

Esperi

Validaatio



Johdanto

Naomi Feil kehitti vuosina 1963–1980 Validation –toimintatavan, joka on vaativa terapiamuoto. Kyseessä on kommunikaatioterapia, joka pohjautuu kunnioittavaan ja empaattiseen asenteeseen muistisairasta kohtaan hänen kamppaillessaan ratkaisemattomien kehityshaasteiden kanssa. Validaatiossa kaikki ihmiset nähdään ja heitä kohdellaan yksilöinä. Muistisairas nähdään arvokkaana huolimatta hänen sairautensa asteesta. Validaatiota voidaan käyttää kahdenkeskisissä tilanteissa tai ryhmämuotoisesti. Validaatiossa luottamusta herätetään kysymyksillä ja muistelun avulla sekä herätellään unohdettuja selviytymistapoja uudelleen käyttöön. Muistisairasta tarkkaillaan, hänen liikkeitään ja tunnetilojaan peilataan. Hoitaja linkittää haasteellisen käyttäytymisen kohtaamattomaan tarpeeseen ja tunnistaa muistisairaana suosiman aistin.

Validaatiossa luottamusta herätetään kysymyksillä ja muistelun avulla sekä herätellään unohdettuja selviytymistapoja uudelleen käyttöön. Muistisairasta tarkkaillaan, hänen liikkeitään ja tunnetilojaan peilataan. Hoitaja linkittää haasteellisen käyttäytymisen kohtaamattomaan tarpeeseen ja tunnistaa muistisairaana suosiman aistin Validaatio edustaa muistisairaana tarpeisiin kohdentuvaa ja räätälöityä hoitoa. Sen on todettu parantavan muistisairaana kävelykykyä, suoristavan istuma-asentoa ja saavan muistisairaana avaamaan silmänsä. Sanallisen ja sanattoman vuorovaikutuksen on todettu lisääntyvän. Itku, takominen, liiketoistot ja aggressiivisuus vähenivät validaatio terapiaan osallistuneilla muistisairailta. Laitoshoidossa validoivan lähestymistavan on todettu vähentävän vanhusten vaeltelua. Validaatio terapiaa saaneiden on todettu tarvitsevan vähemmän lääkkeitä ja fyysistä rauhoittamista.



Esperi

Feil validaatio teoria

Validaatio eng. Valid = arvonsa mukainen, voimassa oleva

Muistisairaana tunteet ja oma kokemus todellisuudesta ovat sellaisinaan merkittäviä

Muistisairauden edetessä ratkaisematta jääneet kehitystehtävät, torjutut tunteet ja tyydyttämättömät tarpeet voivat palata tietoisuuteen



Esperi

Muistisaurauksien vaiheet

Feil ei käytä käsitettä dementia, vaan tarkastelee dementoituvaa henkilöä disorientaation vaiheiden mukaisesti

Feilin mukaan disorientoituneet vanhukset ovat tulleet elämässään lopulliseen päätösvaiheeseen, eivätkä ole koskaan saavuttaneet eheyden tilaa.



Esperi

Disorientaation vaiheet

Feil ei käytä käsitettä dementia vaan tarkastelee demetoituvaa henkilöä disorientaation vaiheiden mukaisesti

Feilin mukaan disorientoituneet vanhukset ovat tulleet elämässään lopulliseen päätösvaiheeseen, eivätkä ole koskaan saavuttaneet eheyden tilaa.



Esperi

Disorientaatio

Vaiheiden tunteminen auttaa hoitajaa valitsemaan sopivimman Validaatio tekniikan

Auttaa sopeuttamaan omaa lähestymistä ja vuorovaikutuksen mallia vanhukselle sopivaksi ja vanhusta arvostavaksi

Antaa hoitajalle ja omaisille käyttöön laajan työkalupakin muistisairaahan kohtaamiseen



Esperi

Disorientaation vaiheet

1. Malorientaatiovaihe
2. Ajan ja paikan hämärtymisen vaihe
3. Toistuvien liikkeiden vaihe
4. Sisäänpäin kääntymisen vaihe ns. sikiövaihe



Esperi

Malorientaatio

Vanhus on aikaan ja paikkaan orientoitunut ja muistaa tarkasti asioita
Malorientoitunut vanhus pyrkii epätoivoisesti hallitsemaan tilannettaan, korostaa sitä ja hyvää muistiaan
Vältelee tunteista puhumista, on häpeissään, jos jää kiinni unohtamisesta.
Ilmaisee pahaa oloaan epäsuorasti

Vaiheen tuntomerkkejä:

Fyysiset:

Olemus jännittynyt

Jäykkä asento

Lihakset kireät

Katse kohdistunut

Liikkuminen täsmällistä ja liikkeit määrätietoiset

Vaiheen tuntomerkkejä:

Psyykkiset:

Tarve tukahduttaa tunteita

Takertuu nykytodellisuuteen

Tiedostaa muistin heikentymisen

Vastustaa muutoksia

Torjuu läheisyyden

Varjelee reviiriään

Validaatio malorientaatio vaiheessa

Pidä antamasi lupaukset ja sopimukset

Avoimet kysymykset, kuka - mitä, missä, milloin ja miten

kysymykset (Ei miksi!)

