

Frank Vandendries

## Drempels beslecht

Contact zoeken met De Einder doe je niet zomaar. Daar is vaak al goed over nagedacht. Soms is de conclusie over het eigen leven al getrokken, de balans opgemaakt – soms overheerst nog twijfel, of wordt een sparringpartner gezocht omdat de eigen omgeving er niet mee overweg kan. Ondanks alle grote, positief te waarderen aandacht in de media overheersen onbegrip, ontwijking en taboe als iemand daadwerkelijk kenbaar maakt de dood zelf dichterbij te willen halen. Familie zegt: je bent te belangrijk voor ons, de psychiater ziet nog behandelmogelijkheden, de huisarts vindt dat er nog niet genoeg geleden wordt... Niet vreemd dat iemand die zich niet gehoord weet, een eigen weg gaat zoeken. Hulp en begeleiding bij die eigen weg wordt door De Einder geboden. Zijn er nu drempels om voor begeleiding in aanmerking te komen?

### Variatie

Iemand die een counselor die samenwerkt met Stichting de Einder benadert, doet dat vanuit een grote motivationele variëteit: de persoonlijke levenscontext zal bepalen of een levenseindebesluit aan de orde komt. Die variatie laat zich ook terugzien in de sociaal-maatschappelijke achtergrond, en in de leeftijd.

Sociale achtergrond of opleiding spelen zelden een (negatieve) rol in het contact. Wel zal in de gesprekken met counselors gaan blijken dat *zelfwerkzaamheid* van groot belang is om het doel van de zelfgekozen dood te bereiken – en daar kunnen wel degelijk obstakels liggen: bijvoorbeeld fysieke beperkingen, financiële problemen, digibetes. Daar is niet mee gezegd dat die obstakels niet overwonnen kunnen worden.

Ook onderwerp van gesprek zal zijn dat iemand in staat moet zijn om *de eigen levenssituatie te overzien* en die situatie betreft dan niet alleen de op zichzelf staande persoon maar ook de sociale omgeving – zorgvuldigheid bij eventuele uitvoering houdt ook in dat het leed bij anderen (naasten) niet onnodig moet worden vermeerderd.

Leeftijd speelt bij consultgesprekken geen rol van betekenis, aan leeftijdsdiscriminatie wordt niet gedaan: eenieder die serieus over zijn (voorgenomen) levenseinde wil spreken, kan zich melden. Dan maakt het niet uit of iemand 18 of 88 jaar oud is. Geestelijke wasdom is vaak niet gekoppeld aan een getal, maar aan ervaring, beleving, en overweging.

### Bekendheid

Mede dankzij het publiekelijk zeer toegankelijke internet weet De Einder de Nederlandse (maar ook buitenlandse) geïnteresseerde persoon te bereiken. Maar feitelijk andersom natuurlijk: De Einder ronselt geen cliënten, zet mensen niet aan tot zelfdoding, maar zij weet wel via diverse zoeksystemen zichzelf vindbaar te maken voor al diegenen die nadenken over hun levenseinde, levensperspectieven onderzoeken of worstelen met een stervenswens. Ook de aanwezigheid bij congressen, het organiseren van spreekbeurten en het plaatsen van annonces in de geschreven pers dragen bij aan bekendheid buiten de bestaande groep donateurs van de stichting.

Een mogelijke drempel om contact met De Einder te zoeken, kan verlaagd worden door andere organisaties of hulpverleners die op het bestaan van De Einder wijzen. Soms vertelt een cliënt zelfs: “De NVVE (of de psychiater of...) heeft mij naar u doorverwezen.” Dit mag als een compliment voor De Einder opgevat worden omdat, na ruim 16 jaar bestaan, klaarblijkelijk steeds meer mensen in zorgaanverwante organisaties weten dat counselors die met De Einder samenwerken op professionele, zorgvuldige en betrouwbare wijze cliënten met een hulpvraag

