

Gunvor Sramek

# Validation: Brücke in die Welt der Demenz

Validation: Bridge into the World of Dementia

## Zusammenfassung

*Validation* ist die Bezeichnung einer Kommunikationsmethode von Naomi Feil, die zum Ziel hat, ein besseres Miteinander mit älteren Menschen zu ermöglichen, insbesondere jenen mit einer demenziellen Diagnose. Die Validation basiert auf einer empathischen Grundhaltung, spezieller Kenntnis der Theorie und Erfahrung mit verbalen und non-verbalen Techniken. Sie ermöglicht die Brücke zur inneren Welt der älteren Menschen, die sich nicht mehr in unserer Realität zurechtfinden können, immer wieder zu überqueren. Die jeweiligen Emotionen und emotionellen Bedürfnisse werden erspürt und erkannt, um sie optimal zu begleiten. Angehörige, Pfleger und andere Menschen im nahen Umfeld lernen nach und nach die Situation mit anderen Augen zu sehen, fühlen sich sicherer und werden entspannter. Die Grundstimmung verändert sich zum Positiven.

**Schlüsselwörter: Validation, Wertschätzung, Lebensqualität, Demenz, Naomi Feil**

## Abstract

*Validation* stands for a method of communication by Naomi Feil to improve interaction with older people and in particular those with dementia. Validation is based on empathy, special knowledge in theory and experience in verbal and non-verbal techniques.

Validation creates a bridge to the inner world of the elderly, who have difficulties finding their way around in our reality. Emotions and emotional needs can be sensed and identified. Relatives, caring persons and other contact persons learn little by little to look calmly at the situation from a different angle, and see things in a positive light.

**Keywords: validation, appreciation, quality of life, dementia, Naomi Feil**

Gunvor Sramek  
Diplomierte VTI Validationslehrerin und Masterin  
nach Naomi Feil  
Waldvogelstraße 20/8/1, A-1130 Wien  
gunvor.sramek@gmail.com

## Einleitung

Wir können nicht erwarten, dass alte, demenzkranke Menschen im Stande sind, sich in unserer Realität zurechtzufinden. Deshalb müssen wir versuchen, uns ein Stück weit in ihre Welt hinein zu begeben, wenn wir uns ernsthaft mit ihnen verständigen wollen. Wir müssen die Brücke überqueren.

*Validation* ist die Bezeichnung einer Kommunikationsmethode von Naomi Feil, die zum Ziel hat, ein besseres Miteinander zwischen jüngeren Menschen und alten Menschen mit einer dementiellen Diagnose zu ermöglichen. Es geht darum, dass wir immer wieder die Brücke zu ihrer inneren Welt überqueren, weil wir spüren, dass sie sich nicht in unserer Realität zurechtfinden können. Man spricht erst dann von *Validation*, wenn sich jemand folgende drei Dinge angeeignet hat: eine empathische *Grundhaltung*, eine gute Kenntnis der *Theorie* und eine gewisse Erfahrung im richtigen Umgang mit den verbalen und nonverbalen *Techniken*.<sup>1</sup>

In der Kommunikationsmethode *Validation* nach N. Feil geht es in erster Linie darum, die Gefühls- und Wahrnehmungswelt des veränderten alten Menschen ernst zu nehmen und ihm zu zeigen, dass er in seinem „So-Sein“ akzeptiert, verstanden und respektiert wird. Sein Verhalten dient uns dabei als Leitfaden. Es geht um seine Ziele, nicht um unsere. Deshalb korrigieren wir ihn nicht. Wir gehen auf die Aussagen und Signale der alten Person ein, ohne sie zu bewerten oder Stellung zu beziehen. Es handelt sich hier nicht um einen Meinungsaustausch, so wie es sonst in einem Gespräch der Fall ist.

Während einer Begegnung mit *Validation* werden die Gefühle der alten Person geteilt, begleitet und mit viel *Empathie* bestätigt. Das geschieht sowohl direkt wie indirekt, je nach Bedarf. Die sachlichen Inhalte werden nicht kommentiert; also weder bejaht noch verneint, es wird nur gezielt umformuliert, wiederholt und nachgefragt. Es gibt dabei verschiedene Arten nachzufragen. Das dient vor allem dem Ziel, den alten Menschen dabei zu unterstützen, seine Anliegen besser auszudrücken und aus seiner Sicht noch klarer auf den Punkt zu bringen.

Diese unterstützende Begleitung beruht auf einer Reihe humanistischer Prinzipien<sup>2</sup> und ist ganz besonders nützlich, wenn es sich um Anliegen handelt, die immer wieder thematisiert werden und eine Aufarbeitung benötigen. Ob, wann und in welcher Art und Weise man *Validation* einsetzt, richtet sich nach der jeweiligen Situation. Therapieformen, die auf Eigenschaften wie kognitive Fähigkeiten, die Fähigkeit zur Einsicht und ein gut funktionierendes Gedächtnis aufbauen, sind hier nicht mehr sinnvoll.

