

Satu Sipola

## VALIDAATIO, TUNTEIDEN KUUNTELU

Vanha nainen tarttuu vanhainkodissa vierailevan käsivarteen ja pyytää ahdistuneesti: “Vie minut kotiin, minun pitää mennä lypsämään lehmät. Minun on pakko nyt lähteä...” Vierailija on vaivautunut, ahdistunutkin. Mitä tässä pitäisi tehdä?

Aikuinen poika vierailee vanhan isänsä luona. Asiat tuntuvat sujuvan isän elämässä olosuhteisiin nähden hyvin, mutta vierailun lopulla isän esittämät syytökset naapureita kohtaan ihmetyttävät ja huolestuttavat poikaa: “Joka aamu ne sen aloittavat. Luulevat etten huomaa, mutta tunnen sen kaasun hajun nenässäni. Ne yrittävät myrkyttää ja saada minut ulos täältä! Sitä tulee tuosta tuuletinluukusta ja aina kun lasken vettä. Se on sellainen pistävä haju, joka salpaa hengityksen. Sen vuoksi on tuuletettava. Tuuletan ainakin kolme kertaa päivässä! Mutta minuapa ei nujerreta, en minä mikään tyhmä ole!” vanhus uhoaa pojalleen, joka miettii, onko isä menettämässä järkensä.

Työntekijä vierailee terveyskeskuksen vuodeosastolla. Ikkunan edessä istuu hoitotuolissa vanhus, joka taittelee huolellisesti lautasliinaa. Tapahtuma toistuu kerta toisensa jälkeen yhdistyen matalaan ääntelyyn: “Mam-mam, mam-mam...” Vanhus näyttää olevan täysin omassa maailmassaan. Kannattaako hänelle sanoa mitään, saattaa työntekijä miettiä. Ehkä on parasta antaa vanhuksen olla rauhassa, kuten viereisessä vuoteessa olevan vanhuksen, joka vain makaa silmät kiinni.

## Realiteettiterapian turhaumasta validaation käyttöön

Kuinka tavoittaa vanhus, joka tuntuu olevan eri maailmassa, elävän eri aikaa, puhuvan eri kieltä, jos puhuu lainkaan? Miten tavoittaminen on lainkaan mahdollista? Näitä kysymyksiä mielti myös clevelandilainen sosiaaliterapeutti Naomi Feil 1960-luvulla, hoitaessaan realiteettiterapialla vanhuksia, joiden keskellä hän oli viettänyt lapsuutensa. Hänen vanhempansa olivat työskennelleet samassa vanhainkodissa, jossa Feil alkoi myöhemmin etsiä tietä muistihäiriöisten vanhusten maailmaan. Hän oivalsi, että työntekijän täytyy seurata vanhuksen ajatusten kulkua, sen sijaan, että vanhuksen on mukauduttava hänen todellisuuteensa. Vanhus on kohdattava sillä tavoin kuin hänelle on mahdollista. On kyse kyvystä kuunnella muistihäiriöistä ihmistä aidosti ja arvostaen. Realiteettiterapian vaatimus vetää vanhus tähän päivään vaihtui Feilille ymmärrykseksi ja luottamukseksi vanhuksen kykyyn ilmaista itseään uskottavasti, vaikka työntekijän kannalta epäloogisesti.

Näin Feil alkoi oivaltaa dementoituvan vanhuksen käyttäytymisen viestiä, silloin kun sanojakaan ei enää ole. Tämä edellyttää vanhuksen olemuksen, viestien ja käyttäytymisen tarkkaa havainnointia. Hän ymmärsi, että vanhus ei ole hullu (de mentia – mieltä vailla), vaan omalla sisäisellä viisaudellaan etsii uusia keinoja viestittää tarpeitaan ja tunteitaan. Kyse onkin ensisijaisesti tunnetason vuorovaikutuksesta. Kohtaaminen tapahtuu, kun vanhuksen viestiin liittyvä tunne tulee kuulluksi.

