

Nach dem Tod > Abschied nehmen

1. Das Wichtigste in Kürze

Der tatsächliche Tod ist für viele Angehörige ein Schock. Es kann helfen, sich Zeit mit der verstorbenen Person zu nehmen oder beim abschließenden Richten der verstorbenen Person mitzuhelfen. Bis zur Beerdigung ist die verstorbene Person meist im verschlossenen Sarg. Eine offene Aufbahrung kann das Begreifen des Todes und den Abschied erleichtern. Bewusstes Abschiednehmen ist wichtig für die weitere Trauer. Bei der Trauerfeier wird gemeinsam Abschied genommen.

2. Als Angehörige mithelfen

Obwohl der Tod meist nicht überraschend und plötzlich eintritt, befinden sich viele Angehörige erst einmal in einem Schockzustand. Sie sind oft noch nicht in der Lage, das Ende richtig zu begreifen. Es kann dann eine große Hilfe sein, wenn sie beim abschließenden Richten der verstorbenen Person mithelfen können. Dabei sollten sie immer Wünsche der verstorbenen Person sowie ihre eigenen Bedürfnisse berücksichtigen. Manche Angehörige wollen in diesen Stunden viele Verwandte und Freunde um sich haben, manche wollen alleine mit der verstorbenen Person sein. Es ist aber sicherlich sinnvoll, wenn Hinterbliebene Unterstützung von Anderen haben. Die Zeit des Abschieds ist oft sehr emotional, gleichzeitig müssen viele Entscheidungen getroffen werden.

Bei folgenden Verrichtungen können Angehörige helfen:

- Augen schließen.
- Leichnam noch einmal waschen. In muslimischen Familien ist es üblich, dass die verstorbene Person von Familienangehörigen oder nahestehenden Personen rituell gewaschen wird. Diese Tradition, die als "Ghusl" bezeichnet wird, hat sowohl religiöse als auch hygienische Bedeutung.
- Gebiss einsetzen.
- Haare noch einmal schön kämmen.
- Schmutzige Wäsche entfernen.
- Möglichst mit dem Arzt klären, ob Katheter entfernt werden dürfen und welche Kleidung der verstorbenen Person angezogen werden kann. Der Arzt muss die Leichenschau am unbedeckten Körper durchführen, um die Todesursache festzustellen. Das ist frühestens nach Eintritt der sicheren [Todeszeichen](#) (z.B. Leichenstarre nach etwa 2–6 Stunden) möglich. Da das Entkleiden bei Leichenstarre schwierig ist, empfiehlt es sich, die Kleidung erst nach der Leichenschau anzuziehen. Bei der Wahl der Kleidung ist darauf zu achten, dass sie der verstorbenen Person entspricht oder dass sie die Kleidung gerne getragen hat.
- Mund schließen indem das Kinn etwas unterlegt wird.

3. Atmosphäre schaffen, entschleunigen

Nach dem Tod ist Zeit. Folgende Anregungen gelten immer nur, wenn das persönliche Bedürfnis danach besteht.

- Zeit nehmen: für Trauer, für Abschied, für Gefühle, für Gebete etc.
- Etwas Ruhe gönnen für Trinken oder Essen zur Stärkung oder auch eine kleine Pause.
- Eine stille und friedvolle Atmosphäre schaffen. Eine Kerze anzünden.
- Störende Pflegematerialien, die um das Bett oder im Bett liegen (z.B. Waschutensilien oder Lagerungskissen), entfernen.
- Unterstützung von Seelsorge und Trauerbegleitern holen.
- Nachgespräche mit Arzt oder Pflegepersonal führen.
- Eine erste kleine Abschiedsfeier organisieren, vor allem für die Menschen, die in der letzten Phase eng dabei waren: Angehörige, Pflegekräfte, Ärzte, Mitbewohner, Seelsorger etc.

4. Bedeutung eines bewussten Abschieds

Trauer ist ein Gefühl, das uns ergreift, wenn wir von einer verstorbenen Person Abschied nehmen müssen. Abschied müssen wir nehmen, Betonung auf "Nehmen" als eine aktive, bewusste Tätigkeit. Trauerfeiern und Beerdigungen können uns dabei eine wichtige Unterstützung sein. Rituale bieten Halt und Struktur im Chaos der ersten Trauer. Es gibt keine richtige oder falsche Art zu trauern, jeder Mensch geht seinen eigenen Weg.

Was vielen Trauernden im Nachhinein fehlt, ist der "geglückte Abschied". Wenn es gelingt, dass Trauernde einen geglückten Abschied zelebrieren, dann, so berichten Bestattungsunternehmen oder Fachkräfte für Trauerbegleitung übereinstimmend, entstehen später weniger Probleme mit unbewältigter Trauer. Aus dieser Erkenntnis wächst mittlerweile das Bewusstsein, dass der Abschied von Verstorbenen einer feierlichen und zugleich persönlichen Form bedarf, einer Form, die den Angehörigen hilft, sie trägt, hält und begleitet während der letzten Schritte mit Verstorbenen.