Bei jeder Begegnung mit *Validation* geht es darum, die jeweiligen Emotionen und die emotionalen Bedürfnisse der alten Person zu erspüren, zu erkennen und diese optimal zu begleiten. Alles geschieht im Gefühlsrhythmus der alten Person.

Aber nicht nur der alte Mensch, sondern auch das ganze Umfeld kann sich durch *Validation* verändern. Angehörige, Pfleger und andere Menschen im nahen Umfeld lernen nach und nach die Situation mit anderen Augen zu sehen, fühlen sich sicherer und werden entspannter. Die Grundstimmung verändert sich zum Positiven.

## Grundhaltung Empathie

Um mit *Validation* begleiten zu können, muss man empathisch sein. Man braucht Zeit, um sich damit auseinanderzusetzen, was dieser Begriff im Umgang mit unserer Zielgruppe alles beinhaltet. Eine entsprechende Grundhaltung ist unentbehrlich, aber das alleine reicht nicht aus. Es braucht auch eine fundierte Kenntnis der Theorie sowie die Fähigkeit, unterschiedliche verbale und nonverbale Techniken richtig einzusetzen. Erst bei einer ausgewogenen Kombination von Grundhaltung, Theorie und Techniken kann man von *Validation* sprechen. Die ersten Wochen der Ausbildung sind nicht leicht. Man muss sich erst daran gewöhnen, seine persönlichen Gefühle und üblichen Reaktionsmuster für die Dauer einer solchen Begegnung hintanzustellen. Das „Überqueren der Brücke“ – und später wieder retour – geschieht ganz bewusst.

## Beispiele für typische Situationen in der Arbeit mit Validation

Gut ausgebildete Validationsanwender kränken sich nicht über „beschuldigende“ Aussagen, weil sie geübt haben, wie sie in einer solchen Situation zu reagieren haben. Wenn es mal laut zugeht, geht die validierende Person mit ihrer ganzen Energie „innerlich mit“ und wiederholt zuerst ein bis zwei der emotional wichtigsten Wörter in einem sehr ernsten Tonfall. Die Wahl der geeigneten Techniken richtet sich nach der Situation. Als Betreuer freut man sich, wenn sich alle Beteiligten nach kurzer Zeit entspannen können. In einem späteren Stadium erlebt man häufig ein plötzliches Springen zwischen unterschiedlichen Stimmungen und Themen. Die Begleitperson wundert sich über nichts und springt mit. Alles passiert im Gefühlsrhythmus der alten Person.

## Erkennbar positive Auswirkungen

Der alte Mensch gewinnt langsam an Vertrauen und Sicherheit. Das bewirkt ein „Mehr“ an Lebensqualität und Entspannung. Man erkennt das an vielen, kleinen Veränderungen: Die Körperhaltung wird aufrechter, die Verkrampfung nimmt ab, die Mimik wirkt zufriedener, und die Tonlage zeugt von positiver Stimmung. Alte, belastende Themen verlieren nach und nach an Bedeutung, werden seltener thematisiert und können manchmal ganz verschwinden.

Aber es finden auch andere Verbesserungen statt: Wenn Gefühle validiert werden, kommt es sehr oft für kurze Momente zu einer klareren, realistischen Sicht der Dinge. Der alte Mensch richtet sich dann auf, schaut uns gezielt an und wirkt präsenter als sonst. Es ist, als ob er durch unsere Unterstützung sich selbst ein Stück weit in die Realität zurückholt. Wir helfen ihm, einen für sich brauchbareren Weg zu finden. Dadurch gibt es dann nicht mehr so viele „verworrene Fäden“ in seinem Kopf. Wenn sich solche „klaren“ Momente wiederholen, kommt es nach und nach zu anhaltenden positiven Auswirkungen, die jeder erkennen kann.

## Validation hilft allen Beteiligten

Eines Tages klingelte das Telefon bei mir zu Hause. Es war die Direktorin einer Einrichtung, die ich im Vorjahr kennengelernt hatte. Sie sagte: *„Können Sie sich noch an mich erinnern? Sie waren voriges Jahr bei uns und haben ein viertägiges Basisseminar in Validation gehalten. Damals habe ich Sie gefragt, was wir tun können, um hier im Haus mit Validation weiterzukommen. Sie haben uns geraten, so rasch wie möglich mindestens drei Mitarbeiter einer Pflegestation in eine autorisierte Validationsausbildung zu schicken. Das haben wir dann getan. Und jetzt kommt der Grund, warum ich sie anrufe: Sie haben uns von verschiedenen positiven Verhaltensänderungen der alten Menschen erzählt, die sich nach und nach einstellen können. Aber ich habe das damals nicht glauben können. Ich konnte mir nicht vorstellen, wie das gehen soll. Und jetzt sag ich Ihnen etwas: Sie haben recht gehabt! Bei uns ist einfach Ruhe eingekehrt! Es gibt z. B. kein Weglaufen müssen; Keine lauten Beschimpfungen und überhaupt kein: „hallo - hallo - Rufen“ mehr auf der Station. Das wollte ich Ihnen unbedingt sagen!“*

Über diesen Anruf habe ich mich natürlich sehr gefreut. Für viele Menschen ist es schwer vorstellbar, dass der Einsatz der Methode Validation „wirklich etwas bringen kann“. Validation ist natürlich nicht nur hilfreich für die alten Menschen, sondern für alle Beteiligten. Dazu gehören die Angehörigen, die Betreuer und andere wichtige Personen im Umfeld. Es beeinflusst das ganze Klima in der Umgebung der betroffenen Person.

