

## Validation® nach Naomi Feil

### Ein Weg zum Verständnis Menschen mit Demenz

Zwischenmenschliche Kommunikation ist grundsätzlich schwierig zu gestalten, sich verstanden zu fühlen, den anderen in seinen Bedürfnissen zu erkennen ist unter „gesunden“ Menschen bereits oftmals eine Herausforderung. Deutlich schwieriger ist die Kommunikation mit Menschen mit Demenz aufgrund ihrer diagnostischen Einschränkungen. Insofern ist es sehr wichtig im Kontakt mit Menschen mit Demenz deutlich mehr Wert auf die Kommunikation zu legen, da man dadurch ein deutlich besseren Zugang und Verständnis bekommen kann.



Naomi Feil, eine amerikanische Gerontologin und Sozialarbeiterin, entwickelte die Validation-Methode zwischen den Jahren 1960 und 1980. Sie erkannte, dass Menschen mit Demenz andere Wege der Kommunikation benötigen. Das Konzept zielt darauf ab, den Menschen mit Demenz in seiner persönlichen Realität anzunehmen wie er ist, ihn nicht zu bewerten, zu analysieren oder ihn zu verändern. Hierbei geht es um die innere Haltung. Voraussetzung ist eine wertschätzende, empathische Grundhaltung, die sich an der klientenzentrierten Gesprächsführung nach Carl Rogers orientiert. Das Ziel ist das Verhalten „von Menschen mit Demenz als für sie gültig zu akzeptieren“. Zudem ist die Kommunikation von „einer akzeptierenden, nicht korrigierenden Sprache geprägt“, um die Bedürfnisse der Person zu verstehen. Durch diese Herangehensweise wird

die emotionale Bindung gestärkt und das Vertrauen zwischen dem Betreuer und dem Menschen mit Demenz aufgebaut.

Diese Kommunikationsmethode basiert auf der Idee, dass Kommunikation mehr ist als nur das Austauschen von Wörtern. Es ist eine ganzheitliche Methode, die auf Empathie und Verständnis beruht und den Menschen mit Demenz in seiner Welt abholt und ganzheitlich betrachtet.

„Entwicklungsgeschichte und körperliche Veränderungsprozesse sind untrennbar miteinander verbunden. Ich muss den ganzen Menschen anschauen, nicht nur den Zustand seines Gehirns, um die Gründe für sein Verhalten zu betrachten.“ (Naomi Feil)

Naomi Feil geht davon aus das Menschen in jedem Lebensabschnitt bestimmte Aufgaben haben, die sie abschließen müssen um ein Gefühl der Erfüllung und Zufriedenheit zu erreichen. Nach ihrer Sicht gibt es bestimmte unerledigte Lebensaufgaben, die möglicherweise nicht erfolgreich abgeschlossen wurden. Diese unerledigten Lebensaufgaben (z.B. Bewältigen von Verlusten und Trauer) könne die individuelle psychologische und emotionale Gesundheit auch im Alter beeinflussen. Validation ermutigt die Vergangenheit anzuerkennen und die eigenen Erfahrungen wertzuschätzen. Dies kann die Person dabei unterstützen sich mit den unerledigten Aufgaben auseinandersetzen und auf diese einzugehen.

#### Vorteile der Validation® für Menschen mit Demenz

- Wiederherstellen des Selbstwertgefühls
- Die Außenwelt leichter zu ertragen, so dass sie sich nicht so schnell in ihre innere Welt zurückziehen
- Die verbale und nonverbale Kommunikation zu verbessern und mit anderen Menschen Kontakt zu knüpfen und zu kommunizieren
- Stress, Angst und Ärger abzubauen
- Schlafende Potenziale stimulieren
- Unerledigte Lebensaufgaben zu erfüllen
- So lange wie möglich eine selbständige Lebensführung aufrechtzuhalten
- Einen Sinn für Humor wiederherzustellen
- Die Verwirrtheit zu verlangsamen

- Reduktion chemischer und physischer Zwangsmittel
- Verbesserung des Gehvermögens und des Körperlichen Wohlbefinden

#### **Vorteile von Validation® für Professionelle Pflegepersonal**

- Eigene Frustration vermindern
- Burnout-Gefühle verhindern
- Die Freude der Kommunikation entfachen
- Zufriedenheit in der Arbeit erfahren
- Bessere Verständnis durch Empathie

