

Einleitung

Dieses Buch richtet sich an Menschen, die ein desorientiertes hochbetagtes Familienmitglied betreuen. Es richtet sich an Töchter, Schwiegertöchter, Söhne, Schwiegersöhne, Ehemänner, Ehefrauen, Brüder, Schwestern, Freundinnen und Freunde, Nachbarinnen und Nachbarn sowie an andere Mitglieder einer „erweiterten Familie“. Dabei spielt es keine Rolle, ob Sie sich zu Hause oder in einer Pflegeeinrichtung um die verwandte oder befreundete Person kümmern, ob Sie die gesamte Betreuung alleine oder nur einen Teil der Pflege schultern. Wenn ein Mensch, der Ihnen nahe steht, an irgendeiner Form von Demenz leidet und 70 Jahre oder älter ist, kann Ihnen dieses Buch eine Hilfe sein. Viele der Anregungen in diesem Buch lassen sich aber auch in der Betreuung jüngerer desorientierter Menschen gut umsetzen.

Validation ist eine Methode zur Kommunikation und Unterstützung hochbetagter Menschen mit Demenz im letzten Abschnitt ihres Lebens. Es ist nicht Ziel der Validation, den Zustand sehr alter desorientierter Menschen zu verbessern, vielmehr geht es darum, dass wir, die Pflegenden, uns verändern und uns in die persönliche Realität unseres Gegenübers einfühlen. *Wenn es uns gelingt, eine fürsorgliche, einfühlsame Beziehung herzustellen, können wir wieder neu in Kontakt treten oder auf eine neue Art kommunizieren, die uns und unserem desorientierten Angehörigen das Leben erleichtert und hilft, es erfreulicher zu gestalten.* Das ist es, was Validation denjenigen anbieten kann, die unter dem Schmerz, den Anstrengungen und der Angst leiden, die bei der Pflege verwirrter alter Menschen entstehen. Obwohl Validation keine Heilmethode ist, ist sie für Pflegende und Gepflegte von großem Wert. Für uns kann es zutiefst erfüllend sein, wenn wir ein intensives Gespräch führen, Lachen oder Weinen miteinander teilen, die letztendlich scheinbar so bizarren Verhaltensweisen verstehen. Für uns ist es ein Gefühl der Erleichterung, wenn wir nicht hartnäckig kämpfen oder

uns mühen müssen, um unseren Angehörigen zu ändern. Unsere Selbstachtung wächst, je mehr wir uns der Situation gewachsen fühlen. Validation bringt den alten Menschen Linderung und gleichzeitig Achtung gegenüber ihrer Menschenwürde. Weniger Stress und das Gefühl, so, wie sie jetzt sind, geschätzt und geachtet zu werden, kommen ihnen zugute. Wenn sie ermutigt werden, über Dinge zu sprechen, die ihnen viel bedeuten, können sie mit Ihnen verbunden bleiben, anstatt sich weiter in sich selbst zurück-zuziehen.

Validation erfordert nicht viel Zeit, setzt aber eine ganze Menge bei den Anwendern voraus. Um validierend zu arbeiten, müssen Sie ehrlich sein mit sich, müssen Sie sich Ihren eigenen Gefühlen stellen, fähig sein, diese für eine Weile beiseite zu lassen, und willens, sich auf die Gefühle Ihres Angehörigen einzulassen. Das ist nicht jedermanns Sache. Vielleicht kommen Sie nach der Lektüre dieses Buchs zu dem Schluss, dass Validation für Ihr desorientiertes Familienmitglied gut sein mag, jedoch nichts ist, was Sie, die Pflegeperson, praktizieren möchten. Jedoch kann auch ein passives Verständnis für die Theorien und Ziele der Validation Ihre Haltung gegenüber dem Angehörigen und Ihrer Situation beeinflussen und Ihren Umgang mit beiden verbessern. Auch wenn Validation in die professionelle Pflege eines geliebten Menschen integriert wird, ist es für die Familienmitglieder und für den alten Menschen wertvoll, wenn Sie die Grundprinzipien der Validation verstehen.

Dieses Buch will Sie nicht alles über Validation lehren, sondern Ihnen einen Einstieg bieten, was möglicherweise genügt, um Ihnen einen völlig neuen Weg des Zusammenlebens mit Ihrem desorientierten Familienmitglied zu eröffnen.

In Teil I führe ich grundlegend in die Prinzipien und die Theorie der Validation ein. Dabei werden nicht sämtliche theoretischen Aspekte der Validation erläutert, doch immerhin so viel erklärt, dass Sie sich realistische Ziele setzen und eine geeignete emotionale Grundhaltung einnehmen können. Im Anschluss daran werde ich die Bedeutung des Verhaltens und den Sinn hinter dem Verhalten desorientierter hochbetagter Menschen näher betrachten. Es folgt eine Beschreibung „Schritt für Schritt“, wie Sie Validation mit Ihrem desorientierten Familienangehörigen einsetzen können. In Teil III finden Sie mehrere typische Szenarien zwischen Angehörigen und desorientierten Familienmitgliedern, die zeigen, wie Validation jeweils eingesetzt wurde. Auf jede Szene folgt ein Kom-

mentar, der Ihnen spezifische Hilfestellung für den Umgang mit schwierigen Situationen geben soll.

Die Validationsmethode geht auf die amerikanische Gerontologin Naomi Feil (geb. 1932) zurück. Sie hat festgestellt, dass die überkommenen Methoden in der Praxis nicht funktionierten. Daraufhin begann sie zu experimentieren und kam durch Versuch und Irrtum auf eine Reihe von Ideen, Theorien und Techniken, die sie im Laufe der Zeit zu einer in sich stimmigen Methode zusammenfügte. Heute wird Validation in Krankenhäusern, Pflegeheimen und von kommunalen Pflegehelfern in Nordamerika, Europa, Australien und Japan angewandt. Naomi Feils Bücher „Validation“ (engl. 1982, 1992, 2003) und „Validation in Anwendung und Beispielen“ (engl. 1993, 2004) sind beide weit verbreitet und wurden in neun Sprachen übersetzt. Einführende Lehrvideos sind in verschiedenen Sprachen erhältlich und werden in vielen Institutionen und Schulen eingesetzt, um das Personal für diese Art humanistischen Arbeitens mit Demenzpatienten vom Alzheimer-Typ auszubilden und zu sensibilisieren. Naomi Feil trat mehrmals in Fernsehen und Rundfunk in den Vereinigten Staaten, Europa und Japan auf. 15 000 professionelle Pflegekräfte und Laien nehmen jährlich an ihren Workshops in aller Welt teil.

Seit den 1980er Jahren bietet das „Validation Training Institute“ (VTI) Ausbildungsgänge mit Abschlusszertifikaten und Kurse gemäß internationaler Qualitätsstandards an. Die Zertifikate werden von vielen professionellen Institutionen und Behörden anerkannt. Das VTI arbeitet mit einem internationalen Netzwerk Autorisierter Validationsorganisationen (AVO). Die Adressen der AVO's sind im Anhang aufgelistet. Bei den AVO's können Sie weitergehende Informationen einholen und Unterstützung bekommen, Näheres über Validationskurse am Ort oder die Namen von Validationsanwenderinnen oder Validationsanwendern in Ihrer Nähe erfahren.