



LERNENDE ORGANISATION

Zeitschrift für Relationales
Management und Organisation



Unsere Zukunft: Auferlegte
Bürde oder „hausgemacht“?
von Sonja Radatz

Auf dem Weg zur gestaltenden
Zukunftsforschung
von Kenneth Gergen

Disruptives Denken: Die digitale
Transformation beginnt im Kopf
von Jens-Uwe Meyer



Dr. Andrea Christoph-Gaugusch

Andrea Christoph-Gaugusch, Mag. rer. nat., Dr. phil.; geb. 1977 in Wien. Studium der Psychologie an der Universität Wien; Erwin Schrödinger Stipendium (Indiana University, USA); Klinische- und Gesundheitspsychologin, Schriftstellerin sowie Zen-Shiatsu-Praktikerin in freier Praxis. Verfolgt und entwickelt eine Philosophie eines mittleren Weges (vgl. die Publikationen im Passagen Verlag, Wien).

*Praxis im Marienstöckl
Hietzinger Hauptstraße 124A/5
1130 Wien, Österreich
christoph@kabelplus.at
Mobile: +43-(0)664-2308498
Web: www.acg.co.at*



5 SCHRITTE FÜR MEHR GELASSENHEIT IM UMGANG MIT DEMENZ

von Andrea Christoph-Gaugusch

Wir werden von Generation zu Generation älter – das wissen wir bereits. Und das Schreckgespenst „Alzheimer“ und „Demenz“ scheint damit einherzugehen. Oder muss das nicht so sein?

In ihrem Buch „Demenzen und die Kunst des Vergessens – Fünf Schritte für mehr Gelassenheit im Umgang mit Demenz“ beschreibt Andrea Christoph-Gaugusch, wie wir Menschen mit Demenz bestmöglich begleiten und neue Denk- und Handlungsmöglichkeiten entwickeln können. In diesem Artikel stellt sie abseits der weit verbreiteten Schreckensszenarien eine erfrischend neue systemische Herangehensweise zu dem Thema „Demenz“ vor. Die Aufrechterhaltung der verkörperten Kommunikation steht hierbei im Vordergrund, damit sich der „Geist“ zeigen kann und sich nicht „verflüchtigt“. Es macht das Leben mit Demenz für alle Beteiligten (Menschen

Es zeigt sich, dass die kommunikativen Interaktionen eines Menschen mit seiner Um- und Mitwelt zentral sind, um sinnvollerweise von „Orientierung“, „Gedächtnis“, „Denken“ etc. sprechen zu können.

mit Demenz, Angehörige, Betreuungspersonen etc.) leichter, wenn ein lösungsorientierter Blick entwickelt wird, wir Ressourcen feiern, anstatt auf Defizite zu zeigen. Jedenfalls aber sollten wir Menschen mit Demenz auf eine liebevolle und wertschätzende Art und Weise auf ihrem Weg begleiten. Es kann uns früher oder später

schließlich auch selbst betreffen, aber je aktiver wir kommunizieren, umso größer ist auch unsere kommunikative Reserve, aus der wir verkörpert im Alter schöpfen können.

1. DIE DEMENZ BEOBACHTEN... ODER AUCH NICHT?

In einem ersten Schritt („Die Demenz beobachten ... oder auch nicht?“) wird versucht, über gängige Auffassungen, die häufig mit demenziellen Erkrankungen in Verbindung gebracht werden, wie den zunehmenden Verlust der „Orientierung“, des „Gedächtnisses“, der sprachlichen „Ausdrucksfähigkeiten“, der „Aufmerksamkeit“ und „Konzentration“, kritisch zu reflektieren. Hierbei zeigt sich, dass wir Begriffe wie „Orientierung“, „Gedächtnis“, „Denken“, „Aufmerksamkeit“ etc. vollkommen selbstverständlich gebrauchen, als wüssten wir mit Gewissheit, wovon wir reden. Wenn man aber diese Begriffe eingehender untersucht, dann bekommt man doch eher den Eindruck, dass wir das nicht immer so genau wissen. Wie wird etwas konkret „im Gedächtnis“ abgespeichert? Was wird überhaupt abgespeichert? Wie wird etwas „aus dem Gedächtnis“ herausgenommen? Falls das „Herausnehmen“ von „etwas“ (was auch immer es konkret sein mag) aus

einer Art „Behälter“ überhaupt eine passende Metapher ist. Wie verliert man seine „Konzentration“? Wie lassen sich diese Begriffe schließlich aus einer biopsychosozialen und systemischen Sichtweise begreifen, und welche Handlungsalternativen ergeben sich aus dieser veränderten Betrachtungsweise?

