



## Forschung: Trost in der Trauer durch Nachtodkontakte

Von *PR-Gateway*

Erstellt am 9 Jun 2011 - 08:39

Untersuchungen sogenannter Nachtodkontakte haben ergeben, dass diese Erfahrung, die viele Hinterbliebene machen, häufig Trost spendet und ihre Trauer oft deutlich mindert.

Die als Nachtodkontakte bezeichneten Erfahrungen, die häufig Angehörige und Freunde von Verstorbenen machen, haben nach mehreren Studien in der Regel eine positive Wirkung auf das Befinden der Hinterbliebenen. Diese Erfahrungen wirken in der Regel nicht nur vorübergehend tröstend, sondern üben oft dauerhaft eine heilsame Wirkung auf die Trauernden aus. Im allgemeinen wird durch den erfahrenen Trost eines "Verstorbenen-Kontakts" die Trauer mehr oder weniger deutlich reduziert.

Zum Phänomen der Nachtodkontakte liegen mittlerweile zahlreiche Untersuchungen sowie medizinische und psychologische Studien der Nachtod-Forschung vor, die belegen, dass diese Kontakterfahrung insbesondere bei trauernden, den Verstorbenen nahestehenden Personen häufig auftritt. So haben mehrere große repräsentative Umfragen in Europa und den USA ergeben, dass zwischen 9 und 42 Prozent der allgemeinen Bevölkerung davon berichten, Kontakte mit einem oder mehreren Verstorbenen gehabt zu haben. Bei bestimmten Personengruppen, wie Witwen und Witwern, Ehegatten oder Eltern der verstorbenen Person, lagen die Prozentzahlen zum Teil deutlich höher: Hier werden, je nach Studie und untersuchter Gruppe, Zahlen von 47 bis 90 Prozent genannt. Zum Vergleich: Nahtoderfahrungen, die in Teilbereichen den Kontakterfahrungen vergleichbar sind, haben nach Schätzungen der Nahtod-Forschung etwa 5 Prozent der Bevölkerung erlebt.

Auch die Wirkungen der Nachtodkontakte auf die sie Erlebenden hat die Forschung untersucht. Unabhängig davon, wie diese spezifischen Erfahrungen zu erklären sind - mögliche Ursachen sind nicht endgültig erforscht -, stellen mehrere Untersuchungen einen therapeutischen Nutzen dieser Kontakterlebnisse fest. So ergab eine Studie von Julie Starr Parker, dass trotz fortbestehender Trauer-Umstände die Mehrzahl der von ihr Befragten in Folge der Nachtod-Kontakte positive Veränderungen zeigte, die als Kriterien für die Trauer-Auflösung zu werten waren (Hier und im Folgenden vgl. den [Artikel "Nachtodkontakte"](#) [1] der Nahtod-Forscherin Evelyn Elsaesser-Valarino). Parker schlussfolgert, dass die Kontakt-Erlebnisse der Betroffenen nicht Zeichen einer psychischen Erkrankung seien, sondern Teil einer normalen menschlichen Erfahrung.

Stanley Krippner resümiert nach dem Vergleich zahlreicher Untersuchungen, dass "Nachtodkontakte ganz klar einen therapeutischen Charakter haben". Zu ähnlichen Ergebnissen gelangt auch Louis LaGrand. Für ihn bilden Nachtodkontakte einschneidende Erlebnisse, die in aller Regel als real empfunden werden und den Hinterbliebenen helfen, die Trauer zu verarbeiten. Weitere Studien beschreiben ebenfalls den therapeutischen Effekt.

Es bleibt abzuwarten, wie weit diese spezifischen Trost-Erfahrungen Hinterbliebener zukünftig in Trauer-Therapien integriert werden.

Autor seit 1988. Veröffentlichung der psychologischen Romane "Parkgespräche" und "Farbige Steine". Im Internet verschiedene utopische Romane veröffentlicht. Beschäftigung mit Nahtoderfahrungen und verwandten Phänomenen.

Christian von Kamp  
Christian von Kamp  
Peter-Adolphs-Str. 18  
40593 Düsseldorf  
[reichin@aol.com](mailto:reichin@aol.com) [2]



0211-708291

<http://nachtodkontakte.net> [3]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

**Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 03:58):** <http://www.medkom24.eu/node/14258>

**Links:**

[1] <http://nachtodkontakte.net/autorenbeitraege/elsaesser-valarino-nachtodkontakte.html>

[2] <mailto:reichin@aol.com>

[3] <http://nachtodkontakte.net>