Validaatio on sanana ollut hoitotyössä vieras. Se tulee englannin kielen sanasta *valid*, arvonsa mukainen, voimassa oleva. Sille on etsitty suomenkielistä vastinetta. Aluksi puhuttiin mielikuvaterapiasta, koska menneisyyden ja nykyisyyden yhdistyessä vanhus on omissa mielikuvissaan katsellen sielunsa silmillä ja kuunnellen sisäisiä ääniään. Kyse ei kuitenkaan ole harhaisuudesta. Aistien heiketessä ja ulkoisen maailman merkityksen vähetessä vanhus saa tilaa omille keskeneräisille asioilleen ja ilmaisemattomalle maailmalleen. Käsite mielikuvaterapia ei sisällä validaatioon kuuluvaa eläytymistä ja arvostusta. Siksi käytön myötä eri puolilla maailmaa *validaatio* on vakiintunut kansainvälisenä käsitteenä, englanniksi *validation*, saksaksi *Validazion*, ruotsiksi *validation*.

## Tuttujen teorioiden viisaus validaation taustalla

Arvostava asennoituminen on toisille hyvin luontevaa käyttäytymistä, mutta validaation käyttö tavoitteellisena hoitomenetelmänä edellyttää opiskelua ja käytännön harjoittelua. Se edellyttää vanhukselle tehdyn diagnoosin jälkeen hoidon suunnittelua ja siihen sitoutumista. Validatiota voi käyttää akuuteissa tilanteissa, kuten vanhuksen halutessa lähteä ruokkimaan lapsiaan. Hoitosuunnitelmaa tehtäessä pohditaan, hyötykö vanhus yksilövalidaatiosta vai erityisesti jokaviikkoisesta validatioryhmästä tai tarvitseeko hän jatkuvaa validoivaa hoitoa.

Yksinkertaistaen validatio perustuu toisen kunnioittavaan kohtamiseen. Se on jotain sellaista, mikä parhaimmillaan on luonnollinen osa meitä. Arvostava, toista *kuunteleva asenne* on validaation peruslähtökohta. Se soveltuu menetelmänä erityisen hyvin sielunhoitajan välineeksi.

Validaation perustana on kolme periaatetta:

### *Käyttäytymiseen liittyvät periaatteet*

Lähimuistin heiketessä varhain opitut asiat ja henkilöt säilyvät muistissa. Usein vanhuksen aikuisuuden perhe unohtuu, vaikka vanhemmat, erityisesti äiti, sekä sisarukset saattavat pysyä mielessä. Joku nykyinen henkilö tai asia voi laukaista varhaisen muiston. Myös fyysinen menetyt tai esimerkiksi lyhytaikainen autonomian menetys, kuten sairaalaan joutuminen, voi laukaista tunnemuistoja.

### *Kehittymiseen liittyvät periaatteet*

Ihmisen jokaisella elämänvaiheella on oma kehitystehtävänsä, joka hänen tulisi kohdata ja työstää riittävässä määrin. Keskenjääneitä tehtäviä ihminen käy läpi elämän myöhemmissä vaiheissa. Iäkkäillä ihmisillä voi olla suuria taakkoja harteillaan. Menneisyyden keskeneräiset asiat vaativat käsittelyä ennen kuolemaa.

Tätä varten vanhus kääntyy sisäiseen maailmaansa, hän ei jaksa enää kiinnostua itselleen epäolennaisista asioista. Aistien heikkeneminen helpottaa prosessia. Kun vanhus näkee ja kuulee huonommin, on menneisyyden ja nykyisyyden helpompi sekoittua.

Kielteiset tunteet kasvattavat voimaansa, jos niitä ei voi ilmaista. Psykoterapiassa tunteiden yhdistyminen tapahtumiin tuottaa helpottavan oivalluksen. Validaatiomenetelmä ei pyri enää tähän oivallukseen. Tärkeintä on kuulla vanhuksen ilmaisema tunne, joka sitten menettää ahdistavan voimansa. Jos vanhusta ei kuulla, hän jää vaille tukea, jota hän tarvitsee elämänsä tilinpäätös vaiheessa. Feilin mukaan se painaa häntä eristäytymiseen omaan maailmaansa ja muistamattomuuden etenemiseen.

Validaation taustalta löytyy monia neurologisia ja psykologisia malleja, joihin teorit ja tekniikat ankkuroituvat. Tällaisia ovat Carl Rogersin asiakaslähtöisyys ja toisen käyttäytymisen hyväksyminen sekä Sigmund Freudin ajatus siitä, ettei ihmistä voi muuttaa ellei hän ole siihen itse valmis ja omaa tarvittavia kognitiivisia edellytyksiä. Tärkeä on myös S. Zuckermanin korostama oletus ihmisen pyrkimyksestä saavuttaa sisäinen tasapaino.

