



## Validation Training Institute, Inc.

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

Vicki de Klerk

vdeklerk@vvalidation.org

April 2020

### **TIPPS DES VTI (VALIDATION TRAINING INSTITUT, INC.) FÜR BETREUER\*INNEN** **VON MENSCHEN MIT DEMENZ**

#### **ÄNGSTE DURCH ANPASSUNG DER ATMUNG UND BERÜHRUNG ABBAUEN**

Wenn ein desorientierter alter Mensch (verbal oder non-verbal) Angst ausdrückt, können Sie helfen.

Passen Sie zuerst Ihre Atmung an den Rhythmus der anderen Person an.

Legen Sie zweitens Ihre (mit Handschuhen ausgestattete) Hand auf das Brustbein der anderen Person.

Drittens: Benennen Sie die Emotion, die Sie bei der anderen Person empfinden, so:

"Sie sehen aus, als hätten Sie Angst."

#### **ISOLATION SCHAFFT MEHR RÜCKZUG**

Der Kontakt mit anderen ist ein menschliches Grundbedürfnis; Menschen sind soziale Wesen. Alte Menschen, die bereits desorientiert sind, isoliert werden, ist zu erwarten, dass sie sich nach innen zurückziehen. Es ist von entscheidender Bedeutung, dass Sie den persönlichen Kontakt zu den verletzlichen Personen dieser Gruppe aufrecht erhalten. Nutzen Sie Berührung und Gesang, um Kontakt herzustellen und die Kommunikation zu fördern.

#### **UND ERINNERN SIE SICH- ZENTRIEREN HILFT!**

Es ist von entscheidender Bedeutung, dass Sie Ihre eigenen Gedanken und Gefühle für die 3-5 Minuten, während der Sie validieren, beiseite lassen. Andernfalls könnten Sie Ihre Gefühle auf die andere Person projizieren. Wählen Sie also die Art und Weise, des Zentrierens, die für Sie funktioniert. Nehmen Sie 3 tiefe Atemzüge und stellen Sie sich einen Baum mit starken Wurzeln und vielen belaubten Ästen vor - oder einen Strand mit der warmen Sonne und goldenem Sand unter Ihren nackten Füßen. Egal welche Imagination auch immer für Sie funktioniert, ist großartig. Es gibt drei Zentrierungsübungen auf dem VTI YouTube-Kanal [VTI YouTube channel](#), die Sie ausprobieren können – kostenlos!

Validation Training Institute, Inc.  
P.O. Box 871  
Pleasant Hill, OR  
97455

info@vvalidation.org  
vvalidation.org

**Executive Director**  
Vicki de Klerk-Rubin

**President**  
Frances Bulloff

**Founder:**  
Naomi Feil

**Secretary**  
Kevin Carlin, MS

**Treasurer**  
Edward G. Feil, Ph.D.

