

Validación como técnica de comunicación

La Validación es un método creado por Naomi Feil en los años 60. Feil, trabajadora social nacida en Múnich y formada en EEUU diseñó su método basándose en su experiencia después de convivir con personas mayores durante su infancia y juventud. Sus padres trabajaban en centros residenciales y creció envuelta de personas mayores institucionalizadas.

Feil observó que, a medida que los años pasaban, las personas mayores de centros residenciales se desorientaban o malorientaban. Se dio cuenta que este proceso de desorientación respondía a un perfil determinado de persona: personas mayores de 75 años o más, sin trastornos psiquiátricos previos y que no fueron diagnosticadas por una demencia concreta ni hereditaria. Feil, después de evidenciar las necesidades que tenían estas personas diseñó el método de la validación.

La finalidad de la creación del método de validación fue promover una manera de comunicarse distinta a la que observaba en los profesionales y con el objetivo de ayudar a las personas mayores a recuperar su dignidad, seguridad y bienestar. El método se basa en la promoción de una actitud empática, fundamentada en unos referentes teóricos como son el humanismo, el psicoanálisis o las teorías del desarrollo, y en unas técnicas de comunicación y observación que ayudan a mejorar la comunicación con las personas que presentan deterioro cognitivo y desorientación.

Naomi Feil, basándose en la teoría del desarrollo de Erikson, asegura que las personas desorientadas están haciendo un proceso de revisión de tareas pendientes y, en este proceso, realizan una búsqueda de las herramientas básicas que necesitan para morir en paz. Cuando una persona llega a la senectud y hace una valoración de su vida puede situarse en la aceptación de aquello que ha vivido y estar preparada para la muerte situándose en la integridad o tender a la desesperación debido a retos no superados y tareas pendientes. Es en la aceptación incondicional a este hecho donde Feil sitúa la fuerza de la validación.

La validación no debe entenderse como el hecho de validar sino como el hecho de dar valor a las emociones, las actitudes y los comportamientos que muestran las personas desorientadas. El método busca la mejoría de la comunicación con el fin que los profesionales y personas que cuidan y atienden a personas desorientadas

entiendan y comprendan mejor el mundo de las personas afectadas, y a los familiares a mantener la relación reduciendo de manera significativa la medicación y las sujeciones a largo plazo. El método da valor a la actitud del experto en validación y al profesional que acompaña promoviendo que la empatía sea la herramienta principal para poder establecer relaciones igualitarias, cercanas y sinceras.

Feil establece once principios que permiten entender a la persona desorientada como paso previo al acto de validación. A menudo como profesionales o cuidadores nos cuesta ir más allá, y a menudo nos fijamos más en la conducta que nos sorprende o nos desagradaba en el aquí y ahora en vez de dar valor a la emoción. Feil rompe con esta premisa y afirma que detrás de cada comportamiento puede haber la expresión de una necesidad. Todas las personas somos únicas. Si los profesionales somos capaces de establecer relaciones basadas en la sinceridad podemos empezar a dar valor a un posible malestar y ayudar a la persona en su proceso de validación.

El objetivo de la validación no es orientar a la persona en tiempo y espacio sino respetar la realidad de la persona. Feil rehúye de la orientación tiempo y espacio que se utiliza en los programas de estimulación cognitiva y establece que para aceptar y facilitar la integración de la persona se debe respetar la realidad donde se encuentra la persona independientemente de si se sitúa en un tiempo presente o en una época pasada, aceptando los posibles diferentes planos de consciencia.

Tomar distancia entre la historia de vida y la novela de vida ayuda a los profesionales a interpretar los símbolos que las personas desorientadas pueden mostrar y, afortunadamente, a utilizar y aceptar estos símbolos para hacer un buen acompañamiento. ¿Cómo se debe sentir una persona que tiene 10 años y extraña a su madre cuando los profesionales y personas cercanas a ella no reconocen esta situación y le dicen que su madre está muerta? ¿Qué puede sentir una persona desorientada cuando quiere ir a buscar a sus hijos a la escuela y en la residencia no la dejan salir argumentando que sus hijos son mayores y tienen más de 50 años? La Validación propone hacer el esfuerzo de mirar desde la perspectiva de la persona desorientada.

Aprender a interpretar estos símbolos acerca a las personas que viven en situaciones de desorientación y nos sitúa, como profesionales y cuidadores, a su lado. Son los primeros pasos para promover una atención a la persona respetuosa, de aceptación y basada en el uso de nuestra capacidad empática.

Raül Vilar Heras

Publicado en QMayor Revista, 2019