

Leyden Academy

ON VITALITY AND AGEING



Over ouder worden

Marieke van der Waal

11 oktober 2019

Presentatie

Twee thema's:

- Beeldvorming ouderen
- Persoonlijk netwerk en eenzaamheid



Beeldvorming



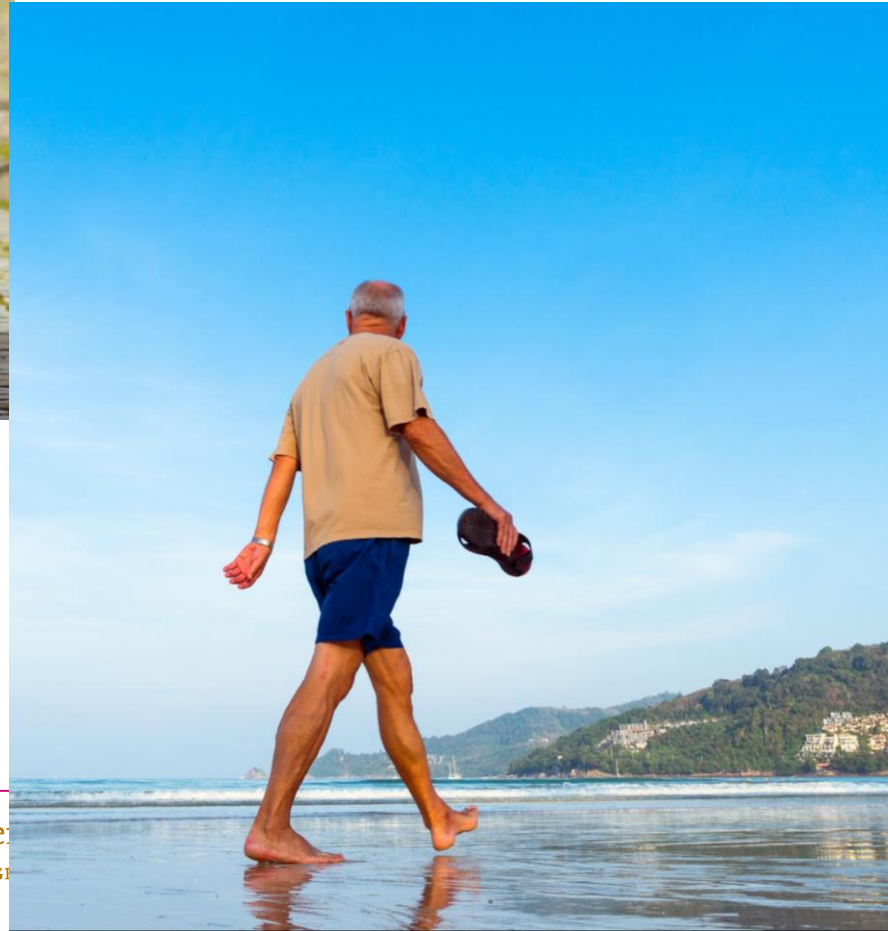
Welke beelden zijn er?

Een multidimensioneel beeld dat veelal gerelateerd is aan twee dimensies: competenties en warmte

Kernwoorden:

- Incompetent
- Fysieke achteruitgang
- Afhankelijk
- Ouderwets
- Kwetsbaar
- Dogmatisch
- Klagers
- Wijs
- Warm
- Aardig





Leyden Academy
ON VITALITY AND AGING



© Omroep Max/Elmar van der Marel



© SBS



© VeronicaMagazine

Interpretatie van beelden van ouderen



- Bewust en onbewust vinden we hier iets van
- Op alle leeftijden (ouderen, jongeren etc).
- Negatieve beeldvorming zet aan tot leeftijdsdiscriminatie,
- Leidt tot betuttelende communicatie, 'baby'-praat, alsof iemand doof is
- Kan leiden tot andere benadering, behandeling en verkeerde diagnoses

Welke beelden hebben jongeren over ouderen?



Generaties over de grens



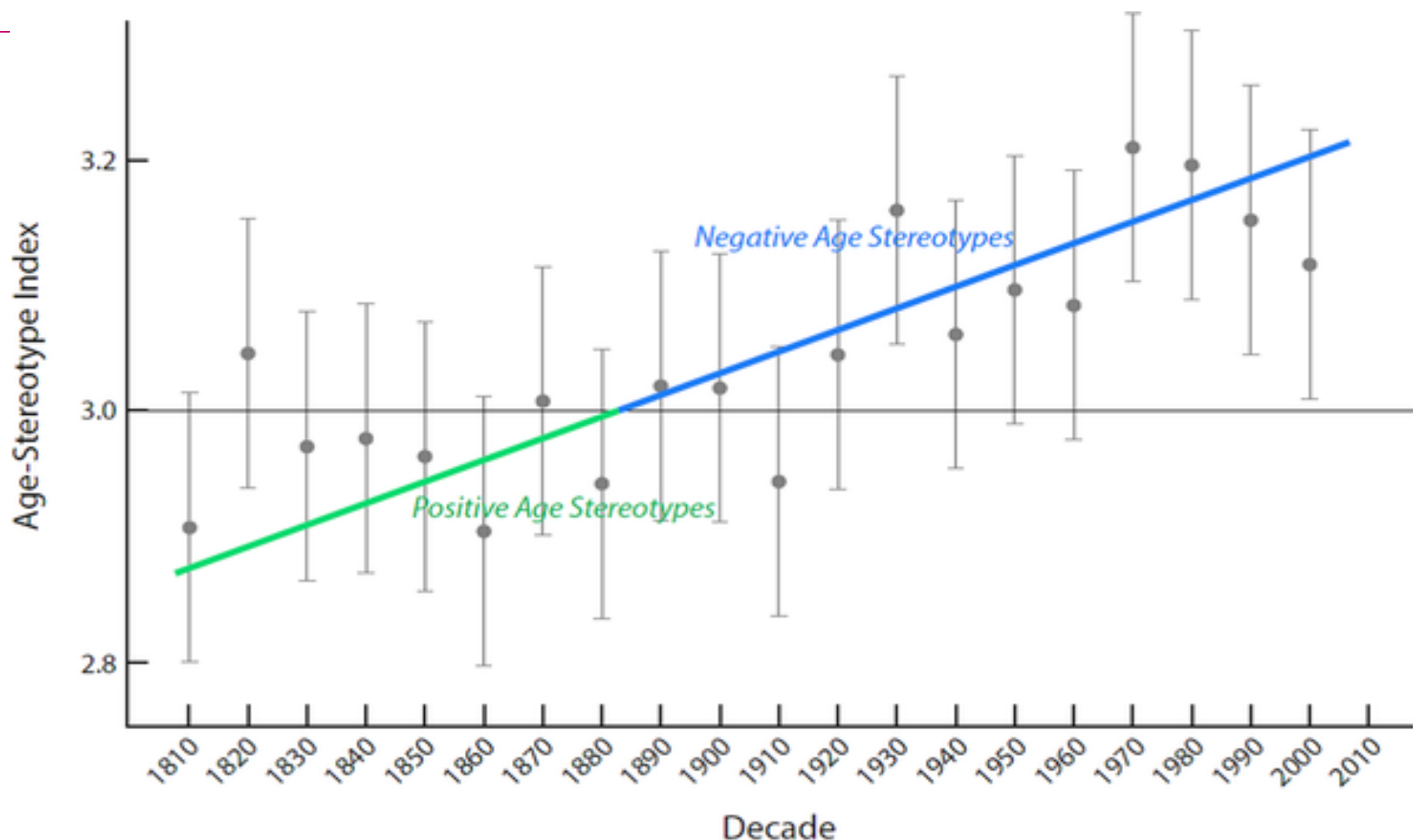
Jong en oud wonen
en (be)leven samen



OKTOBER 2018

- Beeldvorming is multidimensioneel
- Vaak gerelateerd aan kwetsbare ouderen
- Er zijn veel (inter)nationale programma's en interventies gericht op het verbeteren van het contact tussen ouderen en jongeren
- Jongeren zijn positiever over ouderen naarmate zij vaker en intensief contact hebben met ouderen
- Eenmalig contact leidt niet tot verandering van stereotype - vaak - negatieve beeldvorming

Fig 1. Increasing negativity in age stereotypes of older adults from 1810–2009 with best-fit line and 95% confidence limits for each decade.



Ng R, Allore HG, Trentalange M, Monin JK, Levy BR (2015) Increasing Negativity of Age Stereotypes across 200 Years: Evidence from a Database of 400 Million Words. PLOS ONE 10(2): e0117086. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0117086>
<http://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0117086>

Wat werkt om beeldvorming te veranderen?

- Contact van hoge kwaliteit
- Laat anderen ervaren hoe het is om oud te zijn
- Doorbreek de zwart-witte kijk op afhankelijkheid
- Laat ook de kracht van ouder worden zien
- Denk na over hoe je over en met oudere personen praat en welke naam je eraan geeft
- Wees bewust van de taal en de woorden die je kiest



Persoonlijk netwerk en eenzaamheid

Eenzaamheid: “een situatie van ervaren gemis omdat de contacten die men heeft achter blijven bij de contacten, die men wenst; hetzij kwantitatief hetzij kwalitatief.”

Jenny De Jong Gierveld (1987)

Drie vormen:

- Sociale eenzaamheid
- Emotionele eenzaamheid
- Existentiële eenzaamheid

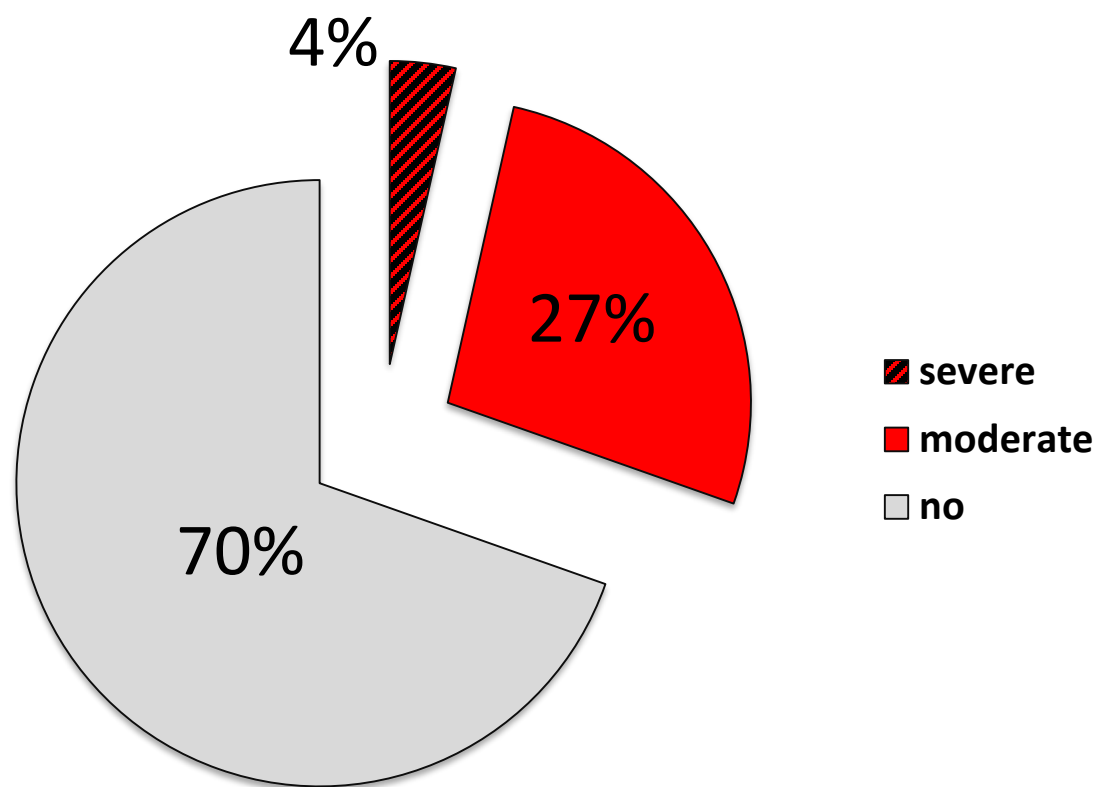
11 items over eenzaamheid: De Jong-Gierveld schaal

- Er is altijd wel iemand in mijn omgeving bij wie ik met mijn dagelijkse probleempjes terecht kan
- Ik mis een echt goede vriend of vriendin
- Ik ervaar een leegte om me heen
- Er zijn genoeg mensen op wie ik in geval van narigheid kan terugvallen
- Ik mis gezelligheid om me heen
- Ik vind mijn kring van kennissen te beperkt
- Ik heb veel mensen op wie ik volledig kan vertrouwen
- Er zijn voldoende mensen met wie ik me nauw verbonden voel
- Ik mis mensen om me heen
- Vaak voel ik me in de steek gelaten
- Wanneer ik daar behoefte aan heb kan ik altijd bij mijn vrienden terecht

**Hoeveel procent van de ouderen is ernstig
eenzaam in Nederland?**

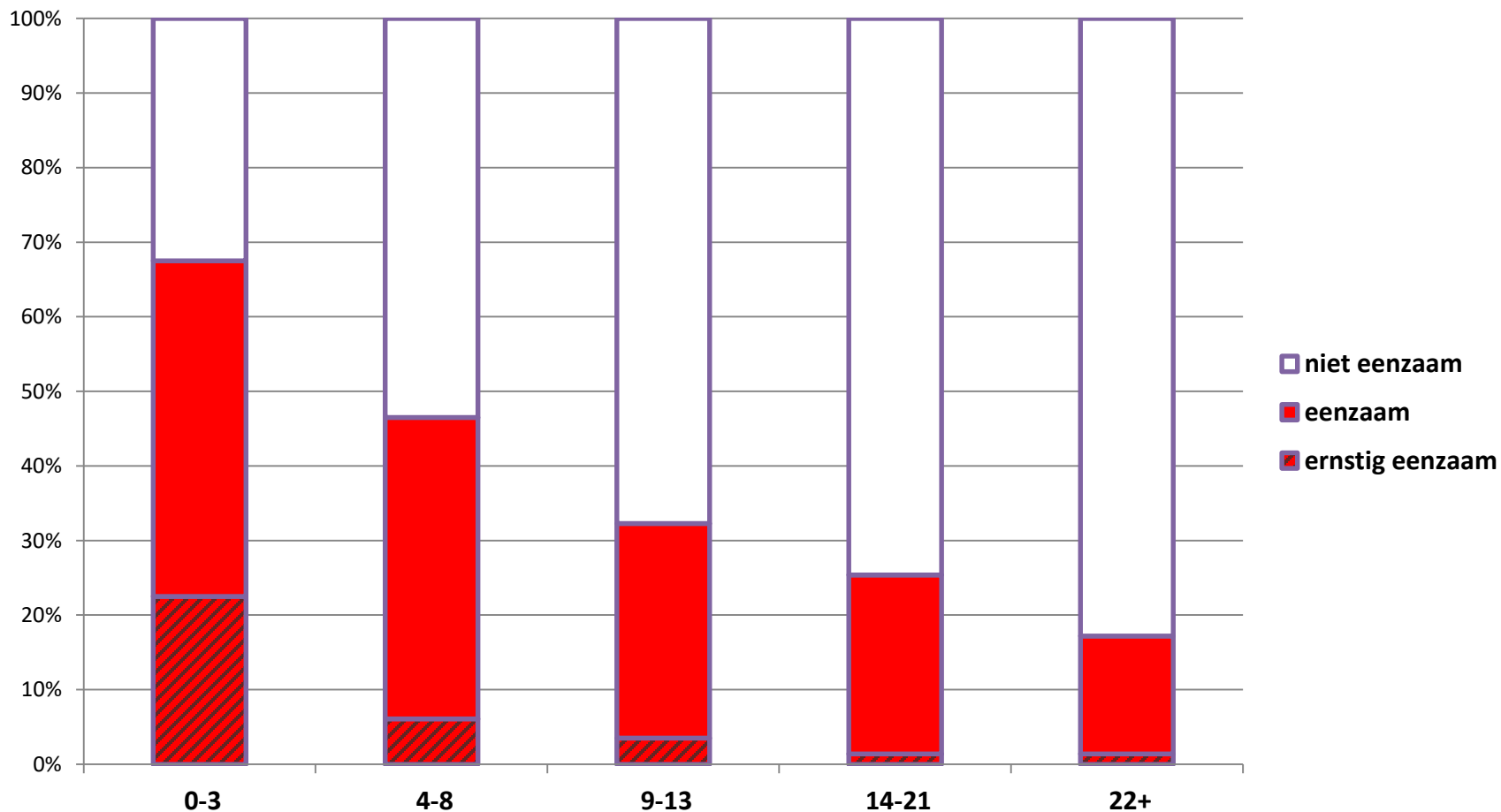


Ernstig eenzame, matig eenzame en niet eenzame personen in Nederland (LASA; 65+)





Percentages 'niet eenzame', 'eenzame' en 'ernstig eenzame' mensen naar omvang van het persoonlijk konvooi



Aanpak van eenzaamheid

- 1) Aantal & kwaliteit van contacten verhogen
- 2) Realistische verwachtingen
- 3) Ermee leren leven

Onderzoek wijst uit dat de meeste vrijwilligers en professionele activiteiten, zoals die nu worden ondernomen, te optimistisch zijn inzake de mogelijkheden voor de aanpak van eenzaamheid

Hardnekkig probleem:

- Weinig verdieping in de oorzaken
- Weinig kennis over de verschillende wijze waarop eenzaamheid zich uit
- Vaak vooral gericht op sociale eenzaamheid
- Veel goedwillende vrijwilligers terwijl professionele inzet van belang is (kennisniveau)
- Het aanbod, zoals huisbezoek is te vrijblijvend.
- Oppervlakkige en eenmalige contacten leveren niets op

Koester uw konvooi !!!

- van betekenisvolle persoonlijke contacten,
 - dat met u 'meevaart' door het leven
 - waarbij u zorgt voor elkaar (via instrumentele en emotionele steun)
- wees zuinig op elkaar, laat niemand zo maar uit uw konvooi wegvallen

aldus Jenny De Jong Gierveld

actief
gezonder
veilig

Stadsdorp Zuid

Voor en door bewoners van de Apollo- en Prinses Irenebuurt

GELUKKIG HEEFT U STADSDORP ZUID



Leyden Academy

ON VITALITY AND AGEING

•