Äärikysymykset

Auta kuvittelemaan vastakohta

Ymmärrä, ettei vanhus ole tahallaan ”hankala”

Ei yleensä siedä kosketusta



Esperi

Ajan ja paikan hämärtyminen vaihe

Ei pysty enää pitämään kiinni todellisuudesta
Vetäytyy sisäänpäin
Ajantaju hämärtyy
Looginen ajattelu ja lähimuisti on heikentynyt
Elämän perustunteet vallitsevat: rakkaus, viha, eroon joutumisen pelko ja kamppailu oman
Identiteetin säilyttämiseksi
Kaipaa seuraa ja keskustelua

Vaiheen tuntomerkkejä

Fyysiset:

Olemus kasaan lysähtänyt
Lihakset rennot
Liikkuminen hidasta
Kävely laahustavaa
Puhe hidasta, kommunikaatiokyky ja sosiaaliset taidot heikkoja
Katse harhailee
Äänensävy matala
Virtsanpidätyskyky katoaa

Vaiheen tuntomerkkejä

Psyykkiset:

Palaa menneisyyteen
Todellisuudentaju hämärtynyt
Ei pysty ajattelemaan vertauskuvin
Keskittyy vain yhteen asiaan kerrallaan
Tunnistaa, kuka on aito, kuka teeskentelee
Käyttää menneisyyteen liittyviä symboleja esim. äitiä muistuttava henkilö (OUTI =
Validaatio ajan ja paikan hämärtyminen vaiheessa
Käytä kuka, mitä, missä, milloin ja miten
kysymyksiä (Ei miksi!)
Kysy äärikysymyksiä
Kosketus ja pitkitetty katsekontakti
Lempeän ja selkeän äänensävyn käyttö
Tunnetilan tarkkailu ja tunteiden sanottaminen kokee tulleensa ymmärretyksi
Rauhallisuus
Musiikin käyttö



Esperi

Toistuvien liikkeiden vaihe

Verbaalisuus heikkenee

Imaisee itseään enemmän käyttäytymisellä, ääntelyllä ja toistuvilla liikkeillä

Suun alue tulee tärkeäksi

Tunteet ovat pelkistyneempiä, itku on herkässä

Huonopuheisuudestaan huolimatta voi muistaa lauluja ja runoja, joita hän käyttää itseilmaisun muotona

Vaiheen tuntomerkkejä

Fyysiset:

Olemus painuu entistä enemmän kasaan

Liikkuminen huonoa ja huojuvaa

Levottomuus ja vaeltelu

Toistaa samaa liikettä

Laulaa, mutta ei puhu lauseita ja osaa lapsuudessa opitun laulun

Ääni matala

Vaiheen tuntomerkkejä

Psyykkiset:

Toistuvat liikkeet helpottavat, tuottavat mielihyvää

Puhuminen vähentynyt (käytön puutteen vuoksi)

Voi palauttaa sosiaalisia rooleja motivoituna

Keskittyy vain hetken

Tunteet pelkistyneempiä

Validaatio toistuvien liikkeiden vaiheessa

Kuka, mitä, missä, milloin ja miten kysymykset (Ei miksi!) ja äärikysymykset

Epämääräisen muodon ja epämääräisen pronomiinien käyttö

Kosketus, katsekontakti tärkeää vuorovaikutukselle

Lempeä ja selkeä äänensävy

Tunnetilan tarkkailu ja sanottaminen

Musiikki

Peilaaminen



Esperi

Sisäänpäin kääntymisen vaihe

Vaihetta kuvaava nimi viittaa vanhuksen asentoon, johon hän vähitellen käpertynyt. Vanhus on lähes täysin kääntynyt sisäänpäin ja hyvin vaikeasti tavoitettavissa. Vanhus liikkuu ikään kuin pysyäkseen hengissä. Saattaa joskus yllättäen saattaa palkita hoitajan katsekontaktilla tai sanomalla sanan.

