



## Validation Training Institute, Inc.

Connecting heart to heart with older adults  
a non-profit, tax exempt company

Vicki de Klerk

[vdeklerk@vfvalidation.org](mailto:vdeklerk@vfvalidation.org)

En partant de nos trois premiers conseils, voici les prochaines étapes :

### **EXPLORER PLUTÔT QUE RACONTER**

Les personnes âgées désorientées sont souvent dans une réalité personnelle plutôt que dans notre réalité. Laissez votre objectif être : Je veux en savoir plus sur leur monde. Utilisez les questions ouvertes pour en savoir plus. Posez des questions qui commencent par : qui, quoi, où, quand, comment, mais ne demandez pas pourquoi. Les questions commençant par pourquoi demandent un aperçu des raisons qui sont plus cognitives qu'émotives. De nombreuses personnes âgées désorientées ont besoin d'exprimer leurs émotions. En vous engageant dans leur réalité, vous les validez en tant que personnes.

### **ESSAYEZ L'EMPATHIE AU LIEU DE LA DIVERSION OU DU MENSONGE**

Lorsqu'une personne exprime beaucoup d'émotions (comme la colère, la tristesse ou la peur), il n'est pas utile de dire "Ne ressentez pas cela". Vous le savez de par votre propre expérience. Quand quelqu'un vous dit "Ne soyez pas en colère", comment vous sentez-vous ? Plus en colère peut-être ? Ou peut-être que vous comprenez intuitivement que l'autre personne ne comprend pas ou ne veut pas comprendre et qu'il serait préférable de simplement avaler votre émotion. C'est exactement ce qui se passe avec les personnes âgées ! Vous n'avez pas besoin d'utiliser votre intellect, utilisez votre cœur. Connectez-vous à l'émotion que l'autre personne exprime et faites-en autant. Cela vous rapprochera de l'autre personne et créera un lien.

### **APPROCHEZ-VOUS DE L'AUTRE PERSONNE AVEC RESPECT**

Assurez-vous que vous êtes à la hauteur des yeux (c'est-à-dire à genoux ou en flexion si la personne âgée est assise).

Faites attention à la distance qui vous sépare et recherchez des signes indiquant que vous êtes trop près ou trop loin.

Une personne va "reculer" en tirant sur ses épaules ou en croisant ses bras (par exemple) lorsque vous êtes trop près. Une personne ne vous reconnaîtra pas si vous êtes trop loin.

C'est une bonne idée d'établir d'abord un contact visuel, puis de commencer à parler.