

De ældre ... øh, medbor

Sproget er afslørende og blotlægger fordomsfulde stereotyper om ældre mennesker. Men aldersdiskrimination ytrer sig også i praktisk gerning.

Amerikanske psykologers fagblad, *Monitor on Psychology*, havde i sit majnummer en artikel om aldersdiskrimination (Keyta, 2014), som er en del af baggrunden for samfundets behandling af ældre medborgere og udformning af tilbud, som kan give god livskvalitet.

Som psykolog lægger man vægt på individualitet, og alder kan være et kritisk aspekt af forskellighed, som vi bør være opmærksomme på som forskere, praktiserende og undervisere. Alligevel dukker alderens betydning relativt sjældent op i forbindelse med emner som kulturel kompetence, sundhedsforskelle, menneskeretigheder, diskrimination og fordomme. Fx burde forståelse for ligheder og forskelle mellem ældre og yngre borgere og forskelligheden blandt ældre voksne være en integreret del af alle tiltag for at fremme velfærd og øge kulturel forståelse og kompetence mellem forskellige aldersgrupper.

Den høje selvmordsrate blandt ældre mennesker, der i USA er særlig udpræget hos ældre hvide mænd, er faktisk den højeste selv-

mordsrisiko for alle aldersgrupper. Mange undersøgelser konstaterer en sundheds- eller trivselsforskel, som ofte overses i drøftelser om forebyggelse af selvmord.

Kan en del af forklaringen være, at mange aldersrelaterede problemer ses som noget, der kan afhjælpes med medicin? En undersøgelse af relativt nyindflyttede beboere på plejecentre i USA viste, at 70 % af disse beboere inden for de første tre måneder af opholdet var blevet medicineret med mindst én form for psykofarmaka. Over halvdelen havde ikke fået sådan medicin eller psykiatrisk diagnose i de sidste seks måneder før indflytningen.

Indlært gennem livet

Aldersdiskrimination er i USA en af de mest socialt ubemærkede og mest udbredte institutionaliserede fordomme. Vejledende Retningslinjer for Psykologisk Praksis med Ældre Voksne drøfter det forhold, at aldersfordomme giver sig til kende på mange måder, men ofte med argumentet ”i den bedste hensigt”.

Dr. Becca Levy fra Yale University har påvist, at aldersdiskrimination overtages fra samfundet, når man er yngre, og forstærkes gennem årtier for så at blive til en selvopfyldende profeti, når man kommer op i årene. Levy og hendes kolleger har påvist, at negative selv-stereotyper om alder kan forudsige reel fysisk forringelse, hukkommelsesforstyrrelser og kortere livsforløb.

Negative stereotyper påvirker også holdninger hos sundheds-



gere

og plejepersonale og deres behandling af ældre klienter, herunder lavere forventninger til restitutionsevne og fejlagtig tilskrivning af depression og kognitive vanskeligheder hos normalt fungerende ældre mennesker.

Psykologer er ikke immune over for vedvarende negative sociale holdninger om alder. Men vi har reelle muligheder for at blive fortalere for ændrede holdninger, sådan som vi har været det på andre områder af social forskelsbehandling. Vi kan bruge vores faglige viden og undervise om de udfordringer, det vækstpotentiale og den tilfredshed, som ofte ledsager øget alder, i stedet for at vedligeholde negative stereotyper.

Interessant for psykologer

Det stigende antal ældre medborgere, vi vil opleve i de kommende år, vil være en udfordring for social- og sundhedssystemet, men også et område med muligheder for arbejde for flere psykologer. Vel at mærke med det formål at gøre ældre borgere mere selvstændigt fungerende og mindre økonomisk belastende for samfundet. Det er en win-win-win-mulighed.

Men også på andre måder kan vi som individuelle psykologer være med til at gøre en forskel. Først og fremmest ved at tale generelt imod diskrimination, som fx når nedvurderende kommentarer hæftes på alle i grupper, der er udsat for diskrimination. Det kan være nødvendigt for os at være mere bevidst om de sproglige ud-

tryk, der bruges, når man sætter mennesker med vidt forskellige færdigheder og ressourcer i samme kategori og eksempelvis blot beskriver dem som "ældre" eller "de gamle". Ældre og gammel er til-lægsord og bør ikke bruges som navneord, der karakteriserer grupper af personer. Betegnelsen "ældre borgere" er mere acceptabelt. "Gamle er jo bare unge mennesker, der er blevet ældre", som en nu afdød, ældre dansk læge har udtrykt det.

Danmark er bestemt forskellig fra USA på mange områder, ikke mindst ved at vi har en udbredt social solidaritet og stor offentlig servicesektor, der også omfatter ældre personer med særlige behov. Det er tankevækkende, at Bhutan, der har udviklet begrebet bruttonational lykke, har peget på, at Danmark i sammenligninger med andre lande scorer højt på mange betingelser for en lykkelig tilværelse, men samtidig også på forekomsten af selvmord, og her er det ikke mindst selvmord blandt ældre, som tynger statistikken.

Måske skulle vi som psykologer interessere os mere for dette paradoks. ■

Palle Vestberg, cand.psych.

REFERENCE:

Keita, Gwendolyn Puryear: Speaking up against ageism. *Monitor of Psychology*, May 2014, p. 61.