bijstaan. En als het gaat om deze specifieke werkzaamheid (informerend over en begeleiden bij het zelfgekozen levenseinde in een niet-medisch kader) mag de counselor als een *deskundige* gezien worden, als iemand die een dienst verleent die anderen niet adequaat kunnen (of willen, of durven) leveren. Maar meer nog: niet alleen weet de counselor hoe iemand het zelfgekozen levenseinde kan bewerkstelligen, hoe naasten, hulpverleners en anderen betrokken kunnen worden bij beslissing en/of uitvoering, maar dankzij training en opleiding is er ook kennis van en inzicht in velerlei zaken en kwesties die een rol kunnen spelen bij het proces van besluitvorming – denk hierbij aan fysieke, psychische en sociale factoren. En dan gaat het er niet om de cliënt beter te kunnen begrijpen in diens levenseindekeuze –over die keuze heeft de counselor niets te zeggen en professionele distantie is juist bij een dergelijke beslissing van wezenlijk belang– maar om de problematiek of vraagstelling in bredere contexten te kunnen plaatsen. Niet zelden lukt het iemand niet (meer) om zelfstandig de eigen denkkaders te verruimen of om de versmalde levenstunnel open te breken. En dat wél kunnen is toch van belang om zorgvuldig en voldoende wetend een dergelijk zwaar en definitief besluit te kunnen nemen.

### **Hulp bij zelfbeschikking**

Iemand die besluit met De Einder contact op te nemen mag vragen stellen, niet slechts over een zelf uit te stippelen levenseindepad, maar over alles aangaande maatschappelijke discussies, wettelijke organisatie, juridische knelpunten, et cetera rondom het (zelfgekozen) sterfbed. Counselors zijn opgeleid om vragen daarover te kunnen beantwoorden. Gesprekken tussen cliënt en counselor beogen, in de woorden van collega-counselor Ton Vink, “de kwaliteit van het besluit van de cliënt, en van de uitvoering daarvan, mocht het zover komen. Dat wil zeggen dat wij ons onderscheiden doordat wij *niet* allereerst werkzaam zijn op het gebied van hulp bij zelfdoding, maar op dat van hulp bij *zelfbeschikking*. Meer specifiek: bij zelfbeschikking rond het levenseinde.” Behoud van *regie* en *zeggenschap* over het eigen levenseinde zijn verder cruciale termen. Hierin is De Einder als humane levenseindeorganisatie uniek in Nederland (en mogelijk ook in de rest van de wereld – in een volgend Besluit wordt daar bij stilgestaan): zelfbeschikking is begin- en eindpunt. En zoals al eerder in uitgaven van dit periodiek geschreven is: die zelfbeschikking is onlosmakelijk gekoppeld aan een eigen verantwoordelijkheid.

Indien iemand *vrijwillig* zijn levenseindelot in handen legt van anderen, maakt hij ook gebruik van die zelfbeschikking. En wie nu zelfbeschikking in het leven als emotionele of spirituele drempel of last ziet, kan wellicht beter via een ander traject trachten een gewenst levenseinde te realiseren. Ook daarbij kan een counselor van waarde zijn doordat die kan wijzen op andere mogelijkheden binnen (of buiten) Nederland.

Vanuit De Einder zelf zal er geen obstakel gelegd worden om in contact met een counselor te treden. Aan de kant van de hulpvrager zou sprake kunnen zijn van zelf opgeworpen drempels: Wil ik bekendheid geven aan mijn stervenswens? Ben ik er wel aan toe? Als ik praat met een counselor en de informatie krijg waar ik om vraag, kom ik dan niet op een trein die niet meer tot stilstand is te brengen? Deze puzzels kunnen uiteindelijk slechts door die persoon zelf opgelost worden. De counselor kan daar overigens wel een rol bij spelen: de counseling waar De Einder voor staat is *non-directief* van aard en daarmee wordt bedoeld dat ingezet wordt op *verheldering* van kwesties en niet op sturing of gedragscontrole zoals bij diverse therapievormen wel aan de orde is of kan zijn. De counselor neemt de hulpvrager serieus en dat betekent tevens dat er geen vrees hoeft te zijn dat preventieve technieken ingezet worden – bevoogding zit niet in het takenpakket van de counselor. *Tenzij* iemand confronteren en bevragen al als ‘preventie’ of ‘bevoogding’ wil ervaren...

Mocht het contact met een counselor niet prettig zijn of niet naar verwachting verlopen, kan altijd contact gezocht worden met een andere counselor (v/m). Want hoewel alle counselors het streven van De Einder onderschrijven, het blijven verschillende mensen met onderscheiden praktijkbenaderingen.

### **Doodnormaal**

Het is de counselor bekend dat hulpzoekenden merendeels *niet* komen uit de groep van donateurs (die over het algemeen al goed in de 'materie' zijn ingevoerd). Degene die een vorm van levenseindebegeleiding zoekt en bij De Einder terecht komt, had niet zelden eerder *niet* van ons gehoord. Anders gezegd: die komt pas bij De Einder op het moment dat er een zeer gerichte en concrete hulpvraag ligt. Het kan dan ook voorkomen dat die hulpvraag te laat is. Immers, indien reeds tot het levenseinde besloten is, de stervensnood hoog is en dus tijdsdruk een rol speelt, ontbreekt de vitale ruimte om het levenseinde zorgvuldig voor te bereiden – niet in de laatste plaats omdat middelen om een humane dood te bewerkstelligen niet tijdig voorhanden zijn.

