

Marielle Seitz

Briefe, die zum Himmel fliegen

Marielle Seitz

Briefe, die zum Himmel fliegen

Trauerhilfe für Kinder
Ein Familienbuch

Kösel



Inhalt

- 8 **Wo bist du? Du fehlst mir**
- 9 **Mit Kindern ins Gespräch kommen**
- 9 Wie es zu den Bildern kam
- 10 **Liebensbriefe**

- 14 **Ich male dir einen Engel**
- 15 **Ein Bilder-Sachbuch für trauernde Kinder und Erwachsene**
- 15 Zeit, gemeinsam zu trauern

- 20 **Im Himmel hängen Orangen an den Bäumen**
- 21 **Die Kraft der Phantasie**
- 22 Darstellen heißt klarstellen

- 26 **Wenn ich an dich denke, muss ich weinen**
- 27 **Kindertrauer**
- 27 Die heilsame Kraft schöner Erinnerungen
- 29 Jedes Kind hat seine eigene Trauer
- 32 Wie wir Kindern beistehen können

- 42 **Lieber kleiner Vogel ...**
- 43 **Einen Liebensbrief schreiben**
- 44 **Weinen und lachen**

- 46 **Für immer?**
- 47 **Wie Kinder trauern – von Franziska Offermann**
- 50 Trauerreaktionen
- 51 Kinder in der Trauer begleiten

- 56 **Zeit zum Nachdenken**
- 57 **Was Kinder beim Abschied beschäftigt**
- Du warst der beste Opa auf der Welt**
- 57 Wenn die Großeltern sterben



59 **Liebe Katze, ich hoffe, du hast ein gutes Leben gehabt**

59 Trauer um Tiere

66 **Wie ist das so auf dem Friedhof?**

66 Kleine Kinder und Beerdigungen

68 **Vielleicht ist Gott eine Frau?**

68 Gott und Glaube

71 **Nach unserem Umzug war ich sehr traurig**

71 Leid gehört zum Leben

80 **Wir sehen uns sicher wieder**

81 **Glaube, Hoffnung, Liebe**

82 Licht und Schattenseiten des Lebens

83 Kinder brauchen Glaube und Hoffnung

86 Kinder brauchen liebende Beziehungen

90 **Eine Tür zu einem neuen Leben**

91 **Mit Kindern über den Tod philosophieren**

96 Philosophieren mit Kindern

96 Frei und unvoreingenommen denken

98 **Bildteil**

154 **Nachrufen** von Thomas Goppel

156 **Abschied nehmen**

158 **Anhang**

158 Zu Marielle Seitz

159 Bildnachweis

159 Bilderbücher zum Thema Trauer, Tod, Beerdigungen

159 Literatur zum Beitrag von Franziska Offermann

160 Adressen

Wo bist du?
Du fehlst mir



Mit Kindern ins Gespräch kommen

Wie es zu den Bildern kam

Selbst Abschied nehmen zu müssen von lieb gewonnenen Menschen in meiner Familie, kenne ich nur zu gut. Auch die Zeiten der Trauer um den Verlust. Doch gerade die guten gemeinsamen Erfahrungen und Erinnerungen haben mir geholfen, Verlust und Trauer in eine neue Dimension zu wandeln.

Auch die Sorge um die eigene Gesundheit und das eigene Leben war ein Thema, das mich in Zeiten des Krankseins beschäftigt hat. Da wünscht man sich nichts mehr, als zu gesunden und mit der alten Energie wieder am Leben teilzunehmen.

Kranksein heißt, genau das nicht zu können und auf sich und den eigenen Fieberkopf, Schmerzen und oft auch Ungeduld reduziert zu sein. Das war es, das mir während einer schweren Grippeinfektion zu schaffen machte. Alles, was ich sonst gerne tue, war nicht möglich. Nur Ruhe und Bettwärme halfen. Alle Ablenkung – und genau das wünschte ich mir im Grunde genommen – war hinderlich, um gesund zu werden. Nach Wochen und mehreren Rückfällen und neuen Fieberschüben akzeptierte ich den ungewohnten schwachen Zustand und blieb einfach im Bett liegen. Ich tat nichts, außer Tee zu trinken, zu schlafen, zu träumen, mich an gute Zeiten zu erinnern und mir in der Phantasie wieder gute Zeiten zu wünschen.

Die einzige Ablenkung und gleichzeitig eine Anregung war der Blick durch ein Sprossenfenster unter dem Dach in den grauen, kalten Winterhimmel. Dieses Gaubenfenster war meistens durch Kondenswasser beschlagen und dadurch milchigweiß, ja fast undurchsichtig. Wie durch Zauberhand änderte sich das jedoch ständig. Ich sah Schneebäume an den Fenstern, und wenn einmal tagsüber die Sonne herauskam, dann schmolzen diese Eiskristalle, und es liefen Kondenswasserstreifen wie Tränen



über die Glasscheiben. Manchmal sah ich ein paar Schneeflocken vor dem Fenster am kalten Winterhimmel tanzen, einige Male riss die dicke Wolkendecke auf, und dann entdeckte ich einen klitzekleinen Fleck blauen Himmels und freute mich darüber. Doch meistens war es draußen trüb und nasskalt. Es war ein schlimmer Winter, mit wenig Sonne und wochenlangen grauen Tagen. Einfach grauenhaft. Nicht nur für mich, sondern auch für die Menschen, die nicht krank waren.

Die Lichtarmut dieser Tage tat seine Wirkung. Wirkung hatte für mich aber auch die viele Zeit, die mir plötzlich zur Verfügung stand. Unfähig, meinen vielen Aufgaben und Interessen nachzugehen und mein Leben aktiv zu gestalten, blieb mir plötzlich nur noch dieses Fenster. Und darin die Bilder, die ich mehr und mehr entdeckte und die ich in meiner Phantasie mit Leben füllte. Es waren schöne Bilder, und ich erlebte die Farbigkeit von Weiß. Es gab tausend Schattierungen, und es entstanden immer wieder neue Gestaltungen. Es waren lebendige Bildkräfte am Werk. Durch Kälte, Wärme, Wind, Dunkelheit und Licht entstanden sich ständig verändernde Bilder ganz in Weiß und Weiß.

Liebensbriefe

Ich hatte Zeit. Zeit, mir etwas Neues auszudenken. Das Neue war, dass ich dann, wenn ich wieder »im Leben« und in meinem Atelier war, mit vielen Kindern eine Ausstellung auf einem Friedhof zum Thema Tod machen wollte.

Die Bilder sollten Weiß in Weiß gezeichnet und gemalt werden, und die Briefe der Kinder sollten die Energie des Lebens aufnehmen. Und das im November, wo sich die warmen Tage allmählich verabschieden und es später am Morgen hell und früher am Abend dunkel wird. Mit diesen Briefen wollte ich eine lichte, helle und freundliche Ästhetik in die sonst so dunkle Friedhofskultur bringen.





Marielle Seitz

Briefe, die zum Himmel fliegen

Trauerhilfe für Kinder
Ein Familienbuch

Gebundenes Buch, Pappband, 160 Seiten, 21,0 x 26,0 cm
ISBN: 978-3-466-37159-4

Kösel

Erscheinungstermin: Oktober 2016

Wenn Kinder dem Tod begegnen, fehlen ihnen häufig Worte, um über ihre Gefühle sprechen zu können. Mit der hier vorgestellten neuen Praxis finden Kinder einen Weg, ihre Fragen, Phantasien und Ängste zu verbalisieren und sich darüber in der Familie auszutauschen. Die von Kindern gemalten und geschriebenen Bilder spenden Trost und sind anregend für den Umgang mit Trauer. Das Buch basiert auf dem Kunstprojekt „L(i)ebensbriefe“. Die von den Kindern gestalteten Briefe werden luftig aufgehängt präsentiert und bringen die Besucher der Ausstellungen ins Gespräch über Tod und Trauer. Sie vermitteln Trost und trotz des eigentlich traurigen Themas, gibt viele heitere Momente.

 [Der Titel im Katalog](#)