

Ergebnisse 3. Studienzyklus (03 + 04/2022)

## Projekt: **brainLight – Kinderleicht lernen**

Diese Studie wurde im September 2021 gestartet. Weitere Interessenten\*innen können sich gerne melden und teilnehmen.

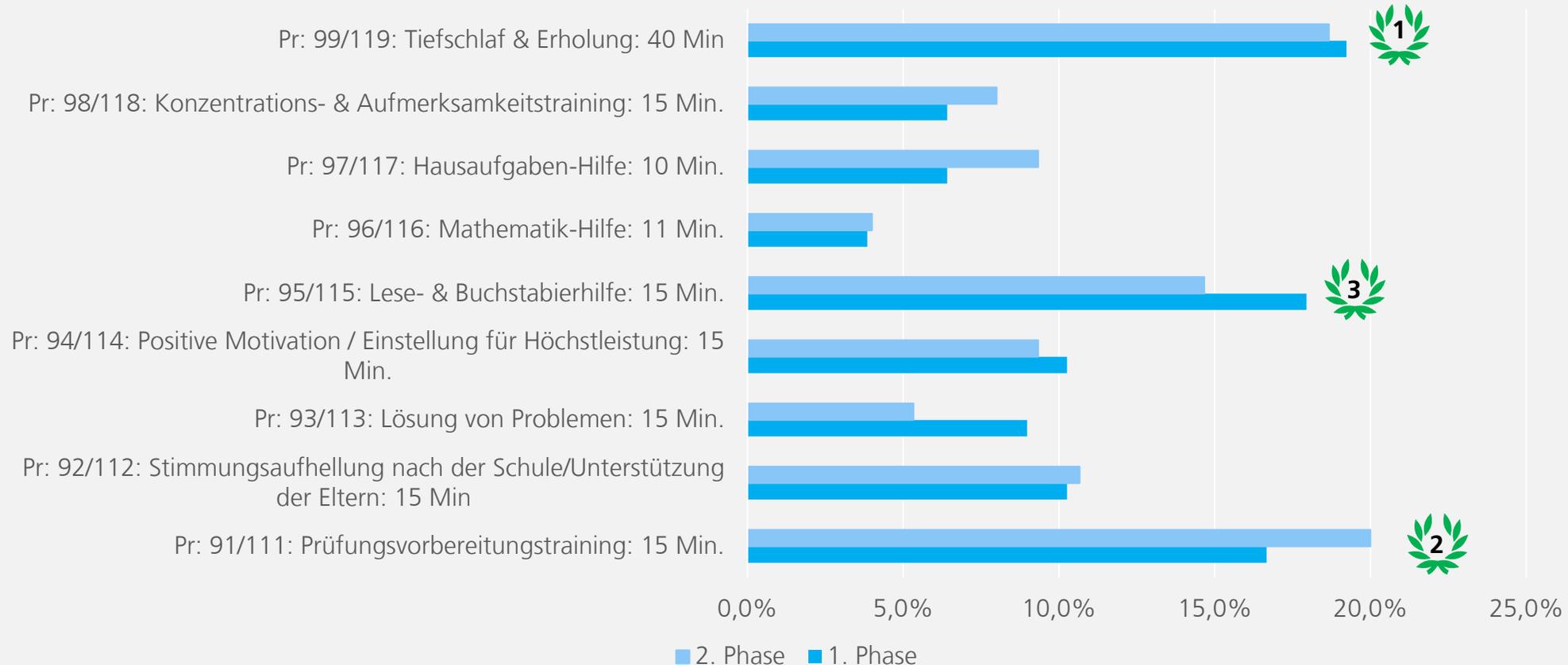
# 3. Studienzyklus: Anzahl der Fragebögen

