

# Validation

---

...bedeutet im Lateinischen **BEGLEITUNG**, im Englischen **WERTSCHÄTZUNG**

...alte, desorientierte Menschen zu respektieren und ihre Weisheit anzuerkennen.

Sie ist eine Kommunikationsmethode, die einen einfühlsamen und wertschätzenderen Umgang mit Menschen mit Demenz fördert.

Die Menschen mit Demenz in ihrer eigenen Welt zu erreichen und wertfrei mit ihnen in Verbindung zu kommen, das ist die KUNST DER VALIDATION.

Alle Menschen, denen eine gelingende Kommunikation und der Umgang mit Menschen mit Demenz ein Anliegen ist, können die notwendige Hilfe mit konkret anwendbaren Methoden sowie einen entspannteren Zugang mit [Humor](#) Praxis in meinen [Workshops](#) erfahren.

Anwenderinnen und Anwender der Validation zentrieren sich, beobachten und nehmen den ganzen Menschen in seiner Körpersprache wahr. Sie fangen verbale sowie nonverbale [Signale](#) auf und kleiden diese in Worte. So validieren sie den Menschen und es bleibt seine **WÜRDE** gewahrt.

## Beispiel für eine Validation

Anstatt mit alten, verwirrten Menschen zu schimpfen oder ihnen rational zu erklären, warum sie ihre Handtasche nicht mit aufs WC zu nehmen brauchen, wird bei der Validation anerkannt, dass die Handtasche einen wichtigen Teil der Identität darstellt, der nicht einfach "aufgegeben" werden kann. Verhaltensweisen, die für das soziale Umfeld nervenaufreibend sind, können durch Validation ganz aufhören, seltener werden oder Pflegende und Angehörige lernen zumindest, besser damit umzugehen.

## VALIDATION nach Naomi Feil ist eine Kombination aus

- ...einer einfühlsamen [Grundhaltung](#) kombiniert mit den [Prinzipien](#) der Validation
- ...einer [Entwicklungstheorie](#) für alte, mangelhaft orientierte und desorientierte Menschen, die uns hilft, ihr Verhalten zu verstehen
- ...spezifischen [Techniken](#) (verbal- und nonverbal)

Die Grundprinzipien der Validation nach Feil waren Ideengeber für zahlreiche Ansätze in der erlebnisorientierten Pflege alter, dementer Menschen. Das Hauptaugenmerk für eine gelingende Kommunikation liegt nun auf den Emotionen und weniger am sprachlich-verbale Ausdruck.

Menschen haben in jedem Lebensalter eine bestimmte Aufgabe zu erfüllen. Darauf stützt sich Naomi Feil theoretisch (Erikson 1996). Sie vertritt die Meinung: Wenn diese Aufgaben im Leben nicht gelingen, gleiten alte Menschen immer mehr in die Demenz ab. Aus dieser Überlegung heraus versucht Feil, die erlebnisorientierte Kontaktaufnahme zu Menschen mit Demenz mit [Biografiearbeit](#) zu verknüpfen.

Naomi Feil entwickelte zwischen 1963 und 1980 die Methode der VALIDATION als wertschätzende Begleitung demenzkranker Menschen. Sie arbeitete anfangs mit dem [ROT](#) (Realitätsorientierung), kam nach drei Jahren zum Ergebnis: "Ich gab das Ziel der Realitätsorientierung auf, als ich bemerkte, dass Betroffene sich dann zurückzogen oder zunehmend unruhig wurden, wenn ich sie mit der für sie unerträglichen Realität der Gegenwart zu konfrontieren versuchte.

# Was passiert bei der Validation?

Die einfühlsame (empathische) [Grundhaltung](#) gegenüber den alten, desorientierten Menschen, die die Validation erst möglich macht, **kann rund um die Uhr eingenommen werden**. Die verschiedenen Validationstechniken üben Sie hingegen nur für einige (zirka 5 bis 15) Minuten am Stück aus.

Damit Sie das tun können, müssen Sie sich zuerst "zentrieren": Nehmen Sie sich vor der Validation einer alten Person einen Moment Zeit, um tief einzusatmen und ihre Körpermitte zu finden. Lassen Sie Ihre Gefühle und Urteile für die Zeit der Validation draußen – konzentrieren Sie sich ganz auf den alten Menschen, beobachten Sie ihn und nehmen Sie ihn als Person wahr. Zu Ihren Gefühlen (z.B. Enttäuschung, weil der alte Mensch Sie nicht erkennt) kehren Sie erst nach Ablauf der Validation zurück.

In ihrem ersten Buch in deutscher Übersetzung (Validation: ein neuer Weg zum Verständnis alter Menschen, Feil 1990) fasst sie die Grundprinzipien der Validation wie folgt zusammen:

- Jemanden zu validieren bedeutet, seine [Körpersprache wahrzunehmen](#), seine Gefühle anzuerkennen und diese für GÜLTIG zu erklären. Das Ernstnehmen seiner Gefühle gibt dem Menschen mit Demenz Sicherheit und Würde.
- In der Methode der Validation geht man mit EINFÜHLUNGSVERMÖGEN vor, um an die innere Erlebenswelt der sehr alten, desorientierten Personen anzudocken.
- IN DEN SCHUHEN DES ANDEREN ZU GEHEN, schafft Vertrauen – Sicherheit – Stärke. Damit kehrt das SELBSTWERTGEFÜHL zurück. Daraus resultiert mehr Freude und weniger Stress für die dementierenden Menschen und ihr Umfeld.

## Für die Wahrnehmung der Demenzphasen hat Naomi Feil vier Stadien entwickelt:

Stadium I	Mangelhafte / unglückliche Orientierung (= teils orientiert, aber unglücklich)
Stadium II	Zeitverwirrtheit / Verlust kognitiver Fähigkeiten
Stadium III	Monotone Bewegungen ersetzen die Sprache
Stadium IV	Vegetieren / Totaler Rückzug nach innen (Feil 1990)

Die kurze [Übersicht der vier Phasen](#) zeigt die körperlichen und psychologischen Symptome in den jeweils fortschreitenden Stadien der Demenz.

Somit können alle Menschen, denen eine gelingende Kommunikation und der Umgang mit Menschen mit Demenz ein Anliegen ist, die notwendige Hilfe bekommen. Über konkret anwendbare Methoden sowie einen entspannteren Zugang mit Humor erfahren Sie Weiteres sowie zahlreiche Beispiele mit Erfahrungswerten aus der Praxis in meinen [Workshops](#).

Ihr Nutzen: alle Beteiligten: desorientierte- sowie gesunde Menschen erleben danach **ein geglücktes MITEINANDER – eine ENTLASTUNG für beide Seiten!**