Edelleen Feil liittyy validaatioteoriassa näkemykseen siitä, että lähimuistin pettäessä vanhus säilyttää tasapainon palauttamalla varhaiset muistot. Aistien heiketessä vanhus voi Wilder Penfieldin mukaan kuunnella sisäisiä ääniään, katsella sielunsa silmillä, olematta silti harhainen. Menneisyys ja nykyisyys sekoittuvat. Jokin asia, ääni tai nykyinen henkilö laukaisee muiston menneisyydestä. Jo kirkkoisä Augustinus puhui siitä, kuinka ihmisellä tietty paikka, haju tai maku voi herättää voimakkaita elämyksiä heijastuen kunkin nykyhetkeen. Näitä hän nimitti assosiaatiolaeiksi. Aistimaailmaan liittyen validatio on saanut vaikutteita myös neurolingvistiikasta, NLP:stä. Vanhuksen ensisijaisen aistin, visuaalisen, auditiivisen tai kinesteettisen tunnistaminen auttaa hoitajaa virittäytymään vanhuksen maailmaan, jolloin vanhus kokee tulevansa ymmärretyksi.

Kun tunteet ilmaistaan, ne helpottuvat, on validaan keskeinen lähtökohta, joka nousee Carl Gustav Jungin teoriasta. Tunteiden kieltäminen vain voimistaa niitä. Vanhuksen hyvää tarkoittava rauhoittelu tunteita kuulematta lisää hänen ahdistustaan tai aggressiivisuuttaan. "Kärpäsestä tulee härkänen."

Validaatiotyöntekijän tehtävä on kuunnella muistihäiriöisen vanhuksen tunnetta silloinkin, kun hän ei kykene ilmaisemaan sitä sanallisesti. Vanhus voi ilmaista tunnettaan tai tarvettaan myös symbolien avulla. Käsilaukku kuvastaa naiseutta, tärkeää osaa elämää ja minuutta.

Lautasliina symbolisoi lasta, hoivaa ja työn tekemistä. Avaimet kuvas-  
tavat valtaa, miehisyyttä ja autonomiaa. Samoin hän voi turvautua sym-  
bolikäyttäytymiseen: “Minun täytyy lähteä lypsämään” eli haluan olla  
merkityksellinen ja tehdä työtä. “Naapurit yrittävät myrkyttää minut”  
eli en uskalla olla heikko ja avuton. Yritän epätoivoisesti hallita tilan-  
teeni, koska siihen olen tottunut. Taittelen lautasliinoja hellästi mumis-  
ten eli kaipaen äitiyden merkityksellisyyttä tai lapsiani. Toiminnallani  
ilmaisen kaipuutani ja lohdutan itseäni. Symboli voi olla henkilö, asia  
tai esine, joka edustaa vanhuksen menneisyydestä nousevaa ulottuvuu-  
ta, asiaa tai ihmistä.

Feil liittää validoivan ymmärryksen vahvasti Erik Eriksonin elä-  
mänkaariteoriaan. Eriksonin mukaan jokaisella elämänvaiheella on oma  
kehitystehtävänsä, joka on tärkeää läpikäydä ajallaan. Aina se ei ole  
mahdollista. Nainen, joka odotti seitsemättä lastaan ja sai viestin mie-  
hensä kuolemasta rintamalla, ei voinut keskittyä sisäisiin haasteisiin tai  
surutyöhön. Hänen oli vain tavalla tai toisella selvittävä ja työnnettävä  
tunteet syrjään. Näin tämä läpikäymätön vaihe jää odottamaan vuoro-  
aan ja siihen liittyy matkalla samankaltaisia kokemuksia ja tunteita. Sa-  
mankaltaiset tunteet vetävät toisiaan puoleensa.