## Bedingungen für eine anhaltende Verbesserung

Die oben beschriebenen, lang anhaltenden positiven Veränderungen sind immer abhängig von einer stabilen, einfühlsamen, wertschätzenden Verhaltensweise der wichtigsten Personen in der unmittelbaren Umgebung. Sollte der alte Mensch dieses hilfreiche Umfeld plötzlich verlieren, würden seine früheren negativen Verhaltensmuster mit großer Wahrscheinlichkeit wiederkehren.

Durch regelmäßige Validation können ange-

spannte Alltagssituationen im Vorhinein verhindert oder entschärft werden. Validation ist aber nicht als eine Art „Feuerwehreinsatz“ gemeint, der erst dann zum Zug kommt, wenn es schon kräftig brennt.

### **Zielgruppe für Validation**

Dieses gezielte „Mitgehen ohne zu Korrigieren“ wurde von Naomi Feil mehr als zwölf Jahre lang in der Praxis erprobt, immer wieder reflektiert, verworfen, wieder aufgezeichnet, verglichen und umgeändert. Es dauerte lange, bis herausgefunden werden konnte, „wann was bei wem“ am meisten hilft. So war es erst am Ende dieser langen Entwicklungsphase möglich, eine breite Zielgruppe für Validation zu definieren.

Die Zielgruppe, die am meisten von Validation profitiert, sind alte Menschen mit einer dementiellen Diagnose, die vorher jahrzehntlang so gelebt haben wie du und ich, sich aber in ihrem Verhalten so deutlich verändert haben, dass es zunehmend mühsamer wird, mit ihnen gut zu kommunizieren. Die Zielgruppe umfasst alte Menschen vom Beginn der allerersten Anzeichen einer demenziell bedingten Verhaltensänderung und zieht sich durch alle Demenzphasen hin bis zum Tod. Es geht meistens um Menschen, die zwischen 80 und 100 Jahre alt sind und erst in jüngster Zeit verhaltensauffällig geworden sind. Oft sind sie von verschiedenen anderen Krankheiten geplagt, sie haben aber früher jahrzehntlang ein selbständiges Leben geführt. Da es sich um eine sehr große Gruppe alter Menschen mit sehr unterschiedlichen Fähigkeiten und Bedürfnissen handelt, braucht es hier eine grobe Einteilung.

### **Einteilung in Phasen**

Um effektiv und gezielt helfen zu können, braucht man eine grobe Einteilung dieser großen Zielgruppe. Naomi Feil definiert vier voneinander getrennte Phasen mit jeweils eigenen Bezeichnungen. Die Übergänge sind aber fließend, es gibt keine starren Trennwände. Wir sprechen von „Pha-

sen der Aufarbeitung“, weil es immer wieder darum geht zu helfen, dass momentane und frühere belastende Angelegenheiten ausgedrückt, begleitet und aufgearbeitet werden können. In jeder der vier Phasen braucht es eine etwas andere Art der Begleitung. Validation beinhaltet viele Möglichkeiten, die sehr unterschiedlich eingesetzt werden.

#### **Die vier Phasen**

Ein Demenzverlauf beginnt meistens schleichend und unerkannt. Der Prozess dauert jahrelang an und endet irgendwann mit dem Tod. Am Beginn sind die alten Menschen nur ab und zu mangelhaft orientiert, später werden sie zunehmend desorientierter.

#### **Phase 1: Mangelhaft Orientiert**

Das ist die Bezeichnung alter Menschen, die sehr häufig kurze „Aussetzer“ haben, aber meistens noch zeitlich und örtlich orientiert sind. Sie beginnen sich aber auffällig zu verändern, z. B. behaupten sie „eigenartige“ Dinge, die früher nie ein Thema waren. Sie sind nicht mehr flexibel, haben keine Einsicht, möchten unbedingt selbständig sein und empfinden fremde Hilfe als völlig unnötige und unangenehme Einmischung.

#### **Phase 2: Zeitverwirrt**

In der zweiten Phase handelt es sich um alte Menschen, die spürbar die zeitliche und örtliche Orientierung verloren haben und sich im Alltag nicht mehr alleine zurechtfinden. Ihre Sprache ist meistens verständlich, aber die Inhalte hängen oft nicht mit der heutigen Realität zusammen. Alles vermischt sich. Sie sind auf Hilfe angewiesen.

