



Die Validationsmethode hat Brigitte Dörr „die Augen geöffnet“ für den Umgang mit ihrer an Alzheimer erkrankten Mutter Alice.

FOTO: WIKI/NECHERBERGER

Validation

„Dann hat sie einfach den Überblick verloren“

Als Brigitte Dörrs Mutter Alice an Alzheimer erkrankte, musste ihre Tochter „neu hören und hinschauen“ lernen. Die Validationsmethode nach Naomi Feil hat ihr dabei geholfen.

„Das erste Zeichen war so ein verlorener Gesichtsausdruck.“ Im Jänner 2010 fiel Brigitte Dörr erstmals auf, dass ihre damals 82-jährige Mutter Alice ihren Alltag nicht mehr bewältigen konnte. Mit Kleinigkeiten fing es an. „Sie wollte zum Beispiel Brot und Milch kaufen, und am Ende waren drei Kilo Brot im Haus, aber keine Milch. Plötzlich hat sie einfach den Überblick verloren.“ Der Weg zur Diagnose „Alzheimer“ war ein

rascher, denn Alice Dörr wusste zunehmend nicht mehr, „was als nächster Schritt zu tun ist; wie, dass auf Aufstehen Anziehen folgt.“ Als einzige in Österreich lebende Verwandte musste Tochter Brigitte mehr und mehr für die Mutter übernehmen. Eine Zeit, an die sich die AHS-Lehrerin mit gemischten Gefühlen erinnert: „Mutti hat es uns sehr leicht gemacht. Wir haben bald darüber gesprochen und ich und meine im Ausland leben-

de Schwester haben rechtzeitig Vorsorgevollmachten erhalten. Aber die Verantwortung drückt trotzdem.“

In die Welt der Demenz einsteigen

Auf der Suche nach Unterstützung stieß Brigitte Dörr auf die Validationskurse des Ausbildungszentrums des Wiener Roten Kreuzes. Die Validationsmethode wurde von der US-amerikanischen Sozialarbeiterin Naomi Feil entwickelt, um bessere Kom-



Naomi Feil

Validation für Angehörige demenzkranker Menschen

Das Ausbildungszentrum des Wiener Roten Kreuzes (Safargasse 4, 1030 Wien, www.w.rotekreuz.at/abz) bietet Basis- und Aufbaukurse zur Validationsmethode nach Naomi Feil (€ 55,- pro Kurs, jeweils 2 Abende von 18 – 21 Uhr).

Die nächsten Basiskurs-Termine:

Dienstag 4. Juni und Dienstag 11. Juni 2013

Donnerstag 5. September und Donnerstag 12. September 2013

Dienstag 22. Oktober und Dienstag 29. Oktober 2013

Dienstag 3. Dezember und Dienstag 10. Dezember 2013

Anmeldung: <http://www.rotekreuz.at/wien/kurse-aus-weiterbildung/gerontologie/anmeldung/> oder auch telefonische Auskunft unter 01 / 79 580-6000

„In die Welt der Demenz einsteigen“, so lautet der revolutionäre Ansatz Naomi Feils.

munikation und würdevollen Umgang mit an Demenz oder Alzheimer erkrankten Menschen zu ermöglichen. Naomi Feils Ansatz, in die „Welt der Demenz einzusteigen“, um Betroffenen auf derselben Ebene zu begegnen, läutete einen Paradigmenwechsel im Umgang mit demenzkranken Menschen ein. „Validation bedeutet, sich auf die Gefühlswelt der Klienten einzulassen – also sich nicht auf den verlorenen Realitätsbezug, sondern auf die Gefühle dahinter zu konzentrieren“, erklärt Barbara Pichler, Lehrgangsführerin für Gerontologie beim Wiener Roten Kreuz. „Das Ausbildungszentrum des Wiener Roten Kreuzes trägt diese Methode seit den 1990er-Jahren als Teil der Pflegekultur weiter. Validation ist längst weltweit zur anerkannten Umgangsform mit älteren Menschen mit Alzheimer, Demenz oder verwandten Krankheiten aufgestiegen.“

Sorge ums Gehirn

„Ich mache mir Sorgen um mein Gehirn.“ Alice Dörr erlebt die Veränderungen, die ihre Erkrankung mit sich bringt, über weite Strecken sehr bewusst. Das war für ihre Tochter ein wichtiger Grund, sich mit Validation zu beschäftigen. Erwartet hatte sie sich die Vermittlung von Handwerkszeug für den Alltag als pflegende Angehörige. „Herausgekommen ist aber auch Hilfe für mich selbst“. Denn auch der Umgang mit Trauer über die Erkrankung findet in der Validation Platz. „Ich bin sehr privilegiert, weil meine Mutter nie wütend ist. Aber Unruhe, Verwirrung und Trauer sind da natürlich schon.“ Im Kurs hat sie gelernt, damit umzugehen.

Hilfe annehmen als Schlüssel

„Hilfe annehmen – für den Angehörigen, aber für sich selbst auch.“ Das rät Brigitte Dörr anderen pflegenden An-

gehörigen. Ihre Mutter lebt seit ein paar Monaten in einer Pflegeeinrichtung. Hier, so atmet die Tochter auf, sei sie „heimgekommen“. Sie selbst absolviert demnächst einen Validations-Aufbaukurs. „Ich mache weiter, weil mir die Validation die Augen geöffnet hat. Es ist traurig, den Abbau eines geliebten Menschen mitzuerleben. Aber wenn man dem Menschen auf gleicher Ebene begegnet, merkt man, dass auch Neues dazukommt. So wie Zärtlichkeit, die vielleicht vorher nicht so gezeigt wurde. Das kann eine echte Bereicherung sein.“

Der
**Optikermeister
Optometrist**
kommt ins Haus

MOBILOPTIK



**Fachkompetente
Brillenstärkenbestimmung
Augendruckmessung**

01/720 62 62

Mobiloptik Viktor Podpera, Schüttelstrasse 87, Tel: 01/720 62 62
e-mail: office@mobiloptik.at, Homepage: www.mobiloptik.at