

DemenZen und die Kunst des Vergessens

Fünf Schritte für mehr Gelassenheit im Umgang mit Demenz



Andrea Christoph-Gaugusch
DemenZen und die Kunst des Vergessens
Fünf Schritte für mehr Gelassenheit im Umgang mit Demenz
Mit einem Vorwort von Fritz B. Simon
169 Seiten, Kt, 2018
€ (D) 19,95/€ (A) 20,60
978-3-8497-0223-6
Auch als **eBook** erhältlich

Über das Buch



Andrea Christoph-Gaugusch
DemenZen und die Kunst des Vergessens
Fünf Schritte für mehr Gelassenheit im Umgang mit Demenz
Mit einem Vorwort von Fritz B. Simon
169 Seiten, Kt, 2018
€ (D) 19,95/€ (A) 20,60
978-3-8497-0223-6
Auch als **eBook** erhältlich

Die Diagnose Demenz löst bei Betroffenen und Angehörigen große Ängste aus. Unwillkürlich scheint sich der Fokus auf die Defizite zu verengen: Ist das Ausmaß an „Vergesslichkeit“ noch normal, oder ist der „Abwärtstrend“ bereits in vollem Gange? Für Andrea Christoph-Gaugusch verursacht der starre Blick auf die Mankos einen weiteren schweren Verlust: den Rückzug aus vertrauten Kommunikationsprozessen.

Diesem stellt sich die Autorin entgegen, indem sie die Leser ermutigt, sich ressourcenorientiert den Möglichkeiten und Chancen einer Reise in ein herausforderndes, aber spannendes und noch relativ unerforschtes Land zuzuwenden. Ihr Buch ist ein Plädoyer für Achtsamkeit und Gelassenheit. Dabei setzt sie auf Kernkompetenzen der systemischen Therapie: Lösungsorientierung und Integrationsbereitschaft innerhalb des sozialen Kontextes.

Ohne überflüssigen Fachjargon und im Ton heiter führt das Buch in fünf Schritten von der potenziellen Demenzdiagnose bis hin zum (gelassenen) Umgang mit der sogenannten „schweren“ Demenz. Dabei treten Handlungsspielräume zur Prüfung und Neuausrichtung des eigenen Verhaltens deutlich ins Zentrum. So gelingt es der Autorin, Ängste zu nehmen und Betroffenen und Angehörigen bei ihrer wichtigen Aufgabe, dem „In-der-Kommunikation-bleiben“, praxisnah Unterstützung anzubieten. Merksätze, virtuelle Erinnerungsanker und Schreibübungen laden zur aktiven Auseinandersetzung mit der Demenz ein.

Bei Bestellungen über www.carl-auer.de liefern wir deutschlandweit portofrei.

Ich bestelle:

Ex. _____ **DemenZen und die Kunst des Vergessens** 978-3-8497-0223-6
€ (D) 19,95/€ (A) 20,60

Ex. _____ ISBN 978-3- _____

Name _____

Straße _____

Ort _____

Ja, ich möchte den monatlichen **Carl-Auer Newsletter** abonnieren.
 Ja, ich möchte aktuelle **Buchempfehlungen** erhalten.

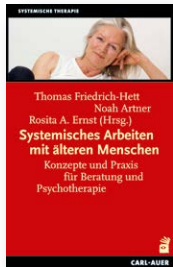
E-Mail _____ Bitte in Blockschrift ausfüllen!

Über die Autorin



Andrea Christoph-Gaugusch, Mag. rer. nat., Dr. phil.; Studium der Psychologie an der Universität Wien; 2004 Erwin Schrödinger Auslandsstipendium (Indiana University, USA); Klinische- und Gesundheitspsychologin sowie Zen-Shiatsu-Praktikerin in freier Praxis.

Weitere Titel:



Thomas Friedrich-Hett
Noah Artner
Rosita A. Ernst (Hrsg.)
Systemisches Arbeiten mit älteren Menschen
Konzepte und Praxis für Beratung und Psychotherapie
287 Seiten, Kt, 2014
€ (D) 29,95/€ (A) 30,80
ISBN 978-3-8497-0043-0

Lernen, Wachstum und Veränderung sind auch im Alter noch möglich. Therapie und Beratung können helfen, Kraft für die noch anstehenden Lebensaufgaben zu gewinnen – bis hin zu einem guten und würdevollen Abschied von allem, was das Leben bereitgehalten hat.



Jaap Robben
Merel Eyckerman
Josefina
Ein Name wie ein Klavier
32 Seiten, Gb, 2015
€ (D) 19,95/€ (A) 20,60
ISBN 978-3-8497-0089-8

Eines Tages vergaß Oma mich einfach. Und auch ihr Haus, das Zimmer und sich selbst. Sie dachte, sie wäre einfach irgendeine Frau.

„Ein wunderbares Buch, in dem ein warmes Herz schlägt. Ein Herz für Kinder. Ein Herz für Omas. Ein Herz für die Zeit, die Verbindungen zwischen ihnen knüpft.“

Edward van de Vendel („Ein Hund wie Sam“)

Leseprobe: Ein kurzer Brief an die Leser (Auszug)

Liebe Leserin, lieber Leser,
glücklich ist, wer vergisst, was doch nicht zu ändern ist. Dieser Liedtext aus der Operette »Die Fledermaus« lässt sich auch gut auf das Vergessen anwenden. Vergessen muss keine Katastrophe sein. Man könnte es sogar als Kunst ansehen, die glücklich machen kann – vorausgesetzt, man vergisst, was man vergessen will. Und wenn schon nicht glücklich, so kann man dem Vergessen durchaus auch gelassen begegnen. Das wollen wir hier gemeinsam üben.

Unser gemeinsamer Tanz rund um das Thema beginnt bei der Frage, was eine Demenz eigentlich wirklich ist (Schritt 1). Dann widmen wir uns dem Demenz-Screening (Schritt 2) sowie einer potenziellen Demenzdiagnose und der Frage, wie man mit ihr umgehen kann (Schritt 3). Wir sehen uns auch Gründe an, die für die Stigmatisierung von Menschen mit Demenz in Frage kommen könnten – allen voran die »Säuglingsmetapher«, d. h. die Infantilisierung oder angebliche »Rückentwicklung« alter Menschen mit Demenz zum Kind, Kleinkind oder gar Säugling (Schritt 4). Schließlich gelangen wir zu jenem Zustand, vor dem so gut wie allen Menschen graut – der Demenz in ihrer »schwersten« Ausprägung (Schritt 5). Dabei ist es irrelevant, ob man überhaupt eine Demenz hat, je eine haben wird (mit oder ohne Diagnose) oder sich einfach nur davor fürchtet.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen viel Freude beim Tanzen rund um das Thema »Demenz« und, falls es notwendig erscheint, auch viele konstruktive, selbst gefundene Lösungen für das »Demenzproblem«. Fürchten werden Sie sich am Ende dieses Buches hoffentlich nicht mehr davor. Was nicht unbedingt heißt, dass Sie sich darauf freuen werden – das wäre doch etwas zu viel verlangt. Aber vielleicht gelingt auch eine »neutrale«, entspannte und gelassene Haltung.

