Erfahrungen einer Pflegeinstitution mit Demenz und Validation

Auch im Winter kann man Beeren pflücken

Seit bald drei Jahren arbeitet das Regionale Wohn- und Pflegezentrum Schüpfheim (LU) nach den Grundsätzen der Validation. In der neu aufgebauten Demenzwohngruppe bestimmen die Bewohnenden den Tagesablauf weitgehend selber. Der Alltag verläuft weniger konfliktträchtig, und der Einsatz von Medikamenten konnte reduziert werden. Doch die Begleitung von Menschen mit Demenz bleibt eine grosse Herausforderung.

Susanne Wenger

Die Heimbewohnerin ist unruhig, will aus dem Haus, in den Garten: «Beeren pflücken.» Es ist aber Winter. Draussen, in der ländlichen Umgebung des Entlebuchs, liegt Schnee. Der Wind pfeift um den Kirchturm. Im Garten ist alles kahl. Wenn es irgendwo Beeren hat, dann höchstens gefroren in der Tiefkühltruhe der Heimküche. Die an Demenz erkrankte Bewohnerin indes ist wild entschlossen, Beeren pflücken zu gehen. Wie früher, als sie noch jung war, gesund und tüchtig. Als sie mit den Beeren vielleicht Konfitüre für die Familie zubereitete, sie als Vorrat für den Winter einmachte oder eine Wähe fürs Abendessen buk. Anstatt nun genervt anzumerken, dass es die falsche Jahreszeit sei und man Beeren jetzt vergessen könne, lässt die Betreuerin die Sichtweise der Bewohnerin gelten, hilft ihr freundlich in den Wintermantel. Ein kurzer gemeinsamer Spaziergang im Garten – und die Bewohnerin merkt plötzlich selber an, es sei wohl ein wenig zu kalt zum Beerenpflücken. Man gehe besser wieder nach drinnen. Sie wirkt zufrieden.

Sich in die Erlebenswelt der demenzkranken Menschen hineinbegeben, ihre Bedürfnisse unter Einbezug der Biografie ernst nehmen, ihre Gefühle anerkennen und bestätigen: Dieses Beispiel zeigt, wie die Validation im Regionalen Wohn- und Pflegezentrum Schüpfheim im Pflege- und Betreuungsalltag angewandt wird. In der Luzerner Institution leben rund 100 Bewohnerinnen und Bewohner, umsorgt von 160 Mitarbeitenden, die sich 93 Vollzeitstellen teilen. Das Zentrum wird getragen von den neun Gemeinden des Amtes Entlebuch und kann 2011 sein 150-Jahr-Jubiläum begehen: Was 1861 als «Korrektions- und Besserungsanstalt» begann, ist heute eine grosse Altersinstitution.

Integration mit Grenzen

Zur Validation – praktiziert wird in Schüpfheim die Integrative Validation nach der Pädagogin und Psychogerontologin Nicole Richard (siehe Artikel auf Seite 4) – hat man sich im Zusammenhang mit dem Aufbau einer Demenzwohngruppe vor bald drei Jahren entschieden. Die Gruppe ist von den anderen sieben Abteilungen des Heims räumlich abgetrennt. Die Atmosphäre ist wohnlich, warme Farben prägen das Bild. Von den Gängen, in denen die zwölf Bewohnenden ihren Bewegungsdrang auch drinnen ausleben können, gehen die Einzelzimmer und kleine Wohnnischen ab. Letztere sind wahlweise mit Werkbank, Haushaltsgeräten aus alten Zeiten, Fernsehen, Lektüre, Stofftieren, angenehmem Licht und gemütlichen Sesseln ausgestattet. Derzeit beherbergt die Wohngruppe elf Frauen und einen Mann. Alle befinden sich bereits im mittleren oder schweren Stadium der Krankheit. Menschen mit leichter Demenz könnten noch gut auf den anderen Pflegeabteilungen wohnen, doch mit fortschreitender Krankheit seien der Integration Grenzen gesetzt, konstatiert Franz Bucher, Pflegedienstleiter im Schüpfheimer Zentrum. Menschen mit schwerer Demenz eckten im sozialen Zusammenleben immer wieder an. Es führe zu Reibereien, wenn jemand ständig ins Zimmer von Mitbewohnenden trete oder beim Essen dem Nachbarn in den Teller greife.