#### **Phase 3: Wiederholende Bewegung**

In der dritten Phase wird erkennbar, dass die eingeschränkte Sprachfähigkeit zunehmend *durch sich wiederholende Bewegungen* ersetzt wird. Der alte Mensch kommuniziert hauptsächlich über Bewegungen, Mimik, Laute, einzelne Wörter oder Silben. Er ist rund um die Uhr auf Hilfe angewiesen.

#### Phase 4: Vegetieren

Ganz zum Schluss kann es manchmal dazu kommen, dass sich der alte Mensch völlig in seine innere Welt zurückzieht und nur mehr ein Minimum an Reaktionen zeigt. Wir können nicht erkennen, ob er oder sie uns wahrnimmt oder nicht. Es ist ein wichtiges Ziel der Validation, diesen Zustand zu verhindern.

#### Validation soll früh einsetzen

Erst am Ende ihrer jahrelangen Versuchsreihe fand Naomi Feil heraus, dass der Bedarf an dieser Art der empathischen Kommunikation schon zu einem sehr frühen Zeitpunkt beginnt, meistens schon, bevor eine Demenzdiagnose gestellt wird. Zu diesem Zeitpunkt der beginnenden Verhaltensveränderungen werden viele gut gemeinte Richtigstellungen eingesetzt. Die Menschen im Umfeld der alten Person versuchen es mit langen Erklärungen, logischen Argumenten und Korrekturen, sie verstehen nicht, was los ist, und sie sind verständlicherweise ratlos und verzweifelt. Sie sind davon überzeugt, dass der alte Mensch einfach nur stur ist und jeder Zeit zur Vernunft kommen könnte, wenn er nur wollte. In dieser Phase kann qualitätsvolle Validation innerhalb weniger Wochen Abhilfe schaffen, wie beispielsweise die Ergebnisse von Trainingskursen für die mobilen Dienste zeigen.

#### Menschen in Phase 1 „mangelhaft orientiert“

Wenn ein Arzt eine Demenz feststellt, ist es meistens längst zu Veränderungen und Verlusten in vielen unterschiedlichen Bereichen gekommen. Alte Menschen, die zwar *meistens*, aber nicht immer orientiert sind, bezeichnet man in der Validation, wie bereits ausgeführt, als Menschen in „Phase 1- mangelhaft orientiert“. Wir beginnen mit Validation spätestens dann, wenn ein alter Mensch öfter kleine Aussetzer hat und plötzlich eigenartige Dinge behauptet, die er früher niemals gesagt hätte. Hierzu ein Beispiel: „Die kommen da einfach herein und bringen *alles* durcheinander! Was machen Sie hier? Ich bin schon sauber - mischen

Sie sich nicht in meine Angelegenheiten ein! Sie haben meine *Geldbörse* gestohlen!“ Warum sagt ein alter Mensch solche oder ähnliche „verrückte“ Sachen? Er hat früher nie unter irgendwelchen Verfolgungsängsten gelitten. Bis vor kurzem war er mehr oder weniger unauffällig.

Jetzt ist der alte Mensch dabei, seine Selbständigkeit zu verlieren. Tief im Inneren weiß er das auch, aber er will auf gar keinen Fall zugeben, dass er auf Hilfe mehr angewiesen sein wird. Er möchte nicht durchschaut werden; deshalb versteckt er seine Unsicherheiten hinter einer unsichtbaren „Schutzwand“. Der alte Mensch fürchtet sich davor, als „deppert“ abgestempelt zu werden, und ist sehr verletzbar.

Stellt man ihn zu Rede oder versucht man ihn mit logischen Argumenten geduldig davon zu überzeugen, dass er sich das alles nur einbildet, entsteht unweigerlich ein Streit. Der alte Mensch wird so gut wie nie einsichtig sein – und der Betreuer vergeudet nur seine Kraft.

#### Wie reagiert man validierend in Phase 1?

Es ist gut, wenn der Betreuer kurz innehält, sich zentriert und die „Brücke überquert“. Man sollte vorsichtshalber den hier gezeigten Ärger *nicht direkt ansprechen*; aber man sollte unbedingt den gezeigten Ärger für kurze Zeit *innerlich mitfühlen*. In der Validation nennt man diesen Schritt das „Kalibrieren“. Die Voraussetzung hierfür ist, dass der Betreuer gut geschult ist und ein Gefühl dafür hat, was hinter diesem Verhalten stecken könnte. Konkret: dass es hier *nicht* um eine verlorene Geldbörse aus Leder geht, sondern sehr wahrscheinlich um den zunehmenden Verlust der Selbstbestimmung.

