ich hörte nie zu, wenn er irgendwelche Vaterfiguren beschuldigte, ihn zu quälen. Es war klar, er wollte, dass ich seine Wut akzeptierte. Er beschuldigte den Richter, den Verwalter, die Ärzte, Gott – in seinen Augen alles Vaterfiguren –, sein Leben ruiniert zu haben. Sein Vater hatte ihn einst auf dem Dachboden bestraft. Nun wollte er in die Vergangenheit zurückkehren, um seinem Vater zu sagen, wie er sich fühlte; seines Vaters Liebe wiedergewinnen; sein Leben in dieser Welt rechtfertigen. Niemand validierte ihn, er kämpfte allein. Seine Bewegungen wurden schwächer, allmählich verlor er sein Lebensziel und vegetierte bis zu seinem Tode vor sich hin. Er wanderte von Phase I, dem der mangelhaften / unglücklichen Orientierung, zu Phase IV, dem Vegetieren – nicht validiert (Feil 1963ff).

Herr Rose und zahlreiche Menschen mit den gleichen Schwierigkeiten lehrten mich, den Versuch, ernsthaft desorientierte Personen auf die Realität zu orientieren, aufzugeben. Ich lernte die Methode der Validation von den Menschen, mit denen ich arbeitete. Ich lernte, es als Ausdruck von Weisheit zu sehen, wenn alte Menschen durch die Rückkehr in die Vergangenheit zu überleben versuchen.

Grundprinzipien

Jemanden zu validieren bedeutet, seine Gefühle anzuerkennen, ihm zu sagen, dass seine Gefühle wahr sind. Das Ablehnen von Gefühlen verunsichert den anderen. In der Methode der Validation verwendet man Einfühlungsvermögen, um in die innere Erlebniswelt der alten, desorientierten Person vorzudringen. Einfühlungsvermögen – „in den Schuhen des anderen gehen“ – schafft Vertrauen. Vertrauen schafft Sicherheit, Sicherheit schafft Stärke – Stärke stellt das Selbstwertgefühl wieder her, Selbstwertgefühl verringert Stress. Validationsanwender haben die Signale des älteren Menschen aufzufangen und in Worte zu kleiden. So validieren sie ihn und geben ihm seine Würde zurück.

Manche desorientierte Menschen ziehen sich nicht mehr in die Vergangenheit zurück, wenn sie sich in der Gegenwart als stark, geliebt und nützlich erfahren. Andere bleiben lieber in der Vergangenheit. Es gibt keine Universalformel, aber alle fühlen sich glücklicher, wenn sie anerkannt werden (Feil 1972).

Validation ist eine Kombination aus:

- einer grundlegenden, einfühlsamen Einstellung,
- einer Entwicklungstheorie für alte, mangelhaft orientierte und desorientierte Menschen, die uns hilft, ihr Verhalten zu verstehen, und
- einer spezifischen Technik, die diesen Menschen hilft, ihre Würde wiederzugewinnen.

Langzeitziele der Validation sind:

- Dazu beitragen, dass ältere Personen möglichst lange in ihren eigenen Wohnungen bleiben können
- Wiederherstellen des Selbstwertgefühls
- Reduktion von Stress
- Rechtfertigung des gelebten Lebens
- Lösen der unausgetragenen Konflikte aus der Vergangenheit
- Reduktion chemischer und physischer Zwangsmittel
- Verbesserung der verbalen und nonverbalen Kommunikation
- Verhindern eines Rückzugs in das Vegetieren