Wertschätzung und Empathie werden im Schüpfheimer Wohn- und Pflegezentrum mit Pflegedienstleiter Franz Bucher gross geschrieben.

Fotos: Susanne Wenger

Der Anteil demenziell erkrankter Bewohnerinnen und Bewohner nimmt auch in Schüpfheim stetig zu. Weil immer auch einige Menschen mit geistiger Behinderung und psychiatrische Langzeitpatienten im Zentrum lebten, hat das Personal zwar eine gewisse Erfahrung mit desorientierten Bewohnenden. Doch Menschen mit schwerer Demenz adäquat zu betreuen, ist nicht einfach. Hehres, von der Validation geprägtes Ziel und gleichzeitig grösste Herausforderung ist es gemäss Bucher, «nicht ständig korrigierend einzugreifen». Es gelte, den Betroffenen im Alltag ihre Freiheiten und ihre «Mödeli» zu lassen, «auch wenn ihr Verhalten nicht unserer Norm entspricht». Generell im Haus, besonders aber auf der neuen Demenzwohngruppe gilt in Schüpfheim der Grundsatz der Selbstbestimmung: «Der Mensch mit Demenz bestimmt seinen Tagesablauf selber. Er definiert damit auch den Leistungsauftrag von uns Pflegenden und Betreuenden.»

Eine eigene kleine Welt

Das hat Folgen für die Arbeitseinteilung: Auf der Demenzwohngruppe – mit etwas höherem Personalschlüssel als auf den anderen Abteilungen – hat man längst aufgehört, die Arbeit im Voraus zu planen und den Tagesablauf zu strukturieren. Die WG bildet eine kleine Welt für sich und folgt ihren eigenen Regeln. Wenn die tagsüber mindestens fünf bis sechs Mitarbeitenden ihren Dienst antreten, stellen sie sich immer wieder neu auf die Situation ein, die sie vorfinden. Ist ein Bewohner am frühen Morgen in der Nische mit der Werkbank zugange, lässt man ihn gewähren – die Morgentoilette kann warten. Und wer mitten in der Nacht kochen will, kocht halt mitten in der Nacht. Dass in dieser Zeit der Kochherd aus Sicherheitsgründen nicht unter Strom steht, stört die Hobby-Köche nicht: Am Morgen, erzählt Pflegedienstleiter Bucher, fänden sich manchmal zwei, drei Pfannen auf den Herdplatten.

Angepasst wurde in Schüpfheim auch die Personalselektion. «Wer Chaos und Unordnung nicht aushält, sollte nicht auf der Demenzwohngruppe arbeiten», weiss Bucher. Auf persönliche Kriterien wird in den Bewerbungsgesprächen – neben der fachlichen Qualifikation – denn auch bewusst geachtet. Am besten geeignet seien «natürliche, ungekünstelte Leute, die mit beiden Beinen auf dem Boden stehen». Und über Erfahrung und Reife verfügen: Auf der Schüpfheimer Demenzwohngruppe arbeitet niemand unter 25. Zum Konzept gehört zudem, dass man bei allem Validieren scheitern darf. Merkt eine Mitarbeiterin, dass sie zu einer dementen Bewohnerin gerade keinen Zugang findet, ungeduldig wird oder gar zu Zwang neigt, zieht sie sich zurück und die Kollegin oder der Kollege übernimmt. «Manchmal kommt es auf die Stimme an, auf die Tonlage», weiss Bucher. Wichtig sei, solches nicht als Fehler zu empfinden. Die eigenen Grenzen zu erkennen, gehöre zur Professionalität von Betreuenden und beuge subtiler oder manifester Gewaltanwendung gegen Bewohnende vor. Im Vergleich zu anderen Demenzwohngruppen, stellt der Pflegedienstleiter fest, sei die Personalfluktuation in Schüpfheim sowohl während der Aufbauphase der Demenzwohngruppe wie auch jetzt im Normalbetrieb klein geblieben.

