

4.-5. FEILIN VALIDAATIO ja TUNTEVA[®]



Naomi Feilin validaatiomenetelmä - vastapaino realiteeteille

Naomi Feil kehitti 1960-1980 luvuilla tunteita ”kuuntelevan” validaatiomenetelmän.

Sairastunutta ei pakoteta nykytodellisuuteen vaan kuljetaan hänen rinnallaan siinä todellisuudessa, jossa hän on.

engl. verbi validate = vahvistaa



Naomi Feilin perusoivallus

”Luovuin tavoitteestani yrittää väkisin saada heidät nykyhetkeen huomautessani, että he vetäytyivät sisäänpäin tai tulivat vihamielisiksi aina, kun yritin palauttaa heidät sietämättömään todellisuuteen.”



Validatio on kansainvälinen menetelmä

認知症の高齢者との接し方に、介護職員や家族は悩むことが多い。「バリデーション」と呼ばれるコミュニケーション方法は、共感することで、高齢者の自尊心の回復や不安の軽減を図るとともに、介護者自身も前向きな気持ちを持てるという。実践の現場を訪ねた。
(野口博文、写真も)



高齢者の手を握り、目を見つめてコミュニケーションを取る村田さん(左)(愛知県蒲郡市の蒲郡眺海園で)

米の手法「バリデーション」

(28)もその一人。以前は、食事の準備で忙しい夕方、入所者から「家に帰りたい」と訴えられると、「電車が止まっていますよ」とごまかしていた。「友人にそんなワケはつかない。日常とのギャップに限界を感じました」と振り返る。

バリデーションを習得後、「帰りたいんですね」と、その思いに耳を傾けるようにした結果、帰宅願望の裏には、家族を心配する気持ちがあるとわかったそう。話をよく聞いてくれたと感謝されて信頼関係を築けた」と語る。

この手法は在宅介護の家族の支えにもなる。大分県別府市の大野壽美枝さん(54)は、全言の母親86が「暗いけん、暗いけん、わからん、わからん」と繰り返す

ため、以前は「目が悪いけん、仕方ないよ」と納得させようとしていた。今は「ここにおるけん。一人じゃないよ」と、母の手を握りしめる。母親の口調は「おってくれるから、ありがたい」と和らいだものに変わった。

大野さんは「母の言動ばかりに目を奪われ、不安感にまで思いが至らなかつた。認知症の人々ではなく、私の母ちゃんなんだ、そう思えて気が楽になった」と打ち明ける。

認知症介護研究・研修東京センターの永田久美子さんは「人をありのまま受け止めることの大切さはわかつているつもりでも、介護する日々の生活の中で、その心構えを貫くことは難しい。この方法を通じ、その難しさを乗り越えていく人たちが着実に育っている」と評価している。

認知症の不安「共感」が軽減

岡山県笠岡市のグループホーム「炬燵の家」。思い詰めたような表情の女性(94)のそばに、介護職員の中井慎一さん(31)が寄り添い、目を見つめながら語りかける。「一番気兼ねなく暮らせるのはごじやう」女性が「(出身の)島。みんな優しいからと返す。「一番いいよ」は。今度、島に帰るのがつらい。みんなが笑うからの答え。「悲しいよ」は「わかりやな」と水を向けると、「い

いところもない。行くところもない」。中井さんが「ここで休めばいい。布団もある」と促す。「すみません。ありがどう」。涙ぐむ女性は、そう言っ

ベツトに横になった。筋の通らない会話だが、中井さんは「言葉の裏に隠された欲求や感情をつかもうと試みます。だれかに愛されたい気持ちだと感じ」と話す。

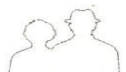
バリデーションは1980年ごろまでに、米国の介護現場から生み出された手法。欧米などの3万か所以上の施設で採用されている。中井さんは米国に本部がある「公認日本バリデーション協会」の講座を受講。約1年間、テクニックを習得し、表々の実習を重ね、バリデーション・ワーカーに認定された。2003年11月の養成開始以来、認定者は118人を数える。

