

## 35 Nooit meer OPA OVERLEDEN

“Hoi mama. Het was vandaag heel leuk op school. Tobias was jarig en hij had iets heel leuks getrakteerd. Kijk maar eens.”

Marly kan niet wachten om te vertellen wat er allemaal gebeurd is op school.

Maar vandaag is het anders dan anders.

Mama loopt haar niet tegemoet in de schuur. Ze hoort haar ook niet zingen.

Ze zit aan de tafel en heeft rode ogen. Ze kijkt heel sip.

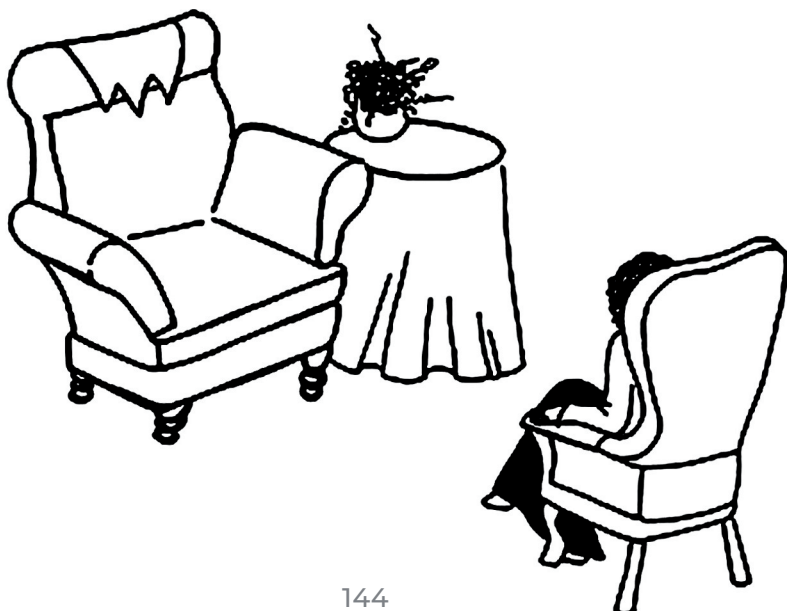
Er staan twee kopjes thee klaar.

“Wat is er, mama? Ben je verdrietig?” vraagt Marly. Ze kruipt snel bij haar op schoot.

Mama knikt.

“Er is vandaag iets verdrietigs gebeurd.”

“Je weet toch dat opa de laatste tijd vaak ziek is?”



Ja, dat weet Marly wel. Mama gaat iedere dag even naar opa en oma toe om te kijken hoe het is. En soms helpt ze met stofzuigen, of ze doet de was. “Vandaag is opa doodgegaan”, vertelt mama. “Nee hoor, mama, dat kan niet. Je heb je vast vergist.” Mama schudt haar hoofd. “Ik heb gisteren nog met hem gespeeld in de tuin. Nee hoor, mama, hij zit gewoon nog in zijn luie stoel de krant te lezen. Gezellig bij oma.” “Als mensen oud zijn, kan het zomaar gebeuren dat ze op een dag doodgaan”, vertelt mama. “Dat kan zomaar ineens.” Dat vindt Marly maar raar. Hoe kun je nou zo ineens doodgaan? Marly weet niet zo goed wat dood is en hoe dat eruit ziet. “We drinken allebei onze thee op”, stelt mama voor. “Dan gaan we samen even naar opa en oma toe.” Marly wil wel graag even naar opa toe. Maar ze weet niet zeker of ze wel iets met hem kan doen. “Dag lieve schatten. Wat fijn dat jullie er zijn”, zegt oma met een verdrietige stem. “Wil je even bij opa kijken?” zegt ze vriendelijk en wijst naar de grote witte deur in de gang. Mama loopt met Marly naar de slaapkamer. Als ze binnenkomen ziet Marly dat opa gewoon in bed ligt. Het lijkt alsof hij slaapt. Heeft iedereen zich dan toch vergist? “Opa! Ik ben er, hoor. Marly. Je mag nu wel weer wakker worden. Dan kunnen we samen gezellig een spelletje doen.” Mama legt een hand op haar schouder. “Lieverd, opa slaapt niet. Opa is echt overleden. Hij wordt niet meer wakker.” “Kan ik dan nooit meer met hem spelen?” Mama schudt verdrietig haar hoofd. “Maar dat wil ik helemaal niet. Doodgaan is stom, mama!” Marly is boos. Ze wil dat opa gewoon wakker wordt en opstaat. Net als altijd. Dat hij een grapje maakt en heel hard begint te lachen. “Je mag opa wel een kusje geven. Of even aaien”, zegt mama.

