

Alzheimer Gesellschaft
Baden-Württemberg e.V.

Vorträge zu Alzheimer und Demenz

Integrative Validation – Menschen wertschätzend im „Anderland“ begleiten



Am **11.11.09** war Gabriele Schmakeit, Trainerin für Integrative Validation, zu Gast bei unserer monatlichen Vortragsreihe mit der Alzheimer Beratung der Ev. Gesellschaft und dem Treffpunkt Senior.

Validation bedeutet „etwas für gültig erklären“, sie beinhaltet Wertschätzung des Gegenübers und sollte Teil des Alltagslebens sein. Gabriele Schmakeit versichert, dass das Verfahren auch nützlich sein kann, um Ehen zu verbessern oder mit pubertierenden Jugendlichen oder gestressten Kassiererinnen auszukommen. Und dazu hin sei es einfach zu erlernen. In Heimen lässt sich die Lebensqualität Demenzkranker durch Integrative Validation verbessern, da ihnen Empathie entgegengebracht wird und nicht ihre Unzulänglichkeit vor Augen geführt wird.

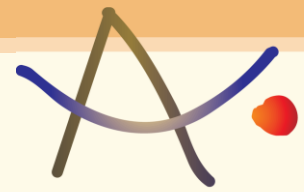
Geschichte der Integrativen Validation

Zurückzuführen ist das Verfahren der Validation auf die Amerikanerin Naomi Feil, die es in den 60er Jahren des vorigen Jahrhunderts entwickelte. Naomi Feil stellt keine Fragen an Menschen mit Demenz, denn Fragen überfordern deren logisches Denkvermögen. Ihrer Auffassung nach liegen dem Verhalten von Demenzkranken ungelöste Konflikte zugrunde. Mit Validation wird Hilfestellung für die letzte Lebensaufgabe geleistet: die Auflösung dieser Konflikte.

Die „Integrative Validation“ wurde in den 90er Jahren von Nicole Richard aus Kassel erarbeitet. Sie lässt im Gegensatz zu Naomi Feil die ungelösten Konflikte, die unerledigten Lebensaufgaben, außer Acht. Stattdessen ergänzt sie die Methode um den Begriff „Integrativ“. Nicole Richard verdeutlicht, dass die Methode „Integrative Validation“ im Alltag, in jeder Alltagssituation gelebt und ein Miteinander mit dem Demenzkranken gestaltet werden kann.

Kernsymptome der Demenz

Immer wieder betont Gabriele Schmakeit, wie wichtig es ist, sich in die besondere Befindlichkeit von Menschen mit Demenz hinein zu versetzen. Hierfür ist ein Wissen über die mit Alzheimer einhergehenden körperlichen wie seelischen Veränderungen notwendig. Mit verschiedenen Übungen lädt sie die Teilnehmer zudem ein nachzuspüren, wie es sich anfühlt, wenn das Sehen, das Hören und das Denken eingeschränkt sind.



Beispiele

▪ *Gedächtnisstörungen*

Ein Demenzkranker fragt in sehr kurzen Abständen nach der Uhrzeit. Er hat Erinnerungslücken, hat vergessen, dass er sich gerade schon nach der Uhrzeit erkundigt hat. So versteht er dann auch nicht, warum das Gegenüber irgendwann ungeduldig und gereizt auf seine Frage reagiert.

Zeit hat zudem eine andere Qualität für den demenzkranken Menschen. Abschnitte des Lebens können nur noch zum Teil oder gar nicht mehr erinnert werden. Der Mensch ist darauf angewiesen, von anderen erzählt und bestätigt zu bekommen, was war. Die Erklärungen bringen ihm allerdings die Vergangenheit nur zum Teil nah. Ihm fehlen immer noch die damit verbundenen Gefühle. Je mehr wiederum die Vergangenheit verloren ist, umso ungewisser wird auch das Heute und Jetzt für den Demenzkranken.

▪ *Verlust des logischen Denkens, des Abstraktionsvermögens*

„Entweder-Oder-Fragen“ wie z.B. „Möchtest Du Kaffee oder Tee?“ überfordern Menschen mit Demenz. Fragen sollen nur gestellt werden, wenn sie angemessen beantwortet werden können. Also: „Möchtest Du Kaffee?“



Wie fühlt sich ein eingeengtes Gesichtsfeld an?