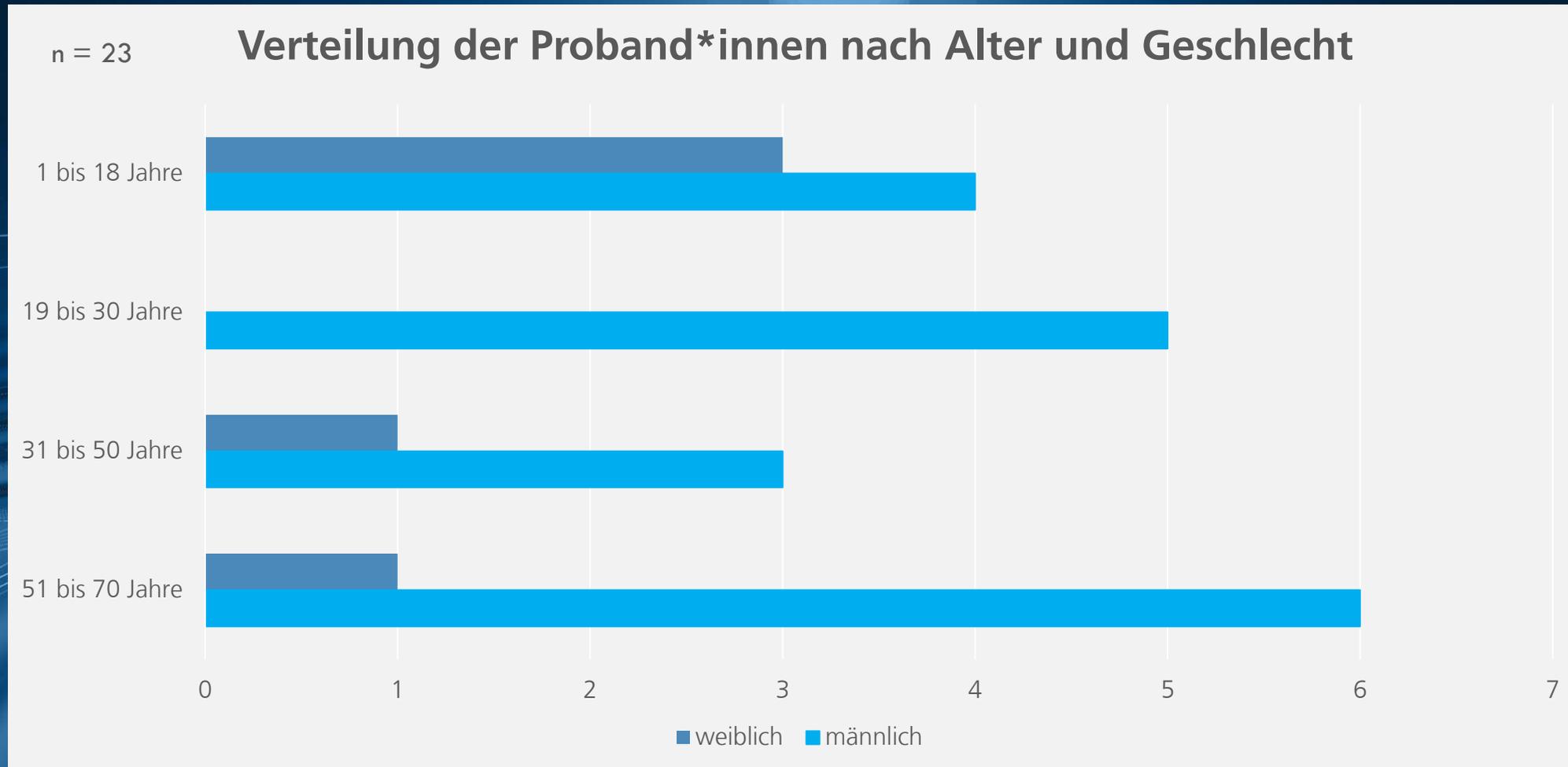


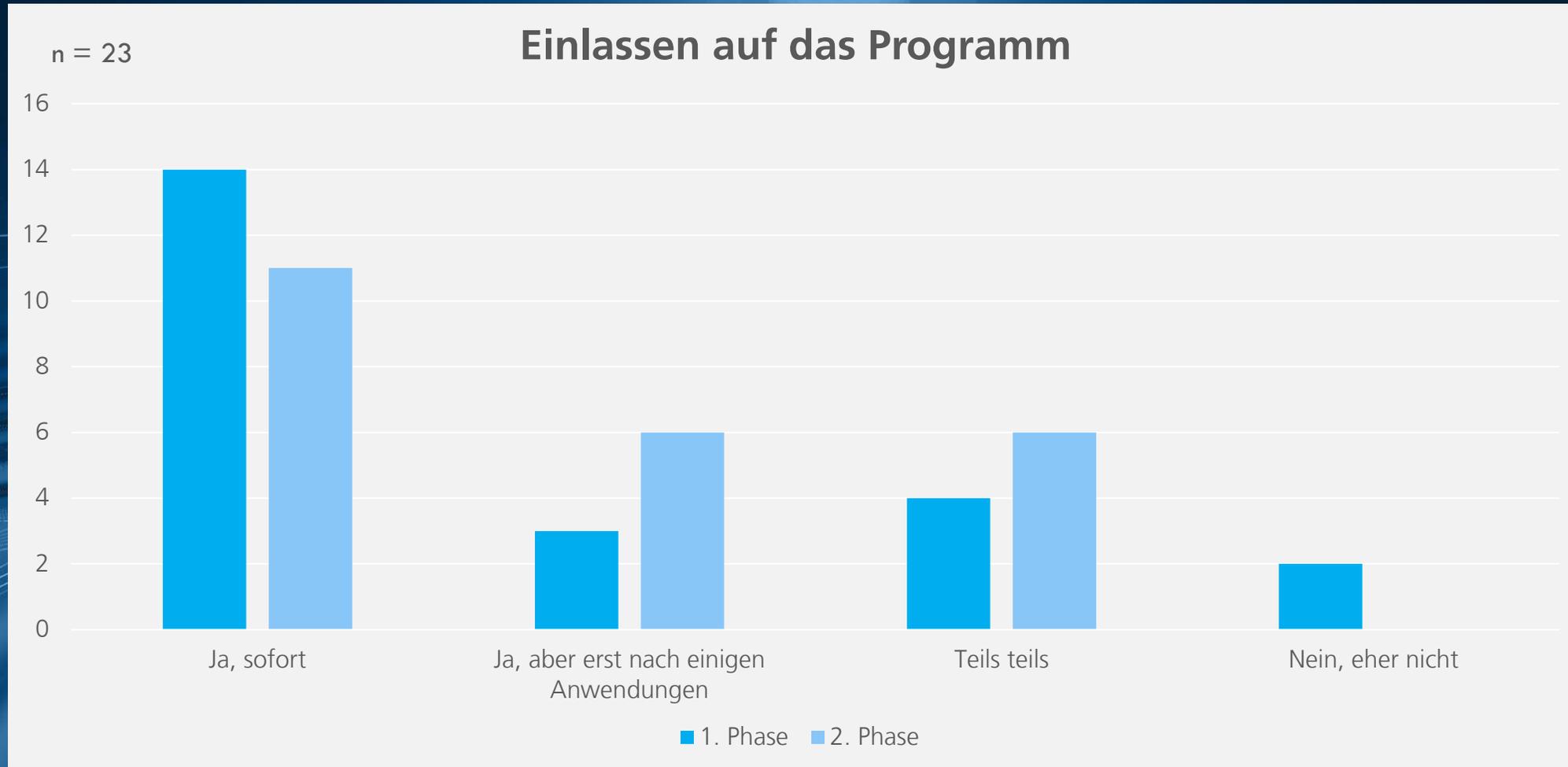
**23 vollständig ausgefüllte Fragebögen**