Vaiheen tuntomerkkejä

Fyysiset:

Lihakset rennot

Vuoteessa ”sikiöasennossa”

Tuolissa kokoon painuneena

Silmät kiinni

Vähäiset liikkeet

Psyykkiset

Ei tunnista ihmisiä

Ei ilmaise tunteita

Ei osoita aktiivisuutta

Vaikea tietää, mitä ajattelee

Validaatio, sisäänpäin kääntymisen vaiheessa

Kosketus

Katsekontaktiin pyrkiminen

Arvostava puhe ”aito äänensävy” ja epämääräisten pronominiin käyttö puheessa (Onko Soilalla kaikki hyvin?)

Tärkeää olisi löytää muistisairaahan käyttäytymisen ja tarpeen välinen yhteys

Musiikki



Esperi

Validaatio teoiksi

Validaatiomenetelmän tavoitteet;

Omanarvontunne

Omana itsenä hyväksyminen

Sosiaalisuuden lisääntyminen

Rauhoittavien lääkkeiden käytön ja kielteisen käytöksen väheneminen

Hyvinvoinnin lisääntyminen

Sisäänpäin kääntymisen vaiheen estäminen

Kontaktin saaminen



Esperi

Realiteettiterapiasta validaatio ajatteluun

Tunteiden tutkiminen, tunnistaminen ja
tunnustaminen, sekä muistelu rohkaisivat vanhuksia
reagoimaan toiseen henkilöön

Musiikki sai aikaan yhteenkuuluvuutta ja
hyvinvointia

Lähtökohdaksi hoidolle muodostui, että
muistisairaana tunteet ja omat kokemukset
todellisuudesta ovat sellaisenaan merkittäviä



Esperi

Muistisairas tarvitsee tunteiden ymmärtäjää

Vanhoilla ihmisillä saattaa olla käsittelemättömiä tunneasioita taakaksi saakka Esim. läheisten kuolemat, sairaudet, henkisen kapasiteetin väheneminen, yleinen raihnaisuus ja niihin liittyvät turvattomuuden tunne, eristyneisyys ja yksinäisyys Muistisairaalla ihmisellä saattavat samat tunteet nousta yhä uudestaan pintaan, tarvitsee luotettavan kuuntelija. Muistisairas sivuuttaa ne, jotka eivät kuuntele tai jotka väittelevät hänen kanssaan.



Esperi

Tunteiden ja tarpeiden ilmaiseminen on tärkeää

Vanhuuden menetykset palauttavat muistisairaahan ihmisen tietoisuuteen, lapsena koettuja inhimillisiä perustarpeita, joita Feilin mukaan ovat etenkin:

Rakkaus (mielihyvä, ilo, seksuaalisuus)

Viha (kiukku, raivo, suuttumus)

Pelko (syyllisyys, häpeä, ahdistus)

Suru (surullisuus, epätoivo, murhe)



Esperi

Yleinen ja Feilin käsitys ihmisen tarpeista

Yleinen käsitys ihmisen fysiologisista perustarpeista
ihmisen perustarpeita ovat fysiologiset tarpeet:

Ruoka, vesi, happi, seksi, turvallisuuden tarve,
rakkauden ja yhteenkuuluvuuden tarve

Ystävän ja puolison ja oman paikan kaipuu tarve
yhteisössä sekä arvostuksen tarve ja itsensä
toteuttamisen tarve

Feil käsitys ihmisen kolmesta perustarpeista

Feilin mukaan muistisairailta ihmisillä erityinen tarve
vanhat ihmiset ilmaisevat käyttämisellään kolmea
perustarvetta:

Tuntea olevansa turvassa ja rakastettu

Olla hyödyllinen, työtä tekevä ja toimielias

Ilmaista ja jakaa tunteita ja tulla kuulluksi



Esperi

Validaation perustana on 3 periaatetta

1. Käyttäytymisen liittyvät periaatteet
2. Kehittymiseen liittyvä periaatteet
3. Psykologiset periaatteet

Käyttäytymisen liittyvät periaatteet:

Uudet asiat unohtuvat, vanhat pysyvät mielessä

Feil: Lähimuistin pettäessä vanhus säilyttää tasapainon palauttamalla varhaiset muistot
Esim. äiti ja sisarukset henkilö nykyisyydestä voi laukaista varhaisen muiston
tunnemuisto voi laukaista myös fyysinen menetys tai esim. sairaalaan joutuminen

Kehittymiseen liittyvät periaatteet:

