

# Ambisiøst om eldre

Forfatteren ønsker å nå studenter og fagpersoner – men også politikere. Hun lykkes i stor grad.

**I BOKEN** *Myter om aldring. Et psykologisk perspektiv* utfordrer Linn-Heidi Lunde leseren med antatte sannheter om eldre, og lover myteknusing.

Boken er en videreføring av Lundes bok *Alder ingen hindring. Vekst og utvikling hele livet*, som kom i 2012. Lunde er spesialist i klinisk eldrepsykologi, og har doktorgrad i psykologisk behandling av kroniske smertetilstander hos eldre. Hun er en faglig autoritet, og det råder ingen tvil om at hun kan faget sitt. Boken gir et etterlengtet psykologisk perspektiv på alderdommen, uten det kroppslige fokuset som ofte preger andre bøker om eldre.

## POLITISKE AMBISJONER

Lunde setter standarden høyt allerede innledningsvis ved å hevde at hun ønsker å «heve tematikken opp på et høyere politisk og samfunnsmessig nivå». Ambisiøst er det også å henvende seg til en så stor målgruppe, nemlig studenter, fagpersoner, ansatte som jobber med eldre på ulikt nivå, helsepersonell, politikere, velferdstjenester og ansatte ved høyskoler og universiteter. Slik sett bør boken favne bredt og treffe godt. Innledningsvis går det noe treigt, fordi mange begreper må beskrives og defineres før myteknusingen begynner.

Forfatteren legger vekt på at eldre er en undervurdert gruppe, og at det eksisterer en mengde myter blant folk flest, men dessverre også blant fagfolk. Hun argumenterer godt for hvorfor disse mytene bør avkrefte. Negative forestillinger om eldre er nemlig med på å parkere ressurssterke mennesker altfor tidlig. I verste fall vil det ha negativ innvirkning på folkehelsen, argumenterer hun.

Noe av det viktigste i boken er Lundes presisering av store individuelle forskjeller hos eldre som gruppe, og det forebyggingspoten-

sialet som ligger her. For Lunde er ikke bare opptatt av dagens eldre, men særlig også morgendagens eldre. Hun presenterer mange saklige og godt funderte argumenter for det man kan gjøre selv for å få en god og sunn alderdom. Slik ansvarliggjøres leseren samtidig som myter tilbakevises.

## TERAPI OGSÅ TIL ELDTRE

Det psykologiske blikket preger hele boken, som når Lunde påpeker at psykoterapi også er virksomt for og bør brukes på eldre. De blir ofte oversett og feildiagnostisert i hjelpeapparatet. Slik rettes også myteknusingen mot forfatterens eget fag.

Tidvis tipper det over i å bli mye informasjon. Det gjør det vanskelig å skjønne hvem som kan ha mest nytte av å lese den. Med så mye faglig tyngde og kunnskap som Lunde har, kan det være vanskelig å avkrefte myter om eldre uten å ramse opp mye vitenskapelig innhold. For den vanlige kvinnen og mannen i gata blir fremstillingen derfor muligens for vitenskapelig, men som fagbok vil den være nyttig for personer med helsefaglig bakgrunn. Kildene er svært solide og oppdaterte, og dessuten er mye hentet fra norske forskningsmiljøer. Dette gjør boken relevant i norsk kontekst.

Lunde fremstår selvsikker, og avslutter med et spark til gode intensjoner og kulturtiltak som avslører hvordan samfunnet forholder seg til eldre: «Med tanke på nye generasjoner av eldre med høyt utdanningsnivå og stor kulturell kapital, får noe av innholdet i dagens kulturtilbud til seniorer utvilsomt komisk et skjær over seg» (side 129).

*Myter om aldring* er et kjærkomment pust inn i psykologifeltet, og viser at faget kan få betydning for livet til morgendagens eldre, hvis man bare gir slipp på fordommer. ❌



## LINN-HEIDI LUNDE

*Myter om aldring. Et psykologisk perspektiv*  
Gyldendal Akademisk, 2017. 152 sider

## ANMELDT AV

Annelise Dyrli,  
master i psykologi