

# Validierende Aktivierung – eine Zusammenführung

*Irene Gabriel, Helga Schloffer*

- 2.1 Fünf Gemeinsamkeiten und kleine Unterschiede – 20
- 2.2 Was sind Lebenswerte? – 22
- 2.3 Die Bausteine einer Validierenden Aktivierung – 23
- Literatur – 27

Welchen Grund kann es geben, Methoden, von denen jede für sich gut etabliert ist, zu einer Gruppenaktivität zu integrieren und – klar abgegrenzt – ohne Vermischung, aber in einem gemeinsamen Kontext durchzuführen?

Dazu sollte zunächst Einigkeit herrschen, dass der Bereich der nicht medikamentösen Interventionen bei dementen Menschen einen großen Stellenwert einnimmt. Aktivitäten, meist in der Gruppe, fördern die vorhandenen Fähigkeiten, heben die Stimmung und ermöglichen ein Miteinander. Manchmal sind allerdings die Personalressourcen oder die räumlichen Möglichkeiten beschränkt bzw. kein Ortswechsel in einen anderen Raum möglich oder auch von den Betreuten nicht erwünscht, da eine neue Umgebung verunsichern würde.

So entstand aus dem praktischen Tun heraus die „Validierende Aktivierung“, wobei einige Parallelen zu einer Validationsgruppe vorhanden sind und daher auch in die Validierende Aktivierung aufgenommen wurden.

## 2.1 Fünf Gemeinsamkeiten und kleine Unterschiede

---

Was unterscheidet nun eine Validationsgruppe von einer Validierenden Aktivierungsgruppe?

### ■ ■ Zielgruppen

Validationsgruppen richten sich an Menschen in Phase 2, beginnende Phase 3. Menschen in Phase 1 können daran teilnehmen, wenn sie das Verhalten der anderen Gruppenmitglieder tolerieren können. Auch die Validierende Aktivierung spricht Menschen der erwähnten Phasen an, im Frühstadium können sie durchaus noch in eine Gedächtnistrainingsgruppe mit orientierten Menschen aufgenommen werden. Ebenso profitieren Menschen mit einer Mischform von Vaskulärer und Alzheimer Demenz.

➤ **In der Validierenden Aktivierung wird eine Atmosphäre geschaffen, eine geschützte Nische zur Verfügung gestellt und begleitet, in der Menschen mit Demenz aktiv sein können in ihrer besonderen Art und Weise, wertfrei, ohne Ansprüche, als ganze Person wahrgenommen, in ihrer Identität gestärkt.**

Die Förderung der Ressourcen wird zwar mit eingeplant, sie ergibt sich im Laufe der Einheit, wenn die Teilnehmenden dazu bereit sind.

### ■ ■ Musik, Singen und Bewegung

Diese Elemente sind in der Validationsgruppe ein fixer Bestandteil mit aktivem Singen am Beginn und Ende, zur Förderung des Gruppengefühls und Bewegung zur Musik in der Mitte. Die Lieder können sich wiederholen und sind nicht dem Thema zugeordnet, sie werden von einer „Vorsängerin“ ausgewählt.

Im Rahmen der Validierenden Aktivierung werden Musik, Singen und Bewegung am Beginn der Einheit als „Aufwecker“ eingesetzt. Sie orientieren sich (wenn das möglich ist) am Stundenthema, sammeln die Konzentration, dienen auch als Erinnerungsanker, lösen Sprache, Emotionen und spontane Bewegungen aus.

Zum Ende der Einheit als Ausklang wird wieder ein gemeinsames Lied gesungen oder eine Melodie gehört, die den Abschied in Tempo und Inhalt thematisiert. Die Bewegungen sollen dabei durch den Rhythmus der Musik angeregt werden, ganz spontan entstehen, es ist nicht vorgesehen, Abläufe vorzuzeigen und nachzuvollziehen.

In beiden Fällen werden bekannte Lieder und vertraute Musik verwendet, und die Bewegung als das Gehirn durchblutende Intervention hat einen hohen Stellenwert. Den Teilnehmenden fällt es anschließend leichter, mitzumachen, dem etwaigen Bewegungsdrang konnte entsprochen werden. Menschen mit Demenz erleben Sicherheit durch Rituale, daher wird jede Einheit mit Musik und Bewegung im Sitzen zu beginnen.

