

Validering i praksis

Fremtiden bliver mere digital

Digitaliseringen har også gjort sit indtog i reminiscensarbejdet. Demens Cafeen i Aarhus Kommune har i flere år haft et tilbud om, at borgerne kan få lavet deres egen personlige livshistorie på video. Nyeste initiativ inden for sansestimulering af mennesker med demens er Demens Film projektet, hvis formål er, at skabe film til mennesker med demens. Filmene skal produceres, så de tager højde for de dementes kognitive niveau i sygdomsforløbet, samtidig med, at man skal kunne udvælge film efter personens individuelle interesse. På mange måder opererer Demens Filmprojektet med samme teori omkring sansestimulering som erindringskasserne gør, blot er sansestimuleringen begrænset til lyd og billeder, men muliggør en lettere visning og tilgængelighed. Projektet gennemføres i et partnerskab mellem Retorspect Film, Socialstyrelsen og VIOLA, og vil i efteråret 2013 afsluttes med et DVD-boxsæt, som kan rekvireres gennem Socialstyrelsen. Afprøvningen i praksis og den tilhørende evaluering af produktet forventes at skabe mere viden om, hvordan sanserne kan spille ind, når man med reminiscens sætter fokus på den socialfaglige del af demensomsorgen.

Demensferie

DKDK holder i 2012 to demensferier på Hotel Nyborg Strand.

Datoer for ferierne er:

D. 16. – 19. juli (ferieguider: Elisabeth Koefoed og Gitte Kærgård)

D. 23. – 26. Juli (ferieguider: Mogens Grønnebæk og Kirsten Sejrhø)

Læs mere om ferierne og tilmelding på www.demens-dk.dk, hvor også brochure om ferierne kan hentes.

Der er ledige pladser på ferien fra d. 23. til 26. juli. Kontakt Kirsten Sejrhø på telefon 23 31 49 48, eller på mail: kissz@live.dk

Når et menneske udvikler demens, betyder det ofte et farvel til den velkendte identitet og kendskab til sin egen livshistorie. Det stiller krav til omgivelserne, som i første omgang er nære pårørende, sidenhen også os som professionelle, om at møde et velkendt menneske på en ny måde. Når et menneske rammes af demens, er det ikke længere i stand til at bruge refleksioner med reference i fortiden, i relationen på samme måde som hidtil. Her bliver valideringstankegangen et uvurderligt arbejdsredskab.

Validering er et begreb, som er udviklet af Naomi Feil i 1960'erne, og går i al sin enkelthed ud på at anerkende en persons følelser samt at bekræfte, at de er ægte. At arbejde validerende er at arbejde bevidst med en empatisk tilgang til det andet menneske. Validering er også indretning af beboernes bolig med møbler og genstande i øvrigt, som har betydning for deres identitet – at de ydre fysiske rammer støtter op om tilgangen til det andet menneske.

I vores dagligdag på Kærvang bliver begrebet en nyttig arbejdsramme. Vores kendskab til validering bliver det, der er afgørende for, at vi tør være nysgerrige og til stede i relationen til disse sårbare mennesker. Vi har gennem den validerende tilgang fået øjnene op for, hvor vigtigt det er, at være ægte og ærlige i vores møde med mennesker med demens, og ser i dag rigtig mange positive resultater heraf.

På Kærvang bor i øjeblikket 16 mennesker med forskellige demenssygdomme. Fælles for dem er, at de i en eller anden grad har mistet dele af deres identitet. De er alle visiteret til os, fordi de på et tidspunkt har haft en adfærd, der gjorde, at de ikke kunne rummes indenfor andre tilbud. Vores arbejde er kendetegnet af stor nysgerrighed og fokus på relationen. Det er afgørende i den daglige omgang med såvel kollegaer som beboere, at ville hinanden og at være nysgerrig på hinandens reaktioner. Vi er i det daglige bevidste om, at vi selv er ansvarlige for, hvordan ting lykkes, særligt i ar-

bejdet med relationen til beboere, hvor vi i den grad bærer en stor del af deres videre skæbne i vores hænder. Uanset hvor stort og fint det end lyder, er det i virkeligheden – i hvert tilfælde teoretisk set – ganske simpelt. Men det kræver, at alle er bekendte med valideringsteoriens tankegang, om at møde det enkelte menneske i de følelser og oplevelser det har, samt at gyliggøre dem.

