



**MICHÈLE MOREL
EN VZW AMFORA
LATEN MENSEN
HUN FINALE
LEVENSVERRHAAL
VERTELLEN**

NIEUW BOEK: 'DE VERBINDENDE
KRACHT VAN EINDELEVENSVERRHALEN'

'Ze vertrouwen ons hun diepste intimiteit toe'

De dood wacht op ons allemaal, maar wat als het bijna zover is? Wat als je het einde ziet naderen en het gevoel hebt dat je nog zoveel te vertellen hebt, maar dat niet goed durft of kan? Dan bieden Hilde Ingels en Michèle Morel van de vzw Amfora mensen de kans om hun eindelevensverhaal te delen. En dat ook neer te schrijven in een boekje voor de nabestaanden. Daar bleek grote nood aan: 'Ook op dat prangende moment willen mensen vertellen hoe ze zich voelen. Een gesprek met ons kan bevrijdend werken. Vaak durven ze ons te zeggen wat ze hun geliefden verzwijgen.'





Gesprekken over hun levenseinde hebben een enorme impact op de stervenden.

De dood is nog altijd taboe in onze maatschappij, een onderwerp dat uit de weg wordt gegaan. Hilde Ingels en Michèle Morel willen daar met hun vzw Amfora iets aan veranderen.

Wat is Amfora precies?

MICHÈLE MOREL: We zijn een vzw die in 2015 werd opgericht om mensen die in de finale fase van hun leven zitten te helpen praten over hun afscheid. We willen niet met de patiënt praten, wel met de mens achter de ziekte die op dat moment misschien worstelt met zijn of haar emoties. We merken dat daar nood aan is. Pas op: in de zorg zijn nog wel mensen die zich bezighouden met de emotionele en spirituele zorg voor palliatieve patiënten.

Wie doet dat?

Je hebt pastorale medewerkers of psychologen die steun bieden. Maar heel vaak komen zij tijd en handen tekort en bovendien is hun benadering anders. Hilde Ingels, die Amfora oprichtte, is sociologe, maar was

ook een hele tijd als freelancejournaliste aan de slag. Ze werkte ooit portretinterviews uit van mensen die het einde voelden naderen en merkte toen dat die gesprekken een enorm effect hadden op diegenen die ze interviewde, maar ook op de naasten. Daarom wilde ze daar wat mee doen.

” **Bij ons is er geen emotionele barrière**

Kan je uitleggen wat een ‘eindelevensverhaal’ precies is?

Het is dus geen gesprek met een patiënt. Wij praten altijd met de mens die in die moeilijke situatie zit. En daarbij is het niet de bedoeling om een biografie neer te schrijven. We gaan het niet hebben over wat hij of zij in het leven gedaan of gepresteerd heeft. Ook niet over de ziekte of medicatie en behandeling. Wél over de innerlijke emoties van die persoon. Hoe voelt die zich? Met welke vragen worstelt hij of zij? Over

de angst die men voelt. De betekenis van de dood ook. Het zijn heel intense gesprekken waarbij die mens een inkijk biedt in zijn of haar intimiteit. Dat kan soms heel heftig zijn. Niet zelden wordt er gehuild tijdens zo’n interview. Ik verbaas me er soms nog over hoe openhartig mensen kunnen en durven zijn. En dat tegenover iemand die ze voor het eerst ontmoeten.

Dat is inderdaad opmerkelijk. Kunnen ze dit soort gesprekken niet met familieleden of vrienden voeren?

Het is opvallend hoe moeilijk dat is voor sommigen. Heel vaak willen mensen die weten dat ze gaan sterven hun familieleden ontzien. Ze voelen zich vaak emotioneel belemmerd om elkaar diepgaande vragen te stellen. Vaak durven familieleden of vrienden iemand die palliatief is niet vragen hoe die zich voelt. Om hem of haar emotioneel niet nog meer te belasten. En omgekeerd wil zo iemand zijn geliefden niet te veel lastigvallen met zulke zaken. Omdat iedereen het al zwaar genoeg heeft. Maar bij ons speelt dat niet. Wij komen één keer in het leven van zo’n mens, voeren het gesprek en zijn weer weg. Bij ons is er geen emotionele barrière. Tegenover een vreemde is het daarom soms makkelijker om openhartig en zonder remmingen je verhaal te doen.

