

Praten over het levenseinde

Interview met Hilde Ingels

Tekst: Shanty Sterke



De Belgische freelance journalist Hilde Ingels gaat in gesprek met mensen wier leven ten einde loopt. Ze nodigt hen uit om terug te blikken op hun leven en vooruit te kijken naar het afscheid. Hun woorden verwerkt ze tot een mooi boekje in een magneetdoos. Zo wordt het verhaal letterlijk tastbaar. Dit zorgt voor verbinding met de naasten, over de dood heen.

Ingels schreef regelmatig portretten van mensen die beziel in het leven staan. Zo raakte ze in gesprek met twee vrouwen kort voor hun overlijden. Het praten over de dood bleek heel betekenisvol te zijn. Voor de vrouwen zelf, en ook voor hun naasten. Die kregen, doordat het interview gepubliceerd werd, een tastbaar verhaal.

Zo is de kiem gelegd voor Amfora, een organisatie die wil bijdragen aan een samenleving waar mensen het vanzelfsprekend vinden om te praten over het afscheid van het leven. Daarvoor ontwikkelt Amfora instrumenten en organiseren ze scholingen voor zorgprofessionals en vrijwilligers om mensen te helpen woorden te geven aan diepere gevoelens en gedachten wanneer het einde nadert.

De naam Amfora is afkomstig van de amfoor, een door de oude Grieken en Romeinen gebruikte kruik met twee oren. Een bewaarplaats van kostbaar goed. Granen, olie of wijn konden lang en goed bewaard worden in zo'n aarden kruik. 'Dat staat symbool voor onze werking', legt Ingels uit. 'Het kostbare verhaal van iemands leven zit eigenlijk in die Amfora. Wij helpen dat naar boven halen. Of dat leven nu 18 jaar heeft geduurd, of 97 jaar.'

Ruim drie jaar geeft Ingels trainingen, samen met enkele medelesgevers, waarin zij zorgprofessionals leert een eindelevensgesprek te voeren. Ze vindt dat zo'n gesprek een gewoon onderdeel moet kunnen zijn van de zorg. Het zijn vooral vrijwilligers, verpleegkundigen, ergotherapeuten, psychologen en pastoraalwerkers die de training tot nu toe volgden. 'Dat zijn mensen bij wie dat eigenlijk heel goed past binnen hun job. De cursisten leren in de vierdaagse trainingen wat een eindelevensverhaal is. En hoe je dat aanpakt. Wij gaan aan de slag met mensen die geen ervaring hebben met interviewen en journalistiek. Ze moeten wel voeling hebben met schrijven en zich aanmelden met een schriftelijke motivatie. Wij leren hen interviewen. Dus wanneer een psycholoog de training volgt, moet die niet een therapeutisch gesprek met een patiënt voeren. Dan moet het petje van interviewer op: interviewen en gewoon luisteren. Dat vraagt soms even een omschakeling, maar wanneer die omschakeling er eens is, werkt het ongelooflijk goed.'

Om het gesprek op gang te brengen ontwikkelde Amfora in samenwerking met de opleiding ergotherapie van de Arteveldehogeschool in Gent de Verbinddoos. Oorspronkelijk is deze ontwikkeld om mensen zelf aan de slag te laten gaan. Zonder dat daar een training voor nodig is. In de Verbinddoos zitten fotokaarten met vragen die je kunt stellen. De antwoorden schrijf je beknopt uit en bewaart ze in de doos samen met betekenisvolle voorwerpen of foto's. De doos blijft bij de persoon die zijn verhaal doet of gaat later naar de naasten. De vragen uit de Verbinddoos worden ook



Verbinddoos die Amfora ontwikkelde in samenwerking met de opleiding ergotherapie van de Arteveldehogeschool.

gebruikt door zorgprofessionals om het gesprek op gang te brengen in het contact met patiënten.

'Ik kreeg laatst een mailtje van een arts van het Universitair Ziekenhuis in Leuven, waarmee we samenwerken. Zij mailde dat zij de vragen uit de Verbinddoos gebruikt om de zorg af te stemmen op de patiënt.'

'Ik ben een leek, ik heb geen medische achtergrond. Maar het verbaast mij dat wij voor een hele sector, die jarenlang met zorg voor patiënten bezig is, blijkbaar een nieuw aanvullend instrument hebben. Omdat wij vanuit de journalistieke bagage een portret willen maken van mensen. We peilen heel erg naar gevoelens en verwerken dat in een tastbaar geschenk. Dat is blijkbaar zo vernieuwend voor de zorg. Een nieuwe dimensie.'

'Ik sprak een andere arts. Hij is tweede raadgevend arts bij een euthanasievraag. Hij vertelde dat hij, sinds hij die de training heeft gevolgd, een aantal van de vragen toevoegt aan de vragen die hij vroeger stelde. Bijvoorbeeld bij mensen die een euthanasievraag heb-

ben omwille van ondraaglijk psychisch lijden. Hierdoor wordt dat gesprek veel rijker. Je krijgt eigenlijk veel beter zicht op wat dat ondraaglijk psychisch lijden dan is, zo vertelt hij.'

Er is altijd veel aandacht voor rouw. Er is ook veel literatuur over. 'Het is uiteraard belangrijk en goed dat daar veel rondom gebeurt. Maar ik vind het ook belangrijk dat je er bent op het moment dat mensen zelf nog iets kunnen zeggen over hun afscheid. Op een uitvaart wordt er door anderen over iemand gesproken. Maar door op voorhand de persoon zelf aan het woord laten en al iets tastbaars te realiseren, breng je de verbinding tot stand. Dat helpt de naasten ook echt in de rouwverwerking, wanneer ze dan iemand moeten afgeven.'

Meer weten?

Een kijkje op de [website](#) van Amfora is de moeite waard. Je vindt er uitgebreide informatie over het werk van Amfora. Je kunt er ook voorbeeldvragen en een voorbeeldbrief downloaden.