

8. Wem hilft Validation?

Validation hilft sowohl den sehr alten desorientierten Menschen als auch den professionellen Pflegerinnen und Pflegern, den Freunden und Familienangehörigen, die sich um sie kümmern. Seit 1963 haben Zehntausende sehr alte Menschen und ihre Betreuenden von Validation profitiert, die in Tausenden Einrichtungen in den USA, in Kanada, Europa und Japan angewendet wird.

Vorteile und Verbesserungen, die Validation bei desorientierten sehr alten Menschen ermöglichen kann

Validation erzielt die besten Erfolge bei Personen, deren Zustand sich erst ab 70 und später stark verschlechtert. Diese Personen haben z. B. Bereiche ihres Kurzzeitgedächtnisses verloren, können nur mehr mit Mühe gehen oder leiden unter dem zunehmenden Verlust ihrer Sinnesorgane. Andere wiederum haben z. B. ihren Platz im Leben verloren; allen gemeinsam ist jedoch die Diagnose „senile Demenz (früher Altersschwachsinn), Demenz des Typus Alzheimer“, und die Tatsache, dass sie wichtige Lebensaufgaben, die zur Entwicklung jedes Menschen gehören, nicht zur rechten Zeit erfüllen konnten. So haben sie unter anderem oft nicht gelernt, darauf zu vertrauen, dass sie harte Zeiten überleben können; als Folge davon sind sie jetzt vielleicht nicht fähig, mit dem Verlust von Familienangehörigen, Freunden, der Arbeit, ihres Zuhauses oder der Gesundheit fertig zu werden. Es sind eher solche Personen, die schmerzliche Gefühle fest in sich verschlossen halten, anstatt sie auszudrücken. Wenn sie dann sehr alt sind und wenn ihre Verluste immer größer werden, werden sie davon überwältigt. Validation hilft solchen Personen,

- ihr Selbstwertgefühl wiederherzustellen,
- die Notwendigkeit von chemischen und körperlichen Hilfsmaßnahmen zur Unterdrückung von Angstzuständen oder von schmerzlichen Gefühlen zu reduzieren,
- die Außenwelt leichter zu ertragen, sodass sie sich nicht so schnell in ihre innere Welt zurückziehen,
- die verbale und non-verbale Kommunikation zu verbessern und mit anderen Menschen Kontakte zu knüpfen und zu kommunizieren,
- Stress, Angst und Ärger abzubauen,
- schlafende Potenziale zu stimulieren,
- unerledigte Lebensaufgaben zu erfüllen,
- so lange wie möglich eine selbstständige Lebensführung aufrechtzuerhalten,
- einen Sinn für Humor wiederherzustellen,
- die Verwirrtheit zu verlangsamen.

Personen, die validiert werden, ziehen sich weniger in sich zurück; ihr Sprechen verbessert sich wieder; sie schreien weniger, gehen weniger auf und ab, klopfen und wandern weniger; ganz allgemein verbessert sich ihr Gang; sie können zu anderen Personen wieder leichter Kontakt aufnehmen; auch ihr Gesichtsausdruck verändert sich; sie lächeln wieder öfter, Augenkontakt ist vermehrt möglich; die Verständigung mit Familienangehörigen wird besser; es ist auch nicht mehr so oft notwendig, sie festzubinden oder mit Medikamenten ruhig zu stellen (Alprin 1980; Dietch, Hewett & Jones 1989; Feil 1982, 1992 a; Fritz 1986; Jones & Milsen 1992; Kim 1991; Morton & Bleathman 1988; Peoples 1982; Sharp & Johns 1991).

Natürlich hilft Validation nicht automatisch allen desorientierten alten Menschen, und Betreuende sollten stets daran denken, dass Einsatzmöglichkeiten und Wirkung von Validation begrenzt sind. Obwohl einige Betreuende Validation durchaus erfolgreich bei den im Folgenden genannten Gruppen von desorientierten Hochbetagten anwenden konnten, wurde Validation ursprünglich *nicht* für diese Gruppen entwickelt:

1. Sehr alte Menschen, deren Krankheitsgeschichten Geisteskrankheiten aufweisen
2. Personen mit geistigen Behinderungen
3. Alkoholiker

Ab 1971 gab es immer mehr dokumentierte Beweise für die positive Wirkung von Validation. Im „Montefiore-Heim für alte Menschen“ in Cleveland, Ohio, untersuchte man 30 desorientierte Hochbetagte nach ihrer Teilnahme an Validationsgruppen. Die Teilnehmer waren sich der äußeren Realität wieder stärker bewusst, sie begannen, auch außerhalb der Gruppentreffen miteinander zu kommunizieren, und mussten viel seltener mit Medikamenten oder durch andere Maßnahmen beruhigt werden als vorher (Feil 1967, 1972).

