

Steun en aandacht bij sterven: een pleidooi voor 'palliatief verlof'

INEKE KOEDAM

Aandacht voor en steun bieden aan een stervende ouder gaan maar moeilijk samen met onze drukke, werkzame levens. Bovendien is familie complexer geworden. Kinderen wonen vaak niet meer in de buurt of zelfs maar in het land. Kan de samenleving hier een handreiking bieden nu we in rap tempo vergrijzen en het beleid van de overheid er op is gericht om langer thuis te wonen?

Geboren worden

Als een mens geboren wordt dan leven er veel mensen mee. Dat begint al tijdens de zwangerschap. Familie, vrienden, collega's en buren van de jonge ouders, maar ook van de grootouders, zijn enorm betrokken. En als het kindje geboren is, neemt de aandacht alleen nog maar toe. De naaste familie van de pasgeborene voelt een warm bad van aandacht, meeleven en liefde. De samenleving heeft de verwelkoming van nieuw leven arbeidsrechtelijk goed geregeld voor de moeders. Zij krijgen zes weken zwangerschapsverlof en tien weken bevallingsverlof. Als het aan minister Koolmees ligt, krijgt de partner van de moeder, vanaf volgend jaar meer dagen vrij. Dat staat in de Wet Invoering Extra Geboorteverlof. Nu krijgen vaders na de geboorte nog twee dagen verlof, betaald door de werkgever. Dat geboorteverlof wordt vanaf volgend jaar een hele week. Ook kunnen partners in het eerste half jaar na de geboorte van de baby straks nog eens vijf weken extra geboorteverlof krijgen. De verlofmogelijkheden voor partners worden hiermee fors ver-

ruimd, van twee dagen tot maximaal zes weken. 'Als je een kind krijgt, verandert er van de ene op de andere dag van alles. Je zit meteen in het spitsuur van het leven. En dan is het natuurlijk goed om met elkaar extra tijd te krijgen, om te kunnen wennen aan het leven met een baby erbij', aldus Wouter Koolmees.

Sterven

Hoe anders is dit als een mens vertrekt van deze aarde. Als dat op een wat gevorderde leeftijd is, zijn er sowieso al minder mensen die betrokken kunnen zijn. Daarnaast zijn familieverbanden fors veranderd. Kinderen wonen niet meer in de buurt of zelfs maar in het land. En dat is lang niet alles. Tot het midden van de 20e eeuw was de dood een geaccepteerd deel van het leven. De meeste mensen stierven thuis, binnen hun eigen gemeenschap en geloofstraditie. Hoewel de hospicebeweging veel kennis, wijsheid en ervaring heeft voortgebracht over sterven, is het stervensproces als gevolg van de medische vooruitgang in de afgelopen decennia meer en meer gemedicaliseerd. We leven langer, in een

geseculariseerde wereld, en de meesten van ons sterven in een ziekenhuis of instelling.

Sterven en sterfelijkheid zijn daarmee steeds verder van ons af komen te staan. In onze moderne Westerse samenleving zijn het dan ook onderwerpen die het liefst gemeden worden. Veel mensen hebben niet geleerd om te gaan met het gegeven dat sterven onderdeel van het leven is. Discussies die momenteel publiekelijk veel gevoerd worden over zaken als euthanasie, voltooid leven en zelfgekozen levenseinde, bevorderen eerder deze angst dan dat deze minder wordt. Mensen houden emotioneel en fysiek dan ook liever afstand als een stervensproces nabij is. *Ze* zijn verlegen met hoe hieraan aandacht te geven en hoe de ander nabij te zijn. Nu steeds meer mensen in de komende jaren thuis zullen sterven, wordt het hoog tijd sterven daadwerkelijk terug te geven aan de eigen gemeenschap.

De impact van het verlies van een ouder

De wijze waarop onze samenleving omgaat met sterven wordt gereflecteerd in het volkomen ontbreken van een arbeidsrechtelijke regeling. Mensen moeten het afscheid nemen van een dierbare en het begeleiden van diens stervensproces zelf zien in te passen in hun drukke, werkzame leven. Er is geen handreiking vanuit de samenleving. Terwijl de impact van het verlies van een ouder op hoge leeftijd nogal eens wordt onderschat. Het is niet alleen de kindertijd die opnieuw in herinnering komt met alle mooie en minder mooie kanten maar de dood van een ouder maakt ons tevens bewust van onze eigen sterfelijkheid. Terwijl de aandacht vooral naar buiten is gericht met werk, een druk sociaal leven en mogelijk nog de zorg voor opgroeiende kinderen, is aandacht voor het sterven van een dierbare een innerlijk proces. Sterven kan ons noodzaken naar binnen te keren en dat staak haaks op de actieve levensstijl die onze samenleving kenmerkt. Ook in ons arbeidzame leven is het de vraag of de directie of de directe manager meer geïnteresseerd is in terugkeer op de werkvloer dan in aandacht voor wat de werknemer doormaakt. Het ster-

