

INHALT

Vorwort zur 2., aktualisierten Auflage	8
Vorwort zur 4., aktualisierten Auflage	9
Einleitung	11
Die Sonne wecken	11
Was Validation tun kann	12
Was genau ist nun Validation?	14
 1 Grundsätzliches zur Validation	18
1. Tipp: Erkennen Sie die Gefühlswelt des alten Menschen an	18
2. Tipp: Schaffen Sie Vertrauen durch Wertschätzung	19
3. Tipp: Akzeptieren Sie die Rückkehr in die Vergangenheit	22
4. Tipp: Beharren Sie nicht auf Ihrer Wahrnehmung	24
5. Tipp: Machen Sie sich einige Grundannahmen der Validation bewusst	25
6. Tipp: Ändern Sie Ihre Perspektive	28
7. Tipp: Rechnen Sie immer mit der Vergangenheit	29
8. Tipp: Spielen Sie kein Theater	31
9. Tipp: Beachten Sie die Grundlagen der Validation	32
10. Tipp: Lernen Sie das Modell der Lebensaufgaben kennen	33
11. Tipp: Fördern Sie das Vertrauen	35
12. Tipp: Lernen Sie, Schuldgefühle zu verstehen	37
13. Tipp: Akzeptieren Sie pubertierendes Verhalten	38
14. Tipp: Lassen Sie Bindungen erlebbar werden	41
15. Tipp: Akzeptieren Sie Leid und Schmerzen	42
16. Tipp: Helfen Sie, eine Bilanz zu ziehen	44
17. Tipp: Verstehen Sie, was alte Menschen sagen wollen	45
18. Tipp: Lernen Sie von erfolgreichen Therapeuten	47
19. Tipp: Erinnerungen sind veränderbar	49
20. Tipp: Suchen Sie nach der (positiven) Absicht	52
21. Tipp: Akzeptieren Sie Entscheidungen	53
22. Tipp: Wenden Sie den Rapport an	54
23. Tipp: Erkennen Sie, ob Menschen im Rapport miteinander sind	55

24. Tipp:	Für den Rapport brauchen Sie eine innere Haltung	56
25. Tipp:	Werden Sie zum Ausgangspunkt des Rapports	56
26. Tipp:	Lernen Sie das Repräsentationssystem kennen	57
27. Tipp:	Nutzen Sie den bevorzugten Sinneskanal	58
28. Tipp:	Wenden Sie das Reframing an	59
29. Tipp:	Finden Sie die Bedürfnisse des alten, desorientierten Menschen heraus	60
30. Tipp:	Sorgen Sie für Sicherheit und Geborgenheit	61
31. Tipp:	Geben Sie Anerkennung	62
32. Tipp:	Zeigen Sie den alten Menschen, dass sie gebraucht werden	63
33. Tipp:	Lassen Sie Raum für Gefühle	64
2	Die Zielgruppe der Validation	66
34. Tipp:	Bestimmen Sie die Zielgruppe für eine Validation	66
35. Tipp:	Erkennen Sie, wer nicht für eine Validation in Frage kommt	67
36. Tipp:	Helfen Sie dabei, Lebensthemen zu bearbeiten	67
37. Tipp:	Prüfen Sie Ihre eigenen Fähigkeiten hinsichtlich einer Validation	68
38. Tipp:	Seien Sie ehrlich	70
3	Die vier Stadien der Desorientiertheit	71
39. Tipp:	Beachten Sie die Stadien der Aufarbeitungsphase	71
40. Tipp:	Machen Sie sich Stadium 1 bewusst: Mangelhafte/unglückliche Orientierung	72
41. Tipp:	Machen Sie sich Stadium 2 bewusst: Zeitverwirrtheit	74
42. Tipp:	Machen Sie sich Stadium 3 bewusst: Sich wiederholende Bewegungen	76
43. Tipp:	Machen Sie sich Stadium 4 bewusst: Vegetieren	77
4	Die Methodik der Validation	79
44. Tipp:	Nutzen Sie die validierende Grundhaltung	79
45. Tipp:	Finden Sie heraus, was Sie über sich selbst denken	80
46. Tipp:	Seien Sie kein Besserwisser	81
47. Tipp:	Nutzen Sie das validierende Gespräch	82
48. Tipp:	Seien Sie empathisch, aber leiden Sie nicht mit	82
49. Tipp:	Schaffen Sie eine vertrauensvolle Atmosphäre	83