Es zeigt sich, dass einerseits die kommunikativen Interaktionen eines Menschen mit seiner Um- und Mitwelt zentral sind, um sinnvollerweise von „Orientierung“, „Gedächtnis“, „Denken“ etc. sprechen zu können, und dass andererseits das Aufrechterhalten dieser kommunikativen Interaktionen dabei unterstützt, die „Orientierung“, das „Gedächtnis“, das „Denken“ oder auch die „Aufmerksamkeit“ und „Konzentration“ nicht zu verlieren. Man kann meines Erachtens seine „Orientierung“, seine „Erinnerungen“, sein „Denken“ oder auch seine „Aufmerksamkeit“ oder „Konzentration“ nicht verlieren wie einen Ohrring, man kann vielmehr die kommunikativen Interaktionen im Hier und Jetzt „verlieren“; sei es, dass man still mit sich selbst kommuniziert oder aber mit einem Gegenüber. Dieses Gegenüber muss keine Person sein, das kann durchaus auch ein sprechender Kalender oder ein stummes Buch sein. Der Verlust an Kommunikationsfähigkeit kann schließlich aus der Außenperspektive betrachtet so aussehen, als ob jemand seine „Orientierung“, sein „Gedächtnis“, seine „Kognition“, seine „Persönlichkeit“ etc. „verloren“ hätte.



Abb. 1: Das Erleben aus Sicht der Betroffenen

Wenn wir unser Beobachten beobachten, das heißt, Kybernetik zweiter Ordnung im Sinne Heinz von Foersters betreiben, dann zeigt sich, dass das Gedächtnis als jene Fähigkeit begriffen werden kann, die es uns ermöglicht, etwas im Hier

und Jetzt zu rekonstruieren, und dass man diese Rekonstruktionsfähigkeit so lange als möglich (auch mittels externer Hilfsmittel) aufrechterhalten kann. Ebenso zeigt sich, dass die sogenannte Kognition ein Begriff ist, der nur im Zuge von kommunikativen Interaktionen seine Bedeutung erhält und genau diese kommunikativen Interaktionen gilt es zu pflegen und zu forcieren, damit das, was beobachtend schließlich als Kognition beschrieben wird, sich überhaupt zeigen kann. Wo diese kommunikativen Interaktionen zum Stillstand kommen, da gewinnt man beobachtend den Eindruck, dass sich das „Denken“ förmlich verabschiedet hätte. Wo sich hingegen kommunikative, regelhafte Interaktionen und Sprachspiele zeigen, da zeigt sich – wie durch ein Wunder – auch das, was dann als „geistreiches Verhalten“ beschrieben wird.

Man kann meines Erachtens seine „Orientierung“, seine „Erinnerungen“, sein „Denken“ oder auch seine „Aufmerksamkeit“ oder „Konzentration“ nicht verlieren wie einen Ohrring.

2. DAS DEMENZ-SCREENING

In einem zweiten Schritt („Das Demenz-Screening“) wird über derzeit vorhandene Diagnosekriterien reflektiert, wobei sich die häufig über Jahre aufgebauten Kompensationsleistungen, die Menschen bewusst und unbewusst äußerst lösungsorientiert entwickeln, um sich kognitive Beeinträchtigungen nicht anmerken zu lassen, als gewaltige Ressource erweisen. Diese können dann bewusst weitergeführt und ausgebaut werden. Menschen mit Demenz laufen weltweit Gefahr, stigmatisiert zu werden und dieser Stigmatisierung kann man einerseits durch Normalisierung, andererseits aber auch durch eine entspannte und offene Kommunikation über kognitive Beeinträchtigungen erfolgreich begegnen. Wenn über Kompensationsleistungen offen gesprochen werden kann, dann hilft das nicht nur dabei, sie offensichtlich anzuwenden, sondern auch ein Stück weit, stolz auf diese Ressourcen zu sein, anstatt sie vor anderen zu verstecken.

