

En ny aldring?

Med udgangspunkt i et litteraturstudie af klassiske værker i socialgerontologien viser forfatteren, hvordan alderdommen har ændret sig og er under fortsat forandring.

I sin avhandling, presentert i *Gerontologi* nr. 2, 2014, viser Aske Juul Lassen, hvordan aldring har blitt en bekymringsgjenstand i vår tid (Lassen, 2014). En bekymring er, paradoksalt nok, at forventet levealder øker, og antallet av eldre stiger. I Europa var 10% av befolkningen 65 år og eldre i 1960, men andelen ventes å komme opp i nesten 30% i 2060. Det vil da bli flere over 65 år enn personer i den arbeidsføre alderen 15–64 år. Denne utviklingen fremstilles noen ganger i media og politikken som en eldrebølge, eller bent frem som en tsunami, med dystre utsikter for helseomsorgen, pensjonssystemet, innovasjon og økonomisk utvikling og den intergenerasjonelle solidariteten. Men eldrebølgen kan positivt også feires som et helsemessig og medisinsk fremskritt. Nært knyttet til det positive bildet finner enkelte forskere tendenser til en ny aldring, et aldersskifte (*age-shift* hos Biggs et al., 2006) eller også en postmoderne aldring. Disse begrepene refererer til endringer innenfor gerontologien og den sosiale konstruksjonen av alder, den politiske diskursen om aktiv og produktiv aldring og eldre som en ressurs, samt de endrede holdninger og aktivitetsmønstre hos de eldre selv, som aktualiserer nye og varierte former for arbeidsliv, konsum og sosialt liv i den sene livsfasen. Presentasjonen her bygger på egne studier, som er publisert i boken *Aldring og læring* (2016). Jeg viser til denne for mer utførlige referanser.

Paradigmatiske endringer innenfor gerontologien

Aldring var på 1800-tallet og lenge fremover oppfattet som et problem og en uunnngåelig prosess av nedgang, forfall og sykdom, og dette bildet preget også utviklingen av gerontologien på 1900-tallet. Med paradigmatiske endringer mener jeg her, hvordan perspektivene har flyttet

seg fra det biomedisinske til det sosiale, og en empirisk og teoretisk orientering mot å se på mulighetene til fortsatt vekst og utvikling i livets andre halvdel. Denne orienteringen skjøt fart på 1960-tallet med striden mellom teorien om tilbaketrekking (disengagement) og aktivitetsteorien. Elaine Cumming og William Henry, som presenterte den første, hevdet at vellykket aldring er å tilpasse seg et lavere aktivitetsnivå, trekke seg tilbake fra arbeid og sosialt liv og innta en passiv rolle (1961). Det er ønskelig og funksjonelt både for individ og samfunn, mente de. Men Robert Havighurst fant, at de empiriske data pekte på aktivitet som mer typisk enn tilbaketrekking (1961). Eldre har som andre sine utviklingsoppgaver, og det å forbli aktiv og engasjert i aktiviteter og sosiale roller er nøkkelen til vellykket aldring, mente han. Mange forskere har støttet dette ved

temmelig konstant gjennom livet tross skiftende forhold. Å bevare kontinuitet i livsmønstre og aktivitet er derfor spesielt viktig for identitet og vellykket aldring, påpekte Robert Atchley (1989). Disse teorigrensene ble sammenfattet i begrepet produktiv aldring som Robert Butler knyttet til deltakelse i arbeidsliv, frivillig arbeid, familieliv og det å opprettholde sin uavhengighet så lenge som mulig (Dillaway & Byrnes, 2009). Fremskrittene innenfor medisinsk vitenskap ga ham og mange andre tro på, at mennesket kunne forlenge livet som friske og produktive borgere. Denne optimismen og tankegangen om at aldring kan innebære en fortsatt menneskelig utvikling, omtalte forfatteren Betty Friedan (1993, s. 87) som «et revolusjonært paradigmeskifte». Men hennes ærend i sin bok om alderdommens kilde var også å gi alderdommen en egen verdi. Man skulle



Friedans ærend var at gi alderdommen en egen verdi. Man skulle akseptere sin egen aldring og innse at den innebærer både kontinuitet og endring, svekkelse så vel som muligheter for vekst.