n = 23

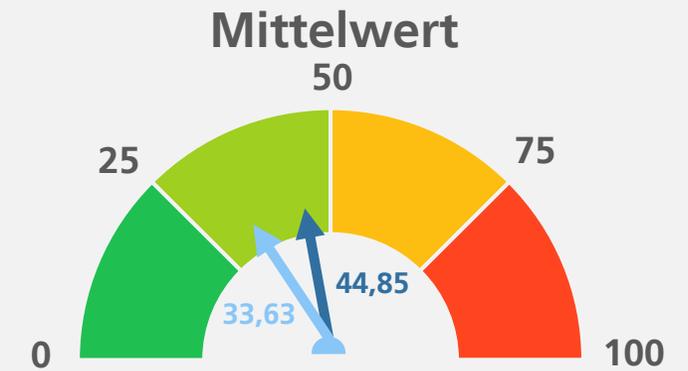
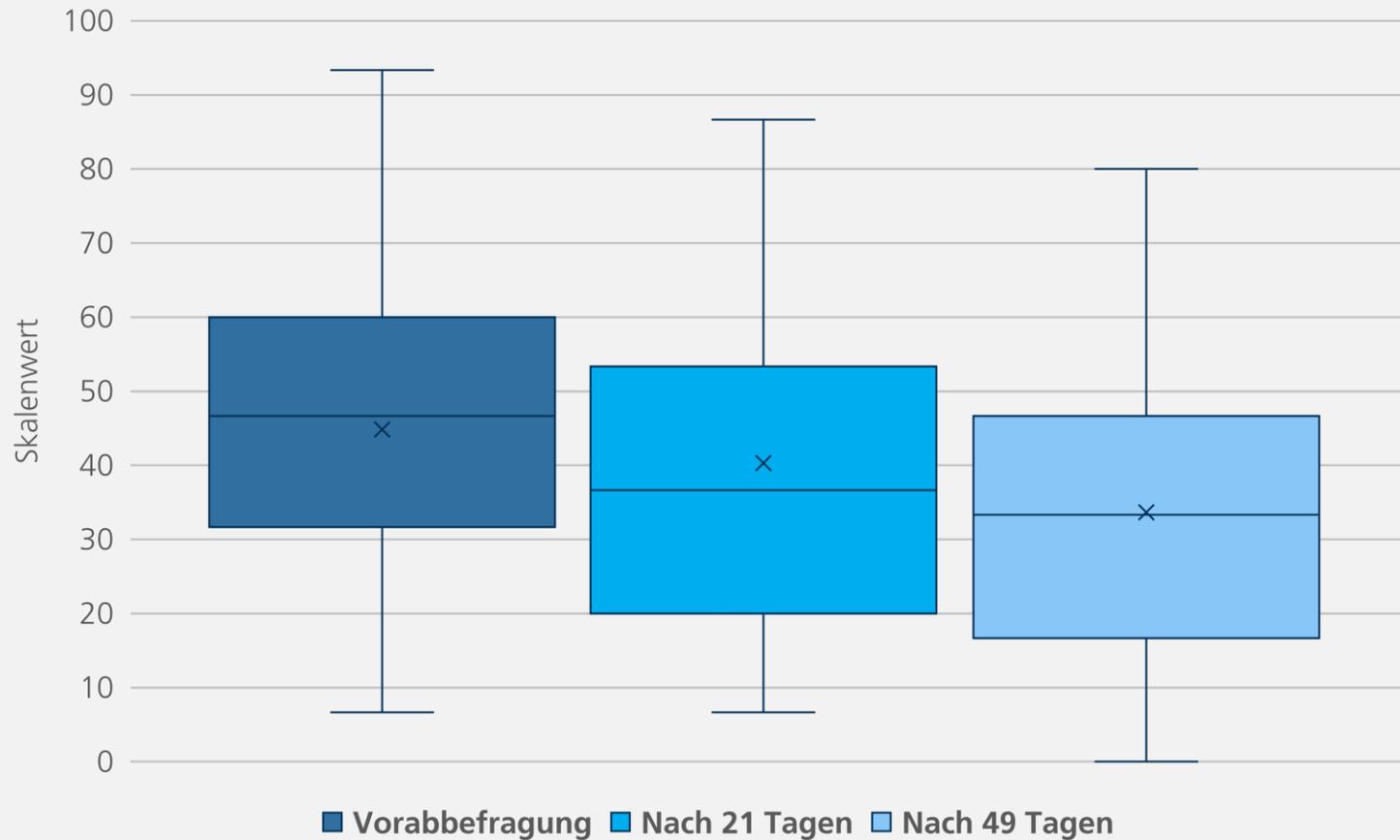
## Programmauswahl der Teilnehmer\*innen