Nyt vanhana nainen valmistautuu viimeiseen kehitykselliseen haas-  
teeseensa, kuolemaan. Hän valitsee ilmaisutapansa sisäisellä viisaudel-  
la: ei-älyllisellä tavalla. “Menetin kumppanini myötä nuoruuteni ja  
mahdollisuuteni olla nainen; elämä petti minut.” Katkerana hän saattaa  
todeta: “Yksi äiti voi hoitaa seitsemän lasta, mutta seitsemän lasta ei  
kykene hoitamaan yhtä äitiä. Ja sitä paitsi täällä varastetaan, minun hel-  
minauhani on viety...” Naisen puheessa helminauha edustaa naiseutta.  
Mikään ei riitä hänelle, hän voi olla tyytymätön kaikkeen, syyttää toi-  
sia. Ei hyödytä todistella hänelle vanhainkodin hyviä oloja tai osoittaa  
varkaussyytteiden perättömyyttä. Hän tarvitsee sitä, että hänen tunteen-  
sa tulevat kuulluiksi sellaisina, joina hän kykenee ne ilmaisemaan.

Adrian Verwoerdtin teoriaan perustuu validaation lähtökohta siitä,  
etteivät pelkästään aivot säätele ihmisen käyttäytymistä, vaan käyttäy-  
tyminen on tulosta hänen elämänsä aikana tapahtuneista fyysisistä, so-  
siaalisista ja yksilön sisäisistä muutoksista.

## Käyttäytymisen taustalla olevat tunteet ja tarpeet

Feil korostaa, että disorientoituneen vanhuksen käyttäytymiselle on aina olemassa syynsä. Vanhus suorittaa elämänsä viimeistä kehitystehtävää. Eriksonin teoriaa täydentäen Feil toteaa, että vanhus on lopullisessa päätösvaiheessa, pyrkii selvittämään elämänsä keskeneräisiä asioita, jotta voisi kuolla rauhassa. Kuvannollisesti on sanottu, että vanhus siivoaa sisäisiä kamareitaan.

Kaikilla ihmisillä jää elämässä asioita kesken. Moni tuntee keskeneräisen työn mukanaan tuoman rasituksen. Jos ihminen siirtää kehitystehtäviään tai yleensä tunne-elämään liittyviä sisäisen kasvun haasteita loputtomiin, sisäinen astia tulee mahdottomaksi tyhjentää. Näin tapahtuu varsinkin, jos se jää vanhuudessa suoritettavaksi, jolloin ihminen muutenkin haurastuu ja tulee puolustuskyvyttömäksi.

Tästä on puhunut rohkeasti julkisuudessa rouva Tellervo Koivisto: “Aika ei kultaakaan kaikkia muistoja, vaikka niin väitetään. Ne traumaattiset asiat, jotka aktiivi-ikäisenä pystyi torjumaan ja pitämään sivussa, nousevat pinnalle vanhetessa, kun vastustuskyky vähenee, fyysiset ja psyykkiset voimavarat hiipuvat.”

Dementoituva vanhus ei suorita tietoista valintaa palata menneisyyden asioihin. Tunteiden ja asiayhteyksien oivaltaminen on keskeistä psykoterapiassa, mutta muistihäiriöisen vanhuksen kohdalla se mahdollisuus on ohi. Vanhuksen looginen ajattelu on jo heikentynyt ja psyykinen haurastuminen tapahtunut. Sisäisellä viisaudella vanhukselle valikoituu tapa, jolla hän ilmaisee itseään. Vaikka sisäistä eheyttä ei voida enää saavuttaa, vaikutukset ovat siinä määrin eheyttävät, että ne heijastuvat myönteisinä hänen loppuelämänsä laatuun. Vanhus tarvitsee tukea: jonkun, joka arvostaa häntä niin paljon, että pysähtyy aidosti kuuntelemaan häntä, ei rauhoitellen kuulematta hänen tunteitaan tai valheellisesti lupaamalla lypsää lehmät, joita ei enää ole, minkä vanhuskin syvimmiltään tietää.

Kaikilla ihmisillä on tietyt perustarpeet. Olennaista on, miten elämä rakennetaan niiden varaan ja miten ne tyydytetään. Perustarpeita on paljon luokiteltu, kuten Maslowin tarvehierarkiassa. Feil jakaa perustarpeet siten, että ihmisellä on

- tarve tuntea olevansa turvassa ja rakastettu
- tarve olla hyödyllinen, työtä tekevä, aktiivinen
- tarve ilmaista tunteita ja tulla kuulluksi.