Eine andere Studie (Peoples 1982) verglich die Auswirkungen von Validation und Realitätsorientierung (auf deren Grundelemente wir in Kapitel 9 näher eingehen). Dabei kam man zum Schluss, dass „Validation bedeutende Verbesserungen im Verhalten erziele ... wohingegen Realitätsorientierung keinerlei bemerkenswerte Verbesserungen ermögliche“ (Peoples 1982, S. 90).

1986 wurde an der Universität von Toledo, USA, eine Studie über die Auswirkungen von Validation auf die Sprachmuster von Hochbetagten (Bewohner eines Pflegeheims, deren Denkvermögen stark beeinträchtigt war) durchgeführt. Diese Studie stellte fest, dass „Validation deutliche Verbesserungen der Sprachmuster von sehr alten Menschen ermögliche“ (Fritz 1986, S. 14).

Wissenschaftler des Irvine Medical Center in Kalifornien fanden heraus, dass „Validation ... erfolgreicher war als die Anwendung von Realitätsorientierung ... Das wachsende Bewußtsein des Personals für die individuellen psychischen und emotionalen Bedürfnisse von dementen Personen führt zu einer verbesserten therapeutischen Betreuung“ (Dietch, Hewett & Jones 1989, S. 975).

Erst in letzter Zeit stellten Ärzte in Australien fest, dass sowohl das Personal als auch die Bewohner von Validation profitierten, nämlich insofern, als die Bewohner sich weniger rasch und weniger häufig in sich zurückzogen und die Sozialkontakte zwischen den Bewohnern zunahm (Sharp & Johns 1991). Ähnliche Ergebnisse veröffentlichte auch eine Studie der Maudsley-Klinik in London (Morton & Bleathman 1988).

In Frankreich ergab eine Studie, dass „Validation die Lösung von Konflikten beschleunige, Angstzustände reduziere, daß Verdächtigungen zwischen Klienten und Personal abnehmen und das Vertrauen zwischen ihnen zunehme“ (Prentczynsky 1991, S. 7).

Es ist Wissenschaftlern aus den USA, Europa und Australien gelungen, die Wirksamkeit von Validation zu dokumentieren. Die Erfahrungen Tausender Betreuender bestätigen die wissenschaftlichen Erkenntnisse. Alle Studien sind auf der Website www.vfvalidation.org zu finden.

Die Vorteile von Validation für professionelles Pflegepersonal

Professionelle Pflegerinnen und Pfleger – dazu gehören das Personal von Pflegeheimen und Krankenhäusern wie auch ambulante Pflegekräfte, etwa in Gemeinden, die den älteren Menschen dabei unterstützen, zu Hause zu leben – leiden oft unter dem enormen Stress und der Frustration, die aus dem Kontakt mit den verwirrten alten Menschen entstehen. Validation kann ihnen auf viele Arten helfen, die körperlichen und seelischen Belastungen zu verarbeiten bzw. abzubauen. Validation kann

- Frustration vermindern bzw. abbauen,
- Burnout-Gefühle verhindern,
- die Freude an Kommunikation entfachen,
- Zufriedenheit durch die Arbeit bzw. mit ihr erhöhen.

Eine Studie über die Auswirkungen von Validation beim Personal von Pflegeheimen (Alprin 1980) gab an, dass Personal, das Validation gelehrt worden war, anfangs, desorientierte Bewohner nicht mehr nur als geistlose Körper, sondern wieder zunehmend als Menschen zu betrachten, die über eine intuitive Weisheit verfügen. Das Personal konnte mit der Zeit den Grund für das desorientierte Verhalten verstehen, mit dem sie konfrontiert waren. Je mehr die Bewohner auf Validation reagierten, desto mehr ging das Jammern und Klagen zurück. Immer mehr Bewohner sprachen wieder wie Erwachsene. Es gab weniger Hilfeschreie. Kettenreaktionen, die oft durch die Erregung eines einzelnen Klienten ausgelöst wurden und die dazu führten, dass am Ende alle Bewohner einer Station erregt waren, konnten erfolgreich unterbunden werden.