Alle følelser er subjektive, hvorfor vi som samspilspartnere og vidner til beboernes tilstande, skal vise respekt for, at det enkelte menneske har sine gode grunde til den adfærd, det udviser lige nu, og at vi således ikke kan skal gøre os til dommere. Et afgørende element ved valideringstankegangen er, at fokus er rettet mod følelser og den aktuelle indre tilstand, hvor der altid er bundet nogle ressourcer, i stedet for mod det intellektuelle plan, hvor mange mennesker med demens netop har lidt store funktionstab.

For ca 15 år siden arbejdede jeg som uflaglært aftenvagt på et plejehjem. Jeg kom hver aften ind til Emma kl. 17.30 for at hjælpe hende med aftensmaden. Emma var på det tidspunkt sidst i firserne og havde været enke gennem mange år. Hun havde været gift med en noget ældre mand, som havde ernæret sig som færgeskipper, og som altid kom hjem ved aftenstid. Derfor sad Emma troligt og ventede. Hver aften fortalte hun mig, at hun sad og ventede Kristian hjem, og at han kunne komme, hvornår det skulle være, og hver aften korrigerede jeg hende og sagde, at han havde været død i mange år, og ikke kom hjem mere. Ikke fordi jeg ville være ond med Emma, men fordi jeg med min fornuft under ingen omstændigheder kunne sætte mig ind i hendes tilstand. Hver aften blev Emma ulykkelig over sin ny erhvervede enkestatus, og jeg forsøgte at snakke om noget andet – altid konkret og udfra det der var fornuftigt i min verden.

Emmas demenssygdom havde aldrig gjort hende svær

at omgås, hverken for pårørende eller professionelle. Hun var et inderligt sødt gemyt og sad lige så stille og var ked af det. Hvor ville jeg ønske, ud fra den viden og det kendskab jeg i dag, at Emma havde råbt sin sorg ud på en anden måde, og at de mennesker der var omkring hende, var blevet nysgerrige og undersøgende. Emma fortjente ikke min nøgternhed og min fornuftstyrede tænkning. Hun fortjente min medmenneskelighed. Min nysgerrighed og min empati. Udfra hvad jeg ved i dag, kunne jeg have sat mig ned, spurgt ind til Emmas liv, ind til savnet af hendes mand, de følelser der kunne være bundet op på det, at have en mand som arbejde på fjorden, den frygt der kunne være for, at han ikke kom hjem. Hun sad jo der, aften efter aften, og prøvede at gøre mig begribeligt, hvad det var, hun havde brug for, men jeg så det ikke, for jeg vidste ikke hvad jeg skulle se efter.

Efter jeg er kommet til Kærvang, er Emmas historie dukket op. Hun har været gemt væk i min erfaringskuffe og har gjort indtryk på et dybere plan, og med de briller jeg har på i dag, ærgrer jeg mig over, at jeg ikke vidste dengang, hvad jeg ved nu. Jeg er gået glip af Emmas historie og af muligheden for at få Emma til at finde fred i nuet og derved blomstre.

I løbet af den tid, der har været arbejdet bevidst validerende på Kærvang – dvs. siden starten af 90'erne, hvor der opstod et behov for at tænke anderledes - er det blevet tydeligt for os, hvordan demens og psyko-farmaka, er en uheldig kombination. Det betyder i mange tilfælde, at de følelser, som skal valideres, dysses ned og dermed, at valideringsarbejdet bliver umuligt. Samtidig arbejder vi på Kærvang med et syn på demens der lyder: Mennesket med demens er et menneske med historie, livserfaring og følelsesmæssig visdom.

Sygdommen demens opstår når:

- Et menneskes liv har indeholdt så mange fysiske, psykiske og sociale belastninger, at der opstår ubalance,

- Et menneske er disponeret for at udvikle demens
- Hvis belastende oplevelser får lov at forblive ubearbejdede og uforløste, bindes der livsenergi i dem. Bliver de derimod anerkendt og valideret, så vil mennesket kunne forliges med dem og mestre sit liv, og dermed vil livsenergien kunne flyde frit igen.

Demens er en tilstand, hvor:

- Mennesket indimellem lever i fortiden for at få genoprettet værdigheden/ eksistensberettigelsen, eller for at hente ressourcer fra en ressourcefylt periode
- Livet er mere i en konklusionsfase end i en udviklingsfase.

Med udgangspunkt i ovenstående, er det af stor vigtighed, at følelser og oplevelser ikke sløves af medicin. Når et menneske med demens udviser vrede, ser vi det som et tegn på, at der er en indre tilstand, som skal bearbejdes. At adfærd er et ydre tegn på indre tilstand er en sætning, vi meget bevidst arbejder med.

