

LEVENSEINDECOUNSELING EN DE FILOSOFISCHE PRAKTIJK (2010)

INLEIDING

De in 1995 opgerichte Stichting de Einder heeft een tweeledig doel: enerzijds wil zij het mogelijk maken dat mensen in staat worden gesteld zelf –of met begeleiding of ondersteuning van anderen– stappen te zetten in de richting van een *zelfgekozen* humaan overlijden, anderzijds wil zij een bijdrage leveren aan het bespreekbaar maken van het taboe dat aan zelfdoding kleeft. Degenen die zich aangetrokken voelen om als counselor met de stichting samen te gaan werken, herkennen deze doelen en weten zich gemotiveerd er mee aan de slag te gaan. Deze counselors hebben diverse achtergronden maar kenmerkend is wel dat zij al ervaring hebben in de zorg- en hulpverlening: psycholoog, therapeut, maatschappelijk werker, arts, coach, onderwijskundige. En: filosofisch consulent.

DE FILOSOOF ALS ALTERNATIEF

Een mens kan zich op enig moment geconfronteerd zien met een belangrijke en indringende levensvraag. En die persoon wil naar een antwoord op die vraag zoeken. Welke mogelijkheden heeft hij dan? Bespreekt hij zijn leven met zijn naasten, of met zijn huisarts? Zijn er anderen in de samenleving, met de nodige expertise, die hem kunnen helpen? Krijgt hij dan oprechte steun of is er sprake van bemoeizorg? Neem bijvoorbeeld de vraag: “Is er iets dat mijn lijden en/of levenslast kan wegnemen of compenseren?” Daarmee kan iemand naar een huisarts/specialist/psychiater/psychotherapeut/maatschappelijk werker gaan, of naar een priester/imam/rabbiijn/lama/tarotist. En het kan zeker zo zijn dat hij daarmee geholpen is – wonden geheeld, geesten gezalft. De filosofisch consulent is, met zijn brede wijsgerige kennis en een kist vol denkgereedschappen, echter een goed alternatief. In sommige situaties zelfs *beter* omdat de filosoof levensbeschouwelijk kaderloos opereert en niet gebonden is aan institutionele procedures, normen en eisen. Er is in de filosofische praktijk (praxis) *idealiter* geen plaats voor vooringenomenheid, geen plaats voor gesprekstaboes. Juist omdat de filosoof weet niet alwetend te zijn, dicht hij zichzelf *niet* de rol toe van gids, goeroe of genezer.

Indien iemand zelfdoding wil overwegen als antwoord op zijn levensvraag, is dat zeker een onderwerp dat zich leent voor bespiegeling in een filosofische praxis. Immers, de filosofisch consulent staat cliënten te woord die in alle openheid en zonder moreel vooroordeel wensen te praten; ook over ideeën aangaande de eigen sterfelijkheid. Cliënten in de praktijk stellen zich dan bijvoorbeeld de vraag of een zelfgekozen levensbeëindiging de juiste optie is. Of het wel mag. Of kan. Of er alternatieven zijn. Middels betrokken doch kritische feedback wordt dan getracht de levenseindevraag in haar volle ernst tegemoet te treden en geprobeerd wordt –zo mogelijk– met de cliënt tot helderheid en inzicht te komen om de consequenties van een weloverwogen handelen te doorgronden. De consulent moet bij dit onderwerp goed voor ogen houden dat hij geen preventiewerker is: het is niet zijn taak om mensen voor het leven te behouden.

GENADELOOS

Reflecteren op de *betekenis* van de dood en een doodswens is meer een filosofische dan een medische of psychologische aangelegenheid. Door stil te staan bij het levenseinde wordt de menselijke existentie op scherp gezet. Het betreft immers de basis: zijn of niet-zijn. Of: wát maakt in mijn persoonlijk ‘zijn’ (existeren) het leven (nog) tot een waarde? Daar zijn natuurlijk prachtige *abstracte* gesprekken over te voeren. De wijsgerige en spirituele literatuur heeft daarin een rijke traditie. Zo kan bijvoorbeeld het lezen over het sterven of over de geromantiseerde zelfdoding de eigen gedachten prikkelen, kan gemijmerd worden over wat nog niet is of kan misschien zelfs al een berusting ontstaan. De feitelijke dood blijft echter keurig op afstand. Voor waarschijnlijk de meeste mensen zal de gedachte aan de eindigheid van het leven beklemmend werken: angsten spelen op of worden onderdrukt. Het thema wordt bewust of onbewust vermeden.