5. Aufbahrung

Die Aufbahrung in der Zeit von der Freigabe des Leichnams bis zur Bestattung erfolgt heute meistens im geschlossenen Sarg beim Bestattungsdienst oder in der Leichenhalle des Friedhofs.

5.1. Aufbahrungsraum

Aufbahrungsräume sind sehr unterschiedlich gestaltet.

- Aufbahrungen erfolgen üblicherweise in den Leichenhallen der Friedhöfe.
- Aufbahrungen können auf Wunsch auch zu Hause stattfinden.
- Stirbt ein Mensch im Krankenhaus oder im Pflegeheim, dann steht zumeist ein Aufbahrungs- oder Abschiedsraum zur Verfügung, in dem der Verstorbene aufgebahrt werden kann.
- Vermehrt haben auch Bestatter Aufbahrungsräume.

5.2. Aufbahrung zu Hause

In den meisten Bundesländern ist es erlaubt, den Verstorbenen bis zu 36 Stunden zu Hause aufzubahren. Eine Aufbahrung zu Hause ist auch möglich, wenn der Mensch in einer Klinik oder in einem Pflegeheim gestorben ist. Die örtlichen Aufbahrungsfristen sind unterschiedlich, diese sind in den Bestattungsgesetzen des jeweiligen Bundeslandes geregelt. Auskünfte erteilt das zuständige Ordnungsamt.

Bei einer Aufbahrung zu Hause können die Angehörigen und Freunde der verstorbenen Person in vertrauter Umgebung Abschied nehmen. Es sollte ein separater Raum zur Verfügung stehen, der in diesen Tagen nicht gelüftet und nicht beheizt wird. Damit die Verwesung nicht zu schnell eintritt, sollte der Raum im Sommer kühl sein bzw. gekühlt werden.

5.3. Offene Aufbahrung

Die offene Aufbahrung ermöglicht den Angehörigen einen persönlicheren Abschied. Sie können die verstorbene Person noch einmal berühren, sie auf die Stirn küssen und ihren Frieden mit der verstorbenen Person machen. Eine offene Aufbahrung kann hilfreich sein, um den Tod begreifbar zu machen. Dies ist meist der erste Schritt zum Abschied nehmen.

5.4. Totenwache

Angehörige und Freunde können bei der verstorbenen Person wachen. Das gibt die heute fast in Vergessenheit geratene Gelegenheit, sich zu verabschieden, über den verstorbenen Menschen zu sprechen, Erinnerungen auszutauschen, die Trauerfeier zu planen und die Verteilung der Aufgaben zu regeln. Die Möglichkeit zur Totenwache besteht bei Aufbahrungen zu Hause und zunehmend bei Bestattungsdiensten, die dafür entsprechende Räumlichkeiten und eine Zugangsmöglichkeit rund um die Uhr schaffen.

6. Trauerfeier

Eine Trauerfeier ist eine Gedenkzeremonie für Verstorbene, bevor diese beerdigt werden. Sie soll allen Angehörigen, Freunden und Bekannten die Möglichkeit geben, noch einmal gemeinsam an die verstorbene Person zu denken und dann Abschied zu nehmen.

In der christlichen Tradition wird die Trauerfeier meist als Gottesdienst in der Kirche abgehalten. Immer häufiger gibt es weltliche Trauerfeiern außerhalb von Gotteshäusern.

Bei der Planung und Gestaltung der Trauerfeier helfen Pfarrer, Bestatter und/oder Trauerredner. Dabei sind die Wünsche des verstorbenen Menschen immer zu respektieren, die verstorbene Person und die nächsten Angehörigen sollten im Mittelpunkt stehen.

6.1. Elemente einer Trauerfeier

Die klassischen Elemente einer Trauerfeier sind:

- Erinnerungen an die verstorbene Person
- Musik
- Begrüßung und Abschied
- Trauerrede
- Ritual

- Bitten/Wünsche/Segen
- Texte

In Internet finden sich zahlreiche Hilfestellungen zur Organisation einer Trauerfeier, auch die Internetauftritte vieler regionaler Tageszeitungen oder auch [Hospizdienste](#) bieten Checklisten und konkrete Anregungen, hier nur einige Links:

- [www.aeternitas.de > Für Betroffene > Trauerfall > Abschied gestalten](#)
- [www.bestatter.de > Wissen > Beerdigung und Bestattung > Trauerfeier](#)

6.2. Leichenschmaus, Trauerkaffee

Leichenschmaus oder Trauerkaffee sind weit verbreitet und eine feste Einrichtung nach der Bestattung. Darunter versteht man das gemeinsame Essen oder Kaffeetrinken der Trauergemeinde.

7. Verwandte Links

[Trauer > Überblick](#)

[Todeszeichen](#)

[Nach dem Tod > Organisatorisches](#)

[Bestattungsformen und Bestattungsinstitute](#)

[Bestattungskosten Sozialhilfe](#)