▪ *Einengung des Gesichtsfeldes*

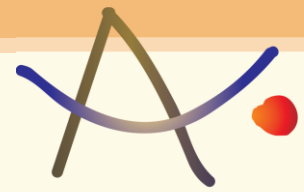
Je enger das Gesichtsfeld ist, umso mehr blickt man vor sich auf den Boden, in die Tiefe. Hören die Menschen Geräusche oder werden sie von der Seite angesprochen, entsteht Stress, weil das Gehörte aus verschiedenen Richtungen zu kommen scheint und nicht zugeordnet werden kann. Demenzkranke sollen deshalb langsam und von vorne angesprochen werden.

▪ *Verlust der Körpergrenzenwahrnehmung, Koordinationsstörungen*

Gabriele Schmakeit bittet die Teilnehmer, die Hände auf den Bauch zu legen und sich auf einen nach hinten gerückten Stuhl zu setzen. Wie fühlt sich das an? Die Teilnehmer beschreiben, dass sie das Gefühl haben zu fallen, in ihnen kommt Unsicherheit auf. Für den praktischen Umgang bedeutet dies, demenzkranke Menschen mit Worten und Berührung beim Hinsetzen zu begleiten.

Wie gehen Demenzkranke mit ihren Einschränkungen um?

In Situationen, in denen sich Menschen mit Demenz unwohl und überfordert fühlen, wenden sie Strategien an, um die Situation für sich angenehmer zu gestalten. Das ist kein bewusst gesteuerter Vorgang, sondern ein Schutzmechanismus. Strategien sind zum Beispiel: Leugnen, Relativieren, einen Spaß aus der „seltsamen“ Situation machen, die Beschuldigung von Fremden oder auch der Rückzug in die eigene Vergangenheit.



Ressourcen der Menschen mit Demenz: Gefühle und Antriebe

Ressourcen, die Menschen mit Demenz bleiben, sind deren Gefühle und Antriebe. Gefühle sind der direkte Ausdruck der momentanen Befindlichkeit. Spontan und echt, da unkontrolliert und ungefiltert, zeigen uns Demenzkranke den ganzen Tag ihre Gefühle und Antriebe – und diese wollen gesehen und bestätigt werden.

Ein nicht wahrgenommenes negatives Gefühl wie Angst oder Wut wird sich verstärken. Ein wahrgenommenes positives Gefühl, das bestätigt wird wie das Gefühl der Freude, wird länger anhalten.

Antriebe wie Ordnungssinn, Ästhetik oder Tierliebe sind Motive und Triebfeder des Handelns und bei jedem Menschen individuell ausgebildet. Für einen bewussten Umgang miteinander sollte man die eigenen wie die Antriebe des Demenzkranken kennen.

Die vier Schritte der Integrativen Validation

- Wahrnehmen von Gefühlen und Antrieben
Beispiel: Gefühle in der Aussage „Ich muss zu meinen Kindern“: z.B. Unruhe, Liebe, Angst, Verzweiflung, Pflichtbewusstsein, Familiensinn
- Persönliche Bestätigung
Reaktion: Sie haben es aber eilig. Sie sind ganz unruhig. Ihnen läuft die Zeit weg. Da kann man aber auch verzweifeln.
- Allgemeine Bestätigung
Sprichwörter, Volksweisheiten, Lieder, ...: „Zuhause ist es am Schönsten“, „Eine Mutter bleibt man ein Leben lang“
- Anknüpfen an der Biographie und den Lebensthemen
Familie, Beruf, Hobbies, ...

Zum Abschluss liest Gabriele Schmakeit ein Gedicht vor, das auch hier abschließend stehen soll:

*Heimweh, wonach?
Wenn ich „Heimweh“ sage, sag ich „Traum“.
Denn die alte Heimat gibt es kaum.
Wenn ich Heimweh sage, mein ich viel:
Was uns lange drückte im Exil.
Fremde sind wir nun im Heimatort.
Nur das „Weh“, es blieb.
Das „Heim“ ist fort.*

Mascha Kaléko

Kontakt: **Gabriele Schmakeit**, Alexander Stift Großerlach
Tel. 07903 / 930-137

Internetseite des Instituts von Nicole Richard: integrative-validation.de

Dr. Brigitte Bauer-Söllner, Redaktionsteam