Alle reden dus om wel bijtijds de diverse perspectieven en mogelijkheden in ogenschouw te nemen. *Nu* al stilstaan bij de (vormgeving van de eigen) dood kan voorkomen dat *later* gedacht wordt: "Had ik maar..."

Zo goed als ouders weten dat zij met de keuze voor kinderen ook 'gekozen' hebben voor de dood van die kinderen, zo goed zou *iedere* volwassene moeten weten dat het onder ogen komen van de *eigen* dood eveneens een onoverkomelijk gegeven is. Maar weten betekent niet direct: willen zien. Ik besef dan ook dat niet iedereen er zo over denkt en dat voor velen geldt dat de dood maar beter uit de gedachten verbannen kan worden. Dood. *Ein Faktum unseres Lebens*. Wie wegvucht voor de dood, vlucht eigenlijk weg voor het leven (zou moraliserend gesteld kunnen worden). Ook *sterven* is in wezen niet bijzonder en zou met open vizier tegemoet getreden kunnen worden – ook al wordt het proces van sterven begrijpelijkerwijs doorvlochten met vrees, verdriet, pijn en lijden.

### **Contact**

Het in contact treden met een counselor kan op diverse wijzen geschieden: per telefoon (spreekuur, sms, voice mail), per post (mogelijk eerst via het postadres van de stichting) of per mail. Op de website van De Einder staan onder 'contact' en 'organisatie' de contactadressen van de counselors vermeld. Telefoonnummers van de counselors worden ook kenbaar gemaakt via het telefoonnummer 0900-2211122.

Een eerste, verkennend contact ('intake') wordt meestal gelegd middels de telefoon. Belangrijk is om allereerst te kijken of de hulpvraag op zijn plaats is bij een De Einder counselor om teleurstellingen te voorkomen. Mede afhankelijk van de praktijkstijl van de counselor wordt mogelijk informatie over de eigen praktijk toegezonden.

Of een contact, een treffen, eenmalig is of vraagt om een vervolg, hangt af van de hulpvraag en de gespreksrelatie die ontstaat met de counselor.

De counselor is open over zijn werkzaamheden, wil transparant zijn over zijn identiteit; ook de potentiële cliënt zal zich moeten tonen. Ik krijg nog wel eens de vraag of 'een en ander' af te handelen is via de mail of via de telefoon, maar counselors hebben onderling én met het bestuur van de stichting afgesproken cliënten *face-to-face* te ontmoeten om te voldoen aan eisen van zorgvuldig- en weloverwogenheid.

De inhoud van de gesprekken is vertrouwelijk: de counselor hoeft in principe aan niemand verantwoording af te leggen of openheid over de inhoud van de gesprekken te geven (ook zou dat bijvoorbeeld wel verwacht –of zelfs geëist– kunnen worden in een strafzaak) en gaat derhalve uit van strikte geheimhouding. Indien naasten betrokken worden bij gesprekken geldt die vertrouwelijkheid natuurlijk ook voor hen.

## **Kosten**

Een gesprek met een counselor kost geld. In de oprichtingsfase van De Einder was vrijwilligheid de norm en zo nu en dan zijn er hulpvragers die denken dat dat nog steeds zo is. Aangezien iedere counselor zelfstandig en met volledige eigen (juridische) verantwoordelijkheid praktijk voert en dus niet in (loon)dienst is van De Einder (maar samenwerkt met) moet de counselor zichzelf financieel bedruipen. Dat betekent dat een gespreks-tarief en/of reiskosten in rekening gebracht worden. De tarieven liggen voor de counselors in Nederland op een vergelijkbaar niveau. Mochten er echter betalingsproblemen zijn die adequate hulpverlening in de weg staan, dan kan een cliënt (met onderbouwing) een beroep doen op het steunfonds dat de stichting daartoe in het leven heeft geroepen.

## **Tot slot**

De afstand tot De Einder is net zo groot als iemand die zelf wil maken. Omdat het initiatief te allen tijde bij de hulpvrager zelf ligt, ligt ook bij die hulpvrager de drijfveer, de wilskracht om de brug over te steken. Zelfbeschikking vraagt immers om *zelf* over levensdrempels heen te stappen om een verlangd doel te bereiken.

---

Frank Vandendries © november 2011