3. DIE DIAGNOSE IST FIX – UND NUN? UND

4. SICH NICHT IN EINEN SÄUGLING VERWANDELN

In einem dritten und vierten Schritt („Die Diagnose ist fix – und nun?“ und „Sich nicht in einen Säugling verwandeln“), die durchaus auch als eine Schritt gesehen werden können, geht es darum, ressourcen- und nicht defizitorientierte Handlungsmöglichkeiten aufzuzeigen, falls man mit der Diagnose „Demenz“ konfrontiert wird; abseits von der weit verbreiteten „Säuglingsmetapher“. Die Idee, dass sich Menschen mit Demenz zunehmend zum Kind „zurückentwickeln“, ist leider weit verbreitet, und findet sich auch in der Fachliteratur ziemlich unverblümt, wenn von einer sogenannten „Retrogenese“ geschrieben wird. Mitunter sind betreuende Personen auch der wohlmeinenden Überzeugung, dass Menschen mit Demenz gerne wie Kinder behandelt werden. Und doch ist diese Metapher nicht nur höchst unpassend, sondern auch gefährlich. Menschen mit Demenz sind und bleiben erwachsene Menschen, sie bleiben Personen mit Vorlieben und Abneigungen, Personen, die wie erwachsene Menschen behandelt werden können. Nichts spricht dafür, dass wir uns im Alter (mit oder ohne Demenz) wieder zu Kindern „zurückentwickeln“. Sämtliche Erfahrungen sind immer verkörperte Erfahrungen in einem bestimmten Kontext. Weder der seit Jahrzehnten erwachsene Mensch, noch der Kontext, in dem ein Mensch sich stets befindet (die Um- und Mitwelt), entwickelt sich im Verlauf eines demenziellen Geschehens „zurück“. Die „Säuglingsmetapher“ ist deshalb so gefährlich, weil sie den kommunikativen Umgang mit alten Menschen auf eine beschämende Art und Weise verändern kann (im Sinne von „Schätzchen, setz dich da hin!“). Es geht vielmehr darum, so lange als möglich als Person und nicht als „Kind“ wahrgenommen zu werden, in der erwachsenen Kommunikation zu bleiben, und auf empathische Art und Weise ernst genommen zu werden.

Was kann ich schließlich tun, falls ich eine Demenz-Diagnose bekomme? Welche Schritte sind sinnvoll?

Jedenfalls ist es sinnvoll, alles schriftlich zu fixieren, was einem zur eigenen Person wichtig erscheint, das heißt, klar festzuhalten, wie man behandelt werden möchte, falls man sich einmal nicht mehr klar und deutlich artikulieren kann. Hier helfen Erinnerungsbücher, Listen über Vorlieben und Aversionen, über Lieblingsmusikstücke, Lieblingsdüfte, Lieblingsgegenstände etc. Der vorgeschlagene Weg und das Ziel sind somit, so lange, wie es nur irgendwie möglich ist, mit allen Sinnen kommunikativ in der Interaktion zu bleiben.



Abb.2: Kommunikativer Umgang mit Betroffenen

5. MIT DEMENZEN PRÄSENT SEIN

So kann es gelingen, mit „DemenZen präsent zu sein“ (Schritt Nr. 5) und einen liebevollen, wertschätzenden und ressourcenorientierten Blick auf jene Menschen zu entwickeln, die – aus welchen Gründen auch immer – mit demenziellen Erkrankungen leben müssen. Es kann früher oder später jeden von uns betreffen. Und falls es wirklich einmal so weit kommen sollte, empfiehlt sich: „Seien Sie gnädig mit Ihren ‚Fehlern‘ und schauen Sie stattdessen darauf, was Sie gut können!“ Und: „Wie wäre es, wenn wir Demenz als ‚Zustand ohne Geist‘ für immer vergessen und stattdessen den Fokus auf die stets vorhandenen Kommunikationsfähigkeiten richten, sowie auf den Gewinn an Präsenz und Nähe?“ ■

LITERATUR:

Christoph-Gaugusch, A. (2018): DemenZen und die Kunst des Vergessens – Fünf Schritte für mehr Gelassenheit im Umgang mit Demenz. Heidelberg: 2018.