Vinden nabestaanden dat achteraf niet jammer? Dat zij nooit zo’n gesprek konden voeren?

Misschien. Maar wij krijgen achteraf meestal fijne reacties. Wanneer zij het neergeschreven verhaal lezen, wordt soms ook veel voor hen verduidelijkt. Ze gaan bepaalde zaken beter begrijpen over de persoon van wie ze afscheid namen. We zien ook dat het boekje nadien erg



► gekoesterd en gebruikt wordt. Vaak zelfs al op de afscheidsdienst waar uit het eindelevensverhaal voorgelezen wordt. Of later, wanneer het boekje nog eens opgediept wordt op de verjaardag van de overledene. In die zin vormt het eindelevensverhaal een soort van tastbare herinnering aan een geliefde. En dat biedt vooral troost.

In de titel van het boek hebben jullie het ook over de kracht van dit soort verhalen...

Die kracht situeer ik op verschillende niveaus. Ten eerste denk ik dat het vooral een vorm van zelfontdekking is. Een mens leert zichzelf tijdens dat gesprek beter kennen en krijgt zo, op het einde van zijn of haar leven, soms ook meer inzicht. Gewoon door over zichzelf en zijn of haar emoties te vertellen. Zo'n verhaal doen werkt ook bevrijdend. Het zorgt voor opluchting. Dingen die soms lang stilgehouden werden en waarover men dacht niet te kunnen praten, kunnen toch uitgesproken worden. Dat werkt enorm helend. En ten derde opent het ook de deur naar nieuwe en misschien nog belangrijkere gesprekken.

Hoezo?

Ik ga een voorbeeld geven. Enkele jaren geleden deed ik een interview voor een eindelevensverhaal met een jonge moeder van drie kinderen. Ze had kan-

ker en er was geen hoop meer. Ze kampte met een groot verdriet. Ze kon niet over haar situatie praten met haar man. Hij was heel gesloten en worstelde enorm met de situatie. Tot zij haar verhaal bij mij had gedaan en hij het boekje te lezen had gekregen. 'Het is gelukt', stuurde ze me. 'We hebben eindelijk kunnen praten.' Tja, daar krijg je dan kippenvel van, hé.

„ Dit werkt bevrijdend en zorgt voor opluchting

Die verhalen blijken ook levensreddend te kunnen zijn. Een vrouw die euthanasie had gepland, zag er uiteindelijk van af nadat ze haar verhaal had gedaan.

Wat ik eerst even wil stellen: onze verhalen hebben geenszins de bedoeling om effect te hebben op de keuze voor euthanasie. Wij zijn daar heel neutraal in. Wij zijn er voor mensen die afscheid moeten nemen, maar ook voor mensen die afscheid willen nemen als dat hun keuze is. Maar soms is het inderdaad zo dat mensen na het vertellen van hun verhaal beseffen dat het leven wel nog iets te bieden heeft. Ze komen tot een bepaald zelfinzicht dat verhelderend werkt. Ze houden zichzelf een spiegel voor en merken dat ze nog iemand kunnen zijn. Dat gebeurde niet één keer, maar verschillende keren. In die zin kunnen deze verhalen ook kracht bieden, ja.

Wie neemt het initiatief om zo'n eindverhaal te laten optekenen?

Enkel en alleen de persoon zelf die zijn of haar verhaal wil doen. We doen dit nooit op vraag van de latere nabestaanden. Vooral omdat het



Co-auteur Hilde Ingels schrijft eindelevensverhalen enkel en alleen op vraag van de persoon zelf.

de wens van die mens zelf moet zijn. We gaan die immers vragen naar zijn of haar diepste intimiteit. We gaan hen vragen dingen te zeggen die ze misschien voordien nooit hebben gezegd. Dat kan je niet doen wanneer de vraag van hun partner of kinderen komt. Dat zou raar zijn en zou ook nooit kunnen werken.

Gebruiken mensen dit soms ook om een bepaalde bitterheid te ventileren?