Et eksempel herpå er Aksel, en sømand i starten af tresserne, som for nuværende har boet på Kærvang i snart to år. Da Aksel kom til os, var han vred. Han fik en del psykofarmaka, som vi i samarbejde med den gerontopsykiatriske overlæge hurtigt påbegyndte udtrapningen af. I første omgang pustede det til hans vrede, fordi låget, som havde holdt følelserne ned i gryden, blev taget af. Han ville slå og råbte op. Indimellem kom han farende, og ville have alle evakueret, fordi der var problemer med motoren, og skibet ville synke. Det var ganske forfærdeligt for ham, at opleve naboer og medarbejdere som ikke prompte reagerede på hans ordre. Det gjorde ham frustreret og aggressiv, og han måtte gribe til at slå for at få de mennesker, der var omkring til at reagere. Det var tydeligt, at Aksel havde et behov for at få bearbejdet oplevelser fra tiden på søen. Vi mødte ham ved at anerkende det svære i

at have ansvar for, at resten af besætningen overlevede. Han kunne berette om druknede kammerater, som han ikke kunne hjælpe, og lignende traumatiske ting. Helt konkret arbejdede vi i Aksels tilfælde på flere planer. Når behovet konkret opstod i en sen aften, tog nattevagten sig tid til at sætte sig og lytte og stille spørgsmål, samt at anerkende og være den, der kunne bære at lytte til de tunge historier. Vi kunne møde ham og sige, at det han så, kunne vi ikke se, men at vi godt kunne forstå, at han var angst, når han gennemlevede sådanne grusomme ting.

Når et menneske er vredt og har behov for at slå og skælde ud, er det ikke tidspunktet, hvor man kan sætte sig med en lille kvindestemme og snakke. Hvis vreden skal anerkendes, og det skal den, kan det være godt at vælge et stemmeleje, der matcher og bekræfte beboerens tilstand med ord. Når kontakten er bærbar, kan man så begynde at tale roligere, blidere og mere stille – og dermed lede beboeren ned i en roligere tilstand. Det er også en måde at gyldiggøre på, og et redskab der blev anvendt i relationen med Aksel.

Ud over det individuelle valideringsarbejde, arbejdede vi med Aksel i valideringsklub, hvis principper er beskrevet senere i artiklen. Her var arbejdet mere generelt, og det var ikke nødvendigvis de tunge historier, der blev fortalt. Det var mere en snak om livet på søen på godt og ondt, men hver gang der blev fortalt brudstykker fra Aksels liv, gav det anledning til, at han kom et skridt dybere såvel i bearbejdningen af det svære, som i at se, at han i tiden som sømand jo også havde en masse ressourcer, dette var – og er til stadighed – med til at styrke Aksels identitet.

Efterhånden som der faldt flere brikker på plads i det puslespil, som Aksels liv har været, blev det lettere at møde ham i den følelse af afmagt, han oplevede. Lidt efter lidt, blev vredesudbruddene kortere, og der blev længere imellem. De traumatiske oplevelser blev bearbejdet, og i dag er det meget sjældent, at Aksel har

behov for at tale om det. Ligeledes oplever vi ham sjældent vred. At turde være en del af Aksels liv og være ægte tilstede i relationen, når behovet var der, var dét, der gjorde udslaget.

Valideringsklubber

Ud over den direkte validering, som ligger i relationen mellem den enkelte medarbejder og beboer, arbejder vi i valideringsklubber, som er opbygget mere strukturerede. De er et vigtigt led i det validerende miljø, og mange frø til videre arbejde bliver sået her. Konkret er der lige nu tre klubber, som alle foregår to gange ugentligt. Hensigten med klubarbejdet er, at styrke såvel identiteten hos den enkelte som at genfinde de sociale kompetencer deltagerne imellem. Forudsigelighed og genkendelighed skaber ro og tryghed, og spiller derfor en vigtig rolle. Af den årsag er vi meget bevidste om rytmen, placering af beboerne rundt om bordet, at der altid inviteres, og at der altid startes med den samme sang.

Klub 1 for de mennesker der har brug for stærkt fokuserende aktiviteter. Her er kommunikationen kort og præcis, og det er klart for klubmedarbejderne, at det er muligt at fastholde koncentrationen i få minutter. Eksempler på aktiviteter er ballonspil, sanglege, dans til musik, snak om indhold i en sang. Der er meget fast struktur, og kaffebordet er altid en del af samværet. Klub 2 for de mennesker der har brug for fokuserende aktivitet. Hvor der er lidt større frihed og muligheder i kommunikationen og hvor koncentrationen er længerevarende – op mod 15 min. Eksempler på aktiviteter er spil, f.eks. billedlotteri, snak om billeder fra gamle dage, sang og snak om teksten som gerne er årstidsbestemt. Også i denne klub er strukturen meget vigtig, ligesom kaffebordet er fast.

