

# VALIDATIONSTECHNIKEN

## für eine Kommunikation mit Menschen mit Demenz

---

Verbale und nonverbale Validationstechniken ermöglichen das Verhalten des Menschen mit einer dementiellen Erkrankung besser zu verstehen.

### Was wir tun können:

#### 1. Zentrieren

Zuerst prüfen, ob ich selbst gerade in der Verfassung bin, eigene Emotionen loszulassen und mich in den Menschen mit Demenz einzufühlen.

#### 2. W-Fragen stellen, ohne Gefühle anzusprechen

Wer, was, wo, wann, wie - aber niemals warum!

#### 3. Aufrichtiger Blickkontakt

#### 4. Deutliche, tiefe und liebevolle Stimme

#### 5. Berührungen

- werden im Anfangsstadium (Phase 1) oft abgelehnt
- später (ab Phase 2) aber als angenehm empfunden
- wecken oft Erinnerungen

#### 6. Wiederholungen

- die gleichen Worte wie mein Gegenüber verwenden, aber mit bestätigendem oder fragenden Unterton

#### 7. Schon Gesagtes deutlicher umschreiben

- die Kernaussage (Worte mit der stärksten Emotion) wiederholen
- dieselben Wörter wie die Betroffenen verwenden

# VALIDATIONSTECHNIKEN

## für eine Kommunikation mit Menschen mit Demenz

---

### 8. Rückblicken

- Fragen zur Vergangenheit stellen
- evtl. an erfolgreich gelöste Probleme erinnern

### 9. Mehrdeutigkeit

- Dinge unbestimmt benennen: es, sie, etwas, viel, alles, ah... das Dings da
- Das gibt den Betroffenen Raum, das auszudrücken, was sie beschäftigt:
  - ist ES viel?
  - ist ES sooo schwer?
  - ist ES sooo schön?

### 10. Spiegeln

- Die Körpersprache der Betroffenen wahrnehmen, nicht nachäffen, desorientierte Menschen fühlen sich sonst verspottet.
- Das Gegenüber ernst nehmen und mit ihm mitfühlen.

### 11. Verhalten mit **Gefühlen** und **unerfüllten Bedürfnissen** in **Zusammenhang** bringen

- Gefühle können geäußert werden, wenn jemand zuhört und sie benennen kann.

### 12. Musik und Singen

- Viele desorientierte Menschen können noch gut singen (auch wenn sie nicht mehr sprechen)!!!
- Sie können EMOTIONAL gefärbte ERINNERUNGEN aus dem Langzeitgedächtnis abrufen und diese Gefühle somit jetzt wieder erleben.