

## Nyheter

# Over halvparten føler seg yngre enn de faktisk er

Unge mellom 18 og 24 år ser på folk i 50-årene som eldre, og bare en av tre ønsker å bli gamle. Men desto eldre folk blir, jo lysere ser de på resten av livet.

NTB-Mette Estep

**Synet på** når man er gammel, endrer seg med alder. Mens unge voksne synes folk i 50-årene er gamle, vil personer i aldersgruppen 55-70 år selv sette grensen ved rundt 73 år - og føle seg yngre når de først kommer dit. Uttalelsene er hentet fra en fersk studie som gir innblikk i befolkningens tanker omkring aldring.

Direktør Kari Østerud i Kunnskapssenter for lengre arbeidsliv, som står bak undersøkelsen, er ikke spesielt overrasket.

- Det bekrefter noe jeg har vært bekymret over: At vi har et overveiende negativt syn på alder og aldring, sier hun til NTB.

## Ja takk til langt liv, nei takk til å eldes

Det er Respons Analyse som har gjennomført undersøkelsen. Det er gjort 2100 intervjuer med personer i alderen 18-70 år, der de har snakket om hvilken alder de definerer som «gammel», og tanker rundt egen aldring.

De fleste er samstemt enige i uttalelser med litt positiv ordlyd: 84 prosent av befolkningen ønsker å leve lenge, mens 75 prosent ønsker å holde seg unge.

Når ordet «gammel» kommer inn, svarer aldersgrupper ulikt. Det er de eldste som er mest enig i at «det er mye bra ved å bli gammel».

Bare 35 prosent i aldersgruppen 18-24 år er enig i påstanden «jeg ønsker å bli gammel», mens andelen øker med alderen, til 57 prosent blant de over 55 år.

## Vestlig syn på alderdom

44 prosent sier de gruer seg til å bli gamle, mens bare 14 prosent gleder seg. Kunnskapssenteret har lenge påpekt det som litt bekymringsfullt at alder, lang erfaring og senioritet ikke nødvendigvis ses som noe positivt i vår vestlige kultursfære.

- Undersøkelsen bekrefter at det fortsatt er en utfordring. Min bekymring er at det smitter over på andre ting i samfunnet, som i arbeidslivet, der eldre arbeidstakere kan bli sett på som mindre



Folk under 40 føler seg i snitt eldre enn de er, mens de som er eldre føler seg yngre enn de er, viser en undersøkelse fra Respons Analyse. Foto: Shutterstock

attraktive, mindre produktive, mindre omstillingsdyktige. Det vil jo være en kjempeutfordring i fremtiden, hvor vi stadig vil få flere arbeidstakere over 50 år, sier Østerud.

- Det positive er at synet på aldring endrer seg når man selv blir eldre. Erfaringen når man blir eldre, er at det går jo helt fint, egentlig. Det er ikke sånn at aldring er en sykdom. Det er en helt naturlig prosess. Noe reduseres

med årene, og noe blir bedre, sier hun.

Både frykt for å bli mye syk eller få betydelig svekket hukommelse er forhold som i stor grad bekymrer. Dessuten tror folk at det er flere eldre over 70 år i landet, at det er flere demente og flere som trenger daglig hjelp, enn det som er tilfellet.

## Utdatert bilde av eldre

- Jeg tror at vi er opphengt i litt gamle fotografier og tenker det der er hvem gamle mennesker er. Men nå lever vi lenger og er friskere lenger. Mange beholder mye av kapasiteten sin til langt opp i 80-årene, så det er egentlig et ganske lyst fremtidsbilde. Men kunnskapen om det, den har nok ikke nådd helt igjennom, iallfall ikke hos de yngre, sier Østerud.

- Den såkalte eldrebølgen omtales nærmest som verdens undergang, det er det jo ikke. Man får også inntrykk av at aldring innebærer å gå fra å bli 60 rett til 90 fra den ene dagen til

den andre, der man slutter å jobbe og skal rett inn på sykehjem.

## Den ultimate alder

I undersøkelsen ble folk også spurt hvor gamle de føler seg, og hvor gamle de ville vært, om de kunne velge. Folk under 40 føler seg i snitt eldre enn de er, mens de som er eldre føler seg yngre enn de er.

Sammenlignet med faktisk alder føler hele 55 prosent seg yngre enn de er. 70 prosent sier dessuten at de ønsker å være yngre enn de faktisk er.

- Vi lever i et veldig alderssegregert samfunn, hvor man nesten bare er sammen med folk på sin egen alder. Det hadde vært en spennende samfunnsutfordring å skape arenaer hvor man møtes på tvers av alder. Vi burde vi sørge for at unge og eldre ikke bare sitter ved siden av hverandre, men at de faktisk jobber og prater sammen. Det tror jeg kan være med å bryte ned de barrierene, sier Østerud.

## Fakta Aldringens gleder og bekymringer

### Ting vi ser frem til med å bli eldre:

- Gjøre mer som man vil
- Være mer sammen med mennesker man liker
- Reise mer og oppleve nye steder og nye folk
- Ta livet mer med ro, slappe av og hvile
- Slippe mange krav og forpliktelser
- Trene mer og dyrke friluftsliv

### Ting vi bekymrer oss for med tanke på å bli eldre

- Bli mye syk med årene
- At hukommelsen skal bli betydelig svekket
- Jobbe lenge for å få god nok pensjon
- Få dårlig økonomi
- Slutte i jobben før man har lyst selv
- Bli sett ned på fordi man ikke lenger er i arbeid



Klesstil og levevis har bidratt til at de med dagens øyne kan se eldre ut enn de faktisk var. På dåpsbildet til prinsesse Ragnhild fru Lorentzens andre barn i 1957, var barnets mor 26 år, morfar kong Olav var 53 år, mens dåpsbarnets oldemor prinsesse Ingeborg av Sverige var 78 år. Foto: NTB



**Erfaringen når man blir eldre, er at det går jo helt fint, egentlig**

Kari Østerud, direktør, Kunnskapssenter for lengre arbeidsliv