### ■ ■ Biografie als Basis

Beide Gruppenangebote beziehen sich auf die individuelle Biografie der Teilnehmenden. Während in der Validationsgruppe Rollen zugewiesen werden (z. B. Begrüßerin, Vorsängerin, Gastgeberin, Ratgeberin usw.), beschäftigen sich die Inhalte der Validierenden Aktivierung ebenfalls mit dem Lebensbereich und den Interessen der Menschen – mit dem Ziel, Expertentum und Fähigkeiten und somit die Identität zu stärken.

### ■ ■ Emotionale und soziale Ziele

In allen Gruppenangeboten für Menschen mit Demenz sind Wohlbefinden, das Gefühl der Akzeptanz und der Sicherheit zentral; erst dann gelingt es den Teilnehmenden, sich zu öffnen und sich auf ihre individuelle Art zu äußern.

Ebenso soll das soziale Miteinander gestärkt werden, das Individuum sich als Teil einer Gruppe erleben; weder eine Aufarbeitung noch eine Ressourcenstärkung sind ansonsten möglich.

### ■ ■ Ziele und Ablauf

In einer Validationsgruppe steigen die Teilnehmenden bereits auf der Wertebene ins Gespräch ein. Indirekt werden zwar auch Hirnleistungen wie Wahrnehmung, Wortfindung und Formulierung gefördert, doch das steht nicht im Vordergrund.

Die Validierende Aktivierung nutzt Schlüssel(-reize), um Gedächtnisinhalte zu erreichen, durch gezielte Vorgabe von sensorischen Anker den Wortschatz zu fördern oder auch prozedurale Gedächtnisinhalte abzurufen.

Warum also nicht mit Schlüsselreizen zu den Inhalten des Altgedächtnisses gelangen, die individuellen Ressourcen ansprechen, aber auch die Wertebene noch stärker mit einbeziehen?

Bestimmtes Material (Gegenstände, Bilder etc.) repräsentieren durchaus „Lebenswerte“. Werkzeug steht für Fleiß, Arbeit, Gebraucht-Werden; Brot steht für Nahrung, Überleben, Versorgen; saubere Wäsche steht für Sauberkeit und Ordnung.

Der Einstieg über sensorisches Material weckt das Interesse der Teilnehmenden leichter, motiviert sie, mitzumachen, sich zu öffnen, an der Gruppe teilzunehmen.

➤ **Dieses „Von-selbst-aktiv-Werden“ ist der eigentliche Anspruch der Methode. Daher bedarf es Zeit, Geduld und geeigneter Erinnerungsanker, um an die Gedächtnisinhalte und Emotionen zu rühren.**

Soziale Ziele (gemeinsame Beschäftigung mit einem Thema, Teil einer Gruppe sein) und emotionale Ziele (Wohlfühlen, akzeptiert und anerkannt werden, Stärkung der Ich-Identität) stehen im Fokus der Validierenden Aktivierung. Die kognitiven Ziele werden sozusagen „mitgenommen“, ergeben sich, sind ohnehin schon in Form des Gesprächs vorhanden.

## 2.2 Was sind Lebenswerte?

---

In den Begegnungen mit betagten Menschen kreisen die Inhalte letztlich um bestimmte Themen, die das „Lebenshaus“ einer Person ausmachen (angelehnt an Wirsing 2013):

- Arbeit, Leistung („Ich bin, was ich tue“);
- etwas schaffen, aufbauen, in Ordnung bringen;
- soziale Beziehungen, Familie, Freunde, Freizeit;
- unabhängig sein, sich bewegen, wohin man will, sehen, hören  
..., sich freuen, sich wohlfühlen;
- Glaube, Traditionen, moralische Werte.

Je nach sprachlichen Fähigkeiten stammen die Geschichten, Sätze, Worte oder Bewegungen meist aus den erwähnten Bereichen. Alle tragen ein menschliches Dasein, die Bedeutung kann individuell je nach Lebensgeschichte variieren:

Sobald ein Mensch in die Demenz gleitet, kristallisieren sich die besonders bedeutenden Themen dieses besonderen Lebens heraus, kommen an die Oberfläche und bleiben auch bei fortschreitender Erkrankung zentral. Das mühsam selbst erbaute Haus, die Berufstätigkeit, die Erinnerung an den treuen Hund, die Rolle als Mutter – das alles dürfen wir erfahren, wenn wir nur achtsam und wertfrei zuhören.

