

Leseprobe:

Ausbruch in die Menschenwürde, oder wie man mit Stummen spricht!

„Als wir Kinder waren sind wir oft gefahren, oben auf dem Wagen mit dem Heu; und bei uns war immer Babicka“ Diesen alten Schlager von Karel Gott kennen sicher die meisten von uns. Die Melodie ist beschwingt und die Babicka, die Oma, ist mitten drin im Leben, in ihrem und in unserem. *„Herrliche Geschichten konnte sie berichten und für uns war's immer wieder neu! Alle Kinder liebten Babicka!“* Die Oma ist der Ruhepol der Familie. Sie beschützt und beschäftigt die Kinder. Sie erzählt von früher und hat mehr Zeit, als Mutter und Vater. *„Singen, kochen, tanzen, lachen, glücklich machen, das war Babicka. Pferde stehlen, Äpfel schälen und erzählen, das war Babicka!“* Die Omas in unserer Vorstellung können alles und wissen alles. Meine Oma wohnte bis zu ihrem Tode bei uns mit im Haus. Sie konnte einen Apfel so schälen, dass die Schale ein einziges langes Band ergab. Ich weiß nicht wie viele Äpfel wir als Kinder gegessen haben, damit sie wieder einen neuen schälen musste und wir wieder gebannt auf ihre Finge sahen, aus dehnen sich eine lange dünne Apfelschale ihren Weg suchte. *„Sie hat uns getröstet in der Nacht, und gut ins Bett gebracht! Wir liebten sie und spielten gern mit uns'rer Babicka!“*

Was aber passiert, wenn unsere Großeltern dement werden? Wenn sie keine Äpfel mehr schälen, die Geschichten die sie erzählen immer verworrener werden und sie irgendwann ganz aufhören zu sprechen? Wie gehen wir mit unseren Eltern um, die uns erzogen und umsorgt haben und nun selber völlig auf unsere Hilfe angewiesen sind? Wie kann ich mit einem Menschen sprechen, der selber nicht mehr sprechen kann? Wie kann ich zu meiner Mutter, meinem Vater, Oma, oder Opa, den / die ich pflege eine Kontakt behalten, ohne ihn / sie nur noch wie einen atmenden Gegenstand zu behandeln?

Während eines Praktikums in einem Altenheim in der Nähe von Wien / Österreich habe ich vor einigen Jahren das erste Mal von Validation gehört und war begeistert von der Intention, die hinter dieser Idee steckt: Menschen, die sich schon ganz in sich zurückgezogen haben, wieder erreichen zu können.

Da sich das Durchschnittsalter unserer Gesellschaft immer mehr nach oben verschiebt, wir immer mehr sehr alte Menschen haben, die auch an Demenz leiden, sind wir gezwungen, uns auch um neue Methoden zur Bewältigung dieses Problems zu kümmern. Validation scheint hier genau die Lösung zu sein. Durch liebevolle Betreuung und eine akribische Biographiearbeit soll ein neuer Zugang zu den Betroffenen gefunden werden.

Die Validation ist eine Kommunikationsform, die von der Amerikanerin Naomi Feil entwickelt wurde, um einen neuen Zugang zu Patienten mit einer Demenz des Alzheimer Typus zu bekommen

„Validation akzeptiert den alten Menschen, der in der Vergangenheit lebt!“ (Naomi Feil)

Validation soll den pflegenden Personen von dementen Menschen helfen, mit diesen in Verbindung zu treten und zu bleiben.

Viele Beispiele aus den Büchern Naomi Feils belegen, dass dies auch möglich zu sein scheint.

Dennoch gibt es verschiedene Probleme, die die Anwendung von Validation erschweren. So ist eine sehr genaue Biographie der erkrankten Person nötig, ihr Lebenslauf, ihre Hobbys und Gewohnheiten, aber auch Schicksalsschläge und Krisen. Dieses Wissen liegt den Mitarbeiterinnen eines Altenheims selten vor. Menschen, die ihre

Naomi Feil wurde 1932 in München geboren, siedelte aber bereits mit vier Jahren, zusammen mit ihren Eltern nach Amerika über. Ihr Vater wurde Verwaltungsleiter des Montefiore Altenheim in Cleveland, ihre Mutter arbeitete dort als Sozialarbeiterin. Sie leisteten wahre Pionierarbeit auf dem Gebiet der Rehabilitation. Naomi Feil verbrachte ihre ganze Kindheit in diesem Altersheim.