Soms komt de dood toch *concreet* dichtbij: een ouder, partner, kind, vriend overlijdt. Het betreft dan – eufemistisch uitgedrukt– een *lastige* kwestie die anderen overkomt. Pas wanneer *push comes to shove*, wanneer iemand direct geconfronteerd wordt met de eigen sterfelijkheid, wordt genadeloos duidelijk: er is

geen ontkomen aan. In de filosofische praktijk wordt dan stilgestaan bij de ‘impact’ van die bewustwording. En dat is een stuk *minder* abstract dan de lezer dezes vermoedelijk denkt – met beide voeten op de grond!

ZALIG ZIJ DIE ...

Zalig zij die plots sterven na een acute hartstilstand. Het merendeel van de mensheid wacht echter een ongewenst ellendig, wrang einde – afhankelijk van plaatselijke zeden en gewoonten, van wetgeving of goedwillende arts kan het een stukje sneller en soepeler gaan. Maar de mens zou de mens niet zijn indien hij niet in meer creatieve opwallingen een visie ontwikkelt om het heft in eigen hand te nemen of daarbij hulp zoekt. Het streven van de vele internationale ‘right to die’-organisaties sluit daar bij aan.

Counseling in samenwerking met De Einder wordt omschreven als ‘non-directief’: *“Het creëren van zo groot mogelijke helderheid bij de cliënt waar deze zijn of haar afwegingen moet maken aangaande een heel wezenlijk besluit. Naar welke kant dat besluit uiteindelijk zal uitvallen, is geheel aan de cliënt zelf. Voorts is de counseling gericht op het realiseren van zo groot mogelijke zorgvuldigheid, voor die situaties waarin het besluit van de cliënt uitvalt in de richting van een feitelijke uitvoering van zijn of haar voornemen. Anders gezegd: doel van de counseling is niet een bepaalde keuze, maar een bepaalde kwaliteit van de keuze en, als het zo ver komt, van de uitvoering.”* (Citaat uit de brochure ‘Een waardig levenseinde onder eigen regie’ van Stichting De Einder).

De hulpverlening die counselors bieden, bestaat uit een ‘procesmatig’ en een ‘procedureel’ traject. Het eerste heeft betrekking op het stilstaan bij de overwegingen rondom de doodswens en de zelfwerkzaamheid van de cliënt, het tweede wijst op het informeren over middelen en methoden. Beide trajecten vereisen van de counselor een consciëntieuze benadering. Maar cliënten hebben niet altijd aan beide evenveel behoefte.

MOSTERD VOOR DE MAALTIJD

Mensen die De Einder benaderen, en bij de met de stichting samenwerkende counselors terecht komen, hebben vaak al een lange weg van behandeling achter de rug (onder meer in de geestelijke gezondheidszorg); zij wensen geen bevoogding, geen gesprekstraject. Ook zijn er mensen die met zorg naar de toekomst kijken en voorbereidingen willen treffen, bijvoorbeeld om institutionele afhankelijkheid te voorkomen. Of men weet waar de eigen grens van ondraaglijk lijden ligt en weet dat die verschilt met de visie van de arts die hulp kan geven op grond van de ‘euthanasiewet’. Zij allen zijn alleen geïnteresseerd in de procedurele kant. De counseling wordt pas écht non-directief indien zij zich reduceert tot het aangegeven van waar Abraham de mosterd haalt, tot: hier is de informatie, daar vindt u de middelen. Een beeld overigens dat sterk leeft in de samenleving: u vraagt, wij draaien... Voor degenen die als solist aan de slag willen gaan (hun goed recht), is er uitstekende, vrij te verkrijgen Nederlandstalige literatuur. Niettemin, het verenigen van de twee bovengenoemde trajecten ligt ten grondslag aan de doelstelling van De Einder en maakt het lastig voor iemand die niet bevraagd wenst te worden.

Degenen die toch in gesprek met een counselor gaan, hebben een voordeel te behalen. Want, nogmaals, de insteek is niet: bevoogding, niet: goedkeuring van iemands keuze, maar verheldering. In principe heeft de cliënt niets te vrezen van een counselor maar ziet hij (nog) een klankbord als winst. Het gaat immers om het allerbelangrijkste dat iemand heeft: het eigen leven. *Check, check, double check.*

Uit de jarenlange praktijk van counselors die met De Einder verbonden zijn, is gebleken dat het onbevooroordeeld aangaan van gesprekken over zelfdoding een onbedoelde preventieve werking kan hebben. Vaak ervaren mensen namelijk een volledig open gesprek over de stervenswens al als bevrijdend, als levensruimte scheppend.