Auch die Putzfrauen validieren

Für die Integrative Validation hat sich das Wohn- und Pflegezentrum Schüpfheim vor drei Jahren nach gründlicher Recherche entschieden. Die Verantwortlichen sahen sich bereits bestehende Demenzabteilungen an, führten viele Gespräche. Ziel sei es gewesen, den Mitarbeitenden im Umgang mit demenzkranken Menschen und anderen Bewohnenden mit Zeit- und Orientierungsschwierigkeiten «etwas Konkretes in die Hände zu geben», sagt Pflegedienstleiter Bucher. Denn gerade auf der Beziehungsebene und in der Kommunikation habe man gewisse Defizite festgestellt. In der Folge wurden >>

Ob geschäftig oder gemütlich: Nischen auf der Demenzwohngruppe bieten Rückzugsmöglichkeiten.

sämtliche Mitarbeitenden in Integrativer Validation geschult. Nicht nur die Pflegenden und Betreuenden, auch das Küchenpersonal, die Reinigungsteams, die Leute von der Wäscherei. «Sie stehen alle auch mit den Bewohnerinnen und Bewohnern in Kontakt», sagt Franz Bucher: «Gerade die Putzfrauen sehen durch ihre Arbeit in den Zimmern manchmal mehr als wir Pflegenden.»

Die wahre Knacknuss für die Institution, sagt der Pflegedienstleiter, sei dann aber der Theorie-Praxis-Transfer. Anders gesagt: «Das Dranbleiben.» In Schüpfheim versucht man es so: Pro Abteilung werden mindestens zwei Validationsverantwortliche ernannt, die auch Aufbaukurse besuchen. Sie haben den Auftrag, die Implementierung der Methode in den Pflegealltag zu beobachten und im Team immer wieder zu thematisieren. Dafür wird Arbeitszeit zur Verfügung gestellt. Auch neu eintretende Mitarbeitende werden geschult, Angehörigen werden die Grundsätze erklärt. «Trotzdem können wir uns sicher noch verbessern», räumt Bucher ein. Validation sei Knochenarbeit: «Es braucht viel Kreativität und immer wieder neue Versuche, täglich die richtigen Klaviertasten zu drücken.»

Aha-Erlebnisse bei Angehörigen

Doch der Einsatz lohnt sich. Der Pflegedienstleiter stellt positive Effekte fest, besonders auf der Demenzwohngruppe: Wenn die Validation gelinge, sei das tägliche Zusammenleben weniger konfliktträchtig, der Alltag ruhiger. Validation erleichtere dem Personal die Kommunikation mit den Bewohnenden, diese fühlten sich ernst genommen und verstanden. Und die fürsorgliche Haltung ist offenbar ansteckend: Auf der Demenzwohngruppe fällt laut Bucher auf, wie sich die Bewohnenden gegenseitig beistehen. Sie setzen sich ans Bett der Nachbarin, die im Sterben liegt. Sie stützen sich beim Gehen. «Menschen mit Demenz sind sehr sensitiv», sagt Bucher. Zu den Schlüsselerlebnissen gehört für ihn auch die entlastende Wirkung auf Angehörige. Diese hätten meist Mühe, die demenzielle Entwicklung der Liebsten zu akzeptieren, berichtigten deren Aussagen und Handlungsweisen immer wieder, was zu Spannungen führe. Nicht selten gebe es dann auch Vorwürfe ans Pflegepersonal. Lebt dieses den Angehörigen jedoch im Alltag die validierende Haltung vor, folgen oft Aha-Erlebnisse, wie Bucher erlebt hat: «Ich verstehe jetzt meine Mutter besser», bekommt er schliesslich zu hören. Auch wenn es manchmal lange dauert. Bucher kann die Unsicherheit der Angehörigen bestens nachvollziehen: Seine schwer demente Mutter lebt ebenfalls im Heim. Sie erkennt ihren Sohn inzwischen nicht mehr.