å påvise at aktivitet har direkte og indirekte positive effekter på helse og mentale funksjoner. Aktivitet korrelerer med subjektivt følt velvære og tilfredshet med livet og harmonerer slik med folks oppfatninger og erfaringer. Aktivitetsteorien kom til å underbygge mange utdannings- og aktivitetstiltak rettet mot eldre i USA og i Europa. Den ble supplert med teorien om kontinuitet, som bygger på at vår grunnleggende personlighet, våre holdninger og adferdsmønstre forblir

akseptere sin egen aldring og innse, at den innebærer både kontinuitet og endring, svekkelse så vel som muligheter for vekst. Dette har fått vitenskapelig legitimitet i teorien til Paul Baltes og hans kolleger om selektiv optimalisering med kompensasjon, som handler om de ulike tilpasningsstrategiene, folk velger for å takle tap og vinnings gjennom livet. Teorien behandler utvikling i et dynamisk tap/vinning perspektiv, og ved å se på seleksjon, optimalisering og kompensasjon som mestrings-



strategier, kunne Baltes få frem, at selv om det med økende alder skjer tap og nedgang på mange områder, kan det samtidig skjje vekst og forbedring på noen få andre (Freund & Baltes, 2007).

Disse teoriene og de empiriske studiene som underbygde dem, skisserte ulike veier til vellykket aldring. Et viktig bidrag til å belyse dette hovedspørsmålet innenfor gerontologien var de amerikanske studiene, som ble ledet av Jack Rowe. De resulterte i en modell, der vellykket aldring ble identifisert som et samspill av tre faktorer; fravær av sykdommer og sykdomsrelaterte funksjonshemminger, opprettholdelse av høye kognitive og fysiske funksjoner, samt engasjement i sosiale og produktive aktiviteter (Rowe & Kahn, 1997). Selv om modellen ble kritisert for ikke å fange opp alle sider og elementer som kan utgjøre vellykkede aldringsprosesser, fikk den stor betydning ved, at den pekte på individets muligheter til å motvirke forfall gjennom selvalgt adferd, livsstil, proaktiv mestring og korrektive strategier. Sammen med studier som demonstrerer livskraftig (*resilient*) aldring, plastisitet og kognitiv utvikling også i høy alder gjennom trening, har gerontologien fjernet seg langt fra konstruksjonen av aldring som et biologisk og medisinsk anliggende og en uunngåelig prosess av nedgang, sykdom og irreversibelt forfall. Forskningen har bidratt til større forståelse av, at variasjonene mellom mennesker øker med alder, og at alder er sosialt og kulturelt konstruert. Gene Cohen (2014) taler om kraften i den modne hjernen, og det gir håp for et aktivt og produktivt liv også etter den tradisjonelle pensjonsalderen.

Fra tidlig pensjonering til aktiv og produktiv aldring

Begrepene fra gerontologien og studiene om vellykket aldring fant raskt veien til

politikken. Den første verdenskongressen om aldring som FN arrangerte i 1982, antydte at utgiftene til å møte aldringen i samfunnet kunne sees på som en varig investering. Men det store vendepunktet i eldrepolitikken kom på den andre verdenskongressen i 2002. Der heter det i handlingsplanen:

»Potensialet til eldre mennesker kan danne en sterk basis for fremtidig utvikling. Dette gjør det mulig for samfunnet å bygge på de ferdighetene, erfaringene og visdommen som eldre har, ikke bare for å fremme sin egen utvikling og fremgang, men også til å kunne delta aktivt i samfunnet som helhet« (FN, 2002, s. 20, min oversettelse).

Med aktiv deltakelse mente planen også muligheter til å ha et tilfredsstillende og produktivt arbeid, så lenge de ønsker og er i stand til å arbeide. Planen foreslo innføring av fleksibel pensjonering, og det sentrale begrepet som FN og Verdens helseorganisasjon (WHO) sluttet seg til, var aktiv aldring. Det signaliserte et skifte i strategisk planlegging, bort fra en behovsbasert tilnærming, der eldre er passive objekter, til en rettighetsbasert tilnærming som anerkjenner like muligheter og lik behandling i alle livets aspekter og faser. Det uttrykte det paradigmeskiftet, Friedan talte om; bort fra å assosiere alderdom med tilbaketrekking, sykdom og avhengighet, til å se på eldre som aktive deltakere og bidragsytere i et aldersintegrert samfunn der de også kan nyte godt av utvikling.