Kaikilla, myös hoitajilla, on samat perustarpeet. Keskittymällä ja eläytymällä vanhuksen tilanteeseen ja hänen käyttäytymisensä viestiin, hoitaja voi ymmärtää muistihäiriöistä vanhusta.

## Disorientaation vaiheet

Validaatiota hoitomenetelmänä käytetään sekä yksilö- että ryhmätasolla. Validaatio perustuu hoitajan tarkkaan havainnointiin, jonka perusteella hän arvioi muistihäiriöisen vanhuksen disorientaation vaiheen. Feilin mukaan vaihteita on neljä:

*Malorientaatiovaiheessa* vanhus on vielä aikaan ja paikkaan suuntautunut ja muistaa tarkasti asioita, mutta on onneton ja ahdistunut. Tähän viittaa latinan mal-etuliike: huonosti, väärin. Hänen olemuksensa on jännittynyt, liikkeensä määrätietoiset ja katse kohdistunut. Hän pyrkii epätoivoisesti hallitsemaan tilannettaan ja korostaa sitä ja hyvää muistiaan.

Malorientaatiovaiheessa olevan vanhuksen kanssa suora tunteista puhuminen on vaikeaa, koska hän kieltää varsinkin negatiiviset tunteet. Hän ilmaisee pahaan oloaan epäsuorasti jollain tarinalla, sanomalla esimerkiksi "Parvekkeelleni tulee öisin mies" tai moittimalla ja syyttelemällä vanhainkodin oloja. Jos hänelle vastaa, että hän kaipaakaan kotiaan, hän kieltää asian ja sanoo ettei hänellä ole mitään hätää.

Tässä vaiheessa vanhus hyötyy yksilövalidaatiosta. Ryhmään häntä ei pidä sijoittaa ellei hänellä ole siinä erityistehtävää, joka pitää hänet erillään muistamattomista höperöistä, kuten hän voi asian ilmaista. Heihin hän ei missään nimessä halua samastua. Muistamattomuus on pelottavan lähellä häntä. Siksi hän voi olla toisille ryhmäläisille hyvin ilkeä ja siten estää ryhmän arvostavan ja energiaa antavan ilmapiirin.

Malorientaatiovaiheessa oleva vanhus muistaa hänelle annetut lupaukset ja sopimukset. Siksi ne on pidettävä. Mutta hän ei silti sovellu välttämättä myöskään muisteluryhmään, koska hän muistaa usein korostetun hyvin, eikä kestä asioiden tai vaikkapa nimien unohtelua, jota tapahtuu kaikille.

*Ajan ja paikan hämärtyamisen vaiheessa* vanhuksen ajantaju sananmukaisesti hämärtyy. Looginen ajattelu ja lähimuisti on heikentynyt, puhe hidastuu, olemus on lysähtänyt kasaan ja katse harhailee. Vanhus palaa menneisyyteen ja kaipaakaan äitiään, joka tulee hänen mielikuvissaan eläväksi. Hän ottaa sijaiseksi nykyisyyden henkilön, joka muistuttaa

äitiä. Hoitaja voi pukea tunnetta sanoiksi esimerkiksi: "Kaipaat äitiäsi, tuntuisi hyvältä, jos äiti olisi lähellä." Tämä suora tunteisiin liittyvä sanointu helpottaa vanhuksen oloa. Hän kokee tullessa ymmärretyksi.

Vanhukselle soveltuu sekä yksilö- että ryhmävalidaatio. Validoivan hoidon tavoite on hidastaa tai estää muistihäiriöisen siirtyminen seuraavaan vaiheeseen.

*Toistuvien liikkeiden vaiheessa* vanhuksen verbaalisuus heikkenee. Hän ilmaisee itseään enemmän käyttäytymisellä, ääntelyllä ja toistuvilla liikkeillä. Suun alue tulee tärkeäksi. Olemus painuu entisestään kasaan ja liikkuminen on huojuvaa ja huonoa. Tässä vaiheessa olevan vanhuksen tunteet ovat pelkistyneempiä, itku on herkässä. Huonopuheisuudestaan huolimatta vanhus voi muistaa lauluja ja runoja, joita hän käyttää itseilmaisun muotona.