Die Station wurde ruhiger, der Arbeitsplatz wurde dadurch aufgewertet und das Pflegepersonal begann, sich über die Beziehungen zu den Klienten zu freuen. Maßnahmen zur Ruhigstellung wie etwa beruhigende Medikamente und dergleichen waren immer weniger notwendig, um das Verhalten der Bewohner zu kontrollieren.

Bereits sechs Monate nach Einführung der Validation verbesserten sich die Zustände so sehr, dass der Personalwechsel deutlich zurückging. Pflegehilfpersonal arbeitete nun auch an Wochenenden oder Feiertagen bereitwilliger; Beschäftigungs- und Physiotherapeuten berichteten, dass ihnen die Arbeit wieder Freude bereite und zufriedenstellend verlaufe. Das Pflegepersonal fühlte sich nicht mehr so ausgebrannt, dadurch kam es zu einer deutlichen Steigerung in der Qualität der Pflege. Leiter und DirektorInnen von Pflegeheimen stellten nach Einführung von Validation deutliche Veränderungen im Verhalten des Personals fest. Nach einer Ausbildung in Validation kam es zu folgenden Auswirkungen auf die Arbeit der Betreuerinnen und Betreuer:

- Sie nannten die Klienten öfter beim Namen.
- Sie sprachen mit den Bewohnern in einem ruhigeren Ton.
- Sie beugten sich nieder, um mit den Klienten im Rollstuhl besseren Augenkontakt herstellen zu können.
- Sie grüßten die Bewohner viel öfter spontan.
- Sie berührten die verwirrten alten Bewohner öfter.
- Sie reinigten und pflegten sie öfter.
- Sie unterhielten sich regelmäßig mit Familienangehörigen, auch um Validationstechniken zu vermitteln.
- Sie halfen den Bewohnern öfter, verlorene Dinge zu suchen.
- Sie hörten den desorientierten Bewohnern mehr zu.
- Sie schimpften nicht mehr mit verwirrten Bewohnern.
- Sie gingen auf Hilferufe von desorientierten Bewohnern ein, indem sie sie validierten.
- Sie berichteten von verbesserten Beziehungen zu ihren eigenen Eltern und Großeltern.

(Alprin 1980; Feil, Schove & Davenport 1972; Prentczynski 1991; Rubin 1982)

Die Vorteile von Validation für pflegende Familien

Es kommt nicht selten vor, dass Familien stärker unter der Frustration leiden als professionelle Betreuerinnen und Betreuer, die ihre Klienten oft aus einer gefühlsmäßigen Distanz betrachten können. Familienmitglieder ärgern sich oft über ihre Angehörigen, weil sie sich in einer Weise verhalten, die sie nicht verstehen können. Validation war ungemein erfolgreich darin, Familien die Kommunikation mit ihren Angehörigen zu erleichtern. Familien, die Validation erlernen, freuen sich meistens über die folgenden Veränderungen:

- Sie fühlen sich weniger frustriert von ihren verwirrten Angehörigen.
 - Sie können sich besser mit ihnen verständigen.
 - Sie fühlen sich erleichtert und freuen sich, wenn es ihren Angehörigen in puncto Sprache und soziales Verhalten besser geht.
 - Sie besuchen ihre verwirrten Angehörigen öfter.
 - Sie fangen an, ihre eigenen Kinder besser zu verstehen.
 - Sie entwickeln mehr Bewusstsein ihrer selbst und fangen an, ihre eigenen Reaktionen auf das Altern zu untersuchen.
- (Alprin 1980; Maher 1992; Ronalson & McLaren 1991)

Viele der Personenbeschreibungen im zweiten Teil des Buches zeigen, wie Personen, die zuvor mit verwirrten alten Eltern oder Partnern kämpften, durch Validation gelernt haben, die Qualität ihrer Interaktionen mit geliebten Angehörigen zu verbessern, in schwierigen Situationen besser und liebevoller mit ihnen umzugehen.

Validation wirkt!

*von Rita D'Alfonso, Psychologin und Validationsanwenderin,
Casa Famiglia San Giuseppe, Italien*

Ich hatte schon vor Jahren von Validation gehört und gelesen, wollte die Methode dann aber genauer studieren und wissen, wie sie mir helfen kann, die Welt sehr alter desorientierter Menschen zu verstehen – eine Welt, die in vielerlei Hinsicht noch unbekannt ist.