In der Validierenden Aktivierung wollen wir nicht nur diesen zentralen Geschichten immer wieder zuhören, sondern auch auf die Werte, die sie repräsentieren, noch vertieft eingehen. Lebenswerte stützen die Identität, sind noch gegenwärtig und bleiben es auch während der Demenz.

#### **Lebenswerte, abgeleitet aus den Säulen der Identität**

- Wenn schon aktive Arbeit nicht möglich ist, so bleibt doch „Fleiß“, der die Arbeit als Wert repräsentiert, noch bedeutend und sollte wertgeschätzt werden.
- Wenn Aufbau und Selbstständig-Ordnung-Schaffen der Vergangenheit angehören, so kann doch die Bestätigung, dass Ordnung und Sauberkeit wichtig im Leben sind, die Identität bestärken.
- Wenn die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben eingeschränkt ist, so kann die Bedeutung von sozialen Beziehungen als Teil der menschlichen Existenz thematisiert und in der Gruppe gelebt werden.

➤ **Durch die Validation dieser Lebenswerte wird der Mensch mit Demenz in seiner Person gestärkt und bestätigt.**

## **2.3 Die Bausteine einer Validierenden Aktivierung**

Der Stundenablauf folgt einem roten Faden, die tatsächlichen Schwerpunkte der jeweiligen Einheit werden allerdings von den Teilnehmenden bestimmt. Die einzelnen Bausteine sind flexibel anwendbar, je nachdem, in welche Richtung sich das Gespräch entwickelt.

### ■ ■ Aufwecker/Einstimmung

Vertraute, eventuell themenbezogene Musik, Singen, aber auch Märsche und Walzer zum Mitklatschen und Mitmarschieren stimmen auf das Thema ein und sammeln die Konzentration. Unbewusste spontane Bewegungen sollen allein durch die anregende Musik „provoziert“ werden, ebenso Mitsingen oder -summen. Die Validierende Aktivierung will dabei möglichst ohne Anweisungen und Instruktionen auskommen. Prozedurale Gedächtnisinhalte, die auch noch bei fortgeschrittener Demenz erhalten bleiben, werden angesprochen, Anweisungen zu speziellen Bewegungsabläufen können leicht überfordern.

Weitere Bewegungen werden durch das Hantieren, Öffnen, Zusammenlegen u.Ä. abgerufen. Wieder bedarf es höchstens der Einladung der Gruppenleiterin, sich näher mit dem Gegenstand zu beschäftigen; was genau die Teilnehmenden damit tun und wie die Bewegungen ausgeführt werden, bleibt ihnen überlassen.

### ■ ■ Biografisches Gespräch

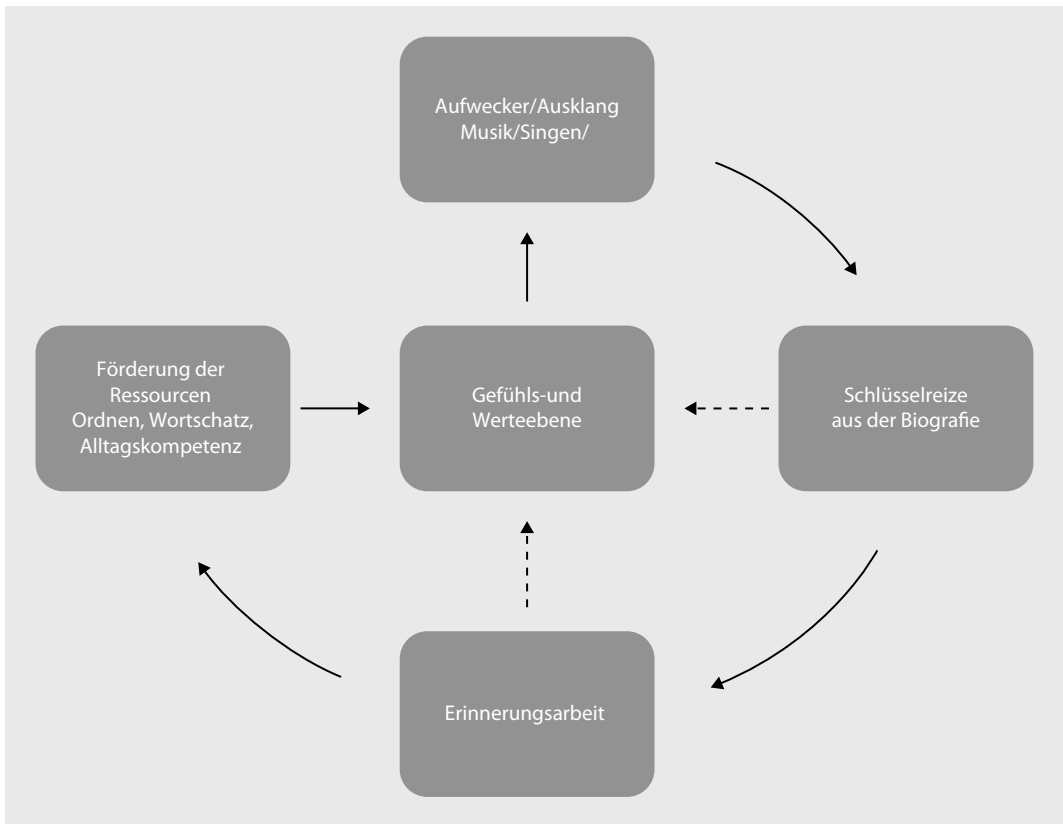
Es werden alltagsbezogene Utensilien als Erinnerungsanker aus dem Lebensbereich der Teilnehmenden angeboten, um persönliche Erlebnisse abzurufen. Durch abwechslungsreiches sensorisches Material werden die Teilnehmenden emotional „bewegt“, und sie bewegen sich, indem sie die Utensilien von allen Seiten betrachten und „verwenden“. Erinnerungen kommen so leichter auf, ebenso der entsprechende Wortschatz, um diese zu verbalisieren.