Toistuvien liikkeiden vaiheessa oleva vanhus hyötyy yksilö- ja ryhmävalidaatiosta. Ainut este hänen ryhmässä ololleen on siinä määrin suuri levottomuus, ettei hän pysy paikallaan. Puhumaton vanhus on pystynyt toimimaan validaatioryhmässä musiikinjohtajana.

*Sikiövaihe* on viimeinen vaihe, jota pyritään validaation avulla ehkäisemään. Vanhus on lähes täysin kääntynyt sisäänpäin ja siten hyvin vaikea tavoittaa. Hän liikkuu ikään kuin pysyäkseen hengissä. Vaihetta kuvaava nimi viittaa vanhuksen asentoon, johon hän vähitellen käperyy. Joskus hän yllättäen saattaa palkita hoitajan katsekontaktilla tai sanomalla sanan.

## **Validaatiotekniikat hoitajan vuorovaikutustaitoina**

Hoidon alussa hoitaja etenee informaation keräämisen ja disorientaatiovaiheen arvioinnin jälkeen validaatiotekniikoiden käyttöön. Muistihäiriöisen vanhuksen elämänselämän historian tunteminen on hoitajalle välttämätöntä.

Olennaista on, että työntekijä *tavoittaa* vanhuksen ilmaiseman *tunteen ja myötäilee* sitä. Kiistelemisen ja rauhoittelun sijaan, hän kysyy vanhukselta *avoimilla kysymyksillä* asiasta, jota hän ilmaisee: kuka, mitä, missä, milloin ja miten. Työntekijä muotoilee vanhuksen puheen uudelleen, *kokoaa yhteen* ja myötäilee vanhuksen tunnetilaa omalla olemuksellaan ja äänellään. "Sinulla on huoli lapsista." Työntekijä myötäilee äänellään vanhuksen tunnetta.



Ensisijaisen *aistin havainnoiminen* ja kysymysten muotoileminen vanhuksen tasolle lisää vanhuksen kokemusta kuulluksi ja ymmärretyksi tulemisesta. Jos vanhus on visuaalinen, työntekijä käyttää kysymyksiä, jotka mahdollistavat mielikuvaan vastaamisen. "Miltä se mies näytti? Minkälaiset vaatteet hänellä oli?"

Myös *muistelu* on validaatiotekniikka. Muistellessa ei kysellä tarkkaa muistia edellyttäviä kysymyksiä, vaan tunnemuistia. "Mikä on ollut elämässäsi parasta?" Näin voidaan kysyä, koska usein vanhus pystyy vastaamaan siihen tämänhetkisellä kokemuksella.

Tekniikoiden tehtävä on auttaa vanhusta ilmaisemaan itseään puheellaan, käyttäytymisellään tai liikkeellään. Työntekijä kunnioittaa vanhuksen tapoja ja voimia. Vanhus voi yhtäkkiä vaihtaa puheenaihetta tai ilmoittaa ettei halua puhua enää.

Kun sanat loppuvat, työntekijältä vaaditaan enemmän havainnointi- ja eläytymiskykyä. Läheisyys, koskettaminen ja katsekontakti ovat tärkeitä yhteyden saamiseksi. Sanojen merkitys vähenee ja kosketus yhdistetään puheeseen. Äänellä ja hengityksellä myötäillään vanhuksen ilmaisemaa tunnetta. Koska vanhuksen puhe voi olla epäloogista tai epäselvää, työntekijä käyttää *moniselitteisyyttä*, epämääräistä ilmaisua kuten se, ne, jokin tai joku, myötäillen vanhuksen puhetta: "Ne meni pois... kaipaat niitä?"

Jos työntekijä tuntee vanhuksen *selviytymiskeinon* hän voi yrittää soveltaa sitä nykyisyyteen. "Kaipaat äitiäsi. Mikä sinua silloin lohdutti, kun äiti kuoli?" "Minä lauloin sitä virttä, jota äiti aina lauloi", vanhus voi vastata. "Voisimmeko me laulaa sitä virttä yhdessä...?" työntekijä ehdottaa ja liittyy aikaisempaan keinoon, joka on auttanut.

