



Dood, wat is dat?

Doodnormale vragen
van kinderen over de dood

Tekst: Patricia Varwijk-Brandt
Illustraties: Pam Huisintveld en
Maxime Dekkers (13 jaar)

Vraag- en antwoordboekje rondom de dood,
voor kinderen en hun ouders of verzorgers.



Dood,
wat is dat?





Alle mensen die leven op de aarde hebben een lichaam. Met het lichaam kun je zien, horen, praten, voelen, ruiken en bewegen. Het lichaam bestaat uit heel veel dingen zoals spieren, botten, hersenen, cellen en organen.

Het lijkt wel een huis waar heel veel in staat om te kunnen leven. Misschien is dat eigenlijk wel een goede vergelijking, dat het lichaam een huis is waar je op aarde in woont.

De tijd hoelang iemand op aarde woont, weet niemand. De meeste mensen leven lang op aarde en worden dus heel oud. Maar, soms gebeurt het ook wel dat iemand niet zo lang op aarde leeft.



Dat kan als iemand heel ernstig ziek wordt, verongelukt of door iets anders dood gaat. Zoiets is altijd erg verdrietig en meestal begrijpen wij ook niet waarom dat gebeurt. Vaak willen wij weten waarom en vinden wij het antwoord niet. Dat maakt verdrietig en vaak ook boos.

Maar ook als iemand oud is en doodgaat, zijn we daar erg verdrietig om. Eigenlijk willen wij niemand waar we van houden missen. We moeten een manier zien te vinden om met het gemis van die geliefde persoon om te leren gaan.

Dat heeft tijd nodig.
Het gaat de ene dag beter dan de andere.

Stapje voor stapje dit verlies verwerken noemen we rouwverwerking. Dat is het leren omgaan met het gemis van de overleden persoon.

Het begin van de rouwverwerking

Eigenlijk begint het al op het moment dat je te horen krijgt dat een geliefd iemand is dood gegaan. Soms ben je erbij als iemand dood gaat. Het gebeurt ook vaak dat je er niet bij bent.

Je schrikt, kunt het niet geloven, weet niet wat je je erbij voor moet stellen. Misschien ben je verslagen, in de war of, dringt het helemaal niet tot je door.



Dood, wat is dat?

Je kunt het lichaam dus zien als een huis waarin je woont. Als iemand dood is, dan leeft hij niet meer in zijn huis (lichaam) op aarde. Het lichaam kan niet meer zien, praten, ruiken, voelen, horen of bewegen.

Het lichaam (huis) waarin onder andere het hart woont, werkt niet meer. Daardoor kan het hart het bloed niet meer door het lichaam laten stromen.



Het hart is het allerbelangrijkste orgaan van het lichaam. Als iemand dood is dan werkt het hart dus niet meer.

Als we het hart nu eens de verwarming van het huis noemen en stel dat de verwarming het nooit meer doet in het huis. Ja, dan weet je vast wel hoe koud het kan worden in huis.

Zo is het ook met een lichaam dat dood is. Dat wordt ook koud doordat er geen bloed meer doorheen stroomt.

En hoe verder?

Als er iemand dood is gegaan, moet er een dokter komen. Die controleert of het hart niet meer klopt en of de persoon dus echt dood is. Ook wordt er een uitvaartbegeleider gebeld die de familie komt helpen om van alles te regelen.

Hoe ziet het lichaam van iemand die dood is er uit?

We gaan nog even terug naar de vergelijking met een huis. Je hebt vast wel eens een leeg huis gezien. Er staan geen meubels, er is geen kleur, er is geen verwarming aan, het voelt er stil en koud aan. Een dood lichaam lijkt daar wel een beetje op.

Het voelt koud, het beweegt niet, het ziet er stil uit. Het heeft ook een andere kleur, het is bleker. Soms herken je de overleden persoon niet direct. Maar als je wat langer kijkt dan komt de herkenning vaak wel.



Wat als je niet zeker weet of je wel wilt kijken naar diegene die dood is gegaan?

Het is heel belangrijk om te luisteren naar je gevoel. Wil je echt niet? Weet je dat zeker, of vind je het fijner om samen met iemand te gaan kijken? Misschien wil je de eerste dag niet kijken maar een andere dag wel! Of wil je graag dat er een vertrouwd iemand eerst gaat kijken, zodat je kunt vragen hoe de overleden persoon eruit ziet.

Misschien wil je op een afstand kijken, of wil je van dichtbij kijken. Misschien wil je een kus geven, of aanraken, of wil je dit juist niet.

Alles is goed als je er maar de tijd voor neemt om goed te overleggen en te voelen bij jezelf wat je graag wilt.

