



UniCompact

UNICOMPACT ONLINE LESEN!



CAMPUS / FITNESS / MOBILITÄT / KOMMUNIKATION / GAMES & PC / FINANZEN /

Mehr Licht, mehr Leistung?

Studie bestätigt: brainLight-Systeme steigern kognitive Leistungen

Mit brainLight-Systemen lässt sich mittels elektronisch erzeugter Licht- und Tonimpulse nachhaltig und tief entspannen. Forschungen, die im Januar 2009 an der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg gemacht wurden, belegen weitere Wirkungsfelder: Im Experiment wurde die Steigerung kognitiver Leistungen direkt nach einer brainLight-Anwendung nachgewiesen.

Der Diplomand Viktor Wuchrer untersuchte dazu den Einfluss audio-visueller Alphafrequenzen (8-12 Hz) und Betafrequenzen (13-40 Hz) in einem Laborexperiment mit 104 StudentInnen im Alter von 18 bis 41 Jahren. Die Frequenzen wurden via LED-Brille und Kopfhörer eines so genannten brainLight-Synchros induziert.

Randomisiert wurden die Versuchspersonen einer Alpha-, Beta- oder Kontrollgruppe zugeordnet. Die Aufgabenstellungen gliederten sich in einen Vortest, eine Treatment-Phase und einen Nachtest. Die brainLight-Anwendungen dauerten jeweils 20 Minuten. Die Kontrollgruppe musste sich als Placebo-Behandlung mit dem Prosatext einer Phantasiereise befassen.

Bei der Alpha-Gruppe zeigte sich nach der audio-visuellen Stimulation mit einem 10-Hz-Alpha-Programm und bei der Beta-Gruppe nach einem 18-Hz-Treatment ein signifikant höheres Erinnerungsvermögen als bei der Kontrollgruppe, die sich gegenüber dem Vortest kaum verbesserte. Ein deutlich höheres Ergebnis erzielte die Alpha-Gruppe auch beim Konzentrationstest.

Das Wirkprinzip der Frequenz-Folge-Reaktion, welches den brainLight-Synchros zu Grunde liegt, kann demnach für eine mentale Zustandsregulation und für einen bedingten „lernbereiten Zustand“ genutzt werden. Für das aufmerksame Aufbereiten von Lernmaterial und zur Leistungsmotivation eignen sich insbesondere Betafrequenzen (18Hz), um Informationen zu verarbeiten sind mittlere Alphafrequenzen mit 10 Hz förderlich.

<http://www.brainlight.de/>

Jetzt aber hurtig! Eine PS3 wartet!

Das aktuelle Gewinnspiel läuft nur noch bis 31. Januar! Jetzt teilnehmen und tolle Preise gewinnen! [Zum Gewinnspiel](#)



Studentenverbindungen in Zeiten von StudivZ & Xing

[Testosteron & Tradition](#)



Neues Leben von academicworld.net

[Das Herz der Hölle](#)

Mathieu Dune, Polizist bei der Kripo in Paris, ist einem mysteriösen Fall auf der Spur - einer ebenso erschreckenden wie merkwürdigen Mordserie. Teufliche [weiterlesen...](#)

[Haben Sie das von den Morgans gehört?](#)

Meryl und Paul Morgan (Sarah Jessica Parker und Hugh Grant) sind ein erfolgreiches New Yorker Vorzeigepaar. Ihr scheinbar perfektes Leben hat nur einen [weiterlesen...](#)

[Atlas der unsichtbaren Welt](#)

Der junge Indonesier Adam lebt mit seinem Bruder Johan in einem Kinderheim. Eines Tages scheint das unmögliche greifbar nahe: Ein reiches [weiterlesen...](#)

Job finden

Stichwort:

Deutschlandweit
-- Baden-Württemberg
-- Bayern
-- Berlin
-- Brandenburg
-- Bremen
-- Hamburg
-- Hessen
-- Mecklenburg-Vorp.

- (studentische) Nebenjobs
- Auszubildender
- Berufseinsteiger, Trainee/ Volontär
- Praktikant
- Werkstud./ Diplomanden

LOS

JOB

POWERED BY SCOUT24

Auslandserlebnisse

[Tausend Gründe zu gehen. Und wiederzukommen.](#)



Kritik an Bologna

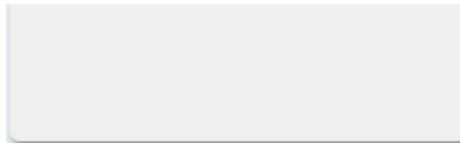
Nicht nur Studenten sprechen Tacheles. Lest das [Interview mit Prof. Dr. Kempen!](#)



You need to upgrade or install the latest Flash Player

CAMPUS

Mehr Licht, mehr Leistung?



Der Schlampentest

Gutes Mädchen? Schlampe? Oder Superschlampe?

Mach den Test!

[Zum Schlampentest](#)



[KONTAKT](#) | [IMPRESSUM](#) | [MEDADATEN](#)



Copyright Evoluzione Media AG

Eine Verwertung der urheberrechtlich geschützten Beiträge, insbesondere durch Vervielfältigung oder Verbreitung auch in elektronischer Form, ist ohne vorherige Zustimmung unzulässig und strafbar, soweit sich aus dem Urhebergesetz nichts anderes ergibt.
www.evoluzione.de