Klub 3 for de mennesker, der i mindre grad har behov for fokuserende aktivitet. De kan kommunikere verbalt, således at halvdelen er sprogligt korrekt og på en må-

de så, hvor andres opmærksomhed kan fastholdes. Her er et koncentrationsniveau, der strækker sig ud over 15 minutter. Eksempler på aktiviteter er køretur ud i naturen med kaffekurv, køreture til steder, der har betydning for enkelte af klubmedlemmerne – evt. forbi en tidligere bopæl eller arbejdsplads, undervejs er der plads til en snak om det sete og oplevede, men denne klub er ofte ude af huset. Strukturen er mindre vigtig her, idet deltagerne rummer større kompleksitet. Fast for alle klubberne er, at de medarbejdere der afholder klubben, sørger for at invitere beboerne. Den stemning, det skaber i at få en særlig invitation, er med til at forstærke følelsen af, at man er noget ganske særligt, og at man er velkommen.

Der er en masse eksempler på, hvordan klubarbejdet har givet grobund for videreudvikling af det individuelle arbejde. Mange gange kommer de store dybe historier ikke frem under klubben, men i dagene efter, når det menneske som den enkelte føler tryghed ved at betro sig til, er på arbejde igen. Det er ud over al tvivl at det, at komme i klubben efterlader noget i beboerne.

Hos Jens, som var tidligere murermester og altid havde slået en proper næve, så vi det tydeligt. Han elskede fest og farver og havde opholdt sig meget på kroen i byen. Når han blev inviteret i klub, var han helt klart tilbage i den tid, sang og fortalte og var en rigtig verdensmand. Hentede i den grad ressourcer fra et sted i livet, hvor han havde dem. Han deltog i klub 2 og havde især glæde af billedlotteri og billeder fra krigens tid, hvor han kunne berette om at have hjulpet tyskerne med at bygge bunkers. I de udsagn lå noget faglig stolthed. Han kunne grine og fortælle om alle de piger, han havde bedåret, og var et fantastisk selskab. Tilstanden varede lige så længe som klubben, men så snart den var slut, kunne Jens vende rundt og blive vred og aggressiv. Vi lærte, at Jens efter klub, havde et stort behov for ro til at bearbejde det, han var kommet i kontakt med. Ved at give ham den, kunne vi

langt hen ad vejen holde aggressiviteten stangen.

Efter vi lærte det, begyndte vi også at være mere nysgerrige på Jens, vi kunne validere ham bl.a. på de emner, der var kommet frem i klubben, bl.a. spørge ind til at han havde arbejdet for tyskerne, og for hvad det havde betydet for hans status i samfundet osv. Vi blev gode til at læse tegnene også i fredstid, hvilket fik Jens til at åbne op for mange følelser og få bearbejdet traumer fra sit liv. Som den store stærke mand han altid havde været, var det forbundet med svaghed, at han ikke længere kunne klare sig selv, og det at anerkende den følelse gav rigtig mange ressourcer fri. Ved at vi kunne møde Jens og sætte ord på hans afmagt, blev det meget lettere at hjælpe ham f.eks. ved toiletbesøg.

Validering og menneskesyn på Kærvang er beskrevet meget mere indgående i bogen "Demens – fra skæbne til liv" hvor der også er mange eksempler fra hverdagen. Teorien bag validering er ikke særlig kompliceret – relationen mellem mennesker, at være ægte og 100% tilstede, at turde tage del i et andet menneskes historie. Samtidig er det noget alle mennesker - demens eller ej – fortjener. At nogen tør være ægte tilstede i deres liv, og at få anerkendt den oplevelse af livet, de har. Ukompliceret eller ej, er det til stadighed en udfordring og i takt med at der flytter nye mennesker ind, samt at behovene hos de mennesker der bor på Kærvang ændrer sig, kræver det, at vi som professionelle omkring, hele tiden anvender alle sanser og er tilstede i relationen – på den måde er vi bedre i stand til at se de tegn, som viser sig.

Litteraturliste:

1)Danielsen, Anne Berit med flere
"Demens – fra skæbne til liv"
Kærvang 2009

2) Feil, Naomi
"Validering – hjælp til desorienterede gamle"
Hans Reitzels Forlag A/S, København 1995