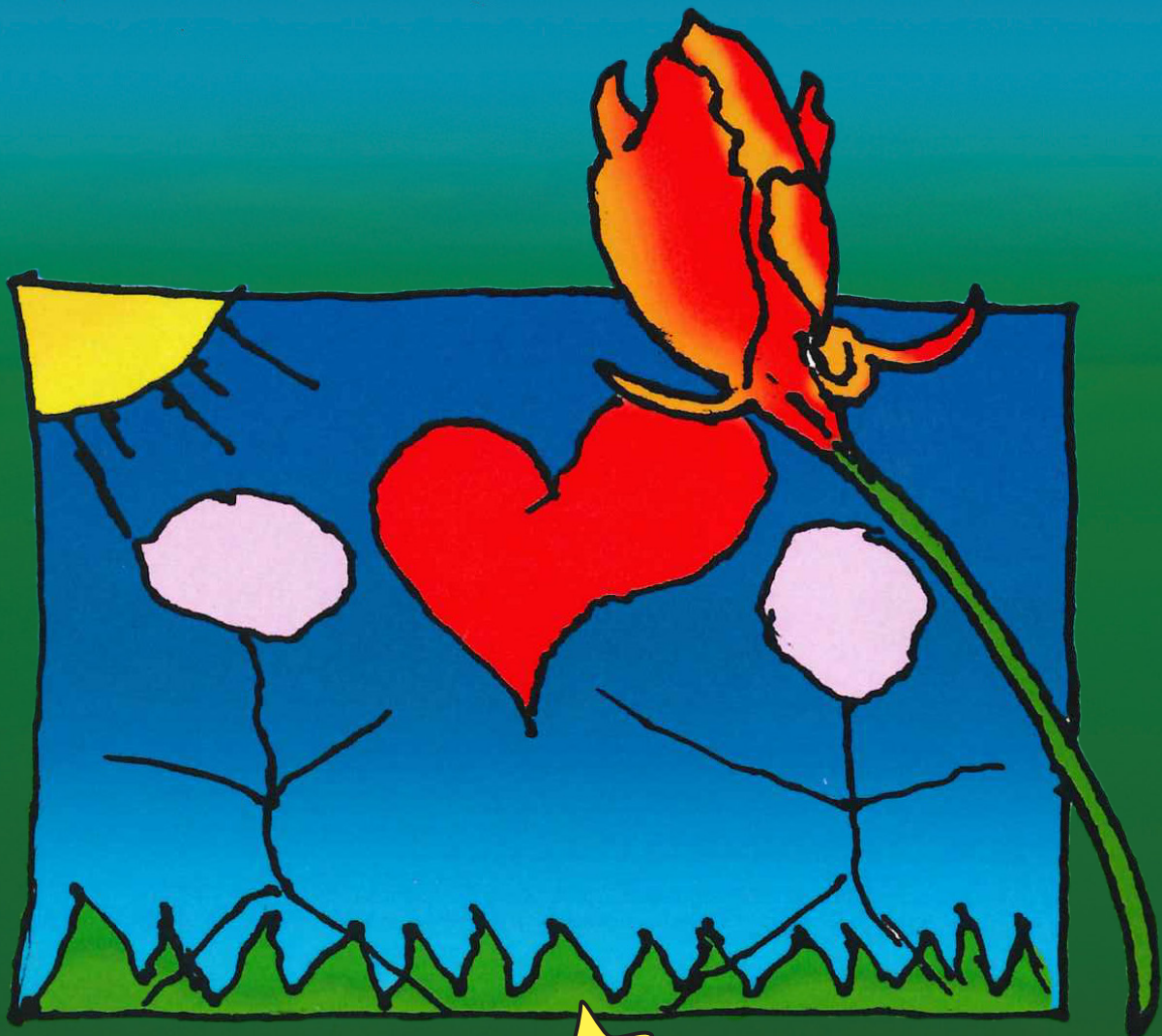
Vraag wat je wilt weten. Niets is raar om te vragen! Bedenk dat je dit afscheid nooit meer over kunt doen. Doe het daarom op de manier die bij jou past!



En wat als je hebt besloten om niet te gaan kijken?

Overleg het met een vertrouwd persoon.
Neem afscheid op je eigen manier.

Maak een eigen plekje met een foto van de geliefde persoon, een bloem, tekening, mooie steen, of wat jij erbij vindt passen. Doe het vooral op jouw manier. Je kunt ook overleggen met de uitvaartbegeleider, die heeft veel ervaring en kan je helpen bij het afscheid nemen.



De uitvaartbegeleider, wie is dat?

Dat is een persoon die de familie komt helpen na het moment van overlijden tot en met de uitvaart. Iedereen is verdrietig en er moet veel geregeld worden in die dagen.

Dan is het fijn dat er iemand is die de familie kan helpen om keuzes te maken.



