

## Bokanmeldelse

Wencke Mühleisen

*Hetetokt – Rabalder med overgangsalder*

Oslo: Aschehoug Forlag 2018.

ISBN 978-82-03-29743-4

Lotte Hvas

Lege, dr.med., spesialist i allmenntillegmedisin. Tilknyttet Forskningsenheten for Almen Praksis, Københavns universitet

E-post: [Lotte.hvas@dadlnet.dk](mailto:Lotte.hvas@dadlnet.dk)

### SNACK OM OVERGANGSALDEREN!

I den lettleste, nødvendige og tankevekkende boken *Hetetokt – Rabalder med overgangsalder* utfordrer kjønns- og medieforskeren Wencke Mühleisen de vante forestillinger om kvinners overgangsalder og begynnende aldringstegn.

Tross tittelen *Hetetokt*, er det ikke de hormonelle og biologiske forandringer som skjer i kvinnekroppen når menstruasjonen opphører som er i sentrum, men en tiltrengt gjennomgang av kulturelle forestillinger, fordommer og myter som preger kvinnens opplevelser og risikerer å både stigmatisere henne og gjøre henne taus. Alt dette behandles i de forskjellige kapitlene: Vitenskapen, skammen, nærheten, seksualiteten, kulturen, tiden og friheten.

Mühleisen veksler uhindret mellom faktuelle opplysninger, gedigen feministisk analyse og personlige opplevelser. Især det siste, hvor forfatteren vever inn sine egne selvopplevde erfaringer av å være kvinne på den andre siden av overgangsalderen i dagens samfunn, gjør boken både leseverdig og troverdig. Hun tør å stille seg frem, og som hun selv skriver «outer seg selv som postklimakteriell kvinne», til tross for at det å snakke om overgangsalderen fremkaller både svette hender og hjertebank. Hun gjør seg sårbar, og forteller hudløst ærlig om sine erfaringer.

### VI SNAKKER IKKE OM OVERGANGSALDEREN

Det eksisterer fortsatt et tabu i forhold til å snakke og skrive om overgangsalderen. Det er ikke akkurat et tema man tar opp med sidemannen på festen eller underholder med på jobben, annet enn som dårlige vitser. Kanskje er det et av de siste tabuene i en tid hvor vi nå

tør å snakke om «gleden med skjeden» og om mens og mensblod – som til og med kan være rødt (og ikke blått) i reklamer for bind og tamponger. Selv i kjønnspolitiske sammenhenger er det påfallende taust omkring overgangsalderen. Til og med forsøk på søkning i Tidsskrift for kjønnsforsknings artikkelarkiv, gir nesten ingen treff på overgangsalder, til tross for at denne perioden er relevant for alle kvinner, i hvert fall for de som er 45+. I boken stilles det presise spørsmålet: «Hvilke bilder og fortellinger innprenter vår kultur oss med som gjør at overgangsalderen er så fryktet og besatt av negative stereotyper og frigjøringsbehov – samtidig som den er underlig undertematisert?»

Mühleisen leverer selv løsningen på hvordan vi får endret på de negative stereotypiene. Hun skriver «Det handler om å snakke høyt om det som kan vekke ubehag, komme opp med argumenter og utvikle nye perspektiver på overgangsalderen slik at vi kan kritisere alderisme, sexisme og rent ut kvinneforakt – og finne nye friheter».

Problemet er bare at det ikke er så lett å snakke om overgangsalderen. For hvordan skal man snakke om noe som oppleves så forskjellig fra kvinne til kvinne og som oppfattes så lite hipt og sexy å snakke om? De få som oftest tør å ta hull på fortellingen i det offentlige rom, er gjerne de kvinnene som har flere symptomer enn gjennomsnittet. Når vi imidlertid utelukkende hører om de som har mange symptomer, kommer det nesten til å bekrefte medisinalindustriens bilde av at dette er helvetes forgård. De mange kvinnene som ikke har særlig mange symptomer velger å være tause – for hva skal de fortelle om? De vil ikke fremheve seg selv i forhold til andre som har det vanskelig. Forfattere som bevisst nedtoner de negative sidene ved overgangsalderen og i stedet fremhever muligheten for personlig utvikling og positive sider ved å bli eldre, risikerer å bli beskyldt for å bagatellisere de problemene som kvinner faktisk *kan* ha. Dette til tross for at statistikken forteller at de fleste har få symptomer eller symptomer som er til å leve med. Det er altså ingen grunn til å tro at man står med det ene ben i graven.