In diesem Verlust steckt viel Angst. Der alte Mensch wirkt angespannt. Der Betreuer fühlt das genau und ist deshalb auch etwas angespannt und sehr ernst. Er antwortet ganz bewusst so, dass er ein bis zwei der am meisten betonten Wörter des alten Menschen wiederholt. In der Validation bezeichnen wir jene als „Schlüsselwörter“. Solche Wörter haben manchmal eine symbolische Bedeutung. In

dem oben genannten Beispiel waren das die beiden Wörter: *Geldbörse* und *alles*.

Der Betreuer fragt: *„Die Geldbörse? Was war da drinnen? – Ist alles weg? Ist das schon öfter passiert? Wie lange geht das schon so? Erst in letzter Zeit, sagen Sie? Wann haben Sie es entdeckt? War das früher alles ganz anders? Ist da auch so etwas passiert? Ja? Nein, nie? Hatten Sie immer die Dinge im Griff? Ja? – Was haben Sie beruflich gemacht? Nicht leicht, sagen Sie? Was war besonders mühsam? Waren Sie dabei ganz allein? Haben Sie viel Verantwortung gehabt? Was hätte da alles passieren können? Verlässlich? Da waren ihre Vorgesetzten sicher froh, dass Sie so verlässlich sind? Und abschließend: Können wir vielleicht etwas finden, damit es jetzt besser wird? Haben Sie eine Idee, was da helfen könnte? Sollen wir ... versuchen?“*

Die Stimmung ist jetzt vollkommen entspannt. Beim Abschied bedankt man sich für das Gespräch, und man verspricht später mal wieder zu kommen.

*Validation in Phase 1* bedeutet: Der Betreuer hört den alten Menschen mit viel Empathie an, *ohne* die gezeigten Gefühle zu benennen und *ohne* die vermuteten Ursachen und Hintergründe für seine „verrückten“ Behauptungen anzusprechen. Der Betreuer wiederholt einige der wichtigen Wörter und fragt mit ein paar verbalen Techniken nach, bis er spürt, dass der aufgestaute Druck etwas weniger wird. Dann gibt der Betreuer dem alten Menschen ganz bewusst etwas Wertschätzung und Status, indem er gezielte Fragen zu wichtigen Dingen aus seinem Leben stellt und diese Dinge hervorhebt.

Zum Schluss versucht der Betreuer, mit ihm gemeinsam eine passende Lösung für die jetzige Situation zu finden. Die gemeinsame Suche auf gleicher Augenhöhe ist ganz besonders wichtig. Beim Abschied stellt der Betreuer eine Brücke zu einem neuerlichen Wiedersehen her.

Wenn solche Begegnungen immer wieder stattfinden, bleibt das nicht ohne Wirkung. Der alte Mensch vertraut jetzt dem Betreuer und fühlt sich langsam besser. Er kann ganz sicher sein, dass er wirklich angehört wird und in seiner jetzigen Situation nicht alleine gelassen ist. Dadurch wird die

„Notwendigkeit“, andere Personen zu beschuldigen, allmählich abnehmen.

## **Menschen in Phase 2 „zeitverwirrt“**

Zu einem späteren Zeitpunkt merkt man der Person die Desorientierung ganz deutlich an, der alte Mensch hat jetzt eine Demenzdiagnose. Er ist oft auf der Suche „nach früher“, wo alles noch in Ordnung war, und wo er sich gut zurechtgefunden hat.

Die Sehnsucht nach Orientierung, Sicherheit, Geborgenheit und liebevoller, selbstverständlicher Akzeptanz begleitet ihn rund um die Uhr. Zeitverwirrte Menschen bringen die eigenen Lebensabschnitte zeitlich durcheinander. Das logische Denkvermögen und das richtige Zuordnen funktionieren nicht mehr. Er spricht auch häufig von Personen und Ereignissen von früher, als ob diese jetzt existieren würden.

Angehörige und Betreuer wissen oft nicht, dass sämtliche Korrekturen und Realitätsorientierungen jetzt kontraproduktiv wirken. Sie sagen oft: „Aber nein – beruhige Dich, du irrst Dich; es gibt jetzt keinen Krieg“ – oder „Das hast du nur geträumt!“ Aber manchmal scheint der alte Mensch ganz klar zu sein. In diesem Moment weiß er auch, dass die eigenen Eltern schon längst gestorben sind und dass der erwachsene Sohn jetzt im Ausland lebt.

Dieser rasche Wechsel zwischen Aussagen, die für uns gut nachvollziehbar sind, und Aussagen aus einer „inneren Welt von früher“ verwirren die Betreuer. Viele haben nicht gelernt, wie man mit einem desorientierten Menschen auf der Gefühls-ebene sinnvoll kommuniziert. In einem solchen Moment sind alle Beteiligten verunsichert, sowohl die Verwirrten wie die Orientierten.<sup>3</sup>

## **Wie reagiert man validierend in Phase 2?**

Zuerst: Zentrieren und die Straßenseite wechseln; gut beobachten und sich auf den Rhythmus und die Gefühlsebene der Person einlassen. Man sollte sich eher auf Emotionen konzentrieren und die sachlichen Inhalte hintan stellen. Wichtig wer-

den eine frontale Steh- oder Sitzposition, Nähe, viel Augenkontakt und immer wieder eine passende Berührung mit ein oder zwei Händen finden, die etwas Halt und Geborgenheit vermittelt.