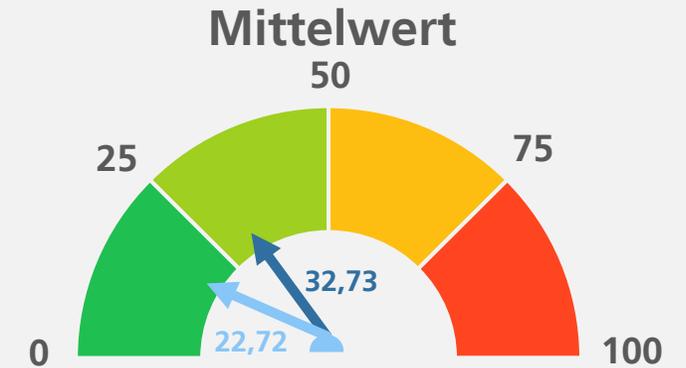
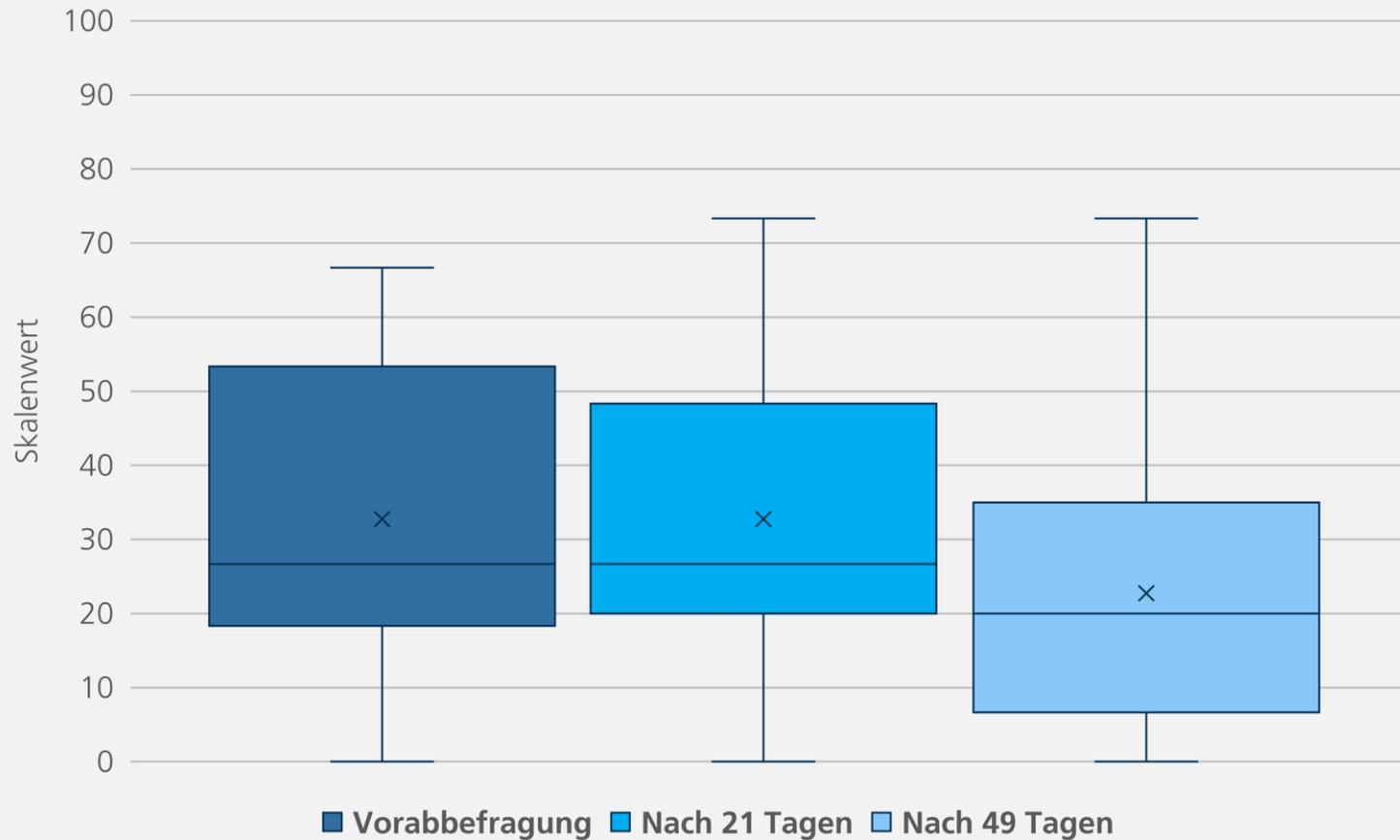