EU og OECD definerer aktiv aldring som eldres kapasitet til å leve et produktivt liv gjennom læring, arbeid, fritidssystemer og omsorg for andre. Disse organisasjonene har de siste årene fokusert på arbeidet for å skape flere jobbmuligheter for eldre, hjelpe dem til å utføre ulike roller i samfunnet (som arbeidstakere, omsorgspersoner, frivillige, konsumenter og borgere) og

Artikkelen fokuserer på de siste tiårs endrede syn på aldring, som gjør det interessant å stille spørsmålet, om vi kan tale om en ny aldring. Det vises her til endringene innenfor det gerontologiske fagområdet, den sosiale konstruksjonen av aldring og den politiske diskursen omkring aktiv og produktiv aldring. Denne diskursen følges opp med pensjonsreformer i mange land, som under henvisning til at eldre er en ressurs, vil stimulere til at alle deltar i arbeids- og samfunnslivet så lenge som mulig. Artikkelen viser også til det, forskerne beskriver som de-standardisering og de-institusjonalisering av livsløpet og de endrede ønsker, behov og atferdsmønster hos de eldre selv. Artikkelen illustrerer dette ved å vise til en konstruert typologi av, hvordan den senere livsfasen kan te seg. Pensjonering slik vi hittil har forstått det, er her utviklet, og i stedet erstattet av fem livsmodeller som alle betegner ulike former for engasjement og aktivitet. Disse viser til den fleksibilitet og variasjon, som kjennetegner den nye aldringen.

Sigvart Tøsse

er dr.philos og forsker emeritus ved Institutt for pedagogikk og livslang læring, Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet, Trondheim. Han har forsket og publisert en rekke artikler og bøker innenfor voksnes utdanning og læring med hovedvekt på dette feltets historie, utvikling og politikk. Hans nye interesse er nå eldres læring.

sigvart.tosse@gmail.com

fremme god helse og et uavhengig liv. Men siden høy sysselsetting (dansk: beskæftigelse) er sentral for økonomisk utvikling, betyr aktiv og produktiv aldring innenfor disse organisasjonene i praksis, at en skal arbeide lenger, pensjonere seg senere og være en aktiv samfunnsborger etter pensjoneringen.

Det var neppe innsiktene fra den gerontologiske forskningen, som drev frem denne politiske oppmuntringen til å forlenge ens aktive og produktive liv. Forklaringen må heller søkes i de økonomiske og sosiale realitetene, nemlig en økonomisk krise i 1970-årene og økt arbeidsledighet, som fikk politikerne til å innføre stimulerende ordninger for tidlig pensjonering. Til tross for at kvinner økte sin deltakelse i lønnet arbeid, var tendensen en fallende yrkesaktivitet, som fX for Danmarks vedkommende kom opp i 20 prosent mellom 1960 og 2000 (Petersen, 2006). Men den tidlige pensjoneringen, som ble en løsning under stigende arbeidsløshet, ble et økende økonomisk problem. I 1980-årene begynte derfor USA og etter hvert andre land å utarbeide en ny strategi med satsing på muligheter for fleksibelt arbeid, deltidsarbeid, opplæring og pensjonsreformer for å beholde eldre i produktivt arbeid lengst mulig. Mange land er nå inne i en prosess med hevet aldersgrense for pensjonering, og noen har helt opphevet en øvre aldersgrense for, hvor lenge man kan jobbe.

Endringer i livsløp og adferdsmønster

Uten å diskutere årsakene her kan vi konstatere, at reversering av politikken gjenspeiles i endrede mønstre for sysselsetting og pensjonering. Det er en internasjonal trend, at flere velger utsettelse av pensjoneringen og jobber fleksibelt og på deltid ved siden av pensjonsytelser. Norsk Seniorpolitisk Barometer har målt holdningene til pensjonering siden 2003, og da svarte 35% at de kunne tenke seg å fortsette å jobbe etter den normale

pensjonsalderen. I 2015 svarte 56% av arbeidstakerne ja på dette, og hele 63% av de over 60 år. Målinger fra Tyskland og USA viser tilsvarende ønsker om å utsette full pensjonering. I USA er det antallet av eldre over 55 år, som representerer sysselsetningsveksten, mens det faktiske antallet av yngre arbeidere har sunket.