TOT AAN HET STERFBED

De filosofisch consultant die met De Einder gaat samenwerken, geeft daarmee aan dat hij *in principe* verder gaat dan het voeren van verhelderende en inzichtgevende gesprekken; verder in de zin dat een begeleiding voortgezet kan worden tot aan het sterfbed. Niet iedere praktijkvoerende filosoof (of, als het daar om gaat: therapeut, behandelaar, maatschappelijk werker) zal zich daartoe geroepen voelen, maar hij weet inmiddels wel dat er voor verdere ondersteuning verwezen kan worden. Iets dat vele anderen, eveneens werkzaam in de hulp- en zorgverlening ook weten: huisartsen, psychiaters, verpleegkundigen,

oncologen, Humanistisch Verbond, NVVE, etc.; maar ook de ‘leek’ die beschikt over krant, tv en internet. Nu is actieve hulp bij zelfdoding in Nederland strafbaar: iemand zal *zelf* middelen moeten zien te krijgen en andere voorbereidingen dienen te treffen. De rol van de counselor op de weg naar een levensbeëindiging beperkt zich dan tot het inzetten van zijn deskundigheid in het ‘bewaken’ van zowel de weloverwogenheid van keuze als van uitvoering. Daar hoort ook bij het verbreden van het *perspectief* van de hulpvrager: hoewel de overwegingen rondom de zelfdoding wellicht plaatsvinden in een isolement, de stap zelf geschiedt nimmer in een vacuüm maar in een samenleving met consequenties voor andere mensen - voor korte of lange termijn. Het trachten te betrekken van naasten bij de genomen beslissing is dus van belang, maar natuurlijk alleen indien de cliënt daar om vraagt of er mee instemt. Het op de hoogte zijn van het besluit kan rouw en verdriet verlichten, het geeft naasten de mogelijkheid om emoties te delen en om verheldering te vragen en het geeft niet zelden aanleiding om bij de levensbeëindiging aanwezig te zijn.

RESPECT?

Nu zou een argwanend persoon zich kunnen afvragen: heeft de counselor die *verder* op weg gaat met zijn cliënt niet tóch begrip voor de keuze, en geeft hij daarmee niet impliciet een goedkeuring af?

Het perspectief van de hulpvrager is een andere dan dat van de counselor. De counselor kan bij wijze van experiment het perspectief van de hulpvrager innemen zónder noodzakelijkerwijs begrip of respect te hebben voor de stervenskeuze. Respect hebben betekent immers *niet*: iemand in zijn waarde laten, respect hebben betekent *juist*: iemands waarden kunnen onderschrijven. En dat laatste hoeft de counselor niet – zelfs beter van niet gezien de distantie die ingenomen moet worden in de relatie tot de cliënt. Dit staat overigens een positieve betrokkenheid binnen de gespreksrelatie niet in de weg.

Het laten blijken van begrip werkt sturend: “In uw situatie zou ik ook...” of “Inderdaad, u heeft geen andere keuze.” Het is daarom meer correct om te spreken van een neutraler ‘tolerant zijn’. Daarmee laat je iemands waarden ongemoeid, zónder onverschillig te zijn: je hoeft het niet eens te zijn met een beslissing en deze toch kunnen laten zijn. Respect is overigens wel op te brengen voor de ‘vorm’, zonder het met de ‘inhoud’ eens te zijn. De inhoud betreft dan de reden. De vorm wijst op het kunnen maken van een eigen keuze: de cliënt beschikt over het eigen leven en heeft derhalve het recht dat leven naar eigen inzicht vorm te geven. En dat laatste geldt natuurlijk ook voor ieder ander: de medemens begrenst op welhaast natuurlijke wijze de zelfbeschikking!

TOT SLOT

De filosofische praktijk is een vrijplaats voor het denken. Het is de ruimte waar de overtuigingen die ten grondslag liggen aan iemands denken, voelen en handelen open en onbevangen besproken worden. De cliënt die een bezoek brengt aan de praxis dient voor alles te beseffen dat hij zelf verantwoordelijk is voor de consequenties van dat denken, voor de handelingen die uit dat denken voortkomen. Dit verantwoordelijkheidsbesef is de zee waarop het filosofisch gesprek impliciet of expliciet drijft. Als mens betaal je de prijs van het eigen denken.