## Veränderung der Anspannung während der Anwendung



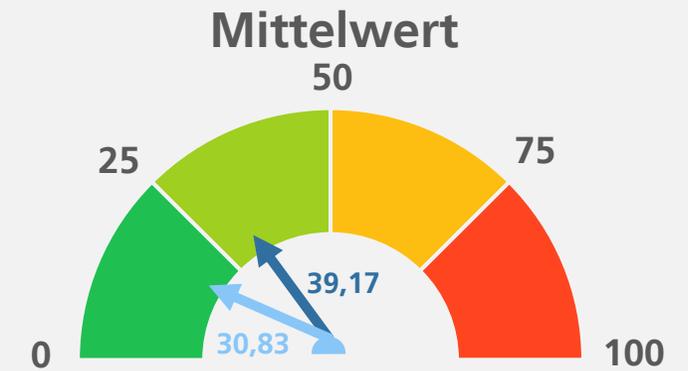
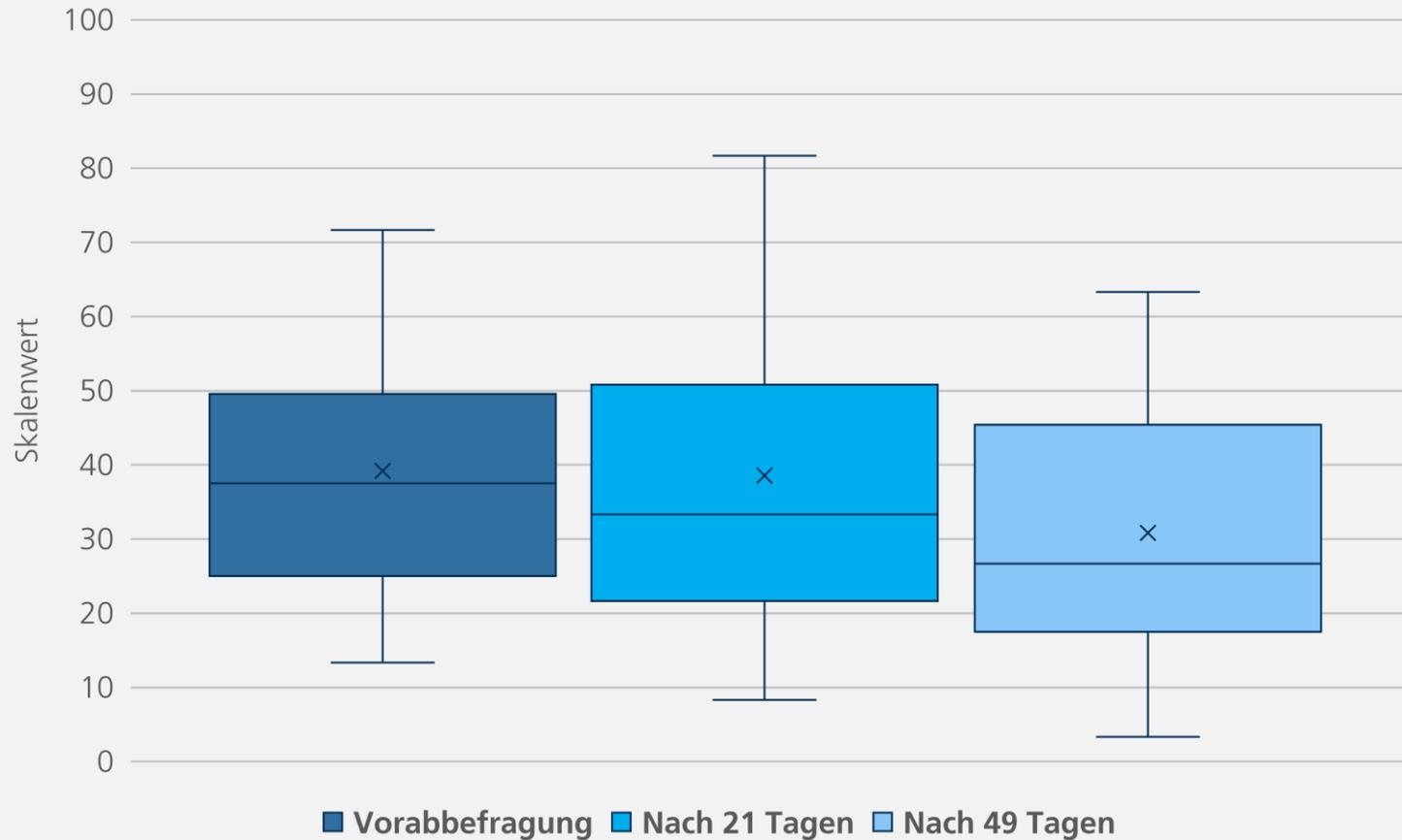
 signifikante Änderung  
Nach 49 Tagen