Gerontologiske studier har i økende grad trukket inn livsløpsperspektivet og påvist, at livsløpet og tenkningen omkring det har endret form og innhold. Inndelingen av livet i de tre tradisjonelle boksene oppvekst/utdanning, arbeid og pensjonering har ikke



De fremtidige kohorter av eldre vil komme til å ha erfaring med kontinuerlig oppkvalifisering av ferdigheter. Supplert med livslang læring, etter-, voksen- og videreutdanning vil de ha gode sjanser til videre sysselsetting og være den gruppen, som kan fylle en forventet mangel på kvalifisert arbeidskraft.

lenger gyldighet. Livsløpet i avgrensede og aldersbestemte trinn er myket opp med mer fleksible og overlappende faser, der overgangene er mindre adskilte og heller ikke irreversible. Dette kan eksemplifiseres med at familiedannelse, skilsmisse, fullføring av utdanning og karriereutvikling kan forekomme i flere livsfaser, og man kan ha grader av pensjonering og 'bru-jobber' (dansk: *overgangsjob*) mellom karrieren og pensjonering. Endringene dreier seg alle om, at livsløpet følger i mindre grad enn før

faste skjemaer, og de beskrives av forskere som de-standardisering, individualisering og de-institusjonalisering av livsløpet.

Som en konsekvens av dette foreslår Tom Schuller og David Watson (2009) å se på livsløpet i tre faser, der overgangspunktene er 25, 50 og 75 år. Livsfasen mellom 50 og 75 år bør betraktes som perioden for fleksibel og gradvis overgang til pensjonering, og der man kan kombinere arbeid, utdanning, fritidssysler og andre gjøremål.

En sentral bakgrunnsfaktor for dette forslaget og endringene i sysselsetting og pensjonering i industrialiserte land er den forlengede livsperioden, man kaller den tredje alder. Peter Laslett (1989) definerte denne som årene mellom full sysselsetting og uavhengighet og tiden, da man blir alderdomsvekket og avhengig av andre (den fjerde alder). Alle vil bli eldre, men ingen vil være gammel. Det er noe som rammer andre, og en rekke studier viser, at de fleste føler seg yngre enn deres kronologiske alder viser. I en amerikansk studie fra 1965 ble *old age* oppfattet å begynne ved 65-årsalderen. Men i en studie på slutten av 1990-tallet var den gjennomsnittlige oppfatningen, at *old age* starter ved 74-75 år (Kaufman & Elder, 2002). Det er imidlertid kulturelle variasjoner, og i Europa varierer svarene på, når man er gammel, fra slutten av 50-årene i noen land, til 70 år i andre (Special Eurobarometer 378, 2012). Alder er sosialt og kulturelt konstruert, og når alderdomstegnene melder seg, kan de bekjempes, maskeres eller fornektet gjennom selvalgt livsstil, som fremmer en anti-aldringsidentitet og en subjektiv følelse av aldersløshet. Slik kan den tredje alder, da man ennå ikke er ordentlig gammel, også forlenges. Men også objektivt sett lever flere enn før et lengre liv som friske og arbeidsføre mennesker.

Fremtiden, spår noen, vil fremvise et annet mønster for arbeidsliv, livslang læring, økt fritid og *fravær* av pensjonering,

slik vi hittil har forstått dette. Utviklingen fremmes av informasjons- og kommunikasjonsteknologien, som riktignok ekskluderer noen eldre, men som øker mulighetene for andre, fordi den åpner opp for fleksible arbeidsmønstre. De fremtidige kohorter av eldre vil komme til å ha erfaring med kontinuerlig oppkvalifisering av ferdigheter. Supplert med generell og yrkesmessig livslang læring, etter- og videreutdanning og voksenutdanning, vil de ha gode sjanser til videre sysselsetting og være den gruppen som kan fylle et aktuelt kompetansegap og en forventet mangel på kvalifisert arbeidskraft. Miwako Kidahashi (2010) har konstruert en typologi av, hvordan den senere livsfasen kan se seg. Hun går ut fra to orienteringer, som bestemmer valget av type liv, man vil ha. Den ene er arbeidsorienteringen, som gjelder, i hvilken grad man vil engasjere seg i betalt arbeid eller frivillig innsats og søke sin identitet og forpliktelse i ulike aktiviteter. Den andre er verdiorienteringen, som gjelder i hvilken grad man vil utforske og finne et nytt fokus og en ny mening i livet, eller holde fast ved det prøvde og tradisjonelle. Ut fra disse to orienteringene kan det tenkes fem livsmodeller, som alle betegner ulike former for engasjement og aktivitet:

Den ene kaller hun *De tradisjonelle gygne år*, der man har trukket seg tilbake fra arbeidslivet og oppfatter pensjonering som avslapning, samvær med familie og avkoblede fritidsaktiviteter.

