

INHALT

Vorwort zur 2., aktualisierten Auflage	8
Vorwort zur 3., aktualisierten Auflage	9
Einleitung	11
Die Sonne wecken	11
Was genau ist nun Validation?	13
1 Grundsätzliches zur Validation	15
1. Tipp: Erkennen Sie die Gefühlswelt des alten Menschen an	15
2. Tipp: Schaffen Sie Vertrauen durch Wertschätzung	16
3. Tipp: Akzeptieren Sie die Rückkehr in die Vergangenheit	18
4. Tipp: Beharren Sie nicht auf Ihrer Wahrnehmung	20
5. Tipp: Machen Sie sich einige Grundannahmen der Validation bewusst	21
6. Tipp: Ändern Sie Ihre Perspektive	23
7. Tipp: Rechnen Sie immer mit der Vergangenheit	24
8. Tipp: Spielen Sie kein Theater	26
9. Tipp: Beachten Sie die Grundlagen der Validation	27
10. Tipp: Lernen Sie das Modell der Lebensaufgaben kennen	28
11. Tipp: Fördern Sie das Vertrauen	30
12. Tipp: Lernen Sie, Schuldgefühle zu verstehen	31
13. Tipp: Akzeptieren Sie pubertierendes Verhalten	32
14. Tipp: Lassen Sie Bindungen erlebbar werden	34
15. Tipp: Akzeptieren Sie Leid und Schmerzen	35
16. Tipp: Helfen Sie, eine Bilanz zu ziehen	36
17. Tipp: Verstehen Sie, was alte Menschen sagen wollen	37
18. Tipp: Lernen Sie von erfolgreichen Therapeuten	39
19. Tipp: Erinnerungen sind veränderbar	40
20. Tipp: Suchen Sie nach der (positiven) Absicht	42
21. Tipp: Akzeptieren Sie Entscheidungen	43
22. Tipp: Wenden Sie den Rapport an	43
23. Tipp: Erkennen Sie, ob Menschen im Rapport miteinander sind	44
24. Tipp: Für den Rapport brauchen Sie eine innere Haltung	44
25. Tipp: Werden Sie zum Ausgangspunkt des Rapports	45
26. Tipp: Wenden Sie das Repräsentationssystem an	46
27. Tipp: Nutzen Sie den bevorzugten Sinneskanal	47

28. Tipp:	Wenden Sie das Reframing an	47
29. Tipp:	Finden Sie die Bedürfnisse des alten, desorientierten Menschen heraus	48
30. Tipp:	Sorgen Sie für Sicherheit und Geborgenheit	49
31. Tipp:	Geben Sie Anerkennung	50
32. Tipp:	Zeigen Sie den alten Menschen, dass sie gebraucht werden	51
33. Tipp:	Lassen Sie Raum für Gefühle	52

2	Die Zielgruppe der Validation	54
34. Tipp:	Bestimmen Sie die Zielgruppe für eine Validation	54
35. Tipp:	Erkennen Sie, wer nicht für eine Validation in Frage kommt	55
36. Tipp:	Helfen Sie dabei, Lebensthemen zu bearbeiten	55
37. Tipp:	Prüfen Sie Ihre eigenen Fähigkeiten hinsichtlich einer Validation	56
38. Tipp:	Seien Sie ehrlich	57

3	Die vier Stadien der Desorientiertheit	58
39. Tipp:	Beachten Sie die Stadien der Aufarbeitungsphase	58
40. Tipp:	Machen Sie sich Stadium 1 bewusst: Mangelhafte/unglückliche Orientierung	59
41. Tipp:	Machen Sie sich Stadium 2 bewusst: Zeitverwirrtheit	60
42. Tipp:	Machen Sie sich Stadium 3 bewusst: Sich wiederholende Bewegungen	62
43. Tipp:	Machen Sie sich Stadium 4 bewusst: Vegetieren	63