### ■ ■ Stärkung der Ressourcen

Vertiefend können auch noch bestehende Kompetenzen gefördert werden, z. B. der Wortschatz, indem noch weitere Begriffe zum Thema gesammelt werden oder das Wissen abgerufen wird, das dem lebenslangen Expertentum entspringt. Die Unterstützung der vorhandenen Fähigkeiten kann in das biografische Gespräch integriert werden. Dabei ist zu beachten, dass Erlebnisse meist in der Vergangenheitsform erzählt werden; die Stärken sind im Hier und Jetzt vorhanden und sollten daher in der Gegenwart angesprochen werden. Zum Einsatz kommen können auch gut im Altgedächtnis verankerte Inhalte, wie Sprichwörter und Redensarten, die ergänzt werden können, oder Kimspiele (Beschreibung im ► Anhang), die alle Sinne anregen.

### ■ ■ Lebenswerte

In die Wertebene wird eingestiegen, wenn einer der Teilnehmenden eine Aussage dieser Art macht: „Man musste fleißig sein, um vom Vater gelobt zu werden.“ Die Gruppenleiterin würde antworten: „Ist denn Fleiß eine wichtige Eigenschaft? Wie zeigt es sich,



■ **Abb. 2.1** Überblick über den Ablauf einer Validierenden Aktivierungseinheit (durchgezogener Pfeil = geplanter Ablauf; gestrichelter Pfeil = möglicher Ablauf)

wenn jemand fleißig ist?“ Hier werden nun die Kommunikationstechniken der Validation je nach Phase eingesetzt.

Die Zeitform betrifft dann nicht mehr die Vergangenheit, sondern wir sprechen in Gegenwart, weil etwa Fleiß ein „Lebenswert“ ist, der für die Teilnehmenden immer noch gilt.

Die Gruppenleiterin kann aber ebenfalls die Werteebene „betreten“, indem sie z. B. die Frage an die Runde stellt: „Mussten Sie in/ bei ... fleißig arbeiten?“, um zu erfahren, ob Fleiß einen zentralen Lebenswert darstellt.

Der Einstieg auf die Werteebene ist als letzter Teil der Einheit geplant (schwarze Pfeile in ■ **Abb. 2.1**), kann aber auch im übrigen Verlauf geschehen (gestrichelte Pfeile in ■ **Abb. 2.1**), je nach Bedürfnis und Reaktion der Teilnehmenden.

Das Ende der Einheit wird durch das Zusammenlegen/-räumen der Utensilien signalisiert und durch einen Musikeil oder ein Lied, das in Melodie und Text Abschied thematisiert; so können auch

Teilnehmende mit fortgeschrittener Demenz wahrnehmen, dass die Gruppe sich trennt.

Es kann auch ein gemeinsames Genusserlebnis am Ende der Einheit angeboten werden: Kosten, Essen, Trinken oder auch die Zubereitung einer Speise bzw. eine andere Tätigkeit, die zum Thema passt.