Verbal: Wir wiederholen einige kurze Passagen und fragen nach dem jeweiligen Gefühl: „Wie ist das für Sie? Nicht gut – nein? Was ist nicht gut? Furchtbar laut? Haben Sie sich gefürchtet? Ganz furchtbar? Was war am Schlimmsten? Die Bomben?“ – Pause, Berührung. „Waren Sie ganz alleine? Nein? Wer war noch dort? Ihre Schwester. Und die Mutter, war sie auch da? Nein? So viel Arbeit? Immer müde? Hat sie viel, immer so viel arbeiten müssen? Eingeschlafen – ist sie eingeschlafen? Ja? Ganz furchtbar müde? Sind Sie jetzt auch müde?“

Der Betreuer befindet sich jetzt ganz nahe der alten Person. Er/sie kann vielleicht versuchen, seine Hand ganz vorsichtig seitlich auf den Kopf des alten Menschen zu legen, um ein Gefühl der Geborgenheit und Halt zu vermitteln. Am meisten hilft: Die vorhandenen Emotionen teilen, Fragen nach dem „Wie“ stellen, eine passende Nähe „auf gleicher Augenhöhe“ finden und am Ende eine anteilnehmende, „haltgebende“ Berührung einsetzen.

Die Frageform bietet sich als Duktus der Kommunikation an, um viel Raum für neue Aussagen zu geben und auf gleicher Augenhöhe zu kommunizieren.

### **Symbolische Ausdrucksweisen von zeitverirrten Menschen<sup>4</sup>**

Menschen in Phase 2 sind ehrlich und sagen die Dinge ohne Umschweife. Aber sie benützen oft eine verschlüsselte, symbolhafte Ausdrucksweise, sowohl verbal als auch nonverbal. In dieser Phase tun sie das nicht deshalb, um sich hinter einer unsichtbaren Sicherheits-Schutzwand zu verstecken, so wie in der ersten Phase, sondern um ihre Gefühle und Bedürfnisse in einer für sie „heute gültigen“ Form zum Ausdruck zu bringen.

Eine Puppe kann zum Baby werden – haufenweise Zettel zu wichtigen Büropapieren – die vollgestopfte Handtasche kann ein Ausdruck der eigenen,

bedrohten Identität sein – beharrliches „auf und ab gehen“ kann zum Ausdruck für „Arbeiten gehen müssen“ usw. werden.

### **Menschen in Phase 3 „sich wiederholende Bewegungen“**

Im Laufe einer fortgeschrittenen Demenz kann die Fähigkeit, sich über die Sprache auszudrücken, langsam zurückgehen und wird zunehmend durch unterschiedliche Bewegungen ersetzt. Die Sprache ist aber nicht ganz verschwunden, sondern existiert weiter in einer eingeschränkten Form. Manchmal hört man lange unverständliche „Wortketten“, die für unsere Ohren ganz eigenartig klingen. Der alte Mensch wiederholt vielleicht einzelne verständliche Silben wie z. B. „ma – ma – da – da“ oder „bitte, bitte komm“ oder „Hilfe – Hilfe – Himmelmutter Hilfe – Hilfe“, „Jo – jo – jo“ oder „da – da“. Die Mimik, die Atmung, die Augenstellung, die Körperspannung und die Position der Hände geben uns wichtige Hinweise für die Bedürfnisse. Zum Beispiel „arbeiten“ die Hände oft in der gleichen Art und Weise wie vor Jahrzehnten.

#### **Wie reagiert man validierend in Phase 3?**

Die Kursteilnehmer lernen, dass es nicht so wichtig ist, ob wir alles verstehen können. Vielmehr ist es wichtig, dass wir die Tonlage in der Emotion aufnehmen, sie wiederholen und den Rhythmus der Bewegungen spiegeln. Die Technik „Spiegeln“ kann manchmal eine große Hilfe bei der Kontaktaufnahme sein, sie dient aber auch als Werkzeug zum gemeinsamen „Tun“, selbst wenn noch offen bleibt, was damit genau gemeint ist. Alles erfolgt mit großer Nähe, durch das Anpassen der Körperhaltung, der Mimik und der Sprache. Es wird in stark verkürzten Sätzen gesprochen. Man kann sich so wunderbar unterhalten, ohne zu wissen, worum es inhaltlich geht! Und man darf nicht daran denken, dass man vielleicht eigenartig wirkt, wenn man im Sinne von Spiegeln die Bewegungen einer alten Person mitmacht. Spiegeln bedeutet immer ein respektvolles, behutsames Mitmachen,

aber nicht ein Nachäffen. Spiegeln hilft uns, in den Rhythmus und in die Emotion der Person einzusteigen. Wenn der alte Mensch seinen Körper und seine Hände benützt, um sich auszudrücken, können wir uns rasch in seine Welt „einklinken“. Es entsteht ein echtes „Miteinander“, wo das Kognitive im Hintergrund steht. Oft beugen wir uns vor und berühren den alten Menschen mit beiden Händen, um viel Nähe und Halt zu vermitteln.

