

Vicki de Klerk-RUBIN

I. Was ist Validation?

Validation ist eine Methode, um mit desorientierten, sehr alten Leuten zu kommunizieren und ihnen zu helfen.

1. Validation oder zu validieren ist nicht einfach zu übersetzen, aber man kann sagen: für gültig erklären, bestätigen, anerkennen, wertschätzen.
2. Validation wird in über 3000 Pflegeheimen und Spitälern in Nordamerika, Europa und Australien angewandt. Mehr als 60.000 Menschen sind in Validation trainiert worden durch Workshops und Seminare von Naomi Feil, die Validation entwickelt hat.
3. Im Jahre 1963 begann Naomi mit desorientierten, sehr alten Menschen im Montefiori-Altersheim in Cleveland, Ohio, zu arbeiten.

Ein Herr Rose, ein Mitglied der Gruppe, sagte immer, daß der Verwalter des Heimes ihn auf dem Dachboden "kastrierte". Er schüttelte seinen Stock und sagte: "Du Mistkerl, wer hat gesagt, du könntest mich zerschneiden." Der Verwalter war der Vater von Naomi, und sie wünschte sich, daß Herr Rose nicht so böse auf ihn wäre, und sagte: "Herr Rose, es gibt niemanden oben. Hier ist der Verwalter. Schauen Sie, er ist ein freundlicher Mann." Herr Rose sagte nichts, aber als der Verwalter weg war, begann er wieder zu rasen. Drei Jahre lang hat Naomi versucht, Herrn Rose an der Realität zu orientieren. Als der Verwalter pensioniert wurde, sagte Herr Rose: "Sie haben recht. Er hat mich nicht verletzt. Ich taue nichts und habe auch nie zu etwas getaucht." Das waren seine letzten Worte zu ihr. Er ließ seinen Stock fallen und ging nie mehr. Er ließ seinen Finger über die Rollstuhlstange hin- und hergleiten und murmelte vor sich hin: "Buckeye und 105. Straße, ..." An dieser Straßenecke hatte er früher als Anwalt gearbeitet. Immer wieder schlug er sich auf das von der Paget-Krankheit schmerzhaft linke Knie. Er sagte: "Verfluchter Richter. Verfluchter Richter ..." Seine Körperbewegungen wurden schwach. Langsam verlor er sein Lebensziel und vegetierte bis zu seinem Tode. Später hat meine Mutter gehört, daß sein Vater ihn vor Jahren auf dem Dachboden bestraft und zu ihm gesagt hatte: "Aus dir wird nichts, du bist ein Taugenichts." Seine Schwester erzählte, daß er nie viel dargestellt habe. Wie ein braves Kind habe er seine Wut, seine Schmerzen und Schuldgefühle hinuntergeschluckt. Er hörte auf seinen Vater. Sein Vater kastrierte ihn mit Worten. Im sehr hohen Alter, allein in seinem Rollstuhl, kämpfte er, um seine Wut und die Schuldgefühle zu verarbeiten. Naomi hörte nie zu. Er wollte, daß sie seine Wut bestätigte. Er beschuldigte den Richter, den Verwalter, die Ärzte, Gott - in seinen Augen Vaterfiguren, daß sie sein Leben ruiniert hätten. Er wollte zurück, seinem Vater sagen, wie er sich fühle; die Liebe seines Vaters wiedergewinnen, sein Leben rechtfertigen. Niemand validierte ihn. Er kämpfte alleine. Herr Rose und Menschen mit den gleichen Problemen lehrten Naomi Validation, lehrten, daß sie durch die Rückkehr in die Vergangenheit Weisheit zum Überleben haben. Validation gründet auf der Annahme, daß sehr alte Leute eine Lebensaufgabe haben, ein Ziel - dieses ist: die Vergangenheit nochmals aufzurollen und zu erleben. Dadurch rechtfertigen sie ihr Leben, finden sie Ruhe und bereiten sie sich auf ihren Tod vor.

II. Kennen Sie Erikson's Theorie der Lebensphasen und Aufgaben?

Naomi zufolge ist das letzte Stadium des Lebens "Verarbeiten vs. Vegetieren". Wenn Verluste zuviel werden, gehen sehr alte Leute zurück, zurück in die eigene Welt. Die Erlebniswelt basiert auf Erinnerungen und Wunschdenken; sie ist die persönliche Sicht der Wirklichkeit, sie sehen mit dem geistigen Auge, hören mit den geistigen Ohren, es ist eine innere Wirklichkeit.

Validation bedeutet, die Gefühle des anderen anzuerkennen und zu bestätigen. Mit Einfühlungsvermögen fängt der Validation-Worker ihre Signale auf und hilft ihnen, Gefühle in Worte zu kleiden. Dadurch fühlen sie sich anerkannt und ihr Selbstwertgefühl kehrt zurück.

III. Es gibt vier Stadien der Desorientierung

1. Mangelhafte Orientierung
2. Zeitverwirrtheit
3. Sich wiederholende Bewegungen
4. Vegetieren

Ich werde Ihnen kurz von den physischen und psychologischen Charakteristiken jedes Stadiums erzählen.

