

Nahtoderfahrung



Nach dem Blick ins Jenseits ist
vieles nicht mehr wie davor.

Aber wie damit umgehen?



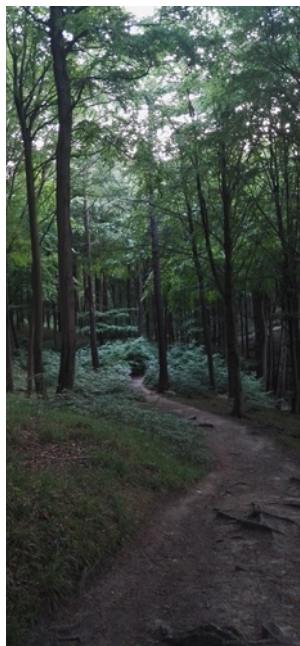
Was ist eine Nahtoderfahrung?

Eine Nahtoderfahrung ist ein Erlebnis in Todesnähe (z.B. Herzinfarkt, Unfall, Gewalteinwirkung, Vergiftung, usw.), bei dem die Person ein Weiterleben unabhängig vom materiellen Körper erfährt. Oft sind betroffene Personen dabei klinisch tot.

Typische Merkmale sind:

- eine Dimension aus Licht oder Dunkelheit erleben
- Raum und Zeit spielen keine Rolle mehr
- den eigenen Körper von außen wahrnehmen
- eine Art Lebensrückblick erleben
- verstorbene Personen oder andere vertraute Lebewesen treffen
- plötzliches Wissen oder Verständnis
- ein Gefühl, mit dem Universum eins zu sein
- erleben einer Grenze, hinter der es kein Zurück mehr gibt
- besonders angenehme oder beängstigende Gefühle wie bedingungslose Liebe oder blanke Angst
- einen Blick in die Zukunft bekommen

Was nun?



Eine Nahtoderfahrung kann sehr vielschichtig sein und umfassende Auswirkungen mit sich bringen.

Die Nachwirkungen treffen oft auf sehr unterschiedliche Bereiche wie Arbeitswahl, Partnerschaft, Freundschaften oder auch eigene Handlungsabsichten oder die Grundausrichtung des Lebens zu.

Viele der Nahtoderfahrenen wollen anschließend einen oder mehrere Lebensbereiche neu gestalten. Das kann in den Strukturen zu Reibungen führen. Eine Begleitung kann die Werkzeuge der Konfliktmediation vermitteln,

sodass die Konflikte konstruktiv gestaltet werden können.

Oft berichten die Nahtoderfahrenen von ihrem Erlebten, stoßen aber damit leider auf Unverständnis, weil die Menschen es nicht nachvollziehen können, wie z.B. die bedingungslose Liebe spürbar wird oder dass ein Wissen schlagartig ohne Lernen vorhanden ist. Als Folge schweigen sie dann oft lieber. Daher braucht es vertrauensvolle Ansprechpartner.

Eine persönliche Begleitung kann helfen, die Erfahrung besser einzuordnen und zu verarbeiten und auch Konsequenzen konstruktiv zu gestalten.



Unterstützung



Da eine Nahtoderfahrung nicht als Krankheitszähl, besteht kein Anspruch auf eine ärztliche Behandlung. Entsprechend individuell gehen Ärzte und Therapeuten mit der Thematik um und leiten Betroffene gerne weiter.

Im Coaching finden Sie im Idealfall ein urteilsfreies Gehör und zielgerichtete, individuelle Lösungswege.

Da sich Coaches aber auf sehr unterschiedliche Thematiken konzentrieren, ist eine gezielte Suche entscheidend. Mehr dazu im Abschnitt "Coaching".

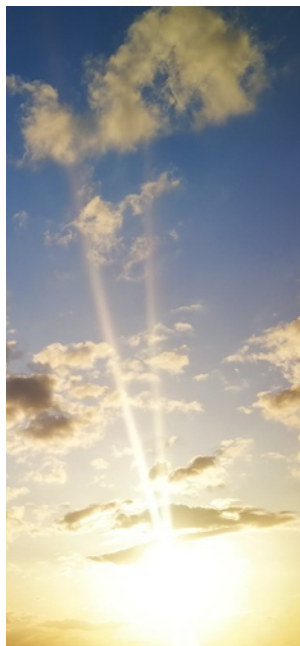
Im Internet sind auch Videos und Bücher zur Thematik zu finden. Das gängigste Format sind Erfahrungsberichte von Betroffenen, in denen sie das Erlebte und die Folgen schildern.

Ebenso sind wissenschaftliche Studien in Buchform zu finden, die mehrere Berichte auswerten und diese verallgemeinern.

Es gibt auch Gruppen, in denen sich Betroffene gegenseitig austauschen. Diese werden teilweise ortsgebunden organisiert, aber auch digital über Video- und Telefonkonferenzen. Auch hierzu sind Informationen im Internet zugänglich.



Integration



Ist die körperliche und psychische Verfassung wieder stabil, suchen die Betroffenen oft nach Antworten. Dann steht die Integration des Erlebnisses an.

Eine Nahtoderfahrung kann vielschichtig sein und entsprechend individuell ist die Integration.

Häufige Fragen sind:

- Wie kann das Erlebnis ein- und zugeordnet werden? Was bedeutet es? Wie kann damit konstruktiv umgegangen werden?
- Wie kann das neue Wissen aus der Erfahrung umgesetzt werden?

- Manche bekommen gesagt, dass sie noch eine Aufgabe zu erfüllen haben, aber nicht konkret, welche das ist. Daher ist oft die Frage nach einer Aufgabe vorhanden.