Bei Menschen in Phase 3 ist der Bereich rund um den Kopf, Wangen, Hinterkopf und Nackenbereich von großer Wichtigkeit. Die Schultern und das Brustbein sind auch geeignet. Hier befindet sich die Identität des alten Menschen. Es ist wichtig, dass wir jetzt den alten Menschen helfen, alte positive Erinnerungen und Erlebnisse wachzurufen. Hierfür gibt es mehrere geeignete Stellen für unterschiedliche, in der Validation sogenannte „geankerte Berührungen“. Aber es ist auch wichtig, dem alten Menschen zu ermöglichen, sich selbst wahrzunehmen. Das Gefühl für das eigene Körperschema ist schon längst verschwunden.

Für einen Außenstehenden ist es vielleicht erstaunlich, dass ein Validationsanwender ohne weiteres eine sehr nahe Begegnung mit einem alten Menschen in Phase 3 haben kann, ohne ihn vorher zu kennen. Es geht hier in erster Linie um Respekt, Intuition und eine gute Kenntnis der nonverbalen Techniken. Informationen aus der Biografie sind manchmal hilfreich, aber leider nur bedingt, weil wir als Menschen dazu neigen, besonders unangenehme Erlebnisse jahrzehntelang zu verschweigen. Frühe Erlebnisse werden in Phase 3 vermehrt zum Ausdruck kommen, weil das Langzeitgedächtnis besser funktioniert als das Kurzzeitgedächtnis. Die dabei gezeigten Emotionen und das nonverbale Verhalten bilden die Richtschnur für den Betreuer.

Während einer guten Begegnung mit Validation erlebt man oft eine Entspannung der Mimik, der Atmung, der Körperbewegungen und zum Schluss ein Lächeln oder einen dankbaren Blick. Der „Sprechapparat“ wird aktiviert durch gemeinsames Singen altbekannter Lieder, das

Aufsagen von alten Gebeten oder Sprüchen und wird unterstützt durch kleine gemeinsame Bewegungen im selben Rhythmus.

Neben der emotionalen Bedeutung haben diese altbekannten, musikalischen Reime auch noch zusätzlich eine stimulierende Auswirkung. Sie helfen, die „schlafenden“, aber doch noch vorhandenen Reste der verbalen Fähigkeiten in Schwung zu halten und so dem Rückzug in Phase 4 vorzubeugen. Das ist ein besonders wichtiges Ziel der Validation.

### **Menschen in Phase 4 „Vegetieren“**

Es kommt vor, dass der alte Mensch gar nichts mehr sagt oder zeigt. Aus Mangel an Zuwendung und auf Grund zunehmender Verluste hat er sich jetzt vollkommen zurückgezogen. Ab und zu kann man vielleicht einen heiseren Ton oder ein lauterer Atmen vernehmen, doch in der Mimik reagiert er nicht mehr. Die Augen sind fast immer geschlossen. Wenn sie einmal offen sind, schauen sie ins Leere. Der Blick ist nicht mehr zielgerichtet. Wir wissen nicht, ob der alte Mensch uns wahrnimmt oder nicht. Er bewegt sich nicht und ist vollkommen auf fremde Hilfe angewiesen. Wir wissen auch nicht, was er mit Hilfe seiner fünf Sinne wahrnimmt. Doch wir müssen davon ausgehen und sind überzeugt, dass er mehr wahrnimmt, als er zum Ausdruck bringen kann. Deshalb ist es notwendig und sinnvoll, einen alten Menschen in Phase 4 öfter am Tag für ganz kurze Zeit zu validieren.

#### **Wie geht man validierend in Phase 4 vor?**

Man bewegt sich vorsichtig und findet eine gute Position – ganz nahe bei ihm oder ihr. Zur Kontaktaufnahme benützt man gleichzeitig die Stimme und eine sanfte Berührung, die Ruhe ausstrahlt.

Es ist sehr hilfreich, wenn man sich in den Atemrhythmus des alten Menschen einklinkt. So kann man ein wertvolles Miteinander herstellen. Man kann ihn ansprechen und etwas Kurzes sagen. Dann erfolgt vielleicht eine Pause. Man kann ein altbekanntes Lied summen oder einen seiner



Lieblingssprüche etc. passend zum Atemrhythmus aufsagen. Nach ca. 2 Minuten verabschiedet man sich wieder – sowohl stimmlich als auch durch einen länger anhaltenden Druck mit beiden Händen an einer für ihn passenden Körperstelle. Man sagt, dass man jetzt geht und dass man später wiederkommen wird. Das Aufstehen und die ersten Schritte des Weggehens erfolgen ebenfalls mit weichen, behutsamen Bewegungen.

