



ARBEJDET

med ældre rykker

Aldersdiskrimination rammer ikke kun de gamle, men også dem, der arbejder med de gamle. Ulogisk, eftersom gerontopsykologien både er givende og meningsfuld.

Som klinisk psykolog i ældrepsykiatrien i Region Hovedstaden hilser jeg artiklen om aldersdiskrimination velkommen ("De ældre ... øh, medborgere", P-Nyt 13/2014). Hvorfor nu det?

Igennem tiden har jeg lagt øre til betydelige mængder nedsættende kommentarer om gamle mennesker. Kommentarer, der vidner om aldersdiskriminerende holdninger hos dem, som udtaler dem. Kommentarer a la: "Gerontopsykiatri? – det er da helt vildt deprimerende. Hvorfor gider du arbejde med det. Det lyder så tungt." Eller: "Jeg er ikke så kræsen med hensyn til job, jeg vil faktisk arbejde med alt – undtagen geronto, selvfølgelig!"

Fortæller den slags synspunkter noget som helst relevant om den aldersgruppe, de tager sigte på? Absolut ikke. Og jeg kan ikke andet end undre mig, når jeg møder massive nedsættende holdninger også hos personer, der tilhører højt estimerede faggrupper. Faggrupper, som bryster sig af at være præget af humanistiske værdier og nuanceret tænkning.

92-årig kvinde i terapi

Den heterogene gruppe mennesker, vi kalder ældre og gamle voksne, dækker forskningsmæssigt over personer, der af kronologisk alder er 65 år eller derover. Min målgruppe i praksis dækker for øjeblikket over mennesker med psykiske lidelser, som er



Denne kvinde behøvede kun to sessioner af en halv times varighed til at reducere et invaliderende angstniveau til noget, som hun selv oplevede at have kontrol over.

mellem 66 og 93 år. Jeg ser disse mennesker via ambulante forløb eller under indlæggelse på vores døgnafsnit for ældre.

Af det terapeutiske forløb, jeg har haft indtil nu, som krævede den mindste indsats og fik den største effekt, vil jeg nævne en kvindelig indlagt patient på 92 år. Denne kvinde behøvede kun to sessioner af en halv times varighed til at reducere et invaliderende angstniveau til noget, som hun selv oplevede at have kontrol over. Hun behøvede blot et enkelt værktøj, som hun flittigt brugte – og bang: så forstod hun at berolige sig selv og havde ikke brug for yderligere assistance fra mig.

Hendes eksempel er ikke et særsyn. Men hvor ville det have været ærgerligt, hvis et diskriminerende aldringssyn havde hindret hende i at have adgang til terapi. Hvis holdninger i samfundet ikke gav ældre og gamle mennesker de udviklingsbetingelser,

som for de yngre generationer vurderes absolut nødvendigt i et humanistisk og samfundsmæssigt perspektiv. Herunder adgang til terapi, når den subjektive lidelse vurderes at kræve assistance udefra.

En dynamisk gruppe

Min målgruppe dækker over flere generationer, baseret på den kronologiske alder. Derfor er ældre og gamle voksne mennesker en samlebetegnelse for generationer, som er præget af forskellige former for 'zeit-geist', varierende kohorteffekter og varierende børne- og menneskesyn. Børne- og menneskesyn, som bæres med ind i senlivet.

Ikke sjældent møder jeg et massivt omsorgssvigtet menneske op til 75 år senere, end jeg kunne have ønsket. Men bedre sent end aldrig. Mange gange har jeg hørt ældre og gamle mennesker med depression sige, at 'der er ingen fremtid for mig, det bliver aldrig bedre, det går kun ned ad bakke fra nu af'.

Behøver jeg nævne, at en stor del af mit arbejde er selvmordsforebyggelse – indimellem temmelig akut? Jeg tænker tit på, at jeg desværre ikke har mulighed for at have samtaler med de ældre og gamle mennesker, som forsøger selvmord og desværre dør af det. Til gengæld møder jeg mange ældre og gamle ganske kort tid efter et mislykket selvmordsforsøg. Og heldigvis for det. Udvikling sker hele livet igennem. Udvikling medfører tab og tab medfører udvikling. Vi psykologer skal stå på pletten og have viden om senlivet, hvis vi skal kunne tilføre noget som helst meningsfuldt og brugbart i terapien til mennesker i den sene livsfase.

Nogle af de personer, jeg taler med, har svært ved at tilegne sig ny teknologi – men ikke af den grund svært ved at anvende terapeutiske værktøjer og indsigter til reel forandring i forhold til deres egne mål. Andre spørger næsten forundret: 'Sig mig engang, har du ikke en mailadresse, det er da noget nemmere end at ringe.' For nylig fortalte en kvinde på 82 år mig, at hun ofte ser musikvideoer på Youtube.

Pointen er, at 'de ældre' dækker over en dynamisk gruppe mennesker, som ud over at være særdeles forskelligartede, hvad angår behov og livssituation, også er en gruppe i hastig forandring. Spørgsmålet er, om vi kan følge med til de nye generationer af ældre og gamle medborgeres krav og behov?

Jeg kan dagligt lukke døren til mit kontor med følelsen af en sprudlende arbejdsglæde. Jeg går ned ad ambulatoriegangen og ud luften med oplevelsen af meningsfuldhed i at beskæftige mig med de imponerende udviklings- og forandringsprocesser, som de ældre og gamle voksne personer, jeg taler med, er i gang med.

Det rykker! ■

Althea Larsen, cand.psych., Psykiatrisk Center Nordsjælland, døgnafsnit for ældre og gerontoambulatorium