Det føles nesten som den kjente hersketeknikken «damned if you do and damned if you don't». Hvis du tier stille er det feil og hvis du snakker om det, gjør du det på feil måte. Enten er det for svart eller for lyserødt. Det er vanskelig å skrive på en måte, så kvinner skjønner at det er OK å ha det som nettopp de har det.

Jeg tenker, at når noen fortellinger i et samfunn forblir tause, er det nødvendig å se på hersketeknikker og maktstrategier. Hvem er det som har retten til å bestemme hva som må snakkes om og på hvilken måte? Er kvinnenes taushet noe som blir pålagt som en norm utenfra, eller er det kvinnene selv som opprettdolder tausheten for ikke å bli stigmatisert, usynliggjort og ansett for å være ute av kontroll, eller i «hormonenes vold»?

Boken gir ikke svar på dette, men kommer med gode bidrag, og gir oss som lesere mulighet for å bidra og blande oss i debatten. Ikke minst gir den oss kanskje også motet til å snakke om egne erfaringer med å bli eldre, så vi kan få et rikholdig språk for det som foregår.

## SEKSUALITET, KROPP, LYST OG BEGJÆR: OGSÅ HOS ELDRE KVINNER

Hvis jeg skal fremheve et av kapitlene i boken, så må det være det om seksualitet. Det er vanskelig å skrive om overgangsalderen, men enda vanskeligere å skrive om seksualitet hos eldre kvinner. I hvert fall hvis det skal gjøres på en måte så man unngår å forsterke mytene

om kvinners aseksualitet etter overgangsalderen, og samtidig tør å se ærlig på de endringene i lystfølelse som kan melde seg (det kan det i alle aldre- også i overgangsalderen). Her er det igjen vekselvirkningen mellom fakta, analyse og egne opplevelser som gjør tankene om hva seksualitet i det hele tatt er, troverdig. Mühleisens beskrivelse av lysten som forsvant, men som også kom tilbake igjen, er et godt eksempel. Mest tankevekkende er kanskje beskrivelsen av hvordan hun som tidligere performancekunstner og feminist, som til fulle har benyttet kroppen som virkemiddel, er nødt til å si nei til å vise sin aldrende kropp i en ny forestilling, men må «nøyes» med å *skrive* om overgangsalderen og de forandringene hun kan merke i kroppen, nå når hun også har passert 60. Hvis ikke hun kan, hvem kan da? Det tenker jeg i mitt stille sinn.

Vi er seksuelle vesener hele livet. Vi blir ikke aseksuelle fordi vi ikke lenger har menstruasjon. Seksualiteten forandrer seg kanskje og forutsetningen for et aktivt sexliv endrer seg også, helt enkelt fordi mange eldre kvinner ikke har en partner?

## OVERGANGSALDER PÅ GODT OG VONDT

Mühleisen konstaterer at «Overganger og brudd kan være skrekkinngytende idet de bærer med seg bud om tap. På samme tid kan det tapte bli til næring for nye begynnelse – og friheter». Budskapet om frihet utfoldes i det avsluttende kapitlet, hvor det fortelles at «svært mange kvinner opplever at midtlivet og tiden etter er en fase der det er lettere å stå for egne meninger. Det er lettere å kaste flinkhetskrav over bord, ikke gidde å engasjere seg i likegyldigheter, ikke ta noen ting for gitt og ta nye risikoer og nye sjanser». Hun stiller spørsmålet: «Hvorfor i all verden har vi ikke flere fortellinger om lettelsen over å slippe kramper, fibroider, prevensjon, P-piller og blod i senga, trusa, den hvite sommerbuksa og kjolen?»

Det er befriende lesning, hvor standardfortellingen om den marerittsaktige overgangsalderen suppleres med nye muligheter. Hun gjentar: Cluet er å dele erfaringerne, og man kan konstatere at «she walks the talk» – hun handler som hun sier. Hun formidler ikke bare forskning og god litteratur på området – hun TØR å utstille sin egen sårbarhet. Hun tar en risiko og deler sine livserfaringer med oss andre, så vi kan bli klokere. Takk for det.