## **Validaatiohoidon tuoma apu**

Ennen kuin validaatiota voi käyttää hoitomenetelmänä, on tärkeää selvittää muistihäiriön taustalla olevat syyt niin tarkkaan kuin mahdollista. Validaatio on menetelmä muiden joukossa. Alun perin Feil tarkoitti validaation erittäin iäkkäille, 80 – 100-vuotiaille vanhuksille, joilla on vanhuuden dementiaa. He sanovat eläneensä suhteellisen onnellisen elämän. Heidän elämänasenteenaan on ollut kieltää vakavat kriisit. Hoidon tarve ei tällöin suuntaudu psykiatrian puolelle. Heidän periaatteenaan on saattanut olla tunteita rauhoittava, torjuva motto: "En ajattele sitä tänään, ajattelen sitä huomenna." Eräs vanhus hoki: "Ei pidä mu-

rehtia, päivä kerrallaan" ja samalla sohi ohi kulkiessaan kepillään muita vanhuksia.

Vanhukset ovat hakeneet turvallisuutta ja elämänhallintaa tutuista rooleista. Niistä luopuminen on tehnyt loppuelämästä haavoittuvaista ja vanhenemisesta vaikeaa. Kun aistit, liikuntakyky, tunteiden hallinta ja lähimuisti ovat heikentyneet, he ilmaisevat selvittämättömiä tunnetilojaan kääntymällä sisäiseen todellisuuteensa välttääkseen nykyhetken todellisuuden, jossa on paljon luopumista ja kaipausta. Sisäisellä viisaudellaan he suorittavat viimeistä kehitystehtävää palauttamalla menneisyytensä voidakseen ponnistella sen ratkaisemiseksi. Tässä tehtävässä vanhus tarvitsee validoivan tuen kuolemaansa saakka.

Käytäntö on osoittanut, että validaatiosta on apua psykogeriatrisessa hoidossa ja erilaisissa vuorovaikutustaitoja edellyttävissä tilanteissa. Kaiken perustana on lisääntynyt luottamus, jonka kautta omanarvon tunne ja vanhuksen turvallisuus lisääntyvät. Hoidon tavoitteiden on oltava realistisia. Validaatiolla ei paranneta ketään, vaikka elämän laatu voi parantua: vuorovaikutus ja sosiaalisuus lisääntyä, fyysinen olemus ja aktiivisuus kohentua ja lääkkeiden tarve vähentyä.

## **Validaation käyttö Suomessa**

Naomi Feil vieraili Suomessa ensimmäistä kertaa 1980-luvun lopulla Vanhustyön Keskusliiton kutsumana. Vuonna 1995 Tampereen Kaupunkilähetys solmi valtakunnallisen koulutusvastuusopimuksen Validation Training Institutin kanssa. Koulutuskokonaisuuteen kuuluvat validaatiotyöntekijän ja -ryhmänohjaajan koulutukset. Ne toteutetaan työyhteisökoulutuksena tai yhteistyössä hoitoalan oppilaitoksen tai kansainvälisesti pätevän validaatio-opettajan kanssa. Validaatio-opettajien koulutuksesta vastaa Validation Training Institute.

Validaatio on levinnyt muistihäiriöisen vanhuksen hoidossa erityisesti Etelä- ja Keski-Suomeen. Validaatiokoulutuksen suunnittelussa ja toteutuksessa Tampereen Kaupunkilähetys tekee yhteistyötä Ruotsin ja Tanskan kanssa. Euroopassa validaatio on levinnyt läntisen Euroopan maihin. Tämän yhteistyön neuvotteleva elin on European Validation Association (EVA), jonka jäsen Kaupunkilähetys on ollut vuodesta 1995. Kirjoittaja on toiminut muistihäiriöisten vanhusten validaatioryhmän ohjaajana vuodesta 1992 Tampereen Kaupunkilähetysten Petäjäkodissa.

## **Kirjallisuus**

Feil N.: The Validation Breakthrough. Health Professions Press. Baltimore, Maryland 1993.

Validaatio-Menetelmä Muistihäiriöisen vanhusten hoitoon. Vanhustyön Keskusliitto. Vammala 1993.

## **Kirjoittaja**

Satu Sipola, KM, validaatio-opettaja, koulutus- ja vapaaehtoistyön johtaja, Tampereen Kaupunkilähetys.

Vasen tyhjä sivu

Kuva tähän oikealle

Vasen tyhjä sivu