愛知県蒲郡市の特別養護老人ホーム「蒲郡眺海園」の介護職員、村田幸彦さん

バリデーションのテクニックの一部

- 共感を持って、相手の言うことを繰り返す。
- 感情の発散を手助けするため、「最もつらいことは？」などと極端な表現を使う。
- 相手と同じ目の高さで、目を見つめる。
- はっきりとした、低い、優しい声で話す、相手は安心する。
- 相手の感情の動きを感じ取り、声の調子や感情を相手の感情に合わせる。

◆詳細は公認日本バリデーション協会(☎022-343-0117)のホームページ(<http://www.cle-japan.com/validation/>)参照。



Validaatio – tunnusta tunteet

- Validaatiossa virittäytyään empaattisesti muistihäiriöisen, hyvin vanhan ihmisen sisäiseen todellisuuteen.
- Tunteiden tunnustetaan olevan totta ihmiselle itselleen. Tunteiden kieltäminen vammauttaa ihmisen.

Validaatio-hoitaja auttaa ihmistä pukemaan tunteensa sanoiksi

”Empaattinen työntekijä kykenee erilaisten, pientenkin vihjeiden avulla auttamaan vanhuksia pukemaan tunteensa sanoiksi. Näin helle voidaan osoittaa arvoantoa, ja he voivat jälleen kokea olevansa arvokkaita.” (Feil 1998; 14)



Feilin ajatuksia

- Muistisairaat tarvitsevat arvon palautuksen, tasa-arvoista, yksilöllistä, hyväksyvää kohtelua.
- Muistisairaahan käyttäytymiselle on syy
- Muistisairaahan käyttäytyminen on kokonaisvaltaista, monitasoista, mukana koko eletty elämä.
- Ihmisen käyttäytymistä voi muuttaa vain, jos hän itse haluaa
- Ahdistavat tunteet tulee käsitellä

Kun toimit muistisairaana ihmisen kanssa toimiessasi, ole tietoinen siitä...

- 1. Kuka olet ?** asenne, empatia, aitous
rehellisyys
- 2. Mitä havaitset ?** mitä näet ja kuulet, mitä tarvetta ja tunnetta ihminen ilmaisee, mitä symboleja hän käyttää
- 3. Mitä teet?** Apuna on validaation teoria, sairauden vaiheet ja vuorovaikutuskeinot

Myönteinen kehä: EMPATIA- LUOTTAMUS-ARVOKKUUS

1. **Empatia** rakentaa luottamusta.
2. **Luottamus** herättää turvallisuutta.
3. **Turvallisuus** lisää energiaa.
4. **Energia** vahvistaa omanarvontunnetta.
5. Vahva **omanarvontunne** vähentää stressiä.