Stadium 1: Der Blick ist klar, steife Haltung, Bewegungen im Raum präzise, Gesicht und Körpermuskeln angespannt, straff gespannte Lippen, Stimme ist scharf, weinerlich, schrill. Sie möchten ein klares Urteil und Kontrolle, wehren sich oft gegen Berührung und offenen Blickkontakt. Sie wissen, wie spät es ist, durchdenken alles, stellen Dinge an ihren Ort und halten Ordnung, vergessen ihre Wiederholungen. Es sind Leute, die sagen: "Da ist ein Mann unter meinem Bett" oder "Ein Tropfen vom Dachboden läßt mein Haar ausfallen" oder "Das Essen ist vergiftet".

Stadium 2: Das sind Leute, die sagen: "Ich muß nach Hause, das Essen für meine Kinder machen." Wenn Sie sagen: "Sie können nicht nach Hause, Ihre Kinder sind nicht dort. Sie leben jetzt in einem Altersheim." Dann antworten sie: "Das weiß ich. Seien Sie nicht so dumm. Deshalb muß ich jetzt sofort weg. Ich muß nach Hause, das Essen für meine Kinder kochen." Menschen in Stadium II müssen zu viele Krisen verarbeiten. Sie können diese Verluste nicht mehr leugnen. Sie können nicht mehr länger an der Realität festhalten. Sie ziehen sich in ihre Innenwelt zurück und haben die Gegenwart nicht mehr im Griff. Sie verlieren die Selbstkontrolle der Erwachsenen. Sie verlieren ihr Kommunikationsvermögen und soziales Verhalten. Gefühle kommen unkontrolliert heraus, erinnern sich nicht an Fakten, verlieren bildhaftes Denken, können nicht vergleichen. Eine Hand, die sich wie ein Baby anfühlt, wird zum Baby. Ein Stück Kreide wird zum Bonbon. Ein Stock wird zum Mann. Sie sind poetisch und kreativ.

Ihre Muskeln sind entspannt, sie drücken universelle Gefühle aus, die alle Menschen teilen: Liebe, Haß, Trennungsangst, Identitätskampf in Wort, Symbolen und Körperbewegungen.

Beispiel: Eine Frau legt ihre Serviette sorgfältig zusammen, streicht die Falten glatt. Die Liebe in ihren Bewegungen sagt aus: "Alles ist in Ordnung, Ich bin ok. Ich gehöre dazu." Dann kommt jemand, der nicht zugeschaut hat und nimmt die Serviette weg und sagt: "Ok. Frau Schmidt, wir gehen jetzt zum Mittagessen." Die Frau beginnt zu schreien. Sie hat sich selbst verloren.

Stadium 3: Das sind die Leute, die auf dem Gang auf und ab gehen oder sagen: "Ma, ma, ma." Weiterer Verlust von Seh-, Hör- und Gehvermögen. Sie gehen auf und ab auf der Suche nach dem Gestern, Augen oft geschlossen, sind inkontinent, singen, weinen häufig. Ein Mann in Stadium III läßt die Hosen fallen. Er möchte zum ersten Mal in seinem Leben seine Männlichkeit zeigen. Jeder Mensch hat andere negative Gefühle, in sehr hohem Alter besitzt er die Weisheit, diese Gefühle zu äußern, um den Konflikt zu lösen. Gefühle, die ein Leben lang eingesperrt waren, brechen hervor.

Stadium 4: Das sind die Leute, die fast nichts tun. Augen sind meistens geschlossen, Muskeln schlaff und ohne Ausdruck, erkennen Familie oder Freunde, die täglich kommen, nicht. Verwenden keine verständlichen Symbole mehr, sitzen im Rollstuhl oder liegen im Bett und vegetieren oft jahrelang.

Was kann man tun/machen?

IV. Für jedes Stadium gibt es verschiedene, angemessene Techniken.

Einige sind:

- Zuhören, gut beobachten, nicht urteilen
- Fakten untersuchen mit Fragen: wer, was, wo, wann - nie warum
- Wiederholen Sie Schlüsselworte. Umschreiben, fassen Sie zusammen
- Mehrdeutigkeit: sie, es
- Erinnern Sie sie: "Polarity": immer, nie, was passiert, wenn das Gegenteil eintritt.
- Echter, direkter Blickkontakt
- Berührung
- Spiegeln
- Musik, Essen, Tanz etc.
- Empathie/Einfühlungsvermögen
- Bauen Sie eine intime, sorgende, echte Beziehung auf

V. Jetzt höre ich Sie denken, daß Sie nicht genug Zeit haben.

Validation ist einfach anzuwenden. Jeder Mensch kann es tun und es nimmt nicht viel Zeit in Anspruch. Es braucht nur einen Moment, ein Lied zu singen, eine Serviette zusammenzufalten, zusammen hin- und herzugehen oder zu fragen: "Wohin gehen Sie?"

- "Ich muß meinen Freund treffen."

- "Wen wollen Sie treffen?"

- "Meine Freundin, Frau Schmidt. Wir treffen uns jeden Mittwoch um 13 Uhr."

- "Wie lange treffen Sie sich jeden Mittwoch schon?" "War Sie eine gute Freundin von Ihnen?", "Haben Sie viel zusammen erlebt?"

Man kann Validation individuell machen oder in einer Gruppe. Man kann einen "team approach" benutzen. Für die Pflegehilfe ist Validation einfach und praktisch. Man geht mit dem desorientierten Menschen nicht gegen ihn, und das vermindert den Streß, wenn man mit Menschen arbeitet, die ihre Kontrolle verloren haben, sich nicht erinnern, was sie soeben gesagt haben, und nicht auf Regeln hören.

Vicki de Klerk-Rubin ist Validationstherapeutin und Managerin des Validation Training Institute.