

Validation Angehörigenberatung in Familien

Ein Beitrag von Maria Hoppe, Ergotherapeutin und Validation Trainerin nach Naomi Feil

Menschen mit Demenz stellen ihre Familienangehörigen, Betreuungspersonen und das Umfeld vor unerwartete und ständig neue Situationen. Ein Einschnitt besonderer Art stellt die Verkündung einer Diagnose wie „Ihr Vater / Ihr Mann / Ihre Mutter / Ihre Frau hat Alzheimer“ dar.

Einerseits erklärt eine solche Diagnose schon gewisse Verhaltensweisen und Veränderungen der betreffenden Person, andererseits entstehen Fragen wie: „Wie wird es weitergehen?“, Angst, wie ich als Tochter, als Sohn, als Familie das schaffen werde? Überforderung durch Mehrfachbelastungen: Familie mit Kindern, Beruf, arbeitsloser PartnerIn, etc.

Es wundert nicht, dass Betreuende und Pflegende von Menschen mit Demenz sich in belastenden Situationen Hilfe suchen, wie sie den Alltag gemeinsam befriedigender gestalten könnten.

Zwei Beispiele für eine Vor-Ort Familien- und Angehörigenberatung auf Basis der Methode Validation nach Feil sollen zeigen, wie vielfältig sich Stress aufgebaut hat und wie sich Situationen im Umgang mit Menschen mit Demenz entspannen können.

Validation nach Feil ist eine spezielle Kommunikationsmethode, die hilft, desorientierte alte Menschen dort abzuholen, wo sie sich emotional gerade befinden. Jemanden validieren heißt, sein Verhalten für gültig zu erklären, ihn einfühlsam (empathisch) zu begleiten. Der Einsatz von verbalen und nonverbalen Validationstechniken unterstützt den Aufbau einer wertschätzenden, vertrauensvollen Beziehung, wodurch Stress und Angst abgebaut, das Selbstwertgefühl der desorientierten Person steigt und in Balance mit der eigenen Würde und Identität gelangt.

Als Validation Trainerin gebe ich im folgenden Einblick in eine Validation Familienberatung:

Eine Familie, wo die als Pflegefachkraft ganztägig arbeitende Tochter Karin mit ihrem an Demenz erkrankten Vater, Herrn K. und ihrer Mutter, Frau L., lebt. Nebenbei führt Karin dem Vater zuliebe dessen kleinen Bauernhof, weil er das nicht mehr schafft. Dank hat die Tochter Karin keinen, nicht von Frau L., ihrer Mutter – auch von ihren drei Geschwistern bekommt sie kaum Unterstützung.

Ihr Anruf kommt, wie sie selber sagt, in letzter Minute, bevor sie fürchtet, auszurasen. Sie wünscht eine Familienberatung an ihrem Bauernhof. Ich erfahre, dass sich die Demenz des Vaters seit zwei Jahren zeigt. Ein „kalter Blitz“ hatte einen Schwelbrand verursacht, der drei Monate unbemerkt geblieben war. In den eines Tages explosionsartig ausbrechenden Flammen wurden der Stall und alles Vieh vernichtet. Die Versicherung habe den Schaden zwar bezahlt, es gibt einen neuen Stall und neues Vieh, doch der Vater scheint den Schock nicht verwunden zu haben. Er sei vor allem nachts unruhig, ständig aggressiv und anklagend, was alle nerve.