## Veränderung der Sorgen während der Anwendung



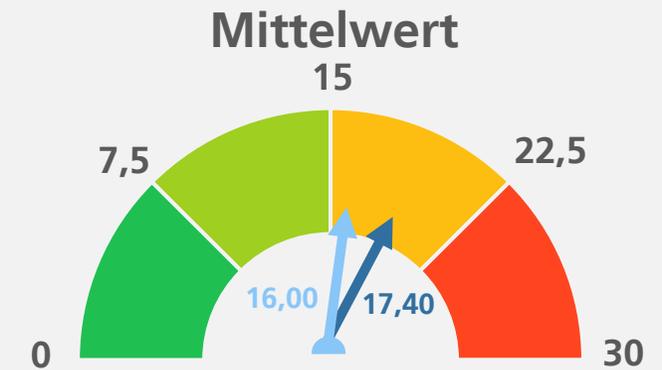
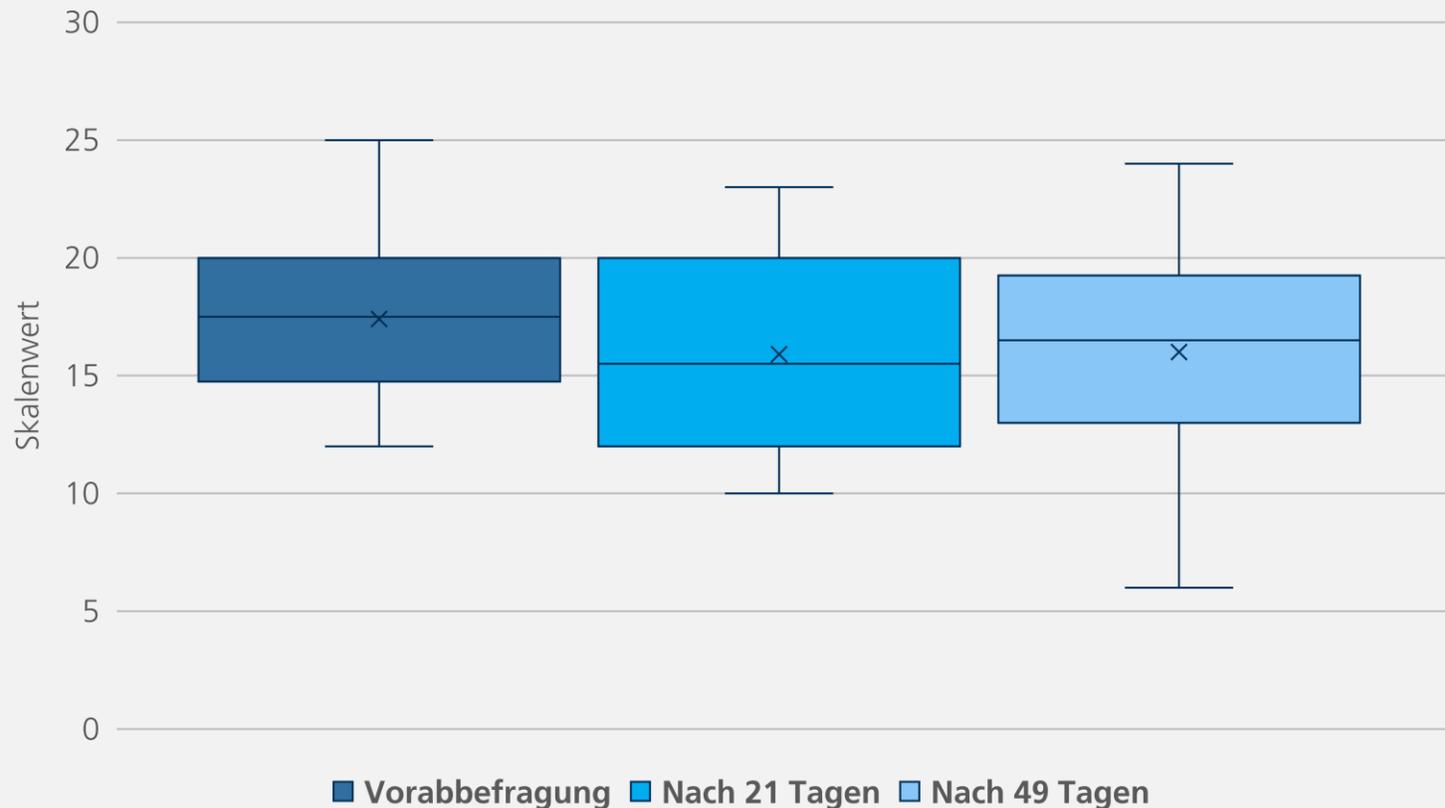
 hoch signifikante Änderung  
Nach 49 Tagen