Nachdem sie ihre Schulzeit beendet hatte, studierte sie an der Columbia-University in Cleveland und schloß mit dem Diplom eines Magisters in Sozialarbeit ab. Anschließend arbeitete sie als Sozialarbeiterin in New York City.

1963 kehrte Naomi Feil, mit dem Ziel alten Menschen zu helfen, nach Cleveland zurück. Aus den Frustrationen heraus, die in sie in der Altenarbeit immer wieder erlebt hatte, begann sie ihre eigenen Methoden zu entwickeln. Bis 1983 vervollkommnete sie ihre Methoden und beschloß, sie unter dem Namen „Validation“ weiter zu lehren.

Angehörigen zu Hause pflegen, erlernen durch Validation aber einen ganz neuen Zugang zu ihren Lieben.

Das Problem:

Bei der Demenz vom Typ Alzheimer kommt es zu einem Substanzschwund des Hirngewebes, der am stärksten im Stirn- und Schläfenbereich festzustellen ist. Dadurch kommt es zu einem verminderten Sauerstoffverbrauch und einer schlechteren Durchblutung, wodurch das Großhirn beschädigt wird. Naomi Feil betont aber in ihren Büchern noch einen anderen Auslöser für diese Krankheit. Neben den organischen Anhaltspunkten der Alzheimer Krankheit verweist sie immer wieder auf die Art und Weise, wie die betroffenen Personen ihr Leben geführt haben. Die Tatsache, dass die Symptome der Krankheit (Nervenfasernoten und altersbedingte Ablagerungen) auch in den Gehirnen nicht an Alzheimer Erkrankten gefunden wurden, scheint die Theorie, dass noch ein anderer (psychischer) Auslöser dazukommen muss, zu unterstreichen.

„Viele Menschen über 80 überleben die Schäden der Hirnzellen und bleiben auch orientiert. Obwohl viele von ihnen vielleicht weniger sehen oder hören und auch körperliche Schwächen hinnehmen müssen, behalten sie doch die Fähigkeit, sich mit Worten zu verständigen, wissen immer noch, wann und wo sie leben, und sie können auch angemessene Urteile abgeben. Diese Leute haben nämlich:

- sich den Herausforderungen und Enttäuschungen ihres Lebens gestellt
- die Probleme des Alltags voll Hoffnung zu lösen versucht
- sich selbst und anderen Fehler und Schwächen verziehen
- Kompromisse schließen können, wenn sie ein bestimmtes Ziel nicht erreicht haben
- sich selbst respektiert, auch wenn sie Fehler und Schwächen an sich entdeckt haben und unerfüllte Träume hatten
- körperliche und soziale Verluste überlebt
- ihren körperlichen Verfall, den Verlust geliebter Personen und die Tatsache, dass sie sterben müssen, akzeptiert
- ihre Lebenslust behalten
- es vermieden, der Vergangenheit nachzutruern; es ist vielmehr so, dass sie sich gern daran erinnern
- neue Beziehungen aufgebaut
- sich auf den Tod vorbereitet, indem sie mit ihren geliebten Angehörigen Frieden geschlossen haben.

Orientierte sehr alte Leute brauchen keine Validation, solche Leute validieren sich selbst.“¹

Doch was machen wir mit denen, die diese „Selbstvalidation“ nicht hinbekommen haben. Was mache ich, wenn der Mensch den ich liebe und den ich pflege plötzlich immer mehr in seiner eigenen Welt versinkt? Konkrete körperliche Gebrechen, wie Schmerzen, Inkontinenz oder Bewegungseinschränkungen kann ich ganz konkret behandeln. Es tut weh und ich gebe Medizin. Die Windel ist voll und ich ziehe eine neue an. Aber was, wenn die Person, die mir soviel bedeutet, dass ich sie selber pflegen möchte, keine fremden Pflegepersonen beauftrage, mich nicht mehr erkennt? Mir gegenüber feindlich reagiert? Lasse ich das an mir abprallen und beschränke mich auf das bloße Versorgen der körperlichen Gebrechen? Muss ich mich überhaupt mit einem Menschen, der nicht mehr Sprechen kann unterhalten? Es ist nicht genau geklärt, was die betroffene Person aufnimmt und versteht. Dringt die Umwelt gar nicht mehr zu den Patienten durch, oder versteht er vielleicht alles und ist doch gefangen in den Ruinen seines Körpers? Unfähig sich zu artikulieren, da ihm die Worte fehlen, die sein

¹ Naomi Feil „Ausbruch in die Menschenwürde“ 1993 Seite 44/45

Gedächtnis wie so viele andere Sachen einfach gestrichen hat? Wie kann ich den Menschen wieder erreichen, der mir so viel bedeutet und doch nur noch im Brackwasser seines eigenen Lebens zu dümpeln scheint.