Den andre kaller hun *De nye gygne år*, en livsmodell som samsvarer med Lasletts oppfatning av den tredje alder som tid for selvutvikling og selvrealisering, og der mening søkes i læring og studier, åndelige verdier, kunstnerlig virke eller andre preferanser.

Den tredje modellen er *Forlengelse av karrieren*, der man ikke søker ny mening med livet, men vil forlenge sin yrkesdeltagelse så lenge som mulig.

Den fjerde er *En andre eller ekstra karriere*, der man vil realisere tidligere ønsker og drømmer, fx ved å utvikle en hobby til et inntektsgivende arbeid, starte en ny virksomhet eller engasjere seg i frivillig arbeid.

Den femte er *Portfoliolivet*, der man integrerer de fire orienteringene og finner mening i å balansere mellom betalt arbeid, fritid, avslapning og nye gjøremål.

Vi blir mer ulike med årene, folk vil ha sprikende oppfatninger om alderdomsfasen og legger den tredje alder ulike forventninger, roller og meninger; skal den være en forlengelse av voksenlivet eller en forlengelse av pensjonstiden som de gygne år? Mye tyder på, at livet etter den tradisjonelle pensjonsalderen vil bli mer preget av fleksibilitet og variasjon. Men i særlig grad vil arbeid og beskjeftigelse få økende betydning for de eldre i den tredje alder og gi dem mening i livet.

Referanser

Atchley, R. C. (1989). A Continuity Theory of Normal Aging. *The Gerontologist*, 29:2, s. 183-190.

Biggs, S., Phillipson, C., Money, A. M. & Leach, R. (2006). The age shift. *Journal of Social Work Practice*, 20:3, s. 239-250.

Cohen, G. D. (2014). Den Mogna Människan. Stockholm: Brombergs. (Originalutgave: *The Mature Mind*, 2005).

Cumming, E. & Henry, N. E. (1961). *Growing old: The process of disengagement*. New York: Basic Books.

Dillaway, H. E. & Byrnes, M. (2009). Reconciling successful aging. *Journal of Applied Gerontology*, 28(6), s. 722.

FN (2002). *Political Declaration and Madrid International Plan of Action on Ageing*. New York: FN.

Freund, A. M. & Baltes, P. M. (2007). Toward a Theory of Successful Aging. I R. Fernández-Ballestros (ed.), *GeroPsychology* Cambridge, Ma: Hogrefe, s. 239-254.

Friedan, B. (1993). *The fountain of age*. New York: Simon & Schuster.

Havighurst. R. J. (1961). Successful Aging. *The Gerontologist*, 1:1, s. 8-13.

Kaufman, G. & Elder, G. H. (2002). Revisiting age identity. *Journal of Aging studies*, 16:2, s. 169-175.

Kidahashi. M. (2010). Positive Life Models After Normative Retirement Age. I H. Blatterer & J. Glahn, (eds.), *Times of our Lives*. Oxford: Inter-disciplinary Press, s. 161-180.

Laslett, P. (1989), *A fresh map of life*. London: Weidenfield & Nicholson.

Lassen, A.J. (2014). Aktiv aldring – Forhandlinger om et nytt alderdomsideal. *Gerontologi*, 2, s. 14-17.

Petersen, J. H. (2006). Det strategiske fremsyn om det aldrende samfund 2030. *Gerontologi*, 4, s. 4-7.

Rowe, J. W. & Kahn, R. L. (1997). Successful aging. *The Gerontologist*, 37:4, s. 433-440.

Schuller, T. & Watson, D. (2009). *Learning Trough Life: Inquiry into the Future of Lifelong Learning*. Leicester: NIACE.

Special Eurobarometer 378 (2012). *Active Ageing*. European Commission.

Tøsse, Sigvart (2016). *Aldring og læring*. Oslo: Gyldendal akademisk.