## Veränderung des Stresses während der Anwendung



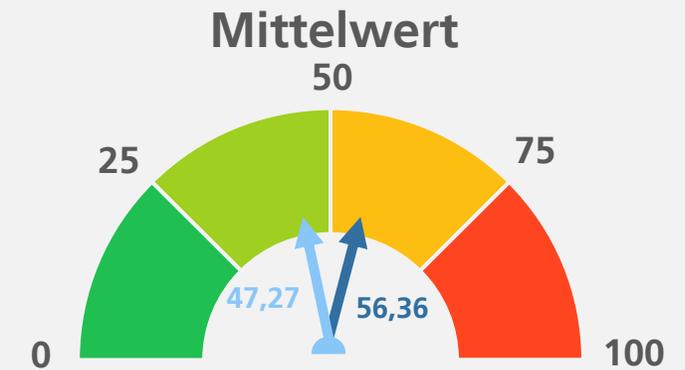
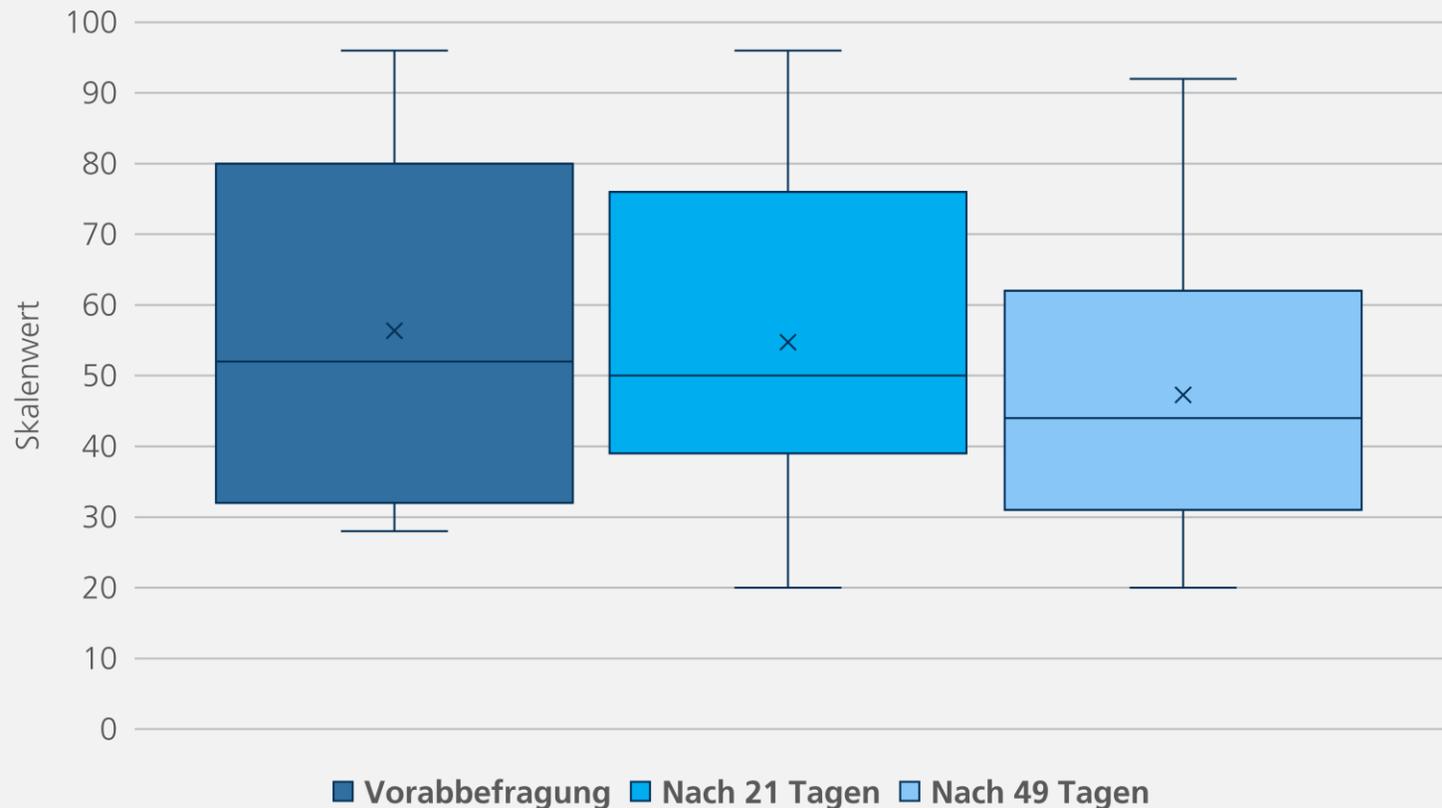
höchst signifikante Änderung  
Nach 49 Tagen

## Veränderung der Körperaufmerksamkeit während der Anwendung



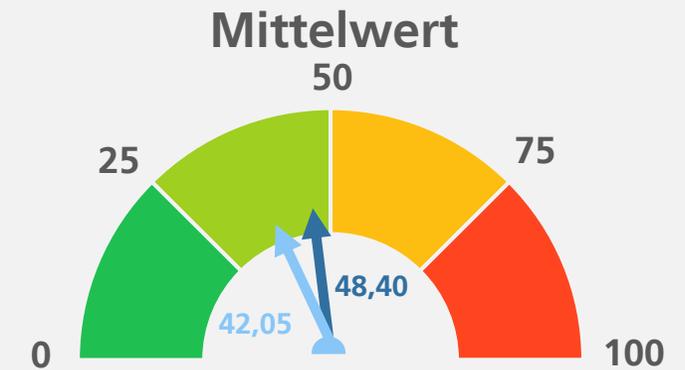
