

# OMDAT IK JE ZO MIS

AFSCHEID NEMEN, MISSEN  
EN HERINNEREN

AYSE BOSSE  
ANDREAS KLAMMT



## AAN DE KINDEREN,

Als iemand waar je van houdt, sterft, is dat heel erg verdrietig. Het kan allerlei verschillende gevoelens oproepen: de één is woedend, de ander huilt veel of juist helemaal niet. En weer anderen doen alsof er niets gebeurd is. Je noemt dat rouwen en iedereen rouwt op zijn eigen manier. Bij rouw is alles geoorloofd. Geen enkel gevoel bij rouw is gek. Echt waar! Denk nooit dat het raar is wat je voelt. De gevoelens komen en gaan en veranderen ook. Dat is heel normaal. Alle mensen om je heen zullen begrijpen dat je rouwt. Kinderen en volwassenen over de hele wereld maken het mee. Jij bent niet de enige. Misschien geeft dat je een beetje troost.

Net als dat geen enkel gevoel gek is, bestaan er ook geen rare vragen. Je mag alles vragen. Er zijn altijd mensen met wie je kunt praten: vrienden, een familielid, iemand op school of op de opvang. Er zijn ook mensen die opgeleid zijn om kinderen die rouwen te helpen. Dat noem je een rouwbegeleider. Ik ben ook een rouwbegeleider.

Dit boek is voor jou, om je te helpen. Misschien vind je het fijn om het eerst eens samen met iemand te bekijken die je vertrouwt. Je kunt de vragen en de tekeningen zelf beantwoorden en maken, maar je kunt het ook samen met iemand doen. Neem alle tijd die je nodig hebt. En je hoeft niet alles op volgorde te maken. Misschien heb je helemaal geen zin in bepaalde vragen, blader dan gerust door naar een volgende vraag of opdracht.

Hopelijk helpt dit boek je bij je verdriet en geeft het je steun. De beer in dit boek helpt je daarbij.

Je leven is veranderd. Maar ondanks het gemis en het verdriet kan het leven ook weer fijn en mooi worden. En vergeet niet dat degene die je zo moet missen voor altijd dicht bij jou blijft: in je herinneringen, in je dromen, in je hart.

Voor altijd.

*Ayşe Bosse*



## LIEVE MENSEN,

Wat fijn dat u dit boek gekozen hebt.

*Omdat ik je zo mis* is een boek voor kinderen die rouwen omdat ze een dierbare zijn verloren. Dat kan ook een huisdier zijn, dat een belangrijk deel van de familie uitmaakte.

Als ouder of verzorger is het belangrijk een kind te begeleiden in dit rouwproces, in alle gevoelens die hierbij een rol spelen. Kinderen hebben vaak veel vragen over de dood en het sterven. Wanneer ze hierin alleen gelaten worden, kan hun fantasie met ze op de loop gaan en kunnen ze vreemde en angstaanjagende gedachten krijgen waardoor ze nog meer van slag raken.

Dit boek kan een hulp zijn om aan onbegrijpelijke en moeilijk bespreekbare gevoelens en gedachten woorden en betekenis te geven. Door te praten en te tekenen over verlies en verdriet voelen kinderen zich serieus genomen in hun rouw, wat helpt bij de verwerking.

Kinderen rouwen anders dan volwassenen. Ze rouwen met tussenpozen. Ze nemen af en toe een 'pauze', waarin ze zich gedragen alsof er niets gebeurd is. Hierdoor voorkomen ze dat ze door het verdriet en gemis overspoeld worden. Kinderen hebben deze tussentijd nodig.

Bij rouw is alles geoorloofd. Kinderen mogen, of moeten zelfs, al hun gevoelens kunnen uiten: van woede tot verdriet en zelfs vrolijkheid. Een veilige omgeving, iemand die ze onvoorwaardelijk steunt, is in het rouwproces heel belangrijk. Zoek professionele hulp als u merkt dat het voor u te zwaar of te ingewikkeld wordt. Er bestaan rouwbegeleiders, die speciaal opgeleid zijn om u en uw familie in deze zware tijd te steunen en te begeleiden. De rouwbegeleiders die ik tegengekomen ben, zijn warme, empathische mensen. De meesten hebben ook met verlies en rouw te maken gehad en hebben vanuit deze ervaring besloten om andere mensen hierbij te helpen. Rouwbegeleiding kan één op één, maar ook in groepsverband plaatsvinden, zowel voor volwassenen als voor kinderen.

Rouw hoeft niet alleen maar verlamdend en zwaar te zijn. Ik zou u willen aanmoedigen om er actief mee aan de slag te gaan, met in gedachte dat niemand die sterft zou willen dat zijn geliefden voor altijd treurig zouden zijn.

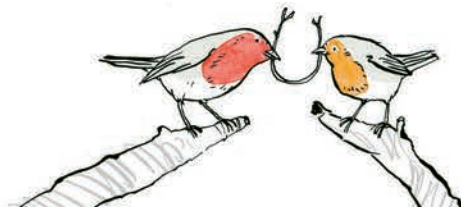
Bekijk samen met uw kind eerst eens rustig dit boek. Het kind zal zelf aangeven wat hem of haar aanspreekt en of hij of zij er alleen of samen mee aan de slag wil.

Ik wens jullie veel openhartige en vertrouwelijke momenten toe.

Samen sta je altijd sterker.

*Alle goeds,*

*Ayşe Bosse*





OMDAT IK JE  
ZO MIS







## ZOMAAR WEG

HET HAD EEN FIJNE DAG KUNNEN ZIJN.  
MAAR HET LIEP ANDERS.  
BEER LIGT OP ZIJN LIEVELINGSPLEKJE.  
HIJ IS VERDRIETIG, OMDAT HIJ IEMAND MIST.  
IEMAND DIE WEG IS. VOOR ALTIJD.  
IEMAND DIE GESTORVEN IS.

HET IS PRACHTIG IN HET BOS. GROEN EN FRIS.  
HET VOORJAAR KOMT ERAAN EN IEDEREEN VERHEUGT ZICH EROP.  
DE BEER ZOU OOK BLIJ WILLEN ZIJN, MAAR HET LUKT HEM NIET.  
ALLES IS ANDERS NU.  
ALLES VOELT VREEMD EN RAAR.

GEWOON WEG, ZOMAAR WEG!  
ALTIJD DICHTBIJ EN NU NIET MEER.  
DAT IS ZO VREEMD EN ZO MOEILIK TE BELOVEN.

BEER VOELT ZICH NAAR.  
HET IS EEN ZWAAR GEVOEL,  
EEN GEVOEL GEVULD MET VERDRIET EN ANGST.  
HET IS ZO GEMEEN, DAT IEMAND DIE JE LIEFHEBT,  
NOOIT MEER TERUGKOMT.



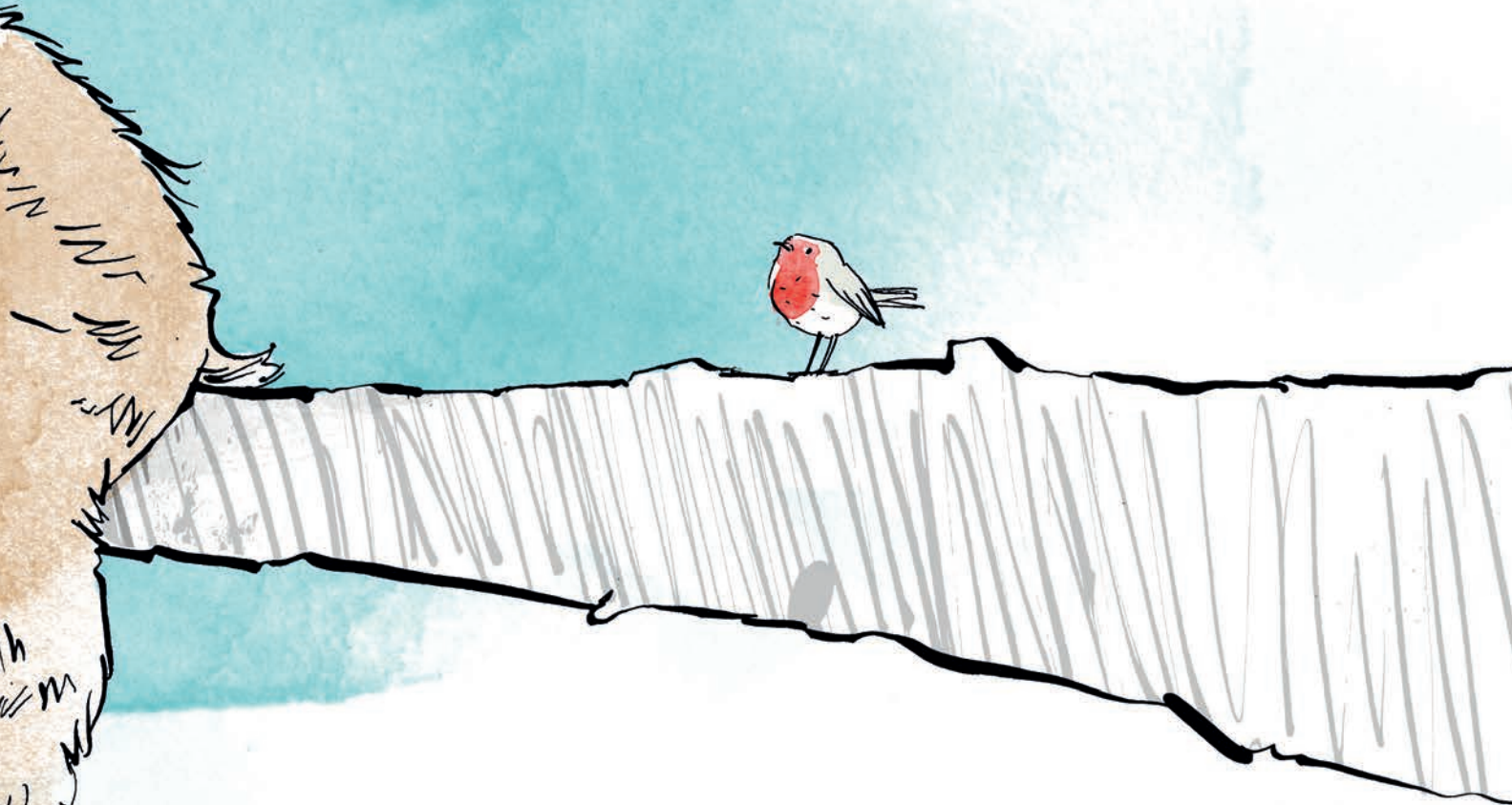
DE BEER LAAT ZIJN DIKKE POTEN  
BUNGELLEN.

HIJ NEURIET EEN DEUNTJE.  
HIJ BROMT ZACHTJES: BROM, BROM, BROM.  
DAT HELPT EEN KLEIN BEETJE.  
HET WORDT VOOR HEEL EVEN IETS LICHTER IN ZIJN KOP.  
DAARBOVEN IN ZIJN LIEVELINGSBOOM.

MAAR HET ZWARE GEVOEL KOMT AL SNEL WEER TERUG.

DE TAKKEN VAN DE OUDE BOOM KRAKEN.  
ALSOF DE BOOM ZICH OOK NIET FIJN VOELT.





NIEMAND HAD AAN BEER GEVRAAGD OF HIJ HET WEL WILDE,  
DAT MET DE DOOD.  
DAT IS ZO GEMEEN, ZO VERSCHRIKKELIJK GEMEEN. DOOD IS ZO ERG!

BEER TILT ZIJN KOP OP. HIJ IS WOEDEND EN HIJ ZOU HET LIEFST  
HEEL HARD WILLEN BRULLEN: WAAROM?  
EN WAAROM BLIJFT NIET IEDEREEN LEVEN? ER IS PLAATS GENOEG!

MAAR HIJ BRULT NIET, HIJ WIL DE ANDEREN NIET AAN HET  
SCHRIKKEN MAKEN.  
HIJ KLIMT UIT DE BOOM.  
EN AL SNEL GAAT DE ZON ONDER.



BEER KIJKT UIT OVER HET DAL.

HIJ ZIET ZIJN VRIENDJES DIE DRUK EN VROLIJK BEZIG ZIJN.

HET IS ZO RAAR DAT ALLES GEWOON DOORGAAT.

DE HELE WERELD GAAT GEWOON VERDER.

ALSOF ER NIETS GEBEURD IS.

MAAR ER IS IEMAND DOODGEGAAN!

MERKT NIEMAND DAT?

BEER WIL DAT ALLES WEER GEWOON IS, ZOALS HET WAS.

MAAR DAT GAAT NIET.

HET WORDT DONKER. DE WIND LAAT DE BLAADJES RITSELEN.

DE BEER ZUCHT EN KRABT AAN ZIJN BUIK.

HIJ HEEFT EEN DIK EN WOLLIG VEL, MAAR HIJ BIBBERT.

HIJ HEEFT HET KOUD, IJSKOUD.

BEER KIJKT NAAR DE FONKELENDE STERREN AAN DE HEMEL.

ZO VEEL STERREN, WAT ZIJN ZE MOOI.

HIJ TREKT ZIJN TRUI OVER ZIJN KOP EN FLUISTERT:

'ZOMAAR WEG. ZOMAAR HELEMAAL WEG. ALTIJD DICHTBIJ

EN NU NIET MEER.

DAT IS ZO GEMEEN EN VERDRIETIG.

IK MIS JE ZO ...'

DE WERELD IS HELEMAAL ANDERS GEWORDEN.

MAAR TOCH ZAL BEER OOK WEER FIJNE EN MOOIE DAGEN HEBBEN.

VAST.