vensproces van een dierbare is niet alleen intens maar ook een kostbaar en wezenlijk proces van ieder mens. Ruimte en aandacht voor dit intensieve proces is een zegen voor zowel de stervende als de naaste. Daarnaast is aandacht voor het proces van sterven van een directe naaste een afspiegeling van de menselijke verhoudingen in onze samenleving.

De samenleving kan concrete steun bieden aan de mens die gaat sterven en aan de naaste in de vorm van het aanbieden van, specifiek gedefinieerd, verlof voor diegene die het meest nabij is voor de stervende. Het gaat hierbij om een wettelijke, betaalde verlofperiode. Verlof is nodig voor steun aan en aandacht voor de stervende die een betekenisvolle plaats inneemt en wiens sterven meer verandert in het leven dan vaak wordt aangenomen. Het is goed om hiervoor extra tijd te krijgen, zoals minister Koolmees dat ook wenst aan het begin van het leven.

Het Landelijk Expertisecentrum Sterven maakt zich sterk voor dit type wettelijk verlof dat momenteel niet in Nederland bestaat. In België bestaat een dergelijke verlofregeling wel onder de naam ‘palliatief verlof’.

Palliatief verlof in België

Palliatief verlof in België is een specifieke vorm van loopbaanonderbreking en biedt de mogelijkheid arbeidsprestaties tijdelijk volledig te schorsen of te verminderen tot de helft of met een vijfde. Het beoogt globale begeleiding van een terminale patiënt zowel op het vlak van het omgaan met de fysieke symptomen en de pijn, psychologische of spirituele ondersteuning, alsook administratieve of familiale bijstand. Palliatief verlof is een recht en kan worden verkregen na overlegging van een attest van de arts voor een periode van maximaal één maand, te verlengen met één of twee maanden. De werknemer ontvangt in deze periode een uitkering van de Rijksdienst voor Arbeidsvoorziening (RVA).

Bron: rva.be

Voordelen voor de werkgever en voor de werknemer

De investering in tijd en geld levert voor de werkgever en werknemer een aantal voordelen op. Duurzame inzetbaarheid van medewerkers is een belangrijk thema voor werkgevers. Onder deze noemer is er onder andere aandacht voor de vitaliteit, gezondheid en betrokkenheid van werknemers. Dit heeft positieve effecten op het werkplezier, de hoogte van het ziekteverzuim en van de arbeidsproductiviteit. Palliatief verlof draagt hieraan bij omdat de werkgever daarmee aan de werknemer ruimte biedt om een stervende dierbare nabij te zijn. Door het verlenen van palliatief verlof neemt de werkgever extra stressfactoren weg op het gebied van werkdruk, financiën of onduidelijkheid over de afwezigheid. De werkgever investeert hiermee in zijn sociale gezicht en daarmee in het brevet van goed werkgeverschap.

Palliatief verlof helpt de werknemer om aandacht te hebben voor de ander die gaat sterven zonder zich druk te hoeven maken over het werk. Ook zorgen over het inkomen zijn er niet omdat het opnemen van palliatief verlof geen effect heeft op de hoogte van het salaris. Palliatief verlof biedt zodoende de gelegenheid om goede herinneringen op te bouwen aan de fase van afscheid nemen. Tot die goede herinneringen behoort ook de ervaren steun door de werkgever. Palliatief verlof draagt op deze manier bij aan het behoud van vitaliteit, gezondheid en betrokkenheid van de werknemer tijdens een intensief proces van afscheid nemen van een dierbare.

Uitgangspunten verlofregeling

De regeling kan verschillende vormen krijgen waarbij wij vooralsnog de uitgangspunten in het Vlaamse model volgen: een werknemer krijgt verlof met behoud van salaris en individueel kan worden overeengekomen om tijdelijk helemaal niet of gedeeltelijk niet te werken. Tijdelijk is dan een periode van één maand welke maximaal twee keer kan worden verlengd.

