

Fachmodul Totenfürsorge – Notizen zur Einheit 2

25. November 2023 – Hausaufbahrung und Abholung

Hausaufbahrungen

Umriss

Aufbahrungen definieren wir als ein Setting, in dem Trauernde sich noch einmal bewusst und im eigenen Tempo dem Körper ihrer Verstorbenen nähern und mit ihm umgehen können, um so, als Teil ihres Trauerprozesses, ein Stück weit Abschied von der verstorbenen Person zu nehmen.

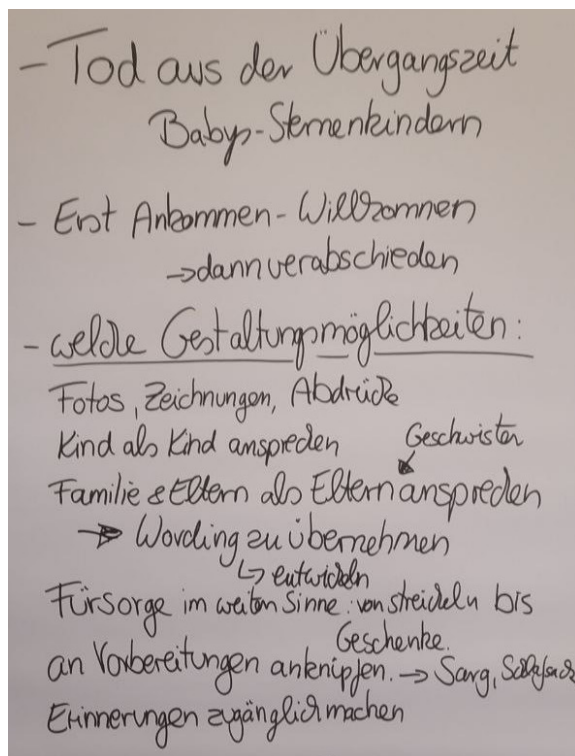
Dies können, nach einem Suizid oder Unfall, die fünf Minuten am Sterbeort sein, welche die Zugehörigen noch für sich bekommen, wenn die Spurensicherung fertig ist und bevor der tote Körper von der Polizei beschlagnahmt und mitgenommen wird. Oder eben viele Stunden oder Tage bei Hausaufbahrungen.

Sterbe- bzw. Aufbahrungsorte der Häuslichkeit sind Wohnorte sowie Pflegeeinrichtungen und Hospize. Für unsere Perspektive kommt es darauf an, dass die Umgebungen den Zugehörigen vertraut sind und wir als Bestattende finden uns ein – im Unterschied zu Aufbahrungen in den Räumen von Bestattenden, mit denen wir uns in den Einheiten 3 und 4 intensiver beschäftigen werden. Hausaufbahrungen können also in privaten Wohnungen oder Häusern stattfinden, manchmal auch in Hospizen und Pflegewohnrichtungen.

Was passiert im Trauerprozess?

Eine Hausaufbahrung hat für den Trauerprozess viel Potenzial, sie kann helfen

- den Tod im eigenen Tempo zu begreifen
- Gefühle in vertrauter Häuslichkeit wahrzunehmen und diesen Zeit und Raum geben zu können
- die neue Phase, das Abschiednehmen selbstwirksam gestalten zu können, ins Tun kommen
- Räume anpassen, ins eigene Annehmen kommen
- Verbundenheit, neue Erfahrungen mit den Verstorbenen machen, gemeinsame schöne Erlebnisse im Tod erleben.



und langsam für den nächsten Schritt, die Verabschiedung und später die Abholung vorbereitet werden.

Dies kann mit einer beginnenden Kokonwicklung passieren, oder einfach nur einem Zudecken mit dünner Decke. Das **Anpassen des Raumes** spielt hier auch eine Rolle. Die Verstorbenen sollen auf Raumtemperatur kühlen, um das ungehindert zu ermöglichen, müssen alle wärmenden Decken weg und die Heizung runtergedreht werden. Die Fenster zu öffnen hilft auch, auf vielen Ebenen die neue Phase hereinzulassen. Medikamente und medizinisches Material können nun weggeräumt werden und Gegenständen der Verabschiedung, wie Kerzen, Blumen, Bildern, Erinnerungssymbolen weichen.

