

## futureCONCEPTS

PR & Öffentlichkeitsarbeit  
Christa Jäger-Schrödl & Kollegen  
Vogelbuck 11 • 91601 Dombühl



### Ansprechpartner für die Medien:

Autorin Betina Knoch • Tel. 0176 - 45 98 08 15  
Closweg 4 • 67346 Speyer • [kontakt@betinaknoch.de](mailto:kontakt@betinaknoch.de)  
**Christa Jäger-Schrödl • Mobil 0171 – 501 84 38**  
[www.futureconcepts.de](http://www.futureconcepts.de) • [info@futureconcepts.de](mailto:info@futureconcepts.de)

Medien: alle  
Ressort: Kunst & Kultur, Bücher, Unterhaltung, Familie  
Datum: 22.05.2019  
Zeichen (ohne Leerzeichen): 5.296

# PRESSEINFORMATION

## 1 Interview mit der Autorin

### 2 **Ein Buch, das berührt und therapiert?**

3 „Mein Freund Xaverl und ich“ ist ein ganz besonderes  
4 Bilderbuch für Groß und Klein. Es nimmt Trauernde an der  
5 Hand und hilft die Trauer zuzulassen, zu erleben und zu  
6 bejahen. Wir sprachen mit der Autorin und Malerin  
7 Betina Knoch über die besondere therapeutische Wirkung  
8 ihres Buches und seiner Illustrationen.

9

10 Betina Knoch arbeitete viele Jahre als Lehrerin in Schulen für  
11 Kinder und Jugendliche mit besonderem Förderungsbedarf.  
12 Heute widmet sie sich ausschließlich dem Schreiben und Malen.  
13 Wir besuchten sie in Ihrem Haus in Speyer und befragten sie zu  
14 ihrem neuesten E-Book.

### 15 **Wie kommt man auf die Idee, ein Buch über Tod und Trauer zu 16 schreiben?**

17 Betina Knoch: „Mit dem Tod eines Menschen verändert sich die  
18 Welt der Hinterbliebenen auf einen Schlag. Diese schmerzliche  
19 Erfahrung habe auch ich machen müssen. Der Tod meines  
20 Mannes, die Pflege meiner Eltern und die Begleitung meines  
21 Vaters bis zum Grab, haben mich das Thema Trauer sehr genau  
22 betrachten lassen. In all meiner Verzweiflung, Verwirrung und

23 Traurigkeit allein zurückgelassen zu sein, war ich auf der Suche  
24 nach dem Sinn. Die Phasen der Verarbeitung des Verlustes eines  
25 geliebten Menschen konnte ich an mir selbst beobachten – eine  
26 Situation, die sehr schwer für mich war und schwer für jeden ist.  
27 Die seelische Erschütterung des Verlustes brachte mich also zum  
28 Malen und Schreiben. Mit Pastellkreiden suchte ich nach Ruhe  
29 und Heilung. Ich begann den Trauerprozess genau zu analysieren  
30 und meine Illustrationen zeigten die einzelnen Trauerphasen  
31 sehr deutlich. Das und meine beruflichen Erfahrungen mit dem  
32 Lesen und Vorlesen von Bilderbüchern brachten mich auf die  
33 Idee, ein Bilderbuch zur Trauerbewältigung herauszubringen.  
34 Mit der Geschichte ‚Mein Freund Xaverl und ich‘ geht es mir  
35 darum, Betroffene zu ermutigen, ihre persönliche Trauer  
36 zuzulassen und als natürlichen Prozess bejahend anzunehmen,  
37 eigene Gefühle kennenzulernen und zu akzeptieren.“

#### 38 **Was für eine Geschichte erzählt das Buch?**

39 Betina Knoch: „‚Mein Freund Xaverl und ich‘ erzählt von der  
40 Freundschaft eines Mädchens mit dem Jungen Xaverl, der für  
41 seinen Hund Panja die Verantwortung trägt. Eine herzliche  
42 Freundschaft zu dritt. Als sich die unausweichliche Trennung von  
43 Xaverl ankündigt und er gehen muss, folgen für das Mädchen  
44 mit dem anvertrauten Hund, Trauer und Neuorientierung für das  
45 weitere Leben. Der Tod wird nicht erwähnt. Neben dem Motiv  
46 des endgültigen Abschieds sind die Freundschaft zwischen zwei  
47 Menschen, die Freude an der Natur und die Verantwortung für  
48 Mitgeschöpfe weitere Aspekte meines Buches.

#### 49 **Wie kann ein Buch in der Trauerbewältigung helfen, was soll es 50 bewirken?**

51 Betina Knoch: „Wenn man einen geliebten Menschen verliert,  
52 will man den Verlust erst einmal nicht wahrhaben und begibt  
53 sich auf eine sinnlose Suche. Viele können nicht mehr essen,  
54 andere ziehen sich total zurück in sich. Irgendwann bekommt  
55 man dann eine Wut darüber, dass man verlassen wurde. Doch  
56 das Leben um den Trauernden herum geht weiter, als sei nichts  
57 geschehen. In dieser Lebenssituation regen meine Illustrationen  
58 an, sich ein Bild zum eigenen inneren und äußeren Geschehen  
59 selbst bildnerisch zu beschreiben - gleich einer Therapie. Die  
60 Folgen der Verarbeitungsprozesse werden bewusster und lassen  
61 den Trauernden zu innerer Ruhe, zu neuem Lebendmut

62 zurückfinden. Im Buch heißt es: ‚Dort, wo er jetzt wohnt, ist es  
63 wunderschön und irgendwann werden wir uns wiedersehen.  
64 Ganz sicher.‘ Die Lektüre macht dem Betroffenen nach und nach  
65 klar, dass er nicht alleine ist mit seinem Schmerz und seiner  
66 Trauer. Viele teilen diesen Schicksalsschlag - eine Erkenntnis, die  
67 verbindet.“

#### 68 **Haben religiöse Einflüsse ihr Buch mitbestimmt?**

69 Betina Knoch: „Das möchte ich verneinen. Ich habe versucht das  
70 Thema Trauer ganz universell aufzugreifen. Für viele Menschen  
71 ist das, was wir den Tod nennen, nicht das Ende. Christen,  
72 Muslime, Juden, Hindus und auch Buddhisten, gehen teilweise  
73 sehr verschieden mit dem Sterben und der damit verbundenen  
74 Trauer um. Dabei zeigen uns die Religionen, dass Gemeinschaft  
75 Trost spendet und Rituale über den ersten Schmerz helfen. Doch  
76 die eigentliche Trauerbewältigung, die seelische Verarbeitung,  
77 ist unabhängig von Weltanschauung und Religion. In meinem  
78 Buch geht es darum, Betroffene zu ermutigen, ihre Trauer  
79 zuzulassen, diese als natürlichen Prozess bejahend anzunehmen,  
80 eigene Gefühle kennenzulernen und zu akzeptieren. Es braucht  
81 keine besondere Glaubensart, die Geschichte lässt dem  
82 Trauernden seine individuelle, persönliche Erlebnisweise.“

#### 83 **Wo findet das Buch besonderen Anklang?**

84 Betina Knoch: „Therapeuten, Hospizvereine und viele Menschen,  
85 die das Sterben begleiten, haben die Wirkung von ‚Mein Freund  
86 Xaverl und ich‘ längst erkannt und setzen es für die Trauerareit  
87 ein. Auch in einigen Kindergärten kam es zur Veranschaulichung  
88 der Themen Tod, Abschied und Trauer gerne zum Einsatz. Ich  
89 möchte, dass mein Buch allen Trauernden eine Stütze ist.  
90 Deshalb gibt es jetzt ‚Mein Freund Xaverl und ich‘ auch als  
91 preisgünstiges E-Book.“

92 Wir bedanken und für das aufschlussreiche Gespräch.

93 Infos und Leseproben gibt es hier: <http://www.betinaknoch.de/>  
94 und das E-Book ist im gängigen Onlinehandel zu bekommen, wie  
95 zum Beispiel unter:

96 <https://www.thalia.de/shop/home/artikeldetails/ID143485432.html>

97 \* Der Abdruck ist frei. Wir bitten um ein Belegexemplar.

### **Kundenstimmen**

Die Mitarbeiterin eines Hospizvereins: „Mein Exemplar von ‚Mein Freund Xaverl und ich‘ ist ständig ‚auf Reisen‘. Auch die Kollegen haben sich begeistern lassen und arbeiten mit dem Büchlein. Nun brauche ich dringend Nachschub. Es ist nach wie vor berührend und hilfreich für jedes Alter. Danke!“

„Eine liebe Freundin hat mir das Bilderbuch ‚Mein Freund Xaverl und ich‘ mitgebracht. Anfangs schenkte ich dem Buch keine große Aufmerksamkeit. Doch in einer tränenreichen Stunde nahm ich es zu Hand. Die kleine Geschichte zog mich in ihren Bann und auch jetzt greife ich immer wieder nach dem Buch. Die Bilder berühren mich besonders. Durch sie ist es mir möglich, die Trauer zuzulassen.“

„Nach der Lektüre von ‚Mein Freund Xaverl und ich‘, sah ich meine Wut in der Trauer plötzlich in einem ganz anderen Licht. Ich konnte auf einmal dieses verwirrende Gefühl zulassen. Nie hätte ich gedacht, dass auch Wut zu Trauer gehört, dass andere Trauernde ebenso empfinden. Ich kann das Buch nur empfehlen, es war mir eine echte Hilfe.“

### **Die Autorin und Malerin**

Betina Knoch arbeitete als Lehrerin in Schulen für Kinder und Jugendliche mit besonderem Förderungsbedarf. Heute widmet sie sich ausschließlich dem Schreiben und Malen.

Der Tod Ihres Mannes, die Pflege der Eltern und die Begleitung des Vaters bis zum Grab, ließen sie das Thema Trauer genauer betrachten. Die Phasen der Verarbeitung des Verlustes eines geliebten Menschen waren schwer für sie und sind schwer für jeden. Betina Knoch analysierte den Trauerprozess und entwickelte eine bildreiche Geschichte dazu, um Menschen zu helfen. Das Buch „Mein Freund Xaverl und ich“ reicht den Trauernden die Hand.

Ihre kunstfertige Malerei begann ursprünglich als Hilfe zur Selbsthilfe. Heute ist die zarte Sprache ihrer Werke vielen ans Herz gewachsen und ihre Kunstdrucke erfreuen sich großer Beliebtheit.

Lizenzen zur Reproduktion einzelner Gemälde können direkt bei Betina Knoch erworben werden. [www.betinaknoch.de](http://www.betinaknoch.de)