Kesken jääneitä kehitystehtäviä käydään läpi elämän myöhemmissä vaiheissa

Menneisyyden keskeneräiset asiat vaativat käsittelyä ennen kuolemaa

Vanhus kääntyy sisäiseen maailmaansa, ei epäolennaiset asiat eivät kiinnosta

Kun vanhus näkee ja kuulee huonommin, on menneisyyden ja nykyisyyden helpompi sekoittua

Psykologiset periaatteet

Kielteiset tunteet kasvavat, jos niitä ei voi ilmaista

Validaatio menetelmässä tärkeäksi koetaan kyky kuulla vanhuksen ilmaisema tunne.
Tunteen tunnistaminen ja sanoittaminen. Tunne menettää ahdistavan voimansa

Jos vanhusta ei kuulla, hän jää vaille tukea, jota hän tarvitsee elämänsä tilinpäätös vaiheessa, vanhus eristyy omaan maailmaansa ja muistamattomuus etenee



Esperi

Jos sairastun muistisairauteen

Haluan, että hoitajat muistavat nämä asiat hoitaessaan minua ...

- Puhu minulle kauniisti ja kohtele arvostavasti
- Ole minulle ystävällinen
- Tahtoani noudatetaan
- Haluan näyttää tunteeni
- Kerro minulle mitä olemme tekemässä
- Kuuntele mitä asiaa minulla on
- Tarvitsen omaa rauhaa
- Älä valehtele minulle
- Älä puhu ylitseni
- Huomioi minut älä sivuuta
- Haluan kuunnella mielimusiikkiani
- Haluan hyvää ruokaa
- Muista huumori!
- Toivon iloista asennetta
- Huolehdi puhtaudestani
- Anna minulle aikaa esim. lue minulle lehtiä
- Lemmikit sallittu
- Perheeni on aina tervetullut
- Haluan päästä ulos
- Anna minun liikkua
- Älä pakota minua asioihin esim. liian aikaisin ylös
- Anna minun elää omannäköistä elämää



Esperi

Lähteet

Feil, Naomi 1993.

Validaatio menetelmä muistihäiriöisten vanhusten hoitoon. Suomenkielinen painos; Vanhustyön keskusliitto. Vammalan kirjapaino

Jokinen M. 2012. Tuntevamenetelmän käyttö dementoituvien vanhusten disorientaation eri vaiheissa. Hyvinvointiosaamisen tutkimus ja koulutuskeskus. Hämeen ammattikorkeakoulu

Laitinen M. 2015. Työntekijöiden kokemuksia Tunteva työskentelystä muistisairaiden kohtaamisessa

Sippola S. 1999. Validaatiotunteiden kuuntelu. Teoksessa Vanhuus Sielunhoidon aikakauskirja, 11

Tauriainen M., & Sipilä K 2013. Tunteva menetelmä muistisairaana terveyden edistämiseksi Oulun diakonissalaitoksen Vesper kodissa.

Aavaluoma, S. 2015 Muistisairaana psykoterapeuttinen hoito ja hoiva. Suomen psykologinen instituutti

Eloniemi- Sulkava, U. ja Savikko, N (toim.) 2011. Mielen muutos muistisairaiden ihmisten hoidossa- käyttösoireiden hoidosta muistisairaana ihmisen hyvinvoinnin kokonaisvaltaiseen tukemiseen. Helsinki: Vanhustyön keskusliitto

Hallikainen, M, Mönkäre, R, Nukari, T ja Forder, M. (toim.) 2014 Muistisairaana kuntouttava hoito. Helsinki Duodecim

Hohenthal-Antin, L. 2013 Muistellaan. Luovat menetelmät muistisairaiden tukena. Jyväskylä: PS-kustannus

Isola, A, Backman, K, Saarnio, R, Paasivaara, L. 2004 Hoitotyön edistykelliset toiminnot haasteellisen käyttäytymisen kohtaamisessa Dementoituvan potilaan hoidossa. Hoitotiede 17(3), 145-152.

Jauhola, P. 2010. Haasteellisesti käyttäytyvän Dementoituvan vanhuksen hoitotyön auttamismenetelmät laitoshoidossa. Systemaattinen kirjallisuuskatsaus. Pro Gradu-tutkielma. Terveystieteidenlaitos. Hoitotiede. Oulun yliopisto

Saarnio, R, Isola, A. 2010 Hoitajien kokemuksia haasteellisesti käyttäytyvän dementoituvan vanhuksen onnistuneesta kohtaamisesta. Gerontologia (4), 324-332

Semi, T. 2015. Mieleen tatuoitu minuus. Ihmislähtöinen elämäntapa muistityössä. T&J Semi oy.



Esperi



Kiitos