Für viele Menschen ist es hilfreich, den Raum anders zu gestalten, um deutlich sichtbar zu machen: Hier ist etwas Wichtiges geschehen! Die Gestaltung des äußeren Rahmens prägt die Erfahrung der ersten Stunden und ist für viele Trauernde eine wichtige und symbolträchtige Handlung. Aber es gibt noch viele weitere Momente der Gestaltung dieses Moments. Wie liegt mein verstorbener Mensch? Auf dem Rücken mit gefalteten Händen? Einkuschelt oder so wie er gestorben ist? Welche Gegenstände oder Bilder sind bei ihm? Gibt es Sitzgelegenheiten? Brennt eine Kerze oder gibt es etwas Anderes, das einen bestimmten Duft verbreitet?

Abgesehen vom Totenschein, welcher unmittelbar nach dem Tod von einer ärztlichen Instanz auszustellen ist, könnte der **Papierkram** bis auf die Vollmacht, welche für die Abholung wichtig ist, erstmal warten. Trotzdem ist es nicht verkehrt, den Bestattungsauftrag, die Preisliste und Flyer mit hilfreichen Informationen dabei zu haben. Somit kannst du den jeweiligen Bedürfnissen begegnen. **Prioritäten-Vorschläge** zu machen kann unterstützend wirken, um dem weiteren Verlauf Struktur zu geben und möglichst klar und transparent **weitere Schritte**, wie den nächsten Besuch, ein Telefonat oder die kommende Abholung zu besprechen.

Methode: Wie begleite ich Hausaufbahrungen?

Zentral in der Begleitungsarbeit generell – vor allem auch bei Hausaufbahrungen – ist **bonding**. Dieses setzt sich aus unzähligen kleinen sozialen Zwischenschritten zusammen, einzelne davon sind u.a. gegenseitiges Vertrauen aufzubauen. Eine innere Haltung von Freundlichkeit, Offenheit, Interesse an den Menschen zu zeigen, aktives Zuhören und alle uns zur Verfügung stehenden Antennen zu aktivieren, um ein Gefühl für die Situation und die anwesenden Personen zu bekommen. Bonding passiert auch stark über gemeinsames Erleben. Bei so einzigartigen Momenten wie Hausaufbahrungen oder einer Abholung dabei sein zu dürfen, ist ein besonderes Geschenk.

Um **Übergänge gemeinsam zu gestalten** braucht es **Vorschläge und Informationen**. Sollten Zugehörige keine Vorstellungen von einer Hausaufbahrung haben, kann dies schon vorab besprochen werden oder vor Ort gemeinsam erarbeitet werden. **Selbstwirksamkeit** wirkt meist stabilisierend. Es gilt sich währenddessen immer wieder zu fragen, was ich als Bestattende anbieten kann, um **Stabilisierung** in das Geschehen zu bringen. Das **Zeitgefühl** kann bei einer Hausaufbahrung schon mal aus dem Gleichgewicht geraten, manchmal wirkt es, als wären alle in einer Zeitblase, die nach einem anderen Uhrwerk tickt. **Prozessorientiert Prioritäten setzen** – um einerseits den Zeitdruck rauszunehmen, aber andererseits auch um eine realistische zeitliche Struktur zu geben – kann unterschiedlich aussehen. Manchmal bedeutet es, zu verlangsamen, manchmal hilft es, eine Hausaufbahrung in kleineren Etappen zu denken, manchmal ist es gut, Organisationsgespräche für die folgende Trauerfeier zu stoppen, um wieder im Hier und Jetzt anzukommen.

Auswirkungen auf Bestattende

Wie organisiere ich mich? Was brauche ich damit ich gut arbeiten kann?

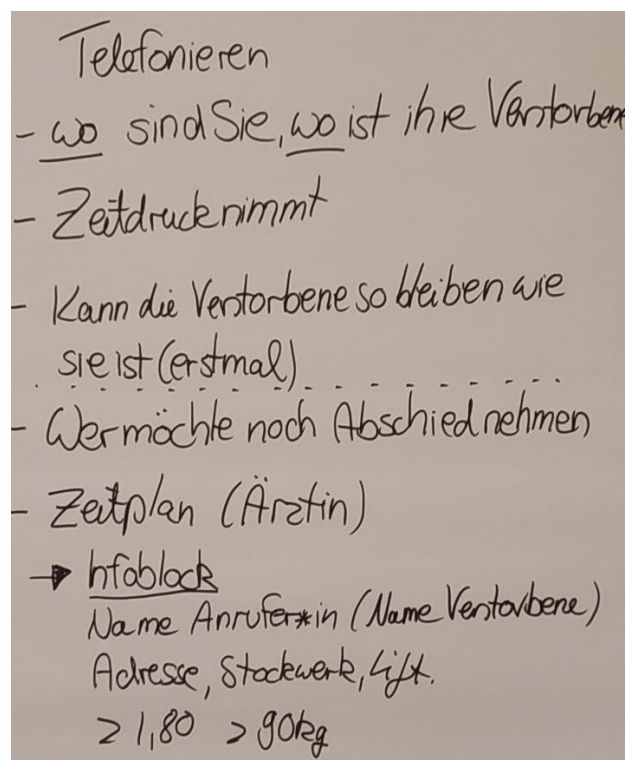
Diese Fragen und auch, ob es besser ist, allein oder in welcher Teamzusammensetzung zu Hausaufbahrungen zu kommen, hängt ganz von der eigenen Arbeitsweise und den Rahmenbedingungen der jeweiligen Hausaufbahrung ab.

Selbstfürsorge während und nach einer Hausaufbahrung ist wesentlich, um für die Zugehörigen ein stabiler Anker zu sein.

Erstkontakt am Telefon

Umriss

Wir lernen die Menschen, die wir begleiten, auf unterschiedliche Weise kennen. Manche bereiten sich schon vor dem eigenen Tod vor, planen mit uns ihre Bestattung und stellen ihre Zugehörigen uns dann vor. Andere kontaktieren uns im Vorfeld, wenn der Tod eines Zugehörigen absehbar ist. In all diesen Kontakten hat unser Gegenüber eine Idee und einen Plan, was er oder sie von uns will und eine gewisse Wahl über den Zeitpunkt. Wenn uns jemand nach dem Tod eines Menschen kontaktiert, ist die Situation oft instabiler.



Stabilisieren und Orientieren

Wer weiß schon, wie man einen Bestattenden anruft? Nach der Gesprächseröffnung ist es deshalb sehr sinnvoll als erstes zu fragen, wo sich die anrufende Person befindet und wo die Verstorbene. Das ist zum einen stabilisierend für unser Gegenüber, weil es räumliche Orientierung erfordert und für uns stecken in der Antwort viele wichtige Informationen, die uns helfen, weitere Fragen und Informationen sinnvoll auszuwählen.

Das wichtigste am Telefon ist, einen guten Grundstein für die Begleitungsbeziehung zu legen, unser Gegenüber zu stabilisieren und die notwendige Logistik für die nächsten Schritte zu klären: Steht erstmal ein Besuch an um eine Hausaufbahrung zu unterstützen? Ist die Verstorbene noch beschlagnahmt und wir treffen uns erstmal zur Beratung? Bereiten wir jetzt eine Abholung vor?

Das Allerwichtigste ist, eine Rückrufnummer zu klären, denn egal was man vergessen hat, wenn man eine Telefonnummer hat, kann man einfach nochmal anrufen und nachfragen.

Totenschein

Bei der Vorbereitung einer Abholung ist es wichtig zu klären, ob der Totenschein bereits ausgestellt wurde. (Der aktuelle Wikipediaeintrag dazu ist ganz gut!) sowie die nötigsten Rahmenbedingungen für die Abholung zu besprechen, bspw. ob die verstorbene Person sehr groß und schwer ist. Das kann wichtig sein, um zu entscheiden, ob zwei Leute reichen oder dann weiter zu fragen. Für Größe und Gewicht ist es möglich, eine Zahl zu sagen und die Zugehörigen können mit „größer“ bzw. „schwerer“ oder „kleiner“ bzw. „leichter“ reagieren. Alles weitere zu Treppen oder Fahrstuhl klärt man meistens am besten vor Ort und bringt einfach alle vorhandenen Transportmittel mit.

Hektik?

Zugehörige können am Anfang oft sehr hektisch erscheinen. Das kann durch empfundenen Zeitdruck entstehen. Es ist hilfreich, hier Entlastung anzubieten. Dafür ist es wichtig, zu wissen, woher der Zeit oder Handlungsdruck kommt. Angst und Unsicherheit gehören zur Begegnung mit dem Tod dazu, wie viele andere Gefühle auch. Sie brauchen ihren Platz, aber es ist gut, wenn daneben noch Raum für andere Emotionen bleibt. In den meisten Situationen ist dabei ein inneres und äußeres Entschleunigen hilfreich. Dazu ist es wichtig, zu verstehen, woher möglicher Zeitdruck und Hektik rühren. Es ist nicht hilfreich, „Ruhe“ einfach als eine weitere Anforderung an Trauernde und ihre Unterstützer*innen zu stellen.

Mit dem Tod eines nahestehenden Menschen sind für die Hinterbliebenen oft eine Menge organisatorischer Dinge verbunden. Diese Anforderungen machen vielen Trauernden Angst und drängen sich in den Vordergrund, sobald jemand gestorben ist. Deshalb ist es gerade am Anfang wichtig, die Gelegenheit zu geben, solche Fragen auszusprechen und sie kurz und sachlich zu beantworten. Das kann manchmal schon am Telefon sein, häufig ist es aber auch direkt beim Ankommen – z.B. wie man eine Sterbeurkunde beantragt oder was ein Totenschein ist. Vielen Zugehörigen reicht es am Anfang schon, zu hören, dass es bei den existierenden Fristen eher um Tage und nicht um Stunden geht. Direkt in den ersten Stunden nach dem Tod eines Menschen braucht man sich darum nicht zu kümmern.

Manchmal stellt sich bei Trauernden das Gefühl, sich dringend um etwas kümmern zu müssen, auch ein, weil sie das Bedürfnis haben, etwas zu tun und sich selbst als handelnd und selbstwirksam zu erfahren. Hin und wieder erscheint dies wie Eile oder Hektik. Ein Handlungsangebot ist da dann hilfreicher als die Versicherung, es gäbe keinen Zeitdruck.

Abholung

Umriss

Wenn ein verstorbener Mensch aus seinem Sterbebett gehoben, in den Sarg oder auf eine Trage gebettet und herausgetragen wird, ist dies ein wichtiger Teil des Trauerprozesses. Hier wird oft noch einmal ein weiteres Stück klar, dass ein Mensch tot ist.

Ihn in Ruhe zu versorgen, bei ihm zu sein, ihn zu berühren und die grundsätzliche Veränderung zwischen Leben und Tod wahrzunehmen, ist für viele Trauernde hilfreich. Deshalb sind die ersten Stunden oder die ersten Tage so wichtig. Gleichzeitig sind es die ersten Schritte auf dem Weg zu erspüren, was alles über den Tod hinaus bleibt und wahrzunehmen, was in den Trauernden weiterlebt und nun nicht mehr mit dem Körper des gestorbenen Menschen verbunden ist. Die Abholung ist der Abschluss dieses so bedeutsamen Abschnitts im Bestattungsprozess.

Den Weg vom Totenbett ins Bestattungsauto zu begleiten und den gestorbenen Menschen für die Zeit bis zur Feuerbestattung oder Grablegung zu betten und einzuhüllen, kann ein wichtiger Abschnitt im eigenen Trauerweg sein. Es ist oft der letzte Blick auf den toten Körper. Dadurch ist vor allem das Auflegen des Sargdeckels für viele Trauernde ein symbolisch bedeutsamer Moment. Für viele ist es wichtig, dabei zu sein oder den Sarg selbst zu schließen.

Auch das Einladen ins Auto, das Schließen des Kofferraumes und das Losfahren haben für viele Trauernde symbolische Bedeutung.

Rechtlicher Rahmen

Verstorbene dürfen nur in dafür zugelassenen Autos transportiert werden. Leere Säрге hingegen darf jede*r uneingeschränkt transportieren. Es ist möglich, den Sarg auch schon früher zu holen und den verstorbenen Menschen dann einzubetten, wenn man so weit ist.

Sarg und Trage

Viele Wohnungen sind schlecht mit einem Sarg zu erreichen. Dann werden Tragen verwendet, wie sie auch für Verletzte benutzt werden. Diese Tragen haben Gurte, mit denen Verstorbene gegen Verrutschen gesichert werden können, wenn sie z.B. über enge und steile Treppen getragen werden. Anders als die Tragen der Rettung haben Bestattungstragen zusätzlich eine Schutzhülle aus wasserabweisendem Stoff, wie er auch für Sporttaschen oder Rucksäcke verwendet wird. Man kann aber auch eine Trage ohne Schutzhülle verwenden, um einen Verstorbenen von seinem Sterbe- oder Aufbahrungsort zum Sarg zu tragen. Solche Tragen können auch vorübergehend mit in den Sarg gelegt werden und erst später wieder herausgenommen werden. Manchmal kann auch im Hausflur noch von der Trage in einen Sarg umgebettet werden. Einer der führenden Hersteller solcher Tragen ist die Firma Ferno: <https://ferno.de/bestatter/> (wir empfehlen vor allem die Hinweise zu den Vorteilen der Verwendung einer Schaufeltrage im Bestattungsbereich zu lesen: ein amüsantes Stück Verkaufsprosa!).

Tuchkokon

Es ist möglich, seinen verstorbenen Menschen vorher in eigene Tücher und Decken einzuhüllen, damit eine (symbolisch) schützende Schicht zwischen der verstorbenen Person und der Hülle der Trage ist. So ein Kokon aus Tüchern kann auch in der Vorbereitung der Abholung ein wichtiger Zwischenschritt – vom Toten in seinem Bett zu den Rücklichtern des

Bestattungsautos, das wegfährt und dem leeren Bett, das einen erwartet – sein und damit eine Unterstützung aus der grauen Facette der Wirklichkeit des Todes.

Innen im Sarg muss eine saugfähige Unterlage sein, alles andere kann man selbst entscheiden. Es ist möglich eigene Bettwäsche, Tücher oder Decken zu verwenden. Auch Naturmaterialien, wie Stroh, Heu, Blätter oder Blumen sind möglich. Bei Decken oder Schlafsäcken aus Kunstfaser muss geklärt werden, ob das Material im Krematorium bzw. beim Friedhof erlaubt ist.

Neben Kleidung, Decken und Kissen können auch andere Sargbeigaben hilfreich sein, um Fürsorge für und Verbundenheit mit dem verstorbenen Menschen auf der gelben Facette erfahrbar zu machen: Briefe, selbstgemalte Bilder, Fotos, ein Lieblingsbuch, Leckereien, Schnaps und Zigaretten, aber auch ein Werkzeug oder ein anderer Gegenstand, der im Leben wichtig war, kann die verstorbene Person begleiten. Dies ist auch häufig ein guter Ansatzpunkt, um mit Kindern über den Tod eines Menschen ins Gespräch zu kommen: Gibt es etwas, was wir ihr oder ihm mitgeben sollten oder möchten?

Yvonno und Johanna freuen sich auf euch zur Einheit 3!

