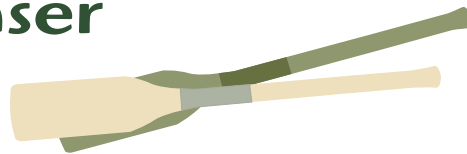


Livet har mange faser

Som 20-årig er det, man tænker allermest på, ikke at spare op til pensionen. Og som 70-årig betyder det mindre, hvem der spiller på byens hotteste diskotek.

Det er forskellige forhold, der er vigtige i de forskellige faser i livet.

Det er det, der gør de enkelte livsfaser så spændende. Men det er vigtigt at tænke på, at hver livsfase bærer kimen i sig til den næste.



Af redaktør Morten Egholm Andersen

På ungdomssiden Chilinet på internettet kørte der sidste sommer en debat om, hvorvidt man som ung skulle se frem til at blive pensionist eller ej. Debatten blev indledt af en opremssning af fordelene ved at blive gammel. Blandt andet hed det: "Hvis du er heldig, får du børnebørn, som du kan forkæle, fortælle lange historier uden pointer og sende hjem, når du ikke gider se dem mere".

"Man kan også sidde og fede den med vennerne resten af ens liv uden at skulle arbejde eller i skole", tilføjede en debatdeltager. "Og de gamle damer i deres genbrugstøj er jo totalt IN", slog en anden (kvindelig) debatdeltager fast.

Ellers gik debatten meget på, at det var irriterende, at de gamle altid brokker sig over de unge, indtil en debatdeltager vendte den om og skrev, at her var det altså de unge, der brokkede sig over de gamle.

Generationsforståelse – eller mangel på samme

Alt i alt var debatten et meget godt billede på, at unges forestillinger om, hvordan ældre mennesker lever og

tænker, er meget præget af ukendskab og fordomme. Ligesom ældre sikkert heller ikke har noget realistisk billede af, hvordan unge mennesker går og har det i dag.

Og hvordan skulle det også kunne være anderledes? Vi skulle meget gerne udvikle os gennem et langt liv, og det gør, at vi i sagens natur ikke kan tænke som en 20-årig, når vi er 70. Eller som en 70-årig, når vi er 20. Og godt det samme.

Tænk livet i faser – og få mere ud af det

I forskerkredse er man de seneste tiår begyndt at tale om, at mennesket gennem sit livsforløb gennemgår forskellige livsfaser. Det sker ud fra en tese om, at godt nok er vores livsbetingelser forskellige, og det liv, vi lever, derfor også meget individuelt, men alligevel er der nogle fysiske og udviklingsmæssige ting, der gør, at der er nogle ting, der går igen hos mange personer i et bestemt stadie af livet. Og ved at tage højde for de enkelte fasers muligheder og begrænsninger kan man få mere ud af livsfaserne. Og dermed i sidste ende af hele livet.

Specielt hvis man husker en meget vigtig pointe – nemlig, at vores muligheder i de forskellige faser er afhængige af, hvordan vi er kommet igennem faserne forud.

En af dem, der har beskæftiget sig meget med tankegangen herhjemme er Bent Engelbrecht, der er direktør og konsulent i virksomhedsledelse i konsulentvirksomheden Ankerhus. Han

har især beskæftiget sig med problemstillingen i forhold til seniorperioden, blandt andet i artiklen Livsfaser og seniorpolitik i tidsskriftet Arbejdsliv, nr. 3, 2002. Her skriver han: "En forståelse af seniorproblematikkens udfordringer forudsætter en livsfasetænkning gående ud på, at gennemlevelse af en fase danner grundlaget for den næste fase. Hvad der sker i én fase, er en medvirkende faktor til, hvordan efterfølgende faser forløber. Tænkningen rummer en opfattelse af, at hver fase har kimen i sig til den efterfølgende fases blomstring, stilstand eller afblomstring".

På basis af, hvad Bent Engelbrecht er nået frem til i ovennævnte artikel, kan de forskellige livsfaser fra 20 år og frem beskrives på følgende måde:



20

De 20-årige

Flygtig og fri er to ord, der karakteriserer årene, fra man er 20, til man er 30. Det er her, man er i gang med en uddannelse eller lige er begyndt at arbejde. Det er ikke almindeligt at have børn i denne alder – i hvert fald ikke i begyndelsen af perioden – og de faste udgifter er ofte små og forpligtelserne få. Man har alverdens tid frem for sig og kan derfor prøve nogle ting af. Og det, man forsøger sig med, skal man helst kunne se resultatet af her og nu. Det er ikke tiden for langsigtet tænkning, og det er derfor kun få, der for eksempel tænker på pensionsopsparing i denne livsfase.



– og hvor er det skønt

Fotos: Lars Grunwald



30

De 30-årige

Den 35-årige står på tilværelsens fysiske højdepunkt, og livsfasen fra man er 30, til man er 40, omfatter ofte, at man stifter familie og bosætter sig mere fast i hus eller lejlighed. Det er i denne periode, at man for alvor konfronteres med krav fra flere fronter. Krav, som skal honoreres, fordi man selv har stillet sig i krævende situationer. Der skal således megen planlægning til for at få hverdagen til at fungere i en familie med småbørn, hvor begge forældre er udearbejdende. Men lykkes det at etablere et harmonisk familieliv og at skabe sig et overblik på arbejdet, kan det blive en periode med stor faglig dygtighed og store glæder med børn og familie på hjemmefronten.



