

# SPIDSEN

## Den sene alderdom i et eksistentielt perspektiv

Svækkelse og afhængighed er aspekter af ældrelivet, vi ikke taler så meget om. Hvad kan en skærpet eksistentiel opmærksomhed på livets mere skrøbelige aspekter bidrage med?

Den fysiske, kropslige eksistens indtager en central plads i de offentlige indsatser. Som sociologen Nikolas Rose har peget på, er den biologiske krop i fokus i disse år. Mennesker betragtes først og fremmest som kropslige individer (Rose, 2009). Grundtanken er den selvstændige, aktive og kropsligt velfungerende borger. Som en følge af denne dominerende forståelse af mennesket, fokuseres der i vid udstrækning på rehabilitering, sundhedsfremme og forebyggelse. De grundlæggende medmenneskelige og eksistentielle vilkår vises ikke altid tilsvarende opmærksomhed. Døden, isolationen, meningsløsheden og friheden er ifølge eksistenspsykologen Irvin Yalom de eksistentielle grundvilkår i menneskets liv. Vi skal alle dø, vi fødes alle alene ind i verden og forlader den alene, vi har alle frihed til at skulle vælge og konstruere vores liv, og vi skal alle skabe og opbygge mening i en verden, hvor der ikke er givet nogen mening på forhånd (Yalom, 1998). Spørgsmålet er, om en skærpet eksistentiel opmærksomhed kan tilføre nye dimensioner til den nuværende danske ældrepolitik?

### Forebyggelse og rehabilitering

I takt med ændringer i demografien og et stigende antal ældre i befolkningen er kommunerne økonomisk udfordret. Der er ikke kun tale om flere "unge ældre" over 65 år, men også om flere "ældre ældre" over 80 år. Ældrepolitikken i landets kommuner synes at være inspireret af et tiltag startet i Fredericia kommune i 2009 ved navn "Aktiv hele livet". Det bærende princip er hjælp til selvhjælp, så de ældre gennem træning kan beholde deres funktionsevne længst muligt. Hovedparten af landets 98 kommuner har efterfølgende indført hverdagsrehabilitering ud fra "Fredericia-modellen", ikke mindst med effektivisering og besparelser for øje. I henhold til Servicelovens § 83 er det nu også politisk



Sårbarhed og afhængighed af andre er en selvfølgelig del af livet. Foto: Karen H. Fuglsang.

bestemt, at borgere med nedsat funktionsevne skal tilbydes et rehabiliteringsforløb, hvis det kan føre til forbedret funktionsevne og dermed formindske behovet for hjælp. Ældreområdet i Danmark har altså i stor udstrækning fokus rettet mod rehabilitering og sundhedsfremme.

### Svækkelse og tilbagegang

Modsat synes der ikke at være mange, der interesserer sig for den svækkelse og tilbagegang, som højst sandsynligt vil indtræffe på et tidspunkt, hvis man bliver gammel nok. Den sidste fase af alderdommen og livet, hvor skrøbeligheden og

afhængigheden af andre sætter ind, tales der ikke meget om. Ifølge filosofen Martha Nussbaum er den periode, hvor mennesker er aktive og uafhængige, imidlertid blot en del af livet. Den menneskelige tilværelse indeholder også andre faser, hvor sårbarheden og afhængigheden af andre træder i stedet. Disse faser er en lige så selvfølgelig del af livet som de øvrige (Nussbaum, 2001). Spørgsmålet er derfor, om det massive fokus på aktivitet, forebyggelse og sundhedsfremme hos ældre tilsidesætter, overser og måske endda fornægter andre sider og dimensioner af den sene alderdom? Kunne der være aspekter i



de ældres livsvilkår og livsindhold, der ikke berøres, overses eller går tabt i den måde, det offentlige system fungerer på i dag?

### Livet indtil døden

Vi er alle dødelige og bestemt til at gennemgå et livsforløb fra fødsel og barndom gennem modning til den afsluttende død. Døden som et eksistentielt vilkår fylder imidlertid ikke meget i samfundsdebatten. Eksempelvis kan nævnes indførelsen af hjertestartere på plejehjem, hvor Sundhedsstyrelsen først og fremmest har sat den biologiske krop i centrum med fokus på livsforlængende behandling og genoplivning. En nærmere drøftelse af døden som en naturlig afslutning på livet er derimod udeblevet. I et eksistentielt perspektiv er døden et essentielt element i forståelsen af livet. Ifølge Søren Kierkegaard giver døden livskraft, fordi den skærper opmærksomheden mod livet her og nu. Vi ved alle, at vi skal dø. Men vi ved ikke hvornår. Som et fælles menneskeligt grundvilkår er vi i princippet døende til enhver tid. Vi skal derfor lære at forstå os selv i dødens tegn. Det er livet indtil døden, der tæller (Kierkegaard, 1845). Med Kierkegaard er en bevægelse fra en mere generel samfundsmæssig fortrængning af døden til dødsbevidsthed og døds erkendelse en mulighed.

### Den sene alderdom i et eksistentielt perspektiv

En skærpet eksistentiel opmærksomhed vil kunne tilføre nye dimensioner til æl-

drepolitikken i form af en bredere og mere nuanceret tilgang til svækkede ældre. Fokus på aktivitet kan forekomme mindre relevant og centralt i den sidste fase af alderdommen, hvor skrøbeligheden sætter ind. På det seneste er der da også kommet mere fokus på de eksistentielle aspekter af ældres tilværelse, eksempelvis ensomhed som en del af livet. Med inddragelse af et eksistentielt perspektiv vil gradvis svækkelse og afhængighed af andre i højere grad kunne fremstå som en naturlig del af livsforløbet, der ikke søges tænkt eller trænet væk – men som er en naturlig del af den sene alderdom.

### Referencer

Kierkegaard, S. (1845): *Ved en grav*. Samlede værker, 5. udgave, 1994, bind 6. Pp. 296-323. København: Gyldendals Bogklubber.

Nussbaum, M. C. (2001): *Disabled Lives: Who Cares?* New York: The New York Review of Books, Volume 48, Number 1, January 11. Pp. 34-37.

Rose, N. (2009) *Livets politik. Biomedicin, magt og subjektivitet i det 21. århundrede*. København: Dansk psykologisk forlag.

Yalom, I. D. (1998) *Eksistentiel psykoterapi*. København: Hans Reitzels Forlag.

På ældreområdet indtages rehabilitering, sundhedsfremme og forebyggelse en central plads i de offentlige indsatser. Grundtanken er den selvstændige, aktive og kropsligt velfungerende ældre borger. Aktivitet er i fokus. Den sidste fase af alderdommen og livet, hvor skrøbeligheden og afhængigheden af andre højst sandsynligt sætter ind, tales der ikke meget om. Med afsæt i et eksistentielt perspektiv er hensigten at lukke op for en mere nuanceret ældrepolitik, hvor svækkelse og afhængighed i højere grad bliver en naturlig del af den sene alderdom.

Tine H. Fuglsang er master i humanistisk sundhedsvidenskab og praksisudvikling, og medlem af Forskningsgruppen Samfundets Aldring (The Ageing Society Research Group), ledet af gerontopsykolog Karen P. Munk, Aarhus Universitet.

Spørgsmålet er, om det massive fokus på aktivitet, forebyggelse og sundhedsfremme hos ældre tilsidesætter, overser og måske endda fornægter andre sider og dimensioner af den sene alderdom? Kunne der være aspekter i de ældres livsvilkår og livsindhold, der ikke berøres, overses eller går tabt i den måde, det offentlige system fungerer på i dag?