De uitvaartbegeleider komt overleggen over de kleding die de overleden persoon aan krijgt, de kist, de rouwkaart, bloemen en ook of het een crematie of een begrafenis wordt. Er wordt overlegd of er mensen van de familie zijn die iets willen voorlezen of muziek willen spelen tijdens de uitvaart.

Ze spreken de tijd af van de uitvaart en ze zorgen dat de overleden persoon aangekleed wordt en goed verzorgd in de kist ligt. Vaak helpen enkele familieleden daarbij.

Alles kan in overleg. Ze zijn in die dagen een goede hulp voor de familie. Zo zal de uitvaartbegeleider bijvoorbeeld vragen waar de overleden persoon opgebaard moet worden.

Opbaren is de plek waar de overledene voor de begrafenis of crematie tijdelijk komt te liggen. Dit is meestal in een kist zonder deksel. Zo kan iedereen die afscheid wil nemen de overleden persoon nog zien.

Sommige mensen willen graag dat de overleden persoon thuis wordt opgebaard. Anderen kiezen voor een aula in een uitvaartcentrum.

Wat is een uitvaartcentrum?

Dat is een gebouw waar ruimte is om de overleden persoon tot aan de dag van de uitvaart een plek te bieden. Soms is er één kamer in zo'n uitvaartcentrum, soms zijn er meerdere. Dat hangt af van de grootte van het gebouw. Ook is er in een uitvaartcentrum een ruime koelplek waar de overleden persoon in kan liggen. Dat is beter voor het lichaam.

In het uitvaartcentrum is een aula. Dit is de zaal waar de overleden persoon in de kist ligt en waar familie en bekenden afscheid kunnen nemen. In die aula kan de familie ook gecondoleerd worden door iedereen die met hen meeleeft.



Condoleren, wat is dat?

Condoleren is een woord dat wij gebruiken om ons uit te kunnen drukken naar de familie toe. Laten we het vergelijken met een verjaardag, alleen is dat natuurlijk een vrolijke gebeurtenis. Als wij bij de jarige op visite komen dan zeggen wij gefeliciteerd en geven een zoen of hand. Wij laten daarmee zien dat wij blij zijn voor de jarige.



Als iemand is overleden zeggen wij gecondoleerd en geven ook een zoen of een hand.

Wij laten hiermee zien dat wij het verdrietig vinden voor hen en dat wij met hen meeleven.

Wij wensen de familie veel sterkte toe om met het verdriet om te leren gaan.

De avond voor de uitvaart

Het condoleren kan thuis gebeuren of in de aula.
Vaak is dat de avond voor de uitvaart.
Het kan ook op de dag van de uitvaart zijn.

Mensen die kiezen voor een uitvaart in de kerk hebben vaak de avond voor de uitvaart een avondwake in de kerk. In deze kerkdienst bidden ze voor de overleden persoon.

Vaak vertellen familieleden of vrienden persoonlijke dingen over de overleden persoon, of spelen ze muziek. Zo willen ze samen het afscheid delen van de overleden persoon.

Kerken, moskeeën, synagogen en tempels

Kerken, moskeeën, synagogen en tempels zijn plaatsen waar mensen samenkomen om te bidden en steun te vinden in hun geloof. En mensen vinden ook rust op die plaats.

In deze gebouwen worden ook allerlei rituelen (gebruiken) gedaan die bij dat geloof horen. Rituelen helpen bij het afscheid nemen. Maar er zijn ook mensen die dat niet in de kerk, moskee, synagoge of tempel willen. Die kiezen er dan bijvoorbeeld voor om afscheid te nemen in een crematorium.