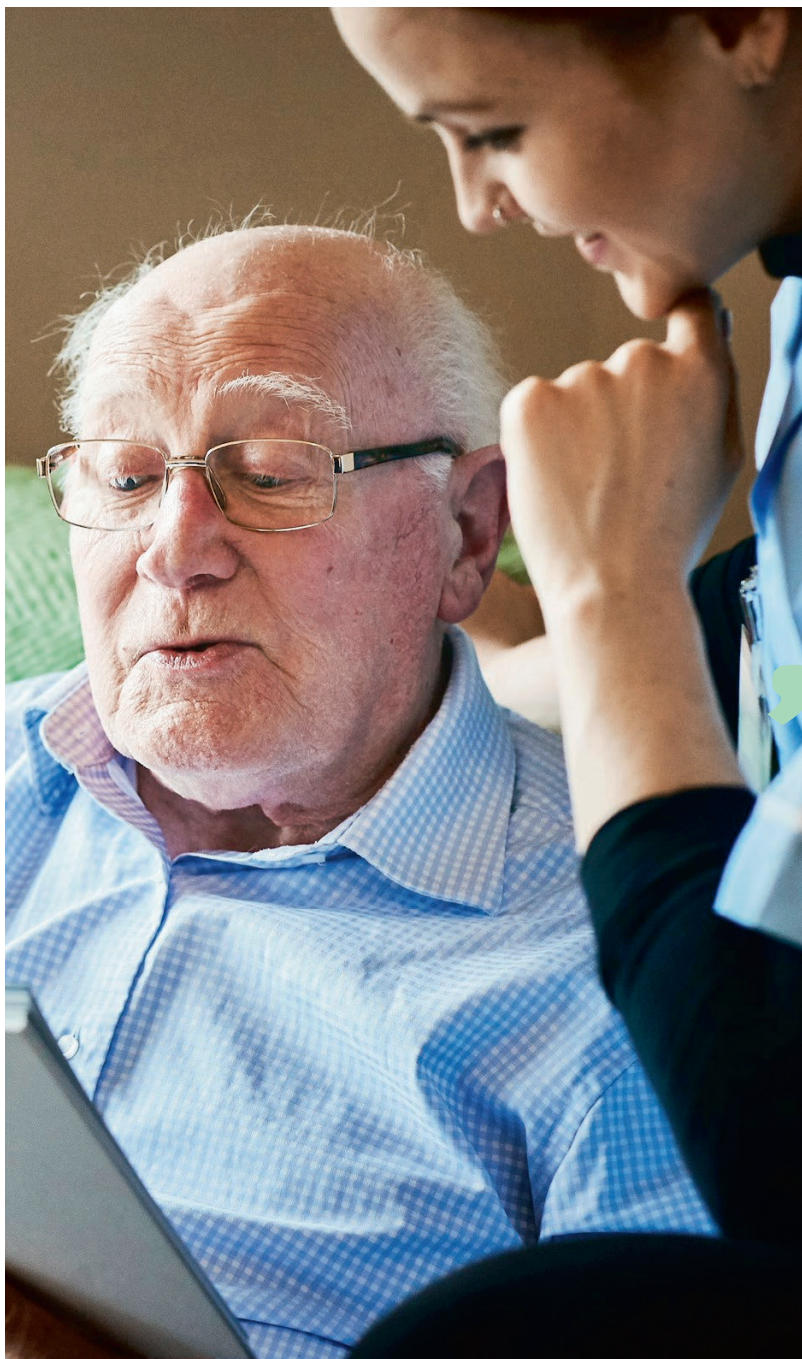
Dat is soms een beetje lastig. Het is altijd onze bedoeling om authentieke verhalen te

bringen. We willen geen fake verhaal neerschrijven. We gaan de zaken nooit mooier voorstellen dan ze zijn. Want we moeten daarin eerlijk zijn: de realiteit is ook niet altijd even mooi. Maar toch proberen we te bekomen dat het verhaal dat we neerschrijven leidt tot opluchting en verwerking. Het moet mensen dichterbij elkaar kunnen brengen. Het mag niet verscheuren.

Is dat al gebeurd?

Het is al eens gebeurd dat zo'n verhaal tot een conflict heeft





geleid. De persoon wilde bewust niks over zijn moeder in zijn verhaal opnemen. Blijkbaar was daar iets aan de hand. Toen het verhaal later werd voorgelezen tijdens de uitvaartplechtigheid is die moeder hard geschrokken. Zij leek wel gewist uit het eindelevensverhaal en dat was bijzonder pijnlijk voor haar. We hebben dan ook een teleurgestelde reactie gekregen. Hoewel we zo'n situatie niet altijd kunnen vermijden, proberen we dat wel op verschillende manieren.