Der Kritik von wissenschaftlicher Seite, es gebe keine anerkannten Beweise für die Wirksamkeit der Validation, setzt der Schüpfheimer Pflegedienstleiter seine konkreten Erfahrungen entgegen. Anhand der Pflegedokumentationen könne man nachprüfen, dass die Bewohnenden beispielsweise zufriedener seien – eine Folge des Gesamtkonzeptes der separaten Demenzwohngruppe und des validierenden Ansatzes. Die Abgabe von Beruhigungsmedikamenten konnte in Schüpfheim spürbar reduziert werden. Und es gibt weniger freiheitsbeschränkende Massnahmen. Um Weglaufen zu verhindern, ist zwar die Aussentüre der Demenzwohngruppe abgeschlossen. Nachts sind Bodenalarmmatten und ein akustischer Schwesternnotruf im Einsatz. Doch es gibt keine Bettgitter, keine Gurten, die inneren Türen sowie alle Schränke sind offen, und ein geschützter Garten mit Endloswegen erlaubt es den Bewohnenden, sich auch draussen gefahrlos zu bewegen.

Eine Grundhaltung

Einige tausend Franken hat das regionale Wohn- und Pflegezentrum Schüpfheim bereits in die Validationsschulung investiert. Weil die Trägerschaft Aus- und Weiterbildung der Mitarbeitenden hochhalte, sei die Finanzierung nie ein Problem gewesen, lobt Pflegedienstleiter Bucher. Für ihn zählt, dass sich eine Institution überhaupt bewegt: Ob Validation nach Naomi Feil oder Nicole Richard, ob Kinästhetik oder Palliativpflege: «Welche Methode man in den Vordergrund stellt, ist letztlich gar nicht so wichtig.» Entscheidend sei die Professionalisierung. Und dass die Ansätze dann auch wirklich gelebt würden: «Sonst nützen die schönsten Leitbilder und sämtliche Weiterbildungen nichts.» Für Franz Bucher ist die Validation eine Grundhaltung, die sich nicht auf den Umgang mit Demenz beschränke. Empathie. Respekt. Wertschätzung. Den Menschen als Ganzes wahrnehmen, nicht nur seine Krankheit und seine Diagnose: «Das soll man spüren, sobald man unser Haus betritt – ob als Bewohner, Angehöriger oder Mitarbeiter.» ●

www.wpz-schuepfheim.ch

Implementierung in den Betreuungsalltag

«Validation funktioniert super im Team»

Wie kann der wertschätzende Umgang mit desorientierten Menschen im Pflege- und Betreuungsalltag auch wirklich gelebt werden? Tipps von Fachfrau Verena Tschudin zu Tagesabläufen, Teamarbeit, Wohnräumen und Ohnmachtsgefühlen.

Susanne Wenger

Die Demenzbetroffenen nicht auf ihre Defizite reduzieren, sondern mit den noch vorhandenen Ressourcen der Leute arbeiten, ihnen Würde und Lebensqualität ermöglichen – das ist für Verena Tschudin (Bild) der Kern der Validation. Seit bald fünf Jahren arbeitet die Zürcherin als autorisierte Trainerin für Integrative Validation. Sie schult Angestellte von Alters- und Behinderteninstitutionen sowie Angehörige von Menschen mit Demenz. Den Nutzen der Methode kennt die diplomierte Betagtenbetreuerin, Teamleiterin und Ethik-Trainerin aus eigener Berufserfahrung: Eine an Demenz erkrankte Frau, die Tschudin einst betreute, wollte immer wieder nach Hause zur – längst verstorbenen – Schwester. «Ich versuchte ihr beizubringen, dass die Schwester tot und sie selber jetzt im Altersheim zuhause sei.» Die Frau habe verwirrt reagiert, bisweilen zornig. «Und ich war hilflos», erinnert sich Tschudin.

Nach einer Weiterbildung in Integrativer Validation ging sie besser auf die Bewohnerin ein. Erkannte deren Heimweh. Die Sorge um die Schwester. Das Pflichtbewusstsein früherer Jahre. Das Bemühen, pünktlich zu sein. Und sprach dies gegenüber der Frau auch aus: «Sie haben Heimweh.» Oder: «Ihnen läuft die Zeit davon.» Gemeinsam sei man so auf eine stimmigere Ebene gekommen, erklärt Tschudin. Doch sie weiss: Im Alltag scheue man sich oft, Gefühle wie Wut oder Traurigkeit zu benennen. Ihre Kursteilnehmenden ermuntert Tschudin deshalb, «sich zu getrauen». Um zu validieren, brauche es kein Pflege-Diplom. Auch wenn es nicht auf Anhieb gelinge, dürfe man nicht aufgeben.