Naar de visie van het Landelijk Expertisecentrum Sterven zullen werkgever en werkne-

Landelijk Expertisecentrum Sterven

De missie van het Landelijk Expertisecentrum Sterven is het leveren van een bijdrage aan de kwaliteit van leven van iedere stervende door het bevorderen van kennis en wijsheid over sterven en door inzicht te geven in het stervensproces. Het expertisecentrum is er voor iedereen, ongeacht religie of levensbeschouwing. Eén van de taken is in onze samenleving bewustwording te creëren op het belang van het krijgen van tijd en ruimte om menswaardig te sterven.

mer, afhankelijk van de situatie, gezamenlijk zoeken naar het juiste moment en de juiste vorm van het palliatief verlof en daarbij oog hebben voor wederzijdse belangen. Een wettelijke regeling maakt gelijke behandeling van werknemers mogelijk als het gaat om het krijgen van tijd en ruimte bij het bieden van steun aan directe naasten in het proces van sterven. Dit past bij de wil van het Kabinet dat mensen zo lang mogelijk zelfstandig thuis wonen én dat mensen hun werk en zorgtaken beter met elkaar kunnen combineren. Indien werkgevers en werknemers, vooruitlopend op een wettelijke regeling, gezamenlijk al stappen willen zetten in de richting van een CAO of organisatiespecifieke regelingen dan juicht het Landelijk Expertisecentrum Sterven dat ook toe. Zo'n beweging draagt immers bij aan bewustwording binnen organisaties en het zijn eerste stappen richting gelijke behandeling.

Wederzijdse nabijheid in de laatste fase

Het wettelijk geregeld krijgen van 'palliatief verlof' is wellicht een lange weg. Uiteindelijk is dit het einddoel. Maar het lanceren van het concept is op zich al een belangrijke doelstelling die voortvloeit uit de missie van het Landelijk Expertisecentrum Sterven. Door het concept 'palliatief verlof' te lanceren zal een discussie in de samenleving ontstaan: Wat is palliatief verlof? Waarom moet het? En: wie betaalt het? Voor- en tegenstanders zullen aan

het woord komen. Er ontstaat een speelveld, dat het Landelijk Expertisecentrum Sterven de ruimte biedt om haar gedachtegoed – over het belang van tijd en aandacht voor sterven zowel voor de stervende als de nabestaande(n) – over het voetlicht te krijgen. Die bewustwording is het eerste resultaat waar wij, in onze veranderende samenleving, naar streven.

Over de auteur

Ineke Koedam is oud hospicecoördinator. Zij spreekt en schrijft over sterven en is voorzitter van het Landelijk Expertisecentrum Sterven. Van 2009-2011 deed zij namens neuro-psi-chiater Peter Fenwick (UK) onderzoek naar levenseinde-ervaringen. Zij is auteur van onder andere *In het licht van sterven, ervaringen op de grens van leven en dood* en is docent van de Intensive ‘Omgaan met Sterven’ op post-HBO niveau.

GESIGNALEERD

Kruip nooit achter een geranium: Een persoonlijke zoektocht naar een lang en gelukkig leven

Barbara van Beukering. Houten: Uitgeverij het Spectrum. ISBN: 978-90-003-5350-720-8, 2018, 208 pagina's, € 19,99.

Als je vijftig wordt, is je blik opeens gericht naar de andere kant; die van ‘de ouderen’. In de vorige eeuw was dat een spookbeeld. De kinderen waren het huis uit, je man zag je niet meer staan, je had geen baan en geen uitgebreide schare vriendinnen. Niet voor niets raakten vrouwen tijdens de overgang massaal in een midlifecrisis of depressie. Als je nu vijftig wordt, ziet de toekomst er heel anders uit: de zeventigplussers om ons heen staan middenin het leven. Ze genieten met volle teugen van hun vrijheid. Ze zijn verlost van de zorg voor hun kinderen en verlost van bewijsdrift. Ze gebruiken botox, hebben talloze bezigheden, een groot sociaal netwerk, en nemen een nieuwe knie als dat nodig is. De auteur gaat in dit boek op zoek naar de eerste generatie vrouwen die oud wordt zonder het te zijn. Ze houdt zichzelf en haar rolmodellen van de huidige generatie zeventigers een spiegel voor: hoe is de vrouw van boven de vijftig veranderd in de afgelopen honderd jaar? En hoe kun je met die kennis een leuk (én gezond, sociaal, geestig, geliefd, slim en mooi) oud mens worden?