Hoe?

We zullen het verhaal altijd neerschrijven op een authentieke manier, maar we proberen wel te verzachten waar nodig. Als er harde woorden gebruikt worden, zullen we de boodschap nog overbrengen, maar in iets minder pijnlijke bewoordingen. Als iemand het bijvoorbeeld heeft over zijn 'slechte jeugd', zullen we dat herformuleren als 'een jeugd waarin het niet altijd even makkelijk was'. Die boodschap komt dan nog altijd over bij de nabestaanden, maar is minder agressief en zorgt niet voor extra onno-

dig leed. Soms zorgt de mens wiens verhaal we schrijven daar ook zelf voor. Hij of zij krijgt het verhaal altijd als eerste te lezen. En wanneer zo'n delicate zaken in het verhaal staan, wordt ons wel eens gevraagd om die te nuanceren. Of zelfs weg te laten. Een mens zegt soms dingen harder dan hij of zij het bedoelt. En als die dan in een tekst staan, schrikken ze daar soms zelf van. Naast het zachter formuleren van harde woorden, polsen we tijdens het interview altijd naar de voornaamste naasten, zodat er niemand vergeten wordt. En als de persoon enkel negatieve dingen zegt over een naaste, vragen we of er ook positieve zaken zijn die hij wil delen.

„ Zo'n verhaal moet mensen dichter bij elkaar brengen

Wie kan zo'n eindelevensverhaal schrijven? Moet je dan een speciale opleiding krijgen?

In theorie kan iedereen dit. Maar je hebt natuurlijk wel een zeker schrijftalent nodig. Daarnaast heb je ook een groot inlevingsvermogen nodig. En moet je affiniteit hebben met de leefwereld van mensen die ernstig ziek zijn. Dat is niet evident, maar absoluut noodzakelijk. Mensen die zich niet kunnen inleven in de gevoelige situatie, zijn niet geschikt om dit soort verhalen te schrijven.

Is jullie boek bedoeld als een soort handleiding om dit soort verhalen te schrijven?

Eigenlijk wel. Het is zo dat wij zelf ook vierdaagse trainingen organiseren voor mensen die zich in dit soort verhalen willen bekwalen. Dit boek kan nadien als een soort handboek dienen waarop ze kunnen terugvallen

indien nodig. Al is het ook een boek vol tips voor mensen die enkel het gesprek willen voeren zonder het verhaal neer te schrijven. Het is zo opgesteld dat het heel duidelijk is wat de bedoeling is en hoe je de zaken best aanpakt.

Wat is jullie grote ambitie met Amfora? Hoe zien jullie de toekomst?

We hopen en we dromen dat het aanbod van eindelevensverhalen een integraal onderdeel kan worden van de bestaande palliatieve zorg. Dat elkeen die behoefte heeft aan een eindelevensverhaal, er kosteloos toegang toe heeft. En dat Amfora erkend wordt als expertisecentrum en dus ook financieel ondersteund wordt door de overheid. Op dit moment zijn we afhankelijk van giften en beperkte andere steun. Hoewel we zelf nog eindelevensverhalen optekenen vanuit Amfora, focussen we nu vooral op het opleiden van zorgverleners en vrijwilligers, zodat het aanbod voldoende groot is om de vraag naar zo'n verhaal te kunnen volgen.

Welke zorgverleners?

Verpleegkundigen, sociaal werkers, pastoraal werkers, ergotherapeuten... ze zijn allemaal geschikt om eindelevensverhalen op te tekenen voor hun patiënten. Tijdens onze training vertellen ze ons hoe blij ze zijn met de methodiek van Amfora, en dat het hun begeleiding van patiënten rijker maakt. Naast de fysieke en psychosociale zorg aan het levenseinde, is spiritueel-existentiële zorg immers erg belangrijk voor patiënten. Dat gaat niet altijd over geloof, maar ook en vooral over het zoeken naar antwoorden op vragen zoals 'Wie ben ik?' en 'Wat heb ik betekend?' Eindelevensverhalen zijn daarbij een heel nuttige en concrete tool.

Tekst: Tony Callaerts

'De Verbindende Kracht van
Eindelevensverhalen' - Hilde Ingels
& Michèle Morel - Owl Press - €24,99