### **Gedanken zum Thema wissenschaftlicher Überprüfbarkeit**

Wir kennen alle das Verlangen nach einer wissenschaftlichen Überprüfbarkeit einer Methode. Das gilt auch für die geschützte Methode *Validation nach N. Feil*. Es gibt längst schon eine ganze Reihe internationaler Studien sowohl für Einzel- wie auch für Gruppenvalidation, die statistische Werte aufzeigen und öffentlich zugänglich sind. Sie zeigen alle ein überwiegend positives und klares Bild. Aber die notwendigen Kontrollgruppen für wirklich aussagekräftige Vergleichsstudien fehlen. Wissenschaft braucht Überprüfbarkeit. Überprüfbarkeit ist eine zentrale Aufgabe der Wissenschaft und bildet auch die Grundlage für die ökonomische Seite. Die Ursachen für das Fehlen einer großangelegten, länderübergreifenden Vergleichsstudie haben sowohl inhaltliche als auch finanzielle Gründe.

Wer sagt aber, dass eine Methode, die sich vielleicht nur in einem gewissen Umfang wissenschaftlich beweisen lässt, minderwertig sein muss? Dafür gibt es keinen Grund. Muss etwas, das in der Praxis eindeutig positiv erkannt und auch von beiden Seiten positiv erlebt wird, vollständig messbar sein? Kann es überhaupt geeignete Parameter geben, mit deren Hilfe sich die kompletten Auswirkungen von *Validation nach Feil* aussagekräftig messen lassen im wissenschaftlichen Sinn?

Wir müssten sowohl alle veränderten Verhaltensweisen im verbalen wie auch im nonverbalen Bereich messen. Vor allem im Bereich der nonverbalen Äußerungen und Signale eines demenzkranken Menschen haben wir leider noch keine geeigneten

Parameter. Eine wissenschaftliche Intervention sollte standardisiert sein, und sie muss unbedingt unabhängig von der/den Bezugspersonen sein, um brauchbare Ergebnisse zu liefern. Möglicherweise müssen wir akzeptieren, dass es Dinge gibt, die sich zwar seit vielen Jahren sehr gut bewähren, die aber nur zum Teil messbar und beweisbar sind im naturwissenschaftlichen Sinn. Ob eine großangelegte Vergleichsstudie im naturwissenschaftlichen Sinn jemals durchgeführt werden kann, ist aus mehreren Gründen fraglich. Vielleicht müssen wir lernen zu akzeptieren, dass nicht alles in vollem Umfang messbar sein kann und muss. Braucht es hier wirklich das Kriterium „Messbarkeit“?

### **Vision für die Zukunft**

Zurzeit (Stand 2016) gibt es in Österreich zwei Master in Validation nach N. Feil, mehr als achtzig Validations-Lehrer und mehrere tausend Validations-Anwender, die alle eine autorisierte Ausbildung gemacht haben. Die drei autorisierten Ausbildungen zum Anwender, Gruppenleiter oder Lehrer dauern jeweils ca. neun Monate und enden mit weltweit standardisierten schriftlichen und praktischen Prüfungen. Es werden laufend kürzere Schulungen und Basisseminare für interessierte Personen angeboten. Es gibt derzeit mehr als 300 zertifizierte Validationstrainer, verteilt auf mehreren Kontinenten, die alle dem „Validation Training Institute“ unterstehen. Unsere Vision ist es, dass immer mehr alte Menschen unserer Zielgruppe von Personen betreut werden, die darauf achten, emotionale Bedürfnisse ernst zu nehmen und zu validieren. Wir wollen so die Lebensqualität von demenzkranken Menschen, deren Angehörigen und allen professionellen Pflegekräften erhöhen. Für die Zukunft sehen wir jedenfalls einen steigenden Bedarf an Validation.

### **Referenzen**

- 1 Feil N., de Klerk-Rubin V., *Validation, Ein Weg zum Verständnis verwirrter, alter Menschen*, 12. Aufl., Ernst Reinhardt Verlag, München/ Basel (2013), S. 15

- 2 Feil N. *Validation in Anwendung und Beispielen*, 7. Aufl., Ernst Reinhardt Verlag, München/Basel (2013), S. 45
- 3 De Klerk-Rubin. V., *Mit dementen Menschen richtig umgehen*, 4. Aufl., Ernst Reinhardt Verlag, München/ Basel (2014)
- 4 vgl. Fercher P., Sramek G., *Brücken in die Welt der Demenz, Validation im Alltag*, 2. Aufl., Ernst Reinhardt Verlag, München/ Basel (2014), S. 69-88

#### **Informationen zu Studien über Validation**

<https://vfvalidation.org/research-on-validation/>  
(letzter Zugriff am 17. August 2016)