



**Tora Herud**  
Ansvarlig redaktør i seniorpolitikk.no

## Drømmen og virkeligheten

Hvor ofte spør legen pasientene sine om livet ble det de drømte om? «Alla dessa dagar som kom och gick, inte visste jag att det var livet,» skrev den svenska aforistikeren Stig Johansson. Han har også skrevet: «Det finns de som aldri har sett sina bästa dagar.»

Jeg skriver om seniorpolitikk, om eldre i arbeidslivet på godt og vondt. Det er eldre som går på jobben med liv og lyst, som føler seg ønsket og verdsatt. Eller som driver sin egen virksomhet, ofte på overtid. Men det er også eldre som vil jobbe, men som ikke får muligheten – på grunn av aldersgrense eller kanskje nedbemannning. Så er det eldre som er gått lei, er slitne eller syke og som bare teller dagene til de kan gå av med pensjon. Noen har kanskje forsøkt å bytte jobb, andre lar være å prøve fordi de vet at få arbeidsgivere ansetter nye medarbeidere over en viss alder.

I Norge har vi lyktes bedre med å ha mange i jobb, høy kvinnelig yrkesdelta-kelse og flere eldre i jobb enn i de fleste andre land i verden. Bare siden 2010 er det 9 000 flere 62–64-åringer i arbeid, ifølge Nav. Stadig flere tar ut full alderspensjon, men fortsetter å jobbe og betale skatt. Samtidig har vi høyere sykefravær enn alle vi liker å sammenlikne oss med. Muskel-

og skjelettplager er den største enkeltårsaken til sykefravær – smerter i rygg, nakke og skuldre samt «musearm». Andelen sykmeldte med lettere psykiske lidelser ligger stabilt på rundt 8 %. Det er flest kvinner som er sykmeldt med en slik diagnose.

Partene i arbeidslivet og arbeidsministeren startet i midten av august forhandlingene om en ny IA-avtale, avtale om inkluderende arbeidsliv. Det første av tre delmål i den nåværende avtalen handler om å redusere sykefraværet, det tredje om å forlenge yrkesaktiviteten etter fylte 50 år med seks måneder. Jeg antar at vi får en ny avtale som ikke avviker veldig mye fra den nåværende. Legenes rolle vil fortsatt være viktig.

Som småbarnsmor måtte jeg av og til takle at verden gikk sønnen min imot. Han hadde kanskje kranglet med kameraten sin eller fått et skrubbsår på kneet. Dette klaget han over på sengekanten når han skulle legge seg om kvelden. Etter at jeg hadde fått høre hva som hadde skjedd og hadde trøstet litt, spurte jeg om hva som var det hyggeligste han hadde opplevd den dagen. Og jeg spurte hva han hadde lyst til å gjøre i morgen. «Du kan fortelle først, så kan jeg fortelle etterpå,» sa jeg. I perioder var fortellingene en del av det faste kveldsritualet.

Nå som jeg er bestemor og nærmer meg 60, tenker jeg at mange voksne kunne haft god bruk for en slik vane med å tenke etter hva som hadde gjort livet godt å leve

den dagen eller det siste året. Har legen tid til å stille pasientene spørsmål som: Hva liker du best å gjøre? Kan du gjøre mer av det? Hva gir deg energi? Når har du det godt og kjenner deg veldig fornøyd? Hva har du mest lyst til å gjøre videre i livet? Hva kan du gjøre for å få det til?

I profesjonell sammenheng skrev jeg før høst om sykefraværsprosjektet Arbeidsglede i Helse Nord, der man hadde benyttet et program for karriereveiledning overfor 142 langtidssykmeldte. Programmet bygde på teoriene til den amerikanske psykologen John Holland. Forsker Dorthe Eide ved Handelshøgskolen i Bodø, Universitetet i Nordland, fulgte prosjektet og skrev dette i rapporten *Fra sykefravær til aktivitet?*: «I stedet for ensidig fokus på symptomer, diagnose og medisin ble oppmerksomheten flyttet til fraværsårsaker og ikke minst muligheter. Slik som ressurser, interesser og kompetanse.» Av de 84 som svarte på hennes spørsmål året etter at prosjektet var avsluttet, var 69 % aktive i yrkeslivet. Noen av dem fikk realisert drømmene sine.