

## interview

# Als het einde nadert ‘Spreken over de dood werkt helend’

DOOR **BENOIT LANNOO**

Sociologe Hilde Ingels voert gesprekken met mensen die weten dat hun levenseinde nadert. Of ze gelovig zijn of niet, er is grote behoefte aan, merkt Ingels. “Ze willen eens niet als patiënt benaderd worden maar kunnen uiten wat er in hen omgaat. En dat kunnen delen met hun naasten.”



Hilde Ingels spreekt met terminaal zieke mensen over hun leven. “Het maakt mensen gelukkig in het aanschijn van de dood.” | Foto: Benoit Lannoo

Ze rolde er toevallig in. Hilde Ingels schreef een aantal jaren geleden regelmatig portretten voor de rubriek ‘Achterkrant’ in het Vlaamse *Tertio*: een verhaal in de ik-vorm over wat de geïnterviewde bezielt. “Zo kwam ik in contact met Anne, een jonge vrouw van 28 die terminaal ziek was en die haar nakende levenseinde zin wilde geven door erover te praten.”

Eerder was er een gesprek met Nicole geweest, een vijftigjarige vrouw die ook wel wilde getuigen over haar terminaal ziek zijn. “Voor haar was dit gesprek een manier om met haar kinderen te communiceren: ze zei dingen over haar nakende afscheid die ze aan haar naasten had willen zeggen, maar om de een of andere reden kon zij dat niet.”

In 2015 was er een workshop storytelling aan de opleiding journalistiek van de Gentse Arteveldehogeschool, waar Ingels docente is. “Er waren niet genoeg studenten ingeschreven, dus deed ik zelf mee en probeerde ik schuchter dit concept te verwoorden. Ik dacht immers hier ooit iets mee te gaan doen, na mijn pensionering of zo. Maar de reacties waren zo enthousiast...”

Met een creatieve vriendin gaf Ingels verder vorm aan het concept: “De naam ‘Amfora’ bijvoorbeeld, was belangrijk om goed te omlijnen wat we doen. De inhoud van een amfora is kostbaar: het eindelevensgesprek

opent een diepere laag waarvan vele mensen vaak niet eens beseffen dat die in hun binnenste zit en die ze – met het levenseinde voor ogen – met hun naasten willen delen.”

## NOOD AAN REFLECTIE

Dat verbindende aspect is essentieel voor Ingels’ opzet. “Er zijn wel eens diepere gesprekken met een of andere palliatieve begeleider, maar dat vervaagt na verloop van tijd. Wij zeggen op voorhand uitdrukkelijk dat we het gesprek in een mooi gekalligrafeerd boekje verwerken. En we brengen het boekje ook aan huis – soms bij de nabestaanden omdat de geïnterviewde inmiddels overleden is.”

Intussen wordt de vraag naar eindelevensgesprekken groter, waardoor Ingels & Co. dat als vrijwilligers niet meer alleen kunnen bijhouden. Daarom zoekt zij de nodige steun bij elkaar om halftijds andere zorgprofessionals en vrijwilligers te kunnen opleiden. “Zo’n gesprek is niet makkelijk. Je moet zeer empathisch kunnen luisteren, niet zozeer naar levensfeiten maar vooral naar wat de geïnterviewde daarbij belangrijk vindt. En je moet het nadien in een vlot verhaal kunnen uitwerken.”

Dit alles is in onze overgemedicaliseerde wereld allerm minst evident. “Hier is echt veel nood aan”, zegt Ingels.

“Als mensen in de laatste fase van hun leven terecht komen, worden zij voortdurend als patiënt behandeld en gaat het vaak alleen nog over hun gezondheidstoestand. Terwijl juist dan de mens zo’n nood heeft aan reflectie en verbondenheid.”

Zorgde de Kerk daar vroeger niet voor? De moeder van vier kinderen wikt en weegt haar woorden. “Velen kennen mijn achtergrond (Ingels was na haar studies studentenpastor aan de Leuvense universiteit, bl), maar dit is uitdrukkelijk geen christelijk, laat staan kerkelijk initiatief. Als wij dit als pastoraal werk zouden presenteren, zouden vele mensen geen beroep op ons doen.”

## BEZIELING

“Dit gaat over de vierde pijler, de spirituele pijler, van de palliatieve zorg. Zelfs al horen sommigen liever ‘existentieel’ dan ‘spiritueel’, uiteindelijk is elke mens een spiritueel wezen. Natuurlijk trekken mensen zich in dat eindelevensgesprek vaak uitdrukkelijk op aan hun geloofsovertuiging, maar ik heb ook een godsdienstleerkracht ontmoet die zich voorbereidde op zijn heengaan met een ‘en hierna is er niks meer’.”

Deze grote leemte zou je inderdaad ook pastoraal kunnen invullen. “De pastoor die vroeger op bezoek kwam bij een persoon die naar zijn levenseinde toeleeft, is niet vervangen, hè! Ja, er is nu een palliatief verpleegkundige en een dokter en eventueel een psycholoog, maar voor een diepgaand gesprek over waar het in dit concrete leven echt om ging en over hoe iemand naar zijn afscheid en naar de dood kijkt, is er niet altijd tijd.”

“Mensen zijn zo blij met dat gesprek”, getuigt Ingels. “Alle andere uitwisseling gaat telkens over de ziekte’, zeggen mensen wel eens, ‘maar dit gesprek ging over wie ik ben, wie ik was, hoe ik mij voel, wat mij bezielt, waar ik spijt van heb en waar ik trots op ben.’ Zo’n gesprek werkt helend. Het helpt bij het rouwproces, voor de betrokkene en voor de naasten. Het maakt mensen gelukkig... in het aanschijn van de dood.”

Waar het precies om gaat, heeft Ingels in *Afscheid dat verbindt* beschreven. Er staan tal van voorbeelden van ‘eindelevensgesprekken’ in dat prachtige boekje, maar ook ‘handvatten’: concrete tips voor wie zich, ook als naaste, wil voorbereiden op het afscheid. “Veel palliatieve centra vragen om dit concept als mogelijkheid aan te bieden.” ●



**Hilde Ingels, Afscheid dat verbindt. Praten over het levenseinde**

Uitgeverij: Lannoo

Pagina's: 184 | € 19,99

ISBN 978 94 01454 87 2