

Ethicus Els van Wijngaarden doet onderzoek naar voltooid leven

Het verdriet van de verloren verbinding

In 2010 zag ethicus Els van Wijngaarden tijdens de Week van het Voltooid Leven de film *Ongeneeslijk oud*. Daarin vertelt de 93-jarige Ans Nieuwenbrug-Bron dat het genoeg is. Haar leven is voltooid. 'Het verhaal van die vrouw intrigeerde mij. Wat is dat, een voltooid leven? Ik wilde begrijpen wat mensen beweegt die zoiets besluiten en wat ze precies bedoelen.'

Martien Versteegh



Els van Wijngaarden: 'Het onderwerp is te complex om tot een simpel voor of tegen te komen.'

Els van Wijngaarden, docent ethiek aan Hogeschool Windesheim en onderzoeker aan de Universiteit voor Humanistiek, besloot daarom haar promotieonderzoek te doen naar mensen die oud, maar niet dodelijk ziek zijn en die de wens hebben zelf hun levenseinde te bepalen. Ze sprak 25 mensen uitgebreid en diepgaand. 'Ze noemen het geen suïcide, maar een zelfgekozen levenseinde. Blijkbaar voelt het echt anders', vertelt Van Wijngaarden tijdens een gesprek aan haar keukentafel. 'Wat me het meeste opviel was de ambivalentie die in hun verhalen doorklonk.' Van Wijngaarden bedoelt daar niet mee te zeggen dat ze het ene moment heel zeker zijn van hun beslissing en het volgende moment zeker weten dat ze nog níét dood willen. Nee, het ligt gecompliceerder. 'Deze mensen lijden echt onder het leven. De redenen daarvoor zijn in vijf categorieën op te delen: eenzaamheid, er niet meer toe doen, het onvermogen om zichzelf te uiten, geestelijke of lichamelijke vermoeidheid en een aversie tegen afhankelijkheid. Ze lijken stellig genoeg in hun besluit er zelf actief een einde aan te willen maken, maar als je doorvraagt klinkt er vaak angst of verdriet door.'

Van betekenis zijn > 'Een van de deelnemers aan mijn onderzoek is actief betrokken bij het opzetten van een "stadsdorp" in Amsterdam. Ze is in de zeventig en heel druk met van alles bezig. Maar ze heeft het gevoel dat anderen staan te popelen het stokje van haar over te nemen. Een ander vertelde dat hij al sinds zijn zeventigste het gevoel heeft dat mensen denken: daar heb je die oude zak weer als hij aan komt lopen. Die man is nu in de negentig. Ik wilde geen psychologisch onderzoek doen, maar het feit dat iemand dat zo voelt, vind ik tragisch. Daarom ben ik van mening dat we – als maatschappij – het gesprek aan moeten gaan met die mensen. Veel van hen zijn op zoek naar betekenis. Ze willen er nog steeds toe doen en niet achter een spelletje bingo worden gezet. Zelf geloven ze vaak niet meer dat ze van betekenis kunnen zijn, maar zouden we in een humane samenleving niet op zoek moeten naar manieren waarop ze dat gevoel wel weer kunnen krijgen? En niet door dat voor ze te bedenken, maar door het *samen* met ze te bedenken.'

Eenzaamheid > Veel deelnemers aan het onderzoek gaven aan eenzaam te zijn. 'Dat gaat niet zozeer over sociale eenzaamheid. De meeste ouderen die ik sprak, nemen nog actief deel aan de samenleving. Ze zitten op een hobbyclub of doen vrijwilligerswerk. Een van

de deelnemers is actief op Twitter en heeft daar meer dan vijfhonderd volgers. Dat is toch bijzonder te noemen.

Maar ze voelen zich alleen. Het gaat over een existentiële eenzaamheid. Het gevoel geen verbinding meer te kunnen maken met anderen. Ze staan er ten diepste alleen voor. Dat het moeilijk is met vrienden en familie te praten over hun wens een einde te maken aan hun leven, helpt daarbij niet. Mensen vinden dat toch een moeilijk onderwerp.

Het was voor mij heel bijzonder dat mensen me lieten delen in hun heel persoonlijke verhaal. Ik wilde daar zonder oordeel naar luisteren. Het onderwerp is te complex om tot een simpel voor of tegen te komen. Ik hoop alleen wel dat als ze besluiten hun plan door te zetten, ze dat niet in volstrekte eenzaamheid hoeven te doen. Je hoopt dat het niet in paniek hoeft te gebeuren, maar dat het in alle rust kan. Dat het écht een weloverwogen besluit is.' Dat de doodswens van deze mensen serieus is, blijkt wel uit het feit dat inmiddels acht van de respondenten hun leven hebben beëindigd. 'Hoewel ik via meerdere kanalen deelnemers heb gezocht, waren 23 van de 25 deelnemers lid van de NVVE. Sommigen hebben zich al jaren geleden voorgenomen het heft in eigen hand te nemen, mochten ze op een punt komen waarop het leven voor hen geen zin meer heeft. De meesten van hen zijn voor een laatstewilpil. Hoewel ze het rustgevender vinden als een arts ze zou bijstaan om zeker te weten dat alles goed gaat, hebben ze ook begrip voor de complexiteit van zo'n wens. "Hier kan ik een arts toch niet mee opzadelen?", zei een van de deelnemers.'

Angst > Voor sommige ouderen voelt het leven op dit moment als ondraaglijk, voor anderen is het vooruitzicht van aftakeling de reden voor hun besluit. 'Aan die aftakeling kunnen we misschien niet veel doen. Maar vaak speelt angst daar een grote rol bij. Bijvoorbeeld de angst niet goed verzorgd te zullen worden of dat wensen niet gehonoreerd worden. "Accepteert mijn familie mijn niet-reanimerenverklaring?" of "Wordt mijn wens tot euthanasie wel geaccepteerd als ik eenmaal dement ben?" Misschien zouden we niet moeten spreken over een voltooid leven. Dat klinkt als een rationeel besluit op basis van een positieve emotie: het is mooi geweest. Nee, die mensen nemen een besluit omdat er iets is dat ze níét willen, terwijl ze niet zeker weten of dat – waar ze het meest bang voor zijn – daadwerkelijk zal gebeuren. Misschien kunnen we een manier vinden die angsten te verkleinen en het gevoel van betekenis te vergroten. We moeten dat in mijn ogen in ieder geval proberen.' <