Genau dies ist der Ansatzpunkt von Naomi Feils Validation. Sie will auf diese Weise das Dahinsiechen der betroffenen Personen verhindern und ihnen durch ihre Hilfe die Möglichkeit der „Bewältigung“ geben.

Die 14 Techniken der Validation:

Technik 1: Zentrieren sie sich. Seine sie ganz bei der Sache

Technik 2: Verwenden Sie eindeutige, nicht wertende Wörter, um Vertrauen herzustellen.

Technik 3: Wiederholen sie Gesten und Bewegungen

Technik 4: Extreme einsetzen, was war noch schlimmer?

Technik 5: Sich das Gegenteil vorstellen

Technik 6 : Erinnern

Technik 7: Ehrlichen, engen Augenkontakt halten

Technik 8 : „Mehrdeutigkeit“:

setzen Sie unbestimmte Fürwörter ein, die mehrere Lösungen zulassen

Technik 9: Klar, sanft und liebevoll sprechen

Technik 10: Beobachten und dann die Bewegungen und Gefühle der Person spiegeln.

Technik 11: Setzen Sie das Verhalten in Beziehung zu jenem menschlichen Grundbedürfnis, das nicht erfüllt wird.

Technik 12: Das bevorzugte Sinnesorgan erkennen und einsetzen

Technik 13 : Berühren

Technik 14: Musik einsetzen

Ich habe keine Personen in meinem Haushalt die an Demenz erkrankt sind und pflege bedürfen, aber ich habe diese Methode in einem Altenheim „ausprobiert“:

Die geschlossene Station des Altenpflegeheims ist durch Glastüren gesichert und ist nur in Begleitung einer Pflegeperson, oder mit einem Schlüssel zu betreten. Die Stimmung hinter diesen Türen ist sehr bedrückend. Viele verwirrte Menschen halten sich hier auf, sitzen apathisch in ihren Rollstühlen, oder gehen auf und ab. Ein Mann ruft immer wieder: „Hallo, Hallo, Hallo,...!“, ein Anderer schreit zurück: „Halts Maul!“. Eine Frau rennt zur Tür und will raus, solange diese noch offen ist. Diese Stimmung der Verzweiflung und Ausweglosigkeit überrollt mich. Der Gedanke vielleicht einmal selber verwirrt zu sein und in diesem Flug eingesperrt zu sein beängstigt mich.

Die Stationsschwester beantwortet mir viele Fragen, aber von Validation hat sie noch nicht gehört. Sie „empfiehlt“ mir eine ältere Dame, die ich besuchen kann. Aus dem Gespräch wird sehr schnell deutlich, dass über Frau L. nur die aller wichtigsten Daten bekannt sind. Man weiß nicht viel über ihre Vergangenheit, geschweige denn ihre Kindheit. Da habe ich also schon das Problem der fehlenden Biographie. Frau L. leidet an Alzheimer im

fortgeschrittenen Stadium. Das erschreckende: die „ältere Dame“ ist erst 58 Jahre alt. Ihr Mann und ihre Söhne kommen fast nie hierher. Sie sind mit dieser Situation vollkommen überfordert.

Als wir das Zimmer von Frau L. betreten sitzt diese im Rollstuhl. Sie kann nicht gehen und spricht seit zwei Jahren nicht mehr. Die letzten Worte die sie sagte, war der Name ihres Mannes, langgezogen zu einem „Peterpeterpeterpeter...“

Frau L. sitzt vornüber gebeugt, eine Hand hält sie im Schoß, der andere Arm hängt, auf den Ellenbogen gestützt, über die Lehne. Die Augen der Frau scheinen zwischen mir und der Schwester hin und her zu wandern, sind aber völlig Blicklos. Als die Schwester den Raum verlässt, schweift der Blick der Frau unruhig durch das ganze Zimmer.

