



Ervaringen met ouder worden

Irma vertelt over pensionering: 'Dan ben ik thuis en ik heb een leuke tijd. Ik rust uit en voel me prettig. Ik lees tijdschriften, handwerk en doe die dingen die je doet als je met pensioen bent. Ik ga ook naar de vrouwensoos en kijk daar naar de handwerkende dames. Ik houd van dat soort dingen.'

Waarover gaat het?

Mensen met verstandelijke beperkingen worden steeds ouder. Zij krijgen dan te maken met de gevolgen van het ouder worden.

Wat willen we weten?

We gingen na wat oudere mensen ervaren als ze ouder worden en wat ze graag willen. Ook wilden we weten wat hun familie en begeleiders ervaren.

Hoe weten we het?

We hebben veertien onderzoeken gelezen die gaan over ervaringen met ouder worden bij mensen met verstandelijke beperkingen.

Wat weten we nu?

Ouderen met verstandelijke beperkingen werden geïnterviewd. Zij zijn op de hoogte zijn van veranderingen door veroudering. Zij noemen dat de dingen minder goed gaan dan vroeger. Ze merken dat zij meer hulp van anderen nodig hebben. Daardoor hebben ze minder te zeggen over wat zij willen. Maar ze hebben wel veel meer levenservaring gekregen en kunnen daarover vertellen.

Zij willen graag zinvolle activiteiten hebben en goede contacten met andere mensen.

Familie en begeleiders vinden het belangrijk dat ouderen kunnen meedoen in de samenleving. Soms lukt dat en soms niet. De samenwerking met andere zorgverleners verloopt niet altijd goed. Begeleiders willen ouderen graag betrekken bij het sterven van huisgenoten en familieleden. Maar de begeleiders en familie vinden dat vaak wel moeilijk. Familie en begeleiders vinden ook dat de zorg goed moet passen bij de ouderen.

Door veroudering veranderen veel dingen. Soms hebben ouderen hulp nodig om hiermee om te gaan. Dat gebeurt nu wel al, maar het kan beter.