#### **Die Vorteile von Validation® von Pflegenden Angehörige**

- Sie verstehen das Verhalten von ihren Angehörigen besser
- Fühlen sich weniger frustriert
- Sie können sich besser mit ihnen verständigen
- Sie fühlen sich erleichtert, wenn es ihren Angehörigen in puncto Sprache und soziales Verhalten besser geht
- Ihr eigenes Leben zu erleichtern und Stress zu reduzieren
- Verbesserung der Beziehung

#### **Die Wertschätzung des Menschen mit Demenz als Person**

Die Validation® baut sich unter anderem auf dem personenzentrierten und sozialpsychologischen Ansatz des britischen Psychologen Tom Kidwoods auf. Tom Kidwoods greift einen grundlegenden humanistischen Gedanken auf, dass der Mensch wichtiger ist als die Diagnose. Wir sollten in erster Linie den Menschen sehen und nicht die Diagnose. Die personenzentrierte Pflege hat den Ansatz, dass Menschen die Pflege in Anspruch nehmen, sich eher wie Menschen verhalten, wenn sie als Individuen und nicht als Pflegegegenstand betrachtet werden. Man könnte hierbei von einer Wechselwirkung sprechen, die Qualität der Pflege beeinflusst im Wesentlichen wie sich die Demenz auf einen Menschen auswirkt. Laut Kidwoods ist ein Mensch mit Demenz besser in der Lage mit seiner Krankheit zurechtzukommen und über einen längeren Zeitraum ein höheres Niveau an Funktionalität aufrechtzuerhalten, wenn die Pflegenden die folgenden fünf wichtigen psychologische Grundbedürfnisse in ihrer Haltung berücksichtigen. Dazu gehören Trost, primäre

Bindung, einbeziehen, Beschäftigung und Identität.

#### **Die Kommunikationsmethode Validation® umfasst unter anderem folgende Prinzipien:**

Sie sind Grundlage für die Haltung bei der Anwendung von Validation und sie helfen uns in unseren Handlungen

- Menschen mit Demenz sind wertvoll und einzigartig
- Menschen mit Demenz sollten Akzeptiert werden wie sie sind: wir versuchen sie nicht zu verändern
- Zuhören mit Empathie baut Vertrauen auf, lindert Angst und gibt die Würde zurück
- Schmerzhaftes Gefühl, das ausgedrückt und durch einen vertrauensvollen Zuhörer anerkannt und validiert werden, werden schwächer. Schmerzhaftes Gefühl, das ignoriert und unterdrückt werden, werden stärker
- Es gibt immer einen Grund für das Verhalten von Menschen mit Demenz.
- Das Verhalten von Menschen mit Demenz kann in einem oder mehreren Grundbedürfnissen begründet sein
- Früherlerntes Verhalten kehrt zurück, wenn die verbalen Fähigkeiten und das Kurzzeitgedächtnis versagen
- Persönliche Symbole, die von Menschen mit Demenz benutzt werden, sind Menschen oder Gegenstände (in der Gegenwart), die Menschen, Gegenstände oder Konzepte aus der Vergangenheit repräsentieren, die mit Emotionen beladen sind.
- Menschen mit Demenz leben auf verschiedenen Bewusstseinssebenen, oftmals zur gleichen Zeit
- Wenn die 5 Sinne schwinden, stimulieren sich alte Menschen mit Demenz selbst und benutzen ihre „inneren Sinne“ Sie sehen mit ihren inneren Augen und hören Klänge aus der Vergangenheit.
- Ereignisse, Emotionen, Farben, Klänge, Gerüche, Geschmackrichtungen und Bilder im „Hier und Jetzt“ wecken Emotionen, die dann ähnliche Emotionen aus der Vergangenheit auslösen

## Phasen der Aufarbeitung

Naomi Feil definierte vier Phasen in denen die Betroffenen sich befinden können.

**Phase 1:** Personen kommunizieren gut und sind überwiegend orientiert

**Phase 2:** Personen kommunizieren noch und leben überwiegend in ihrer persönlichen Realität

**Phase 3:** Personen kommunizieren noch überwiegend internalisieren von Bedürfnissen und Gefühlen

**Phase 4:** Personen nutzen kaum wahrnehmbare Kommunikation, sie ziehen sich in ihr Inneres zurück

Mit jeder zunehmenden Phase nimmt der körperliche Verfall zu und es kommt zu einem weiteren Rückzug nach innen. Da Menschen mit Demenz oft zwischen den Phasen hin und herwechseln, ist es hier wichtig, die körperlichen und seelischen Merkmale zu erkennen, die zu diesen vier Phasen gehören, um dann flexibel, je nach Notwendigkeit, von einer Phase zur anderen Phase zu wechseln, um die geeignete Validationstechnik anzuwenden zu können. Ein wichtiges Ziel der Validation® ist es, die Menschen mit Demenz so zu begleiten, dass der Rückzug in die 4. Phase vermieden werden kann.

### Techniken von Validation®:

Es sind 15 verbale und nonverbale Techniken, die je nach Aufarbeitungsphase variabel eingesetzt werden können.

Durch diese Techniken wird nicht mehr Zeit benötigt, aber die Begleitungen verlaufen mit Respekt und Würde.

- Zentrieren
- Kalibrieren
- Den richtigen Abstand finden
- Echter und direkter Blickkontakt auf Augenhöhe
- Offene „W“-Fragen stellen, (aber niemals „warum, wieso und weshalb“)
- Umformulieren des Gesagten mit eigenen Worten
- Das bevorzugte Sinnesorgan ansprechen

- Polarität einsetzen um tiefer zu gehen im Dialog
- Fragen nach dem Gegenteil
- Erinnern
- Fragen nach vertrauten Bewältigungsmechanismen
- Spiegeln
- Verankerte, archaische Berührungen
- Emotionen mit Gefühl ansprechen
- Klare, warme, liebevolle Stimme
- Mehrdeutigkeit, Zeit geben
- Zusammenhang zwischen Verhalten und Bedürfnissen suchen.
- Anerkennung zeigen, nicht auf Fehler hinweisen
- Musik

### Ziele der Validation®

Der Zugang zur Gefühlswelt des Menschen mit Demenz sollte immer an erster Stelle stehen. Dies gelingt über ein vertrauensvolles Verhältnis zu den Patienten. Da diese aufgrund ihrer oftmals kognitiven Einschränkungen nicht in der Lage sind ihren Gefühlen und Bedürfnissen Ausdruck zu verleihen, sollte dies ein vorrangiges Ziel sein. Würde und Selbstwertgefühl sind zentrale Elemente des menschlichen Seins, diese wieder den Patienten zu geben, ist unbestreitbar wichtig. Gelingt dies, reduzieren sich Ängste und Unsicherheiten auch, zudem kommt es dann auch zu einer Reduktion von chemischen und physischen Zwangsmitteln.

Wenn ein Mensch mit Demenz herausforderndes Verhalten zeigt, liegt im Hintergrund ein nicht erfülltes Bedürfnis. Dieses Bedürfnis zu erkennen ist die Herausforderung für die Betreuenden. Oftmals sind Menschen mit Demenz nicht in der Lage klar zu kommunizieren, bzw. ihre Gefühle und Bedürfnisse zu äußern. Dieses Gespür als Betreuende zu entwickeln, durch Validation® die Bedürfnisse zu erkennen, zu verbalisieren und letztendlich dadurch zu einer Lösung für alle Beteiligten zu kommen. Es zeigt sich, dass Menschen mit Demenz plötzlich wieder „funktionieren“, wenn sie sich verstanden, wahrgenommen fühlen und auf ihre Bedürfnisse eingegangen wird sie fühlen sie sich sicher, wertvoll und sind weniger verwirrt. Vordergründig kommt man schnell als Betreuende an seine Grenzen, wenn die Betroffenen herausforderndes Verhalten zeigen, geht man

jedoch den Weg der Empathie, des Verständnisses und der Frage nach dem Hintergrund des Verhaltens, so entsteht schnell eine neue Art der Beziehung zu dem Betroffenen. Die Distanz schwindet und es gehen plötzlich „Türen auf“, die vorhin nicht für möglich gehalten wurden.



---

Persönliche Unterstützung der Inhalte, Heidrun Tegeler, Lehrerin für Validation nach Naomi Feil (Validation-Master/VTI)  
Vicki de Klerk-Rubin, 2022, „Validation für Angehörige“ Ernst Reinhardt Verlag München, 4. und 5. Auflage  
Naomi Feil, Vicki de Klerk-Rubin, 2023, „Validation- Ein Weg zum Verständnis verwirrter alter Menschen“ Ernst Reinhardt Verlag München 12. Auflage  
Tom Kidwood 2019, „Demenz“ Hogrefe Verlag, Bern, 8., ergänzte Auflage

---