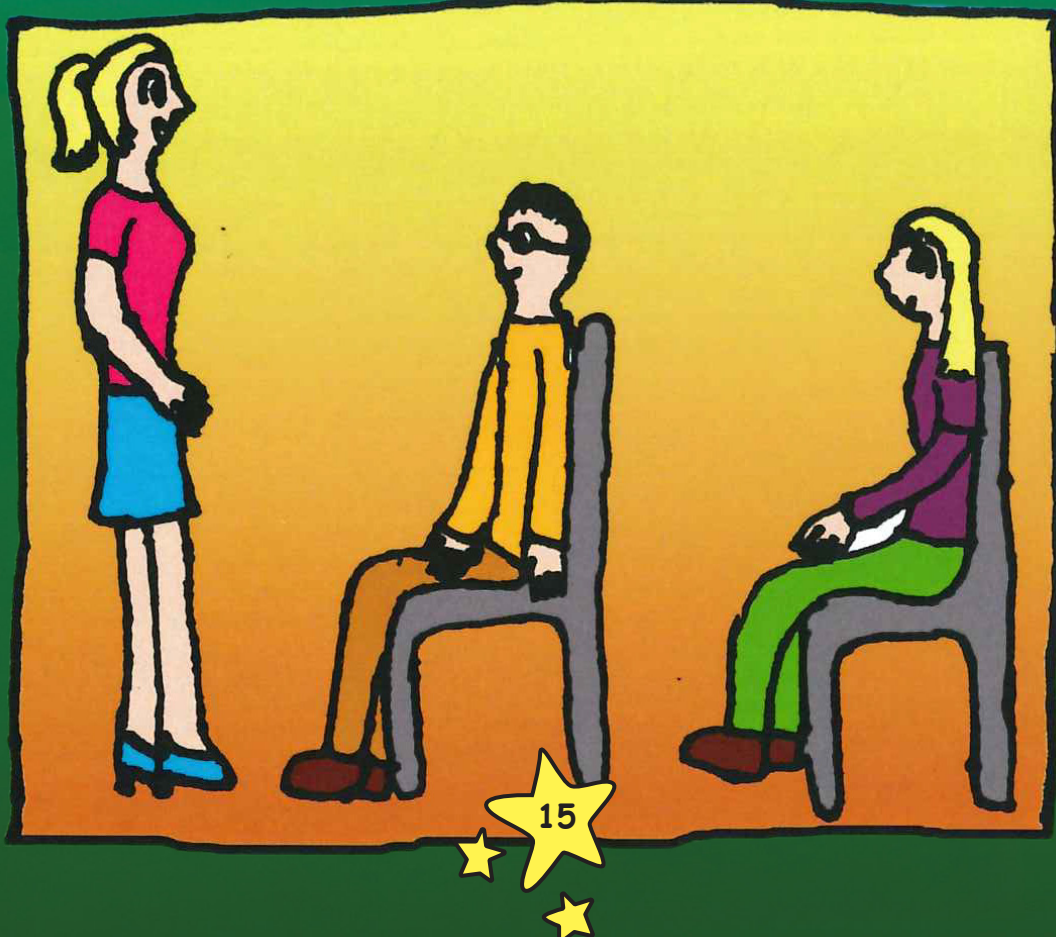


Wat is een crematorium?

Dat is een gebouw waar op de dag van de uitvaart voor het laatst afscheid wordt genomen van de overleden persoon.

Als je binnenkomt, kom je in de ontvangsthal. Daar kan iedereen die uitgenodigd is even wachten, totdat de familie van de overleden persoon en de overledene in de aula van het crematorium zijn. De aula is meestal vrij groot en er staan veel stoelen, zodat mensen tijdens het afscheid kunnen zitten. Vaak zijn er meerdere zalen zodat er ook voor hele kleine families een kleinere zaal is.

Familieleden of vrienden die iets willen zeggen, kunnen dat tijdens het afscheid in het crematorium doen. Dit is al in overleg met de uitvaartbegeleider besproken. Ook wordt er muziek gespeeld. Er wordt afscheid genomen op de manier die past bij de overleden persoon. Aan het einde van de afscheidsviering wordt de overledene gecremeerd.