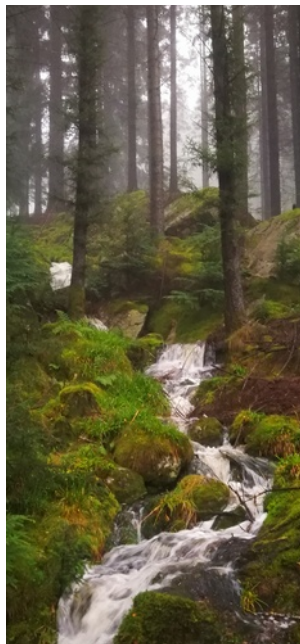
Die Integration ist immer individuell. Manche suchen sich Unterstützung, manche verarbeiten Erlebtes selbstständig. Viele Betroffene haben aber ähnliche Ziele.

Für viele ändern sich die Ziele hin zu:

- einem authentischeren Leben
- einem angstfreieren Leben
- einer Umsetzung des Wissens aus der Erfahrung hier in der Welt
- in einer respektvollen und liebevollen Gemeinschaft leben



Coaching



Im Coaching setzt die Klientin eigene Ziele fest. Die Einordnung der Erfahrung, neue Lebensgestaltung und Konfliktlösungswege werden daher individuell erarbeitet.

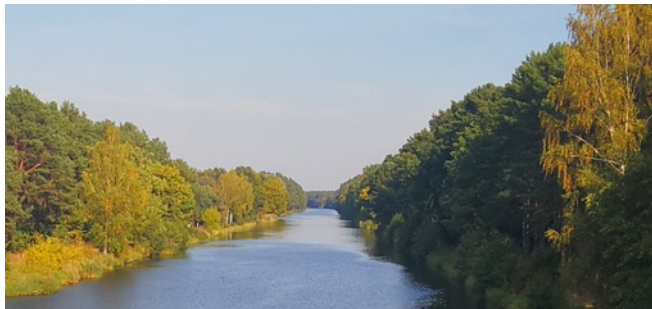
Was sind Unterschiede zu einer ärztlichen oder therapeutischen Behandlung?

Im Gegensatz zu einem Arzt oder Therapeuten diagnostiziert und behandelt ein Coach nicht. Ebenso verschreibt dieser auch keine Medikamente. Es geht also nicht um die Heilung einer Krankheit, sondern um das Einordnen der Nahtoderfahrung und um einen konstruktiven Umgang mit den Folgen.

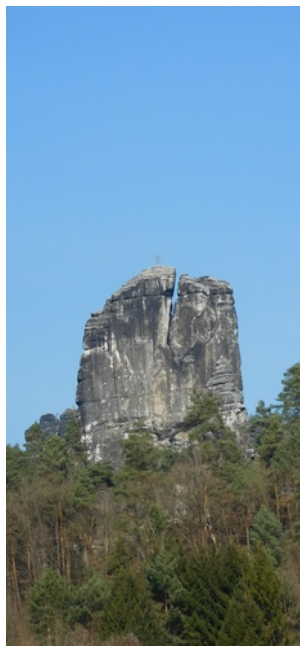
Coaches sind oft thematisch spezialisiert und sind mit den spezifischen Problemen und deren Lösungen vertraut. Diese fachliche Spezialisierung bringt ein tieferes Verständnis für Ihre Situation und zugleich konkrete Werkzeuge mit, die Sie sich im Alltag zunutze machen können.

Sollte das Umfeld (Partner oder Angehörige) mit in das Coaching eingebunden werden?

Das ist immer individuell zu betrachten und zu entscheiden. Haben Angehörige daran kein Interesse, ist es aber zumindest hilfreich zu wissen, wie Reibungspunkte bei Veränderungen konstruktiv gestaltet werden können.



Meine Arbeitsweise



Für mich als Coach hat es oberste Priorität, dass Ihre Erfahrung bei mir urteilsfrei den Raum einnehmen darf, den sie braucht.

Die Nahtoderfahrung kann Ihnen keiner absprechen. Sie hat eine Daseinsberechtigung, wie alles andere im Leben.

Gemeinsam achten wir darauf, dass Sie Ihre Erfahrung gut in Ihr Leben integrieren können. Und wir sehen uns an, welche Lebensbereiche Sie eventuell neu gestalten möchten.

Darauf aufbauend finden wir gemeinsam Ihre Ziele und erarbeiten Wege, wie Sie diese mit Ihren Möglichkeiten erreichen können.

Wichtig ist dabei, dass wir einen Weg finden, der zu Ihnen passt. Dazu werden wir gemeinsam betrachten, was Sie brauchen und Sie entscheiden selbst, welche Lösungsansätze für Sie passend sind.

Kurz zusammengefasst geht es also um die Einordnung und Integration der Erfahrung. Und oft auch um eine Neuausrichtung mancher Lebensbereiche und die entsprechende Umsetzung mit Hilfe neu erlernter Werkzeuge.



Ihr Coach



Andreas Henzelmann

- Life-Coach, Konfliktmediator & Ingenieur
- mehrjährige thematische Vertiefung bzgl. Nahtoderfahrungen
- Grundausrichtung: Seelenfrieden und Gewaltfreie Kommunikation

Als Mensch ist für mich Ihr seelisches Wohlbefinden unverhandelbar. Entsprechend flexibel finden wir gemeinsam, was für Sie individuell stimmig ist.

Kontakt



Gerne können wir ein unverbindliches, kostenfreies Kennenlerngespräch vereinbaren und sehen, wo Ihre Reise hingehen könnte.

Auch wenn Sie Fragen haben oder weitere Informationen suchen, zögern Sie bitte nicht, mich zu kontaktieren.

Ich bin für Sie da.

info@andreashenzelmann.com
www.andreashenzelmann.com

Ich freue mich auf Sie!