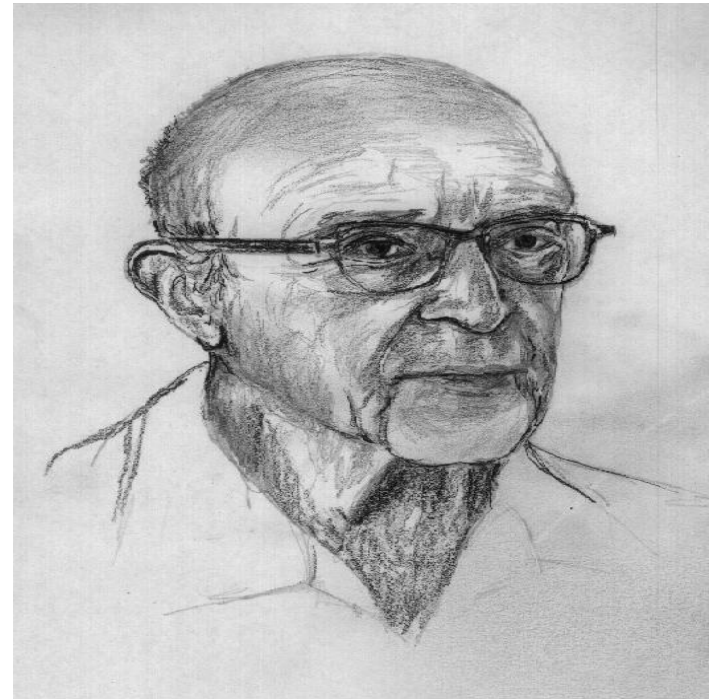


Feilin käyttöteoria

- Ihmisellä on alitajuinen, tiedostamaton puoli.
- Koska tunteet ja tarpeet torjutaan, ne patoutuvat.
- Lopulta tunteet purkautuvat, myös symbolisessa muodossa.
- Tunteiden ilmaiseminen on hyväksi, se vähentää ahdistusta.
- Muistisairas ihminen koettaa rakentaa minuuttaan uudelleen vetäytymällä menneeseen.
- Luota muistisairaaseen ihmiseen. Hyväksy hänet. Ota tunteet vastaan.

Yksi Feilin validaation ideoista tulee
asiakaskeskeisen psykologian
kehittäjältä Carl Rogersilta: Asiakas on
aina oikeassa

*”Asiakas on aina
oikeassa ja tietää kyllä
mitä tarvitsee.
Hyväksy asiakkaasi,
älä tuomitse.”*



TUNTEVA[®] -TOIMINTAMALLI
- empatiaa, keskustelua ja
yhteisöllisyyttä

TAMPEREEN
 KAUPUNKILÄHETYS RY
TunteVa[®]

TunteVa[®] -toimintamalli

Tampereen Kaupunkilähetys ry

Tun = Tunteet

Te = Terapeuttinen yhteisöhoito

Va = Validaatio (Naomi Feil)

TunteVassa validaatio ajatukset on sovitettu suomalaiseseen hoitokulttuuriin.

TunteVa-toimintamalli

1. myötäelävää tunnevuorovaikutusta
2. vahvistaa identiteettiä ja omanarvontuntoa
3. toimitaan sairauden vaiheen mukaan
4. keinot: empatia, sanalliset ja sanattomat kohtaamiskeinot, yhteisöllisyys
5. tunteet ja tarpeet huomioidaan
6. sairastunutta ei pakoteta ”realiteetteihin”.

Tunteva käyttää Feilin ajatuksia

1. Muistot ja mielikuvat tukevat muistisairasta.
2. Vanhuuden menetykset palauttavat mieleen aiemmat turvattomuuden tunteet.
3. Torjutut tunteet palaavat tietoisuuteen vanhana.
4. Kiellettyinä ja sivuutettuina tunteet voimistuvat.
5. Ihmisellä voi olla tarve työstää vanhoja asioita.
6. Tunteiden ilmaiseminen vähentää ahdistusta
7. Asioille voidaan yhä löytää tunnetason ratkaisuja.

Lääkkeetöntä hoitoa

- TunteVa ja validaatio ovat ns. muistisairasta vahvistavaa vuorovaikutusta, joka mainitaan Duodecimin Käypähoito- suosituksissa lääkkeettömänä hoitomuotona:
”Tunne-elämää tukevat ja kognitiivisesti suuntautuneet terapiat (muistelu- ja validaatioterapia)”

Mitä hyötyä Tuntevasta on?

- Oman arvontunto kohoaa
- Identiteetti selkiytyy
- Kommunikaatio paranee
- Toimintakyky kohenee
- Lääkkeidenkäyttö vähenee
- Ahdistus vähenee

TunteV[®] a-toimintamalli

- tunnepohjaista vuorovaikutusta
- tukee muistisairaahan ihmisen identiteettiä
- pyrkii vähentämään ahdistusta
- empatiaa, myötäelävää läsnäoloa
- sanallisia ja sanattomia keinoja eli ”tekniikoita”
- toimitaan muistisairauden vaiheen mukaan
- hoitajille ”työkaluja” ja ymmärrystä



TunteVa[®] n periaatteita

1. Annetaan ihmiselle arvostusta ja kiitosta
2. Selvitetään käyttäytymisen ”syy”
3. Tunteet ovat totta ihmiselle itselleen
4. Ei kiistellä tosiasioista
5. Ei palauteta ihmistä nykyhetkeen
6. Kaikenlaiset tunteet otetaan vastaan
7. Oudoillakin mielikuvilla on merkitys ihmiselle