Ich setzte mich ihr direkt gegenüber auf einen Hocker, nehme ihre Hand und sehe ihr tief in die Augen. Die Augen huschen ziellos hin und her und mit ihrer Zunge leckt sie sich pausenlos über die Lippen. Eine Validationstechnik heißt „Spiegeln“. Man übernimmt eine Geste, eine Bewegung des alten Menschen und macht sie genauso nach. Ich blicke also auch immer wieder durch den Raum, versuche aber den Blick von Frau L. einzufangen. Gleichzeitig lecke ich mir immer wieder über die Lippen. Es dauert über 15 Minuten, bis ich das Gefühl habe in die Welt der Frau einzutauchen. Ich blicke in ihre Augen und halte ihre Hand. Das Gesicht bleibt unbewegt. Auf meine Worte reagiert sie gar nicht. Irgendwann blickt sie mir unverwandt in die Augen, zunächst scheint sie durch mich hindurch zu sehen, dann sieht sie mich direkt an. Die Hand, die ich gestreichelt habe, und die bisher völlig schlaff in meiner lag, umfasst meine Finger mit einer ungeahnten Kraft. Sie wird plötzlich aktiv. Ohne den Blick von mir zu lassen, presst sie nach einiger Zeit ihre Stirn auf meinen Arm. Ich blicke ihr weiter in die Augen und presse meine Stirn auf ihren Arm. Dies wiederholen wir unzählige Male. Ihr Blick scheint sich langsam zu öffnen. Auf ihrem Gesicht werden Gefühle sichtbar. Trauer, Angst, Verzweiflung und sehr viel Freude.

Ich wage nicht zu mutmaßen, was dieses Verhalten bedeuten soll. Sehnsucht nach Liebe, Zuwendung, oder einfach der Wunsch nach Gesellschaft? Die Schwester hatte erzählt, dass Frau L. noch vor zwei Jahren so gerne „Lobe den Herren“ gesungen hat, leise stimme ich dieses Lied an. Frau L. sieht spontan auf. Die Melodie scheint durch ihr Ohr direkt in ihr Gehirn gerast zu sein. Sie hebt den Kopf und sieht mich strahlend an. Ihre Augen füllen sich mit Tränen, aber sie strahlen auch. Frau J. lächelt. Zum ersten mal seit unvorstellbar langer Zeit. Ich merke wie die Freude aus den Augen von Frau L. direkt in mein Herz überspringt. Ihr Glücksgefühl macht auch mich glücklich.

Durch das Reinplatzen einer Hilffschwester wird unsere Nähe zerstört, Frau L. zieht sich wieder in ihre Welt zurück. Wie eine Luftblase die zerplatzt ist die Situation beendet. Ich verlasse das Zimmer ziemlich genau eine Stunde, nachdem ich es betreten hatte.

Nach dem Besuch bei Frau L. hatte ich wieder die Gedanken, dass demente Menschen Gefangene ihres eigenen Körpers sind. Ich kann nur ahnen, was diese Frau alles zu sagen hätte, wenn sie es könnte. Aus der Psychologie wissen wir, dass Babys sterben, wenn man sich nicht genug um sie kümmert, oder nicht mit ihnen spricht, aber wie wollen wir wissen, ob es bei dementen Menschen nicht ähnlich ist. Wir pflegen sie zwar, und reden auch mit ihnen, aber das alles erreicht ihr Bewusstsein nicht. Vielleicht ist das für den alten Menschen so, als ob wir nicht mit ihm redeten?

Ich glaube die Validation ist eine Kommunikationsmethode, die im Bereich der privaten Pflege noch viel mehr verbreitet werden müsste. Wer ein Familienmitglied zur Pflege bei sich aufgenommen hat, ist sich der Pflichten und Strapazen sicher im Voraus bewusst gewesen, aber wäre es nicht der schönste Lohn für diese Arbeit einen Moment wieder mit dem Menschen den man liebt lächeln oder weinen zu können?

„Ich seh's noch wie heute, hör' die Glocken läuten, in der kleinen Kirche gleich beim Haus: Alle weinten wir um Babicka. Sie hat für ein Leben nie klein beigegeben, einer nur war stärker noch als sie: Und der holte unsre Babicka“

(So erschienen in „LebensLauf März/ April 2011)