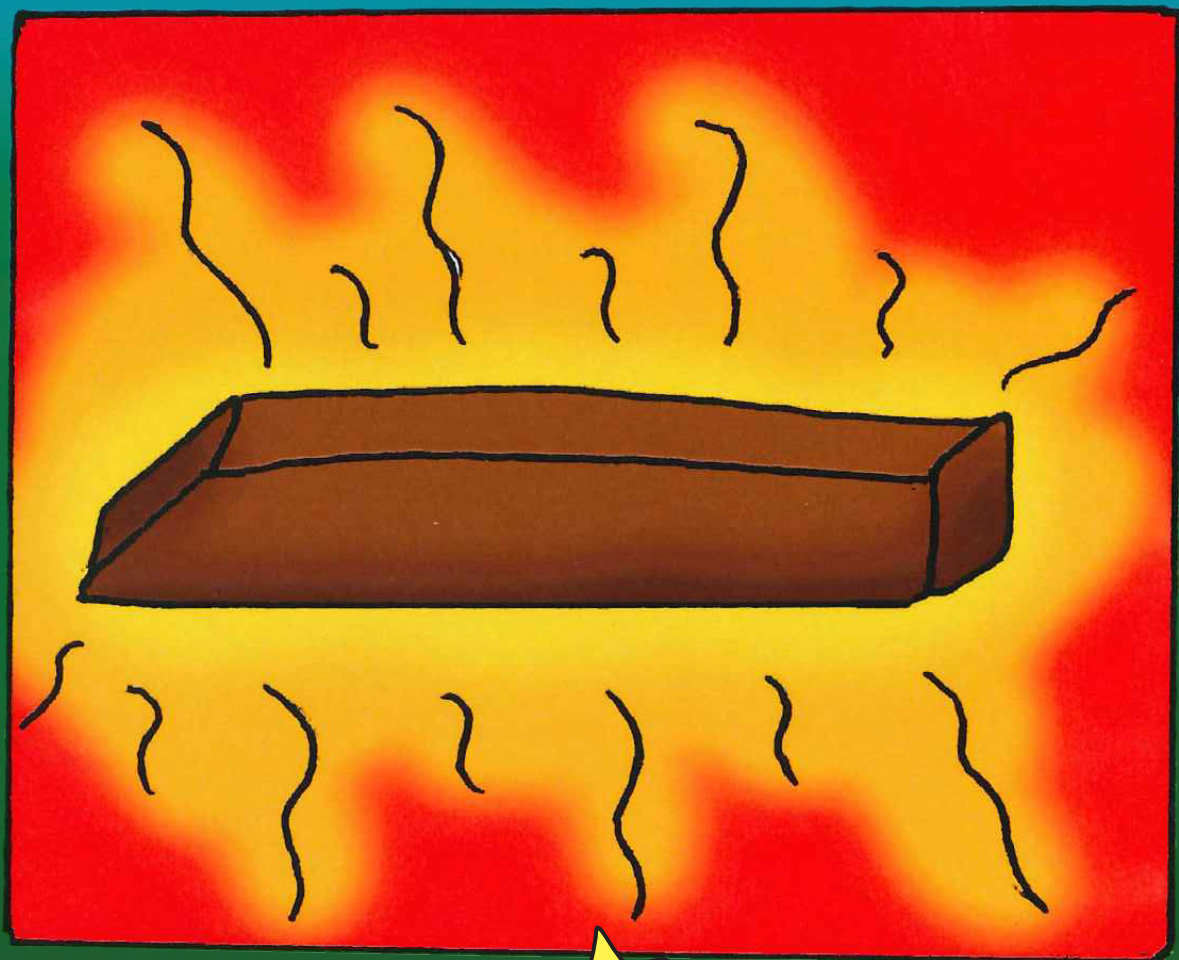


Cremeren, hoe gaat dat?

Het cremeren gebeurt niet in de aula van het crematorium, maar in de ruimte waar de oven staat. Het cremeren van de overleden persoon gebeurt na de afscheidsviering.

Meestal gaan de familie, vrienden en bekenden na de afscheidsviering naar de koffiekamer.

De mogelijkheid bestaat om de overledene te begeleiden naar de oven in het crematorium, als je dat graag zou willen.



'De crematie' wat een moeilijk woord trouwens!
Dat leggen we nog even uit.

Cremeren is de verbranding van het lichaam van de overleden persoon. De crematie vindt dus niet plaats in de aula, maar in een andere ruimte. In deze ruimte staan grote ovens. De ovens zijn zo groot dat de kist met het lichaam erin past.

De oven heeft een hoge temperatuur. Die temperatuur is zo hoog dat de kist met lichaam tot as verbrandt.

Na de verbranding wordt de as in een pot gedaan. Zo'n pot noem je een urn.

Doet dat verbranden geen pijn?

Je weet nu dat het lichaam van iemand die is overleden niet meer kan voelen. Dat is al eerder in het boekje uitgelegd. Dus de overleden persoon kan hier niets meer van voelen.



Wat gebeurt er met de urn?

De urn met as erin kan worden begraven. De as kan ook worden verstrooid. Dat gaat in overleg met de familie.

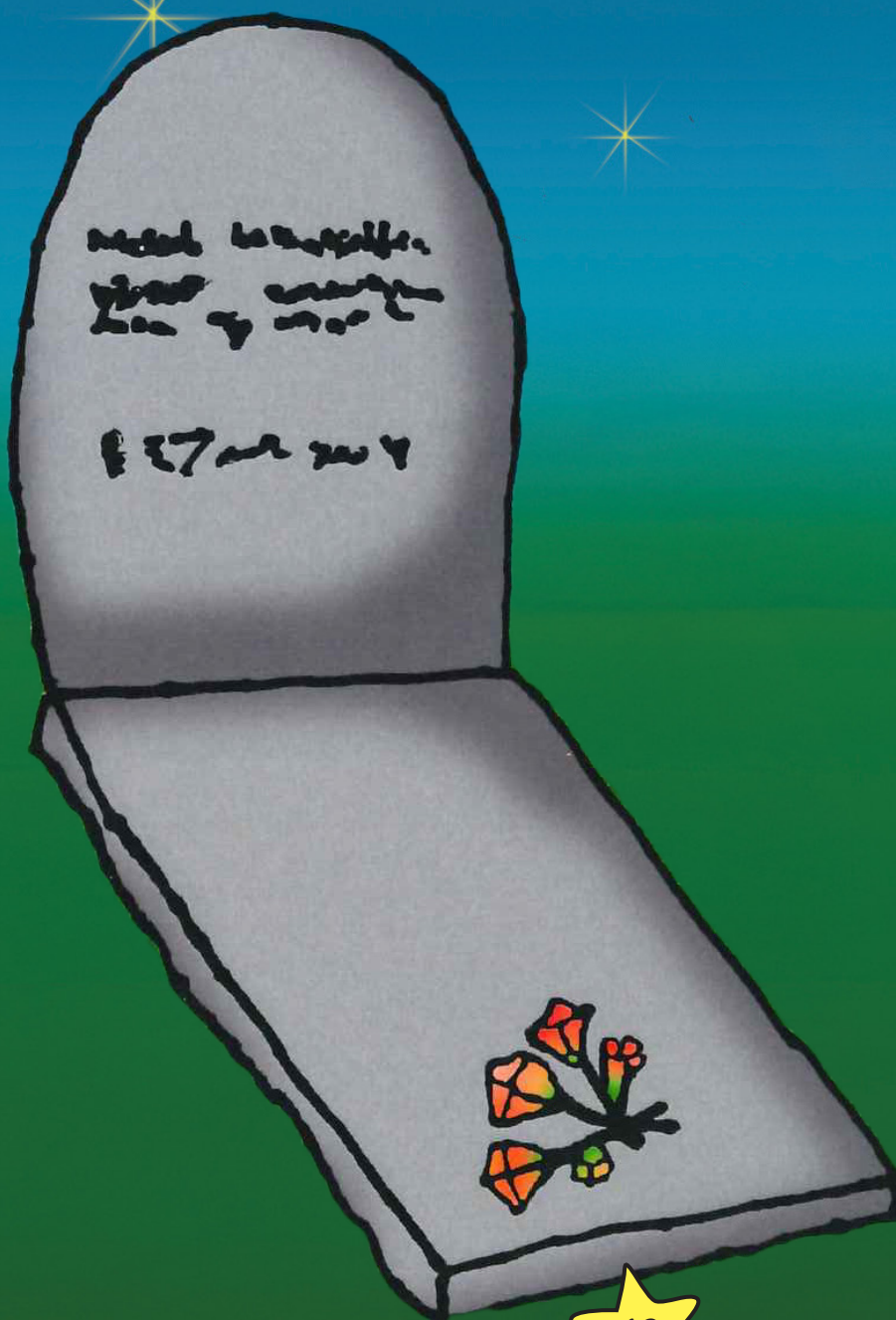
Soms heeft de overledene al aangegeven wat er met de as moet gebeuren. Er zijn mensen die daar al over nagedacht hebben toen ze nog leefden. Als dat niet zo is dan beslist de familie wat er gaat gebeuren.

Het verstrooien kan op verschillende plaatsen. Bij een crematorium zijn daar speciale strooivelden voor, maar er zijn ook andere plaatsen om de urn te begraven of te bewaren. Soms willen mensen de urn bij hen thuis een speciale plek geven. Dat kan ook!



Begraven kan ook, hoe gaat dat?

Om te kunnen worden begraven, moet er een plek zijn waar de kist met het lichaam kan worden begraven. Zo'n plek heet een begraafplaats. Iedereen die daar begraven ligt, heeft een eigen plek met een grafsteen erop. Daarop staan de naam, geboortedatum, datum van overlijden en vaak ook nog een mooie tekst.



Voordat de overledene begraven wordt, moet er eerst een graf gegraven worden. Dat doet de grafdelver. Met een graafmachine graaft hij het zand uit de grond op de plek waar het graf moet komen. Dit doet hij voordat de uitvaart begint.

Dus als de afscheidsviering in een kerk, moskee, synagoge of tempel afgelopen is, is het graf al gegraven. Op het kerkhof wordt de overledene na de viering in de kist naar het graf gebracht. De familie loopt achter de kist en sommigen naast de kist. Daar wordt de kist in het graf gezet en neemt de familie voor de allerlaatste keer afscheid.

Er wordt nog gesproken of gebeden. Vaak leggen mensen een bloem op de kist of, scheppen ze een beetje aarde op de kist. Kinderen laten soms ballonnen op.

Na de begrafenis gaan de meeste mensen soms iets drinken en eten met elkaar.

Ondertussen wordt het graf dichtgemaakt en de bloemen erop gelegd door de grafdelver.

Het graf ziet er dan mooi uit als de familie weer naar de plek wil om daar in gedachten bij de overleden persoon te zijn.

De grafsteen komt er pas vele maanden later op te staan. Die moet immers eerst nog gemaakt worden!



Samen zijn

Als afsluiting van de uitvaart gaan de familie en iedereen die uitgenodigd is gezamenlijk iets drinken en eten. Dat geeft weer een beetje kracht.

Het leven gaat verder en ondanks het verdriet vinden veel mensen het ook fijn om elkaar weer te ontmoeten. Ze praten met elkaar over het leven en halen herinneringen op. Kinderen vinden het vaak fijn om lekker te spelen en te ravotten.

Iedereen heeft behoefte aan ontspanning. Er is in de afgelopen dagen zoveel gebeurd en verdriet geweest en dat geeft veel spanning. Daarom vinden mensen dit moment van samenzijn vaak heel belangrijk. Als iedereen weer naar huis gaat, wordt er afscheid van de familie genomen. De familie wordt dan sterkte voor de komende tijd toegewenst.



Het leven gaat verder

Voor de familie van de overleden persoon breekt nu een moeilijke tijd aan. Het leven gaat door zonder de aanwezigheid van die ander. Dat doet pijn, veel pijn. Een lege plek aan tafel, een leeg bed. Dagelijks zie je nog persoonlijke spullen van de overleden persoon. Je mist het lachen en zelfs de boze buien van die ander.

De eerste tijd denk je nog dat die ander zo weer binnen kan komen, vanuit het werk of school bijvoorbeeld. Het dringt soms nog helemaal niet tot je door en het voelt heel onwerkelijk dat je elkaar niet meer zult zien.

Iedereen heeft veel tijd nodig hiermee om te leren gaan. Praten met elkaar is soms moeilijk en verdriet laten zien ook. Ineens kun je boos worden, terwijl je het helemaal niet zo bedoelt. Op school gaat het misschien niet lekker, je kunt je moeilijker concentreren.

Het kan ook zijn dat je vaker buikpijn of hoofdpijn hebt. Je wilt wel praten met iemand, maar ook weer niet. Iedereen lijkt vrolijk en jij doet vaak alsof, gewoon omdat je bij de groep wilt blijven horen.

Dat is niet raar, dat hoort erbij. Toch is het belangrijk om te praten over wat je voelt. Misschien kan dat met een ouder, broer of zus, vriend(in), of met een leerkracht. Zoek iemand die je vertrouwt en praat over wat je voelt. Dat helpt!

Soms blijf je je toch heel lang naar voelen. Dan kan het helpen om te praten met iemand die veel ervaring heeft met rouwverwerking. Je huisarts kent zulke mensen en kan je eventueel doorverwijzen. Op de computer kun je ook mensen vinden die rouwbegeleiding geven.

Je hoeft er echt nooit alleen mee rond te blijven lopen! Het is nooit raar om hulp te vragen. Ook niet jaren na het overlijden! Soms duurt het verdriet nu eenmaal erg lang. Iedereen heeft zijn eigen tijd nodig om met het gemis van die ander om te leren gaan. Je leert het steeds een beetje beter in je leven.

Het is net als een nieuw huis bouwen, dat gaat steen voor steen en staat ook niet binnen één dag.

Maar als de dag is aangebroken dat het huis klaar is, dan staat het stevig op zijn plek!



Misschien zijn nog niet al je vragen beantwoord. Op deze bladzijde kun je die vragen opschrijven. Er zijn altijd mensen die je verder kunnen helpen om antwoord op die vragen te krijgen. Ook kun je op de computer informatie krijgen over vragen over de dood.

Blank lined paper for writing.



Patricia Varwijk-Brandt

Over de auteur en illustrator van Wollewiet

Wollewiet, het rouwbegeleidingspakket voor kinderen, is ontworpen door Patricia Varwijk-Brandt uit Nederland, geboren in 1958, getrouwd met Roland en moeder van drie zonen: Jorn, Kjell en Kars. In de periode 2007-2009 heeft Patricia het rouwbegeleidingspakket Wollewiet voor kinderen ontworpen. Daarnaast heeft zij, in haar praktijk 'De Regenboogvlinder', rouwbegeleiding gegeven aan kinderen. Daarbij maakte zij gebruik van o.a. bach-bloesemtherapie en tekentherapie. In 2008 is het rouwbegeleidingspakket Wollewiet bekroond door de International Funeral Award in Antwerpen met de tweede prijs voor startende ondernemers.

Hoe is het rouwbegeleidingspakket Wollewiet ontstaan?

Er was een periode in Patricia's leven dat er regelmatig, te vaak, jonge mensen overleden. Toen haar schoonvader overleed, maakte één van haar zonen de opmerking; "Mama, ik weet niet meer of ik verdrietig kan zijn, want eigenlijk zijn er alleen maar jonge mensen doodgegaan." Het overlijden van een klasgenootje van haar middelste zoon had destijds veel impact. Patricia ging op zoek naar tools om hem te helpen tijdens het rouwen en vond in die periode weinig materiaal. Uiteindelijk vond ze een rouwboekje dat ze een periode iedere avond aan hem voorlas. Dat werkte troostend en ze was dan ook blij iets gevonden te hebben. Inmiddels is dat gelukkig anders geworden en zijn er nu veel meer mogelijkheden voor rouwbegeleiding. Het overlijden van het klasgenootje van haar zoontje was voor Patricia mede de reden geweest om voor kinderen begeleidend materiaal te ontwikkelen in de vorm van het rouwbegeleidingspakket Wollewiet.

De vijf onderdelen van het rouwbegeleidingspakket Wollewiet zijn:

1. Het boek "Wollewiet en het afscheid van Pollewol" met het uitgebreide verhaal over verlies en rouw. Dit boek is goed bruikbaar als voorleesboek (voor kinderen vanaf 3 jaar).
2. Het prentenboek "Wollewiet en het afscheid van Pollewol". Een boek waarin het verhaal fors is ingekort en op rijm is gezet, speciaal voor peuters, kleuters en kinderen die zich moeilijk kunnen concentreren. Met mooie illustraties op A3 formaat is het goed bruikbaar als voorleesboek en kijkboek voor een groep.
3. Het rouwverwerkingsboekje "Wollewiet en het afscheid van Pollewol". Het kind verwerkt hiermee het (aankomende) overlijden van een dierbare (voor kinderen vanaf 7 jaar).
4. Het boek "Dood, wat is dat?" met doodnormale vragen van kinderen over de dood. Het is een vraag- en antwoordboek rondom de dood, voor zowel kinderen als ouder/verzorgers.
5. Diverse tips en ideeën voor verwerkingsmateriaal voor kinderen over verlies en rouw.



Dankwoord van Patricia Varwijk-Brandt

Losser (Nederland), april 2024

Consulent Onderwijsondersteuning Zieke Leerlingen Jan Haverkate ontmoette ik op de Ziezonntag in 2008 en hij was direct enthousiast over het rouwbegeleidingspakket Wollewiet. Dat het vele jaren later uiteindelijk tot het onderbrengen bij de organisatie HOPE zou gaan leiden, is voor mij een bekroning op mijn werk. Mijn dank gaat uit naar Jan Haverkate voor de respectvolle manier waarop hij is omgegaan met mijn levenswerk 'Wollewiet'. Ik ben daar ook zeer dankbaar voor en heb mijn rouwbegeleidingspakket Wollewiet met veel liefde geschonken aan deze prachtige organisatie HOPE, zodat het veel breder uitgedragen kan worden. Ik hoop met heel mijn hart dat ieder kind dat in aanraking komt met het verlies van een dierbare, op weg wordt geholpen tijdens het rouwen met behulp van Wollewiet. Dat het kind hierbij ondersteuning mag ervaren in tijden van verdriet en eenzaamheid. Ik wens dat het rouwende kind de kracht en vertrouwen mag hervinden in zichzelf en het leven. En dat uiteindelijk de mooie herinneringen aan hun dierbare het gemis mogen overschaduwen. Een warme, liefdevolle groet van Patricia en speciale dank aan mijn man Roland en onze kinderen en allen die hebben bijgedragen aan het ontwikkelen van Wollewiet.

Hartelijke groeten van Patricia Varwijk-Brandt

Website: www.heart4you-losser.nl
Telefoon: 06-22442404

Dankwoord van HOPE

April 2024

De Hospital Organisation of Pedagogues in Europe (HOPE) heeft in 2021 alle rechten van het hele rouwbegeleidingspakket Wollewiet om niet gekregen van Patricia Varwijk-Brandt (uit Nederland). In ruil daarvoor biedt HOPE het hele rouwbegeleidingspakket Wollewiet gratis aan in het Engels op het openbare gedeelte van de website van HOPE (www.hospitalteachers.eu). Ook de Nederlandse versie van het hele rouwbegeleidingspakket Wollewiet is daar gratis beschikbaar. Tevens biedt HOPE de mogelijkheid om het hele rouwbegeleidingspakket Wollewiet te vertalen in andere talen voor educatieve doeleinden. Dit vertalen van het rouwbegeleidingspakket Wollewiet moet altijd gedaan worden in overleg met het HOPE-bestuur. HOPE is Patricia Varwijk-Brandt erg dankbaar voor het overdragen van alle rechten aan HOPE. Voor HOPE schept dat de verplichting om het rouwbegeleidingspakket Wollewiet zorgvuldig te borgen voor de toekomst, iets wat HOPE graag doet.

Het bestuur van HOPE

Emailadres van HOPE: board@hospitalteachers.eu