Gestalten Sie regelmäßig Ihre Zukunft



Wer die LO regelmäßig liest, gestaltet die Zukunft bewusst und – erfolgreich. Die LO erscheint 6 x jährlich zu einem Schwerpunktthema.

Wählen Sie jetzt Ihr maßgeschneidertes Abo-Angebot!



ZUM EINSTIEG

LO Print-Mini-Abo
2 Ausgaben um nur € 27,26 + MwSt.



FÜR HAPTISCH ANSPRUCHSVOLLE

LO Print-Jahresabo
6 Ausgaben um € 109,08 + Versandkosten + MwSt.



FÜR TABLET-FREAKS

LO PDF-Jahresabo
6 Ausgaben um € 49,99 + MwSt.



FÜR THEMEN-USER

LO Komplett-Abo
1 Jahr Zugriff auf alle bisherigen LO Artikel um € 166,66 + MwSt.

Jetzt bestellen: www.irbw.net



INSTITUT
FÜR
RELATIONALE
BERATUNG
UND
WEITERBILDUNG

Zielorientierte Entwicklung von
Menschen, Teams und Unternehmen GmbH

Blog, Weiterlesen & Bücher zum Relationalen Ansatz:
www.irbw.net, office@irbw.net

Schloss Schönbrunn | Zuckerbäckerstöckl 39 | 1130 Wien
Tel. +43 1 409 55 66 | Fax: +43 1 409 55 66 77

Gestalten Sie. Sonst werden Sie gestaltet.

Der Relationale Ansatz des IRBW bringt Sie in Führung.

Wer hinter der Zeitschrift LO Lernende Organisation steht:
Das IRBW mit seinem Relationalen Ansatz.
Im Schloss Schönbrunn in Wien und in Ihrem Unternehmen.

BERATUNG – *Relationaler Change* • *Relationale Unternehmensbegleitung* • *Führungsbegleitung*

WEITERBILDUNG – *Offenes Weiterbildungsprogramm* • *Inhouse Weiterbildung*

ZEITSCHRIFT LO – *Kostenloses Probeheft* • *Print Abo* • *PDF Abo*

WEITERLESEN – *Toolbox* • *Bücher* • *Artikel* • *Blog „Radatz inspiriert“* • *XING & LinkedIn*



Newsletter, Weiterlesen & Bücher zum Relationalen Ansatz:
www.irbw.net

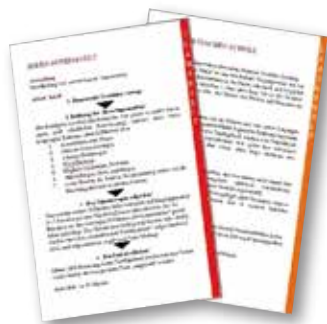
Telefon-Hotline: +43 1 409 55 66
Anfragen: irbw@irbw.net

Institut für Relationale Beratung und Weiterbildung

Zielorientierte Entwicklung von Menschen, Teams und Unternehmen GmbH
Schloss Schönbrunn, Zuckerbäckerstöckl 39, 1130 Wien

**INSTITUT
FÜR
RELATIONALE
BERATUNG
UND
WEITERBILDUNG**
Zielorientierte Entwicklung von
Menschen, Teams und Unternehmen GmbH
www.irbw.net

Haben Sie schon die Relationale Toolbox?



100 KÄRTCHEN MIT JE 20 RELATIONALEN TOOLS

zu den Themen
Selbstmanagement • Coaching • Leadership
Teamarbeit • Unternehmensführung

Einfach zu nutzen • überall mitzunehmen • in der praktischen Box

Bestellen Sie Ihre Relationale Toolbox um EUR 90,- + MwSt.
online auf www.irbw.net oder formlos unter irbw@irbw.net!



Zielorientierte Entwicklung von
Menschen, Teams und Unternehmen GmbH

IRBW Institut für Relationale Beratung und Weiterbildung Wien
www.irbw.net | irbw@irbw.net

Schloss Schönbrunn | Zuckerbäckerstöckl 39 | 1130 Wien
Tel. +43 1 409 55 66 | Fax: +43 1 409 55 66 77