

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 Schätzze 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