Mein Besuch erfolgt mit einem digitalen Audiorekorder, um die Begegnung aufzuzeichnen. Natürlich wurden alle vorab gefragt. Der Audiomitschnitt wird der Familie als CD Rom nach ein paar Tagen übermittelt:

Im Beisein des Vaters bin ich im Gespräch mit Karin und ihrer Mutter, dazwischen fragt Herr K. immer wieder etwas, wird zunehmend unruhiger und schreit schließlich: „Wer hat Sie gerufen? Sie brauchen sich nicht einmischen und die da (er zeigt auf seine Frau) belehren ...“ Ich bleibe in meiner Aufmerksamkeit auf alle gerichtet. Herr K. steht auf und schreit: „Ich hole die Polizei! Verschwinden Sie sofort!“ „Ich – verschwinden (Validationstechnik ‚Schlüsselwörter aufgreifen‘)?!“ Ich lasse mich nicht aus der Ruhe bringen, spiegle seine Emotion und sage: „Ich gehe nicht, solange mich Ihre Tochter, die mich gerufen hat, nicht wieder wegschickt!“ – Schließlich geht Herr K. hinaus, vor sich hinschimpfend.

Jetzt erhalte ich Einblick in die Beziehung Mutter / Tochter / Vater – die beiden Frauen erzählen. Mutter und Tochter sind voll gegenseitiger Vorwürfe. Dann geht Karin nach dem Vater schauen. Die Mutter schüttet ihr Herz aus, weint, hält die nächtliche Unruhe ihres Mannes nicht aus, wird ihm gegenüber aggressiv, was er gleichermaßen zurückgibt. Frau L. ist hin und hergerissen zwischen: „Er nervt mich und ich möchte am liebsten weit weglaufen“ und „Wenn er aus dem gemeinsamen Zimmer geht, mache ich mir Sorgen, dann gehe ich schauen, was er macht“ ...

Die Mutter geht, Karin kommt. Sie läßt ihre Wut, ihre Verzweiflung aus sich herausbrechen. Keiner versteht sie, sie liebt ihren Vater, möchte, dass es ihm gut geht. Alle anderen sind zu ihrem Vater grauslich, hacken auf ihm herum. Sie kann nicht mehr, will sich aber auch keine Hilfe ins Haus holen, um sich und ihre Mutter wenigstens stundenweise zu entlasten...

Ich kann beiden vermitteln, dass Herr K. möglicherweise damit kämpft, sein Leben, seine Verluste und seine geschluckte Wut (von welcher mir seine Frau und Karin erzählt hatten) zu verarbeiten. Er hatte jedoch vielleicht nie gelernt, wie er dies anders tun könne als andere stellvertretend zu beschuldigen, dass sie an allem schuld seien. Inzwischen war eine Schwester von Karin, Frau U., aufgetaucht. Nachdem sie mir sagt, dass sie sich um Karin Sorgen mache, aber nicht helfen könne, da sie sich um ihre Familie zu kümmern habe, geht sie zum Vater in den Stall.

Karin konnte sich im Gespräch erleichtern – einige Male hörte ich tiefe Seufzer, ein tiefes Ausatmen, die Stimme wurde tiefer, wirkte entspannter.

Mit der Mutter gehe ich in den Stall, um mich von Herrn K. und Frau U. zu verabschieden. Mittlerweile sind nahezu drei Stunden vergangen. Ich bedanke mich bei Herrn K. und wünsche ihm alles Gute. Er sagt: „Sie können gerne wieder kommen“ – was mich insofern nicht erstaunt, weil ich aus einer der Theorien der Methode Validation nach Naomi Feil verstehe, dass Herr K. in einer seiner zahlreichen Bewusstseins Ebenen spürt bzw. „weiß“, dass alle um ihn herum ihn mögen und versuchen, mit der für die ganze Familie neuen Situation, in welcher Herr K. seit zwei Jahren ist, zurechtzukommen. Wie das gehen könnte, hat niemand von ihnen jemals zuvor gelernt.

Nach drei Wochen rufe ich an, ob die CD angekommen ist und höre mit Erstaunen von Karin: „Seit damals ist mein Vater wie ausgewechselt. Er ist überhaupt nicht mehr aggressiv. Ich konnte seine Medikamente drastisch reduzieren. Und zur teilweisen Entlastung kommt jemand zweimal die Woche vorbei. Wenn es so bleibt, geht alles gut.“