50. Tipp:	Bestimmen Sie das bevorzugte sensorische System	83
51. Tipp:	Spiegeln Sie, was Sie sehen und hören	86
52. Tipp:	Nutzen Sie verbale Techniken	86
53. Tipp:	Folgen Sie einem roten Faden	90
54. Tipp:	Zentrieren Sie sich	90
55. Tipp:	Stellen Sie Fragen	91
56. Tipp:	Wiederholen Sie und fassen Sie zusammen	92
57. Tipp:	Fragen Sie nach Extremen	93
58. Tipp:	Fragen Sie nach dem Gegenteil	95
59. Tipp:	Lassen Sie die Vergangenheit lebendig werden	95
60. Tipp:	Halten Sie Augenkontakt	96
61. Tipp:	Benutzen Sie eine mehrdeutige Sprache	97
62. Tipp:	Sprechen Sie sanft und liebevoll	98
63. Tipp:	Spiegeln Sie Bewegungen und Gefühle des alten Menschen	98
64. Tipp:	Verhalten und Bedürfnis hängen eng zusammen	99
65. Tipp:	Berühren Sie den anderen	100
66. Tipp:	Setzen Sie Musik und Lieder ein	102
67. Tipp:	Techniken für Stadium 1: Mangelhafte/unglückliche Orientierung	103
68. Tipp:	Techniken für Stadium 2: Zeitverwirrtheit	104
69. Tipp:	Techniken für Stadium 3: Sich wiederholende Bewegungen	105
70. Tipp:	Techniken für Stadium 4: Vegetieren	105
71. Tipp:	Akzeptieren Sie Ihre Ohnmachtsgefühle	107
72. Tipp:	Lesen und nutzen Sie die Pflegeplanung	107
5	Die Grenzen der Validation	109
73. Tipp:	Sie müssen keine Psychologin werden	110
74. Tipp:	Bestimmen Sie Ihren Zeiträuber – Validation oder Diskussion?	110
75. Tipp:	Sie müssen keine symbolischen Deutungen vornehmen	111
76. Tipp:	Vergessen Sie den Schauspieler in sich	112
77. Tipp:	Erkennen Sie Ihre Grenzen, wenn es um die Lebensaufgaben geht	112
78. Tipp:	Nutzen Sie Fortbildungen	113
79. Tipp:	Spüren Sie, wann Validation erfolgreich sein kann	113

6	Validation – Symbole und Symptome von A bis Z	115
80. Tipp:	Erlauben Sie »Arbeitspapiere«	115
81. Tipp:	Akzeptieren Sie den Baby-Ersatz	115
82. Tipp:	Tolerieren Sie Stimmungswechsel	116
83. Tipp:	Stillen Sie den Durst	116
84. Tipp:	Erlauben Sie Flüche	116
85. Tipp:	Achten Sie auf Handtaschen – es sind ständige Begleiter	117
86. Tipp:	Beachten Sie Ihre Intuition	117
87. Tipp:	Beachten Sie Jesus als Glaubenssymbol	118
88. Tipp:	Erkennen Sie Krawatten als Statussymbol	118
89. Tipp:	Beobachten Sie Machtspiele – und greifen Sie ein	118
90. Tipp:	Klären Sie, wenn jemand nach Hause gehen will	119
91. Tipp:	Lindern Sie Qualen	120
92. Tipp:	Achten Sie auf Rituale	120
93. Tipp:	Lassen Sie Schätze zu	121
94. Tipp:	Tolerieren Sie Selbstbefriedigung	121
95. Tipp:	Begleiten Sie im Sterben	121
96. Tipp:	Lernen Sie die universellen Symbole kennen	122
7	Validation in Beispielen	123
97. Tipp:	Pflegen Sie verständnisvoll	123
98. Tipp:	Üben Sie Toleranz	124
99. Tipp:	Achten Sie auf Wünsche und Bedürfnisse	125
100. Tipp:	Gehen Sie in Kontakt	126
	Schlussbemerkung	128
	Literatur	129
	Register	131