

## Nyckelmeningar och referenser upptill min föreläsning för pensionerade farmaceuter i Stockholm 14 mars, 2017

Bodil Jönsson, [www.bodiljonsson.se](http://www.bodiljonsson.se)

Föreläsningen byggdes upp kring fyra sammanflätade teman: tiden, den nya ålderdomen, hälsan och framtidens arbete.

### Om tiden

*Tiden är naturens underbara sätt att hindra allt från att hända på en gång.*

Du kan välja förhållningssätt till tiden. Antingen ser du den som att den rusar ifrån dig och att du hela tiden måste rusa ikapp den (lean forward). Eller inser du (lean backward) att: *Tiden är det mest diktatoriskt generösa som finns. Den bara kommer till dig. Hela tiden.* Du kan påverka själva grundupplevelsen av livet till det bättre om du undan för undan tar steg mot känslan att det är tiden som kommer till dig, inte du som rusar efter den.

### Referenslitteratur

Michael Ende, Momo eller kampen om tiden, Berghs förlag, 2007

Bodil Jönsson, Guld, Brombergs, 2006

### Om den nya ålderdomen

Inom loppet av *en generation*, på 30 år, alltså, har ålderdomen förändrats drastiskt. Visst blir också dagens seniorer blir gamla – men på ett annat sätt. De ser bättre, hör bättre, rör sig bättre, har mindre ont, sover bättre om nätterna, har oftare kvar sina tänder,... *75-åringar i dag är medicinskt som 65-åringar var i deras föräldrars generation.* Tio års förskjutning inom loppet av en generation – det är oerhört.

Men det räcker inte med det. Ålderdomen påverkas också av omvärldsförändringarna – *ingen blir gammal i ett vakuum.* Dagens äldre blir gamla i ett *kunskapssamhälle*, förra generationen blev gamla i ett *muskel-samhälle*.

Vad säger då samtidens hjärnforskning? Fram till år 2000 sågs åldrandet av hjärnan nästan enbart som en försämring. Och visst är det så att *ju äldre man blir, desto sämre blir man på detaljer.* Man får svårt att lära sig namn (och komma ihåg dem) och sifferkoder och står oftare mitt på golvet i köket och undrar vad man skulle göra där. Men det finns faktiskt också annat som blir *bättre*: man blir *mer noga med mål och mening*. Man blir *bättre på sammanhang* (också på nya sådana). Och man får *bättre kontakt mellan kunskap och känslor*. Andra förhållanden blir uppenbara om man ser åldrandets betydelse för hjärnkapaciteten mer som *en livslång utveckling* (somligt blir bättre, annat blir sämre, helheten ändras) än som enbart en *successiv försämring efter 15-årsåldern*.

### Referenslitteratur

Gene Cohen, The mature mind, 2006, på svenska Den Mogna Människan, Brombergs, 2014 (den klassas som slutsåld men trycks on demand)

Bodil Jönsson, Silver, Brombergs, 2014

Bodil Jönsson, Maj Rom, Leva livet hela livet, Brombergs, 2015

En film med Birgitta Odén, då 92 år: [www.bodiljonsson.se/film.html](http://www.bodiljonsson.se/film.html)

Äldres kunskapsutveckling efter pensioneringen och vad den kan betyda för arbetslivet: se [www.uppdragkunskap.se](http://www.uppdragkunskap.se) .

Avhandlingen [Konsten att upprätthålla löneskillnader mellan kvinnor och män](#), 2017 - dess upphovskvinna, Lena Svenaeus, tidigare bl a JämO, bedrev sin forskning *efter* sin pensioneringen. Vilken fantastisk avhandling, vilket fantastiskt exempel!

## Om hälsan

*Hälsa är att i glädje vara upptagen av sina livsuppgifter.* Mycket hälsa kan tillvaratas också hos människor med multisjukdomar, men de kräver att de själva har möjligheten att rikta sin uppmärksamhet väl så mycket mot hälsan som mot åkommorna. Vilket ställer krav också på vården att utgå från den berörda människans liv ("vad är viktigt för dig?!") och inte låta den interna logiken och logistiken tvinga fram en totaldominans för sjukdomar och deras behandlingar. Dagens trend mot ett ökat intresse för den egna hälsan (tiotusentals hälsoappar, t ex) och att hemma-hos är på väg att bli den tredje nivån för vård-sjukdom-hälsa (därmed kompletterande öppenvårds- och specialistmottagningsnivåerna) kommer att göra stor skillnad framöver.

*Vem vet, kanske kommer redan 2020 års läkemedelsmässor att rubriceras som hälsomedelsmässor?* Redan då kan det ha kommit ett genomslag för att såväl det som tidigare kallades för läkemedel som det som kallades hjälpmedel bådadera är till just för att människor med hjälp av dem i glädje ska kunna vara upptagna av sina livsuppgifter.

### Referenslitteratur

Hans-Georg Gadamer, Den gåtfulla hälsan: essäer och föredrag, Dualis förlag, 2003

[www.arkiv.certec.lth.se/bodil](http://www.arkiv.certec.lth.se/bodil) - du som är intresserad kan där hitta mycket med inriktning på teknikens betydelse i människors liv (vad vi kan göra med hjälp av den *och* vad den gör med oss) och inspireras till egna tankar om de likartade funktionerna hos läkemedel och hjälpmedel.

## Om framtidens arbete

När nu digitaliseringen/ robotiseringen sveper fram med drastiska förändringar för arbetslivet, är det högt på tiden att vi börjar samtala med varandra om vår minst sagt dubbla inställning till lönearbete. *Alla vet ju att det är livet snarare än arbetslivet som ska gå ihop – varför har då fokus på just arbete och arbetslinjen blivit så dominerande?* Och hur blir det framöver? Egenarbetet minskar med 2 timmar per dag, men lönearbetena ändras ännu mer. Revolutioneras. Försvinner, omformas, utvecklas, nydanas...

### Referenslitteratur

Stefan Fölster, Robotrevolutionen – Sverige i den nya maskinåldern, 2015

Kevin Kelly, The inevitable, Random House, 2016

Bodil Jönsson, Tio tankar om arbete, Brombergs, 2016

[www.bodiljonsson.se/blog](http://www.bodiljonsson.se/blog)