Schritt für Schritt

Damit die Implementierung der Validation ins Heim gelinge, sollten auch die Heimleitung oder die Pflegedienstleitung den Grundkurs besuchen, rät Tschudin: «Man muss später bereit sein, Neuerungen einzuführen.» Möglicherweise müssten Tagesabläufe umgestellt und die Zusammenarbeit im Team neu strukturiert werden. Die Wohnumgebung erfordere vielleicht Anpassungen: «Heime sollten nicht wie Spitäler aussehen.» Tschudin empfiehlt, Schritt für Schritt vorzugehen. Als Haltung sollte die Validation vom ersten Tag an gelten, doch die Dokumentation könne nach und nach überarbeitet werden. Biografie und Lebensthemen erfassen – warum nicht einmal bei einer bestimmten Bewohnerin damit beginnen? Es sei hilfreich, erworbenes Wissen für alle im Team zugänglich zu machen – also zum Beispiel auch die kurzen, validierenden Sätze aufzuschreiben, die bei bestimmten Bewohnenden passten. Festzuhalten, wie man am besten auf Energieschübe der Bewohnenden reagiert, auf Wutanfälle etwa, oder eben den Wunsch, nach Hause zurückzukehren: «Das sind die klassischen Situationen. Da geraten Betreuende rasch an ihre Grenzen.»

Die Zusammenarbeit hält Tschudin für zentral: «Validation funktioniert super im Team.» Sich austauschen. Auch über Ohnmachtsgefühle reden. Gemeinsam herausfinden, was der Auslöser für den Ärger des Bewohners gewesen sein könnte: War es in der Umgebung zu laut? Gingen die Betreuenden zu schnell vor? Stimmte die Chemie gerade nicht? Vielleicht komme die Kollegin besser mit dem Bewohner zurecht und könne spontan einspringen. Eine weitere Mitarbeiterin habe vielleicht das Flair, die Wohnräume behaglich zu gestalten und störende Einflüsse auf die Demenzkranken zu minimieren. Vielleicht hälfen eine klarere Beschriftung oder farbige Markierungen. «Im Team lassen sich die Stärken der Mitarbeitenden gezielt einsetzen», sagt Tschudin. Ratsam sei es darüber hinaus, je nach Teamgrösse zwei oder drei Validationsverantwortliche zu benennen und diese in den Aufbaukurs zu schicken.

Die kleinen Dinge

Einiges erreichen lässt sich oft auch mit Umstellungen im Tagesablauf. «Wir alle haben unsere individuellen Rituale – so auch die Menschen mit Demenz», sagt Tschudin. Als Erstes einen Kaffee am Morgen, noch im Schlafanzug – und der Bewohner steht problemlos auf. Oder die Körperpflege auf den Abend verschieben, danach Musik – und die Bewohnerin schläft besser. «Es sind oft die kleinen Dinge, die es ausmachen.» Validation sei kompatibel mit dem meist unter Zeit- und Kostendruck stehenden Pflege- und Betreuungsalltag, glaubt Tschudin. Die Integration brauche anfangs etwas Zeit, doch diese gewinne man später um ein Vielfaches zurück: «Der Alltag entspannt sich.» Es bringe viel, das langsamere Tempo der Bewohnenden anzunehmen: Wer durch die Gänge hetze, löse bei Menschen mit Demenz nur Unruhe und Angst aus. Sie selber habe von diesen gelernt, alles etwas ruhiger anzugehen, sagt Tschudin: «Wenn man bereit ist, sich in ihre Welt hineinzubegeben, können uns Menschen mit Demenz viel zurückgeben.» Noch sei allerdings den wenigsten Politikern und Geldgebern klar, welch anspruchsvolle Arbeit in den Heimen, aber auch von pflegenden Angehörigen geleistet werde, fügt Tschudin an. Investitionen in die Weiterbildung von Personal, das bei der Betreuung von Menschen mit Demenz so viel leiste, lohnten sich. ●