Validation-Karten

Acht Sätze, auf die Fakten nicht antworten

Gesprächseinstiege für Pflege, Betreuung und Arbeit mit Älteren

So setzt du das Material ein

Schneide die Karten aus und steck die zwei, drei Karten, deren Sätze in deinem Alltag am häufigsten fallen, in die Kitteltasche. In der Fortbildung dienen sie als Spielkarten für das Rollenspiel zu dritt. Jede Karte ist ein Einstieg, kein Skript. Das Gespräch folgt der Person.

Inhalt

Wenn jemand weg will ..... Seite 2
Wenn jemand etwas vermisst ..... Seite 3
Bevor du validierst ..... Seite 4

Wenn jemand weg will

Karte 1 · „Ich muss nach Hause.“

NACH HAUSE

Dahinter oft: Sicherheit, Geborgenheit, jemand wartet.
Einstieg: „Nach Hause … Wer wartet denn da auf Sie?“
Lieber nicht: „Sie wohnen jetzt hier.“

Karte 2 · „Ich muss zur Arbeit.“

ZUR ARBEIT

Dahinter oft: Gebraucht werden, Pflichtgefühl.
Einstieg: „Was ist heute bei der Arbeit zu tun?“
Lieber nicht: „Sie sind doch längst in Rente.“

Karte 3 · „Ich muss die Kinder abholen.“

KINDER

Dahinter oft: Sorge, Verantwortung.
Einstieg: „Was machen die Kinder, wenn sie nach Hause kommen?“
Lieber nicht: „Ihre Kinder sind erwachsen.“

Karte 4 · „Ich will hier raus!“

HIER RAUS

Dahinter oft: Enge, Angst, Langeweile.
Einstieg: „Was ist hier gerade am schlimmsten für Sie?“
Lieber nicht: „Die Tür ist abgeschlossen.“

Wenn jemand etwas vermisst

Karte 5 · „Wo ist meine Mutter?“

MUTTER

Dahinter oft: Trost, Schutz.
Einstieg: „Wie war Ihre Mutter, wenn Sie traurig waren?“
Lieber nicht: „Ihre Mutter ist tot.“ – und auch nicht: „Sie kommt gleich.“

Karte 6 · „Jemand hat mein Geld gestohlen.“

GELD

Dahinter oft: Kontrollverlust, Angst um das Eigene.
Einstieg: „Wo haben Sie Ihr Geld sonst immer aufbewahrt?“
Lieber nicht: „Hier stiehlt niemand.“

Karte 7 · „Ich bin zu nichts mehr nütze.“

ZU NICHTS

Dahinter oft: Trauer über Verluste.
Einstieg: „Was haben Sie früher am liebsten für andere gemacht?“
Lieber nicht: „Ach, das stimmt doch nicht.“

Karte 8 · „Lassen Sie mich in Ruhe!“

IN RUHE

Dahinter oft: Überforderung, Scham.
Einstieg: Einen Schritt zurück, kurz warten, dann: „Ich merke, das ist gerade zu viel.“
Lieber nicht: Weiterreden und näher kommen.

Bevor du validierst

Zentrieren

Drei ruhige Atemzüge, Blick zur Person, innerlich: „Es geht nicht um mich." Dann Augenhöhe, eine ruhige, eher tiefe Stimme, eine einzige Frage – und warten. Bleibt nach etwa fünf Minuten alles gleich oder wird schärfer: Andere Person, anderer Ort, später neu versuchen.

Erst abklären, dann validieren

· Die Unruhe ist seit Stunden oder Tagen deutlich stärker als sonst.
· Neue Beschwerden oder laufende Behandlung: zuerst ärztlich abklären lassen.
· Die Person ist plötzlich schläfrig oder kaum ansprechbar.
· Hörgerät oder Brille fehlen.
· Es besteht Gefahr für die Person oder für andere.