4	Die Methodik der Validation	65
44. Tipp:	Nutzen Sie die validierende Grundhaltung	65
45. Tipp:	Finden Sie heraus, was Sie über sich denken	65
46. Tipp:	Seien Sie kein Besserwisser	67
47. Tipp:	Nutzen Sie das validierende Gespräch	67
48. Tipp:	Seien Sie empathisch, aber leiden sie nicht mit	68
49. Tipp:	Schaffen Sie eine vertrauensvolle Atmosphäre	68
50. Tipp:	Bestimmen Sie das bevorzugte sensorische System	69
51. Tipp:	Spiegeln Sie, was Sie sehen und hören	71
52. Tipp:	Nutzen Sie verbale Techniken	72
53. Tipp:	Folgen Sie einem roten Faden	75
54. Tipp:	Zentrieren Sie sich	76
55. Tipp:	Stellen Sie Fragen	76
56. Tipp:	Wiederholen Sie und fassen Sie zusammen	77
57. Tipp:	Fragen Sie nach Extremen	78

58. Tipp:	Fragen Sie nach dem Gegenteil	79
59. Tipp:	Lassen Sie die Vergangenheit lebendig werden	80
60. Tipp:	Halten Sie Augenkontakt	81
61. Tipp:	Benutzen Sie eine mehrdeutige Sprache	81
62. Tipp:	Sprechen Sie sanft und liebevoll	82
63. Tipp:	Spiegeln Sie Bewegungen und Gefühle des alten Menschen	82
64. Tipp:	Verhalten und Bedürfnis hängen eng zusammen	83
65. Tipp:	Berühren Sie (den anderen)	85
66. Tipp:	Setzen Sie Musik und Lieder ein	86
67. Tipp:	Techniken für Stadium 1: Mangelhafte/unglückliche Orientierung	87
68. Tipp:	Techniken für Stadium 2: Zeitverwirrtheit	88
69. Tipp:	Techniken für Stadium 3: Sich wiederholende Bewegungen	88
70. Tipp:	Techniken für Stadium 4: Vegetieren	89
71. Tipp:	Akzeptieren Sie Ihre Ohnmachtsgefühle	90
72. Tipp:	Lesen und nutzen Sie die Pflegeplanung	91

5	Die Grenzen der Validation	92
73. Tipp:	Sie müssen keine Psychologin werden	92
74. Tipp:	Bestimmen Sie Ihren Zeiträuber – Validation oder Diskussion? ..	93
75. Tipp:	Sie müssen keine symbolischen Deutungen vornehmen	93
76. Tipp:	Vergessen Sie den Schauspieler in sich	94
77. Tipp:	Erkennen Sie Ihre Grenzen, wenn es um die Lebensaufgaben geht	94
78. Tipp:	Nutzen Sie Fortbildungen	95
79. Tipp:	Spüren Sie, wann Validation erfolgreich sein kann	95

6	Validation – Symbole und Symptome von A bis Z	97
80. Tipp:	Erlauben Sie »Arbeitspapiere«	97
81. Tipp:	Akzeptieren Sie den Baby-Ersatz	97
82. Tipp:	Tolerieren Sie Stimmungswechsel	98
83. Tipp:	Stillen Sie den Durst	98
84. Tipp:	Erlauben Sie Flüche	98
85. Tipp:	Achten Sie auf Handtaschen – es sind ständige Begleiter	99
86. Tipp:	Beachten Sie Ihre Intuition	99
87. Tipp:	Beachten Sie Jesus als Glaubenssymbol	100
88. Tipp:	Erkennen Sie Krawatten als Statussymbol	100
89. Tipp:	Beobachten Sie Machtspiele – und greifen Sie ein	100
90. Tipp:	Klären Sie, wenn jemand nach Hause gehen will	101
91. Tipp:	Lindern Sie Qualen	102
92. Tipp:	Achten Sie auf Rituale	102

93. Tipp: Lassen Sie Schätze zu	102
94. Tipp: Tolerieren Sie Selbstbefriedigung	103
95. Tipp: Begleiten Sie im Sterben	103
96. Tipp: Lernen Sie die universellen Symbole kennen	103

7	Validation in Beispielen	105
----------	---------------------------------------	------------

97. Tipp: Pflegen Sie verständnisvoll	105
98. Tipp: Üben Sie Toleranz	107
99. Tipp: Achten Sie auf Wünsche und Bedürfnisse	108
100. Tipp: Gehen Sie in Kontakt	109

Schlussbemerkung	110
-------------------------------	------------

Literatur	111
------------------------	------------

Register	112
-----------------------	------------