Marly aait even over opa's hand en over zijn hoofd. Opa heeft hele koude handen. En een koud hoofd. Het voelt wel een beetje raar, vindt Marly. Net of het opa helemaal niet is.

"Als jij vandaag nou een mooie tekening maakt", zegt mama, "dan kunnen we die aan opa meegeven in de kist."

Dat vindt Marly een goed idee. Dan zijn ze toch nog een beetje bij elkaar.

Voordat ze weer naar oma gaan, geeft Marly opa nog een klein kusje op zijn koude hand.

Oma zit in de kamer op haar grote, bruine stoel. Marly geeft oma een dikke knuffel. Nu is ze straks helemaal alleen. Best zielig, vindt Marly.

"Ik kom heel vaak bij je logeren, hoor oma. Dan ben je niet meer zo alleen."

Oma geeft haar een zoen.

"Dat is lief van je, meisje", zegt oma.

Mama geeft oma een zoen. "Ik kom vanavond nog even, hoor", belooft ze.

Thuis begint Marly meteen aan de tekening voor opa.

Ze denkt aan opa. Ze wil zo graag leuke dingen met hem doen.

"Moet je huilen lieverd?" vraagt mama.

"Ik zal opa zo erg missen", snikt Marly.

Mama huilt nu ook. "Ik ook", zegt mama.

Marly en mama zitten heel dicht tegen elkaar aan op de bank. Dat is fijn als je verdrietig bent.

"Zullen we nu weer stoppen met huilen?" zegt Marly na een tijdje.

"Mijn tranen zijn nu op." Mama knikt en lacht een beetje.

"Ik ga met Kim buiten spelen, hoor! Tot straks, lieve mama".



**Meer info en inspiratie:**

[www.grootenklein.nl](http://www.grootenklein.nl)

**Volg ons op:**

[instagram.com/tischa\\_neve](https://www.instagram.com/tischa_neve)

[facebook.com/opvoedcursussen](https://www.facebook.com/opvoedcursussen)

Tischa's tips  
voor ouders

## Tischa's tips voor ouders

- Geef concrete informatie die eerlijk en behapbaar is voor een kind: vertel in het kort wat er gebeurd is en wat er nog gaat gebeuren. Je hoeft een kind niet alle details te vertellen, jonge kinderen hebben aan een korte, versimpelde uitleg voldoende. Beantwoord eventuele vragen eerlijk.
- Door te vertellen wat er nu nog komen gaat en hoe dat eruit gaat zien, krijgt een kind een beetje grip op de situatie. Dat geeft rust.
- Laat kinderen afscheid nemen van mensen die dicht bij ze staan. Voor veel kinderen is het nodig te zien dat iemand echt dood is om dat te begrijpen. Ga eerst zelf kijken en vertel je kind wat hem te wachten staat en hoe het eruitziet. Vertel dat opa heel koud en heel wit is en ook dat er andere mensen komen die verdrietig zullen zijn. Als een kind dit weet, schrikt hij er niet, of in ieder geval minder, van.
- Veel kinderen vinden het fijn om iets te maken om mee te geven in de kist. Een tekening, knutsel, knuffeltje of speeltje. Of laat ze een tekening maken of sticker plakken op de kist.
- Zeg nooit dat iemand ingeslapen is, kinderen kunnen dat verwarren met gewoon slapen en kunnen bang worden om zelf in te slapen.
- Vertel dat doodgaan nooit iemands schuld is!
- Geef je kind mee dat iemand die je lief vindt voor altijd in je hart zit, die is voor altijd vanbinnen bij je. Ook als hij dood is of als je niet aan diegene denkt.
- Vertrouw erop dat kinderen veel aankunnen. Hou ze niet weg van dood en verdriet. Ze leren er juist mee omgaan als we ze meenemen in het proces en kunnen dit doorgaans prima aan. Verdriet is logisch en mag er zijn. Vertel je kind dat huilen helpt en goed is, zo verwerk je iets wat naar en moeilijk is. Wegstoppen helpt niet. Kinderen stoppen vanzelf en gaan dan weer spelen of worden weer even vrolijk. Dat regelt zichzelf, daar zijn het kinderen voor, die kunnen dat.