40

De 40-årige

I slutningen af trediverne og begyndelsen af fyrreerne opdager den enkelte, at det ikke længere er muligt at klare livets mangfoldighed alene gennem fornuft og planlægning. De store eksistentielle spørgsmål trænger sig på. Hvem er jeg? Hvad vil jeg? Hvad er meningen med det hele? Det kan godt resultere i det, der populært kaldes "midtvejskrise" med rastløshed, uro og følelse af usikkerhed.

Det får nogle til at ændre på en række ydre forhold ved for eksempel at skifte job eller bryde ud af et parforhold, men spørgsmålet er, om det ikke er det indre, man skal ændre. Man skal stille sig tilfreds med, at der var en





masse ting, man så ikke nåede – at blive rockstjerne eller professionel fodboldspiller for eksempel – og indstille sig på, at man måske ikke nødvendigvis selv skal være så udfarende på jobbet som tidligere, men at man skal til at give rum til yngre kræfter.

50

De 50-årige

En 50-års liv afhænger for en stor del af, hvordan de foregående livsfaser er forløbet. Har man ikke opdaget de nye perspektiver, der åbner sig i 40-års alderen, risikerer man at blive meget ufleksibel som 50-årig. Man risikerer at blive en "gnaven gammel mand" (eller kvinde), der går imod enhver nytænkning og udvikling – særligt de unges vilde idéer.

Har man derimod fundet en dybere mening med sit liv som 50-årig, kan man opleve en periode med fornyet energi, entusiasme og kreativitet

og samtidig en indre fred og balance. Man kan have fundet en ny interesse for andre mennesker og samfundet og derigennem være til stor hjælp for sine børn, svigerbørn og andre unge. Ens hjem kan ligefrem blive et fristed for unge mennesker, hvor de føler sig velkomne, og at man kommer dem i møde. Man skal ikke længere bevise sit værd på samme måde som tidligere, og derfor kan man tage et neutralt standpunkt i større diskussioner og på den måde hjælpe løsninger igennem både på arbejdet og privat.

Det nytter dog ikke at skjule det – kroppen forfalder i denne periode, og det er vigtigt, at man forstår at af finde sig med, at kroppen bliver ældet, samtidig med at sindet kan blomstre.

60

De 60-årige

Perioden fra man er 60 år, til man bliver 70 år, er nok mest karakteriseret

ved, at det er her, arbejdslivet ophører for de fleste. Man skal indstille sig på, at livet ikke længere bæres af arbejdet, men at der åbner sig nye muligheder i den frihed, der opstår, ved at man ikke mere behøver gå på arbejde hver dag. Overgangen fra arbejdslivet til en tilværelse som pensionist kan være mere eller mindre glidende, og både overgangen og det kommende liv er meget afhængigt af, hvordan man har forberedt sig til det. Ikke mindst økonomisk.

70

70 år og fremefter

Her er det så, at livet som pensionist skal leves. Og med det aktive liv, mange pensionister gerne vil leve i vore dage, samt det faktum, at dagens pensionister er raskere og lever længere, end pensionister gjorde tidligere, stiller det store krav til de økonomiske betingelser. ■



De frie 1 og frie 2

Livsfaser kan også anskues på andre måder, end Bent Engelbrecht gør det. Institut for Fremtidsforskning opererer således med nogle andre faseinddelinger. Her taler man om en barndom, der bliver kortere og kortere, en tilværelse som teenager, der breder sig ind over barndommen, og så kommer man til en periode, der kaldes De frie 1.

Det er perioden, hvor man er ung og uforpligtet. Man har endnu ikke børn, og partnerskaber er ikke nødvendigvis noget, der holder særligt længe ad gangen.

Denne fase afløses af perioden som forældre, der indtræffer langt senere i livet, end det var tilfældet tidligere

re. Forældre, der henter deres børn i børnehaven, er således langt ældre end førhen, og tilsvarende rækker perioden som forældre langt længere op i livet.

Den rækker, indtil man kommer til den nye livsfase, der betegnes som De frie 2. Det er perioden, fra børnene er flyttet hjemmefra og til langt op i alderdommen. Og en af pointerne er, at man i denne periode fortsat er rask og rørig og har en masse drømme og lyst til forskellige aktiviteter, man stadig vil kaste sig ud i. Lidt ligesom i perioden, hvor man tilhørte De frie 1, men på en mere moden og eftertænksom måde.

Og igen – ens muligheder i denne periode afhænger meget af de økonomiske ressourcer, man har til rådighed.

Fra fase til fase

Man kan således vælge at se de forskellige faser i livet fra mange vinkler og sætte skellet imellem dem på mange måder.

Men uanset hvordan man gør det, er det nok vigtigt at holde sig den "lære" for øjet, at hvordan man lever i en fase af livet, er afhængigt af, hvordan man gennemlevede de tidligere. Hvordan man forholdt sig til verden og mennesker omkring sig og ikke mindst sig selv. Og hvordan man valgte at bruge sine ressourcer – menneskelige såvel som materielle. ■