➤ **Die Einheiten bestehen aus verschiedenen Bausteinen** (■ [Abb. 2.1](#)), die bis auf den „Aufwecker“ und die Schlussphase flexibel angewendet werden – je nachdem, wie sich das Gespräch entwickelt.

#### ■ ■ Die Haltung der Gruppenleiterin

Der Teilnehmende im Mittelpunkt – das charakterisiert den personenzentrierten Ansatz, die Anerkennung des Menschen im vollen Menschsein. Menschen mit Demenz sind immer weniger in der Lage, ihr Person-Sein aufrechtzuerhalten. Daher bedarf es lebendiger Beziehungen, um die individuelle Identität zu stärken. Grundlage ist das humanistische Menschenbild, das jeden Menschen als eigenständige, wertvolle Persönlichkeit schätzt, sich aber der Unterschiedlichkeit der Menschen bewusst ist.

Die folgenden Merkmale kennzeichnen diese personenzentrierte Haltung (Rogers u. Schmidt [2004](#)).

#### ■ Empathie

Wenn die Gruppenleiterin nachspüren kann, welche Bedeutung die Erzählungen des Teilnehmenden für dessen Selbst und für seine Emotionen haben, dann kann sie ein Stück weit in den Schuhen des anderen gehen; doch immer ist sie sich bewusst, dass dies nicht ihre Schuhe sind, daher ist dieses Verstehen wertfrei. In der Situation der Gruppenstunde präsent zu sein und sich den Teilnehmenden positiv zuzuwenden schafft gegenseitiges Vertrauen.

#### ■ Akzeptanz

Nicht die Erkrankung mit ihren Defiziten steht im Vordergrund, sondern die Einzigartigkeit des Individuums. Vorbehaltloses Anerkennen des Gegenübers prägt diese Haltung, aber auch Abstandnehmen von eigenen Deutungen und Werten. (Kann ich den Teilnehmenden so annehmen, wie er ist?)

#### ■ Kongruenz

Menschen mit Demenz sind äußerst sensibel gegenüber inkongruentem Verhalten. Daher versucht die Gruppenleiterin nicht, ihre Gefühle zu verleugnen (das heißt aber nicht, sie ungefiltert zu zeigen), sondern sie passend für den Gesprächspartner auszudrücken.



- **Zusammenfassend ist eine personenzentrierte Haltung geprägt von einfühelndem, nicht wertendem Verstehen der (inneren) Welt des anderen, eine Art von offener Begegnung stets auf Augenhöhe (im übertragenen und örtlichen Sinn).**

### **Ziele einer Validierenden Aktivierung**

- Befriedigung von sozialen Bedürfnissen: Teil einer Gemeinschaft sein, sich austauschen, gemeinsame Aktivitäten
- Befriedigung des Bedürfnisses nach Wertschätzung: Kommunikation auf Augenhöhe, entsprechend dem Stand der Informationsverarbeitung
- Befriedigung emotionaler Bedürfnisse: Anerkennung, Zuwendung und damit mehr Wohlfühl und Lebensqualität
- Befriedigung des Bedürfnisses nach Autonomie: freiwillige Aktivität, jeder darf bestimmen, inwieweit er mitmacht, sich mit dem Angebot beschäftigt, sich auf das Thema einlässt, auf eigene kreative Art und Weise
- Stärkung des Person-Seins: als Person mit individuellen Kompetenzen und eigenen Wertvorstellungen akzeptiert werden
- Stärkung der Ressourcen: Beschäftigung mit den Stärken und dem Expertentum
- Person-bezogene Stimulierung und Aktivierung: eine glückliche Spanne Zeit verbringen, Reizanflutung und Anregung ohne jeden Leistungsanspruch erleben
- Aufarbeitung und Integration: Lebensereignisse als Teil der eigenen Biografie annehmen (gestützt durch die Gemeinschaft von Menschen der gleichen Generation und achtsame Zuhörer)

### **Literatur**

- 
- Rogers C, Schmidt P (2004) Person-zentriert. Grundlagen von Theorie und Praxis.  
Matthias Grünewald, Mainz
- Wirsing K (2013) Psychologie für die Altenpflege. Beltz, Weinheim

Stundenkonzepte für Menschen mit Demenz in der  
Pflege

Werteorientierte Gruppenarbeit - Validierende  
Aktivierung©

Schloffer, A.G.-H.; Gabriel, I.; Prang, E.

2017, XII, 199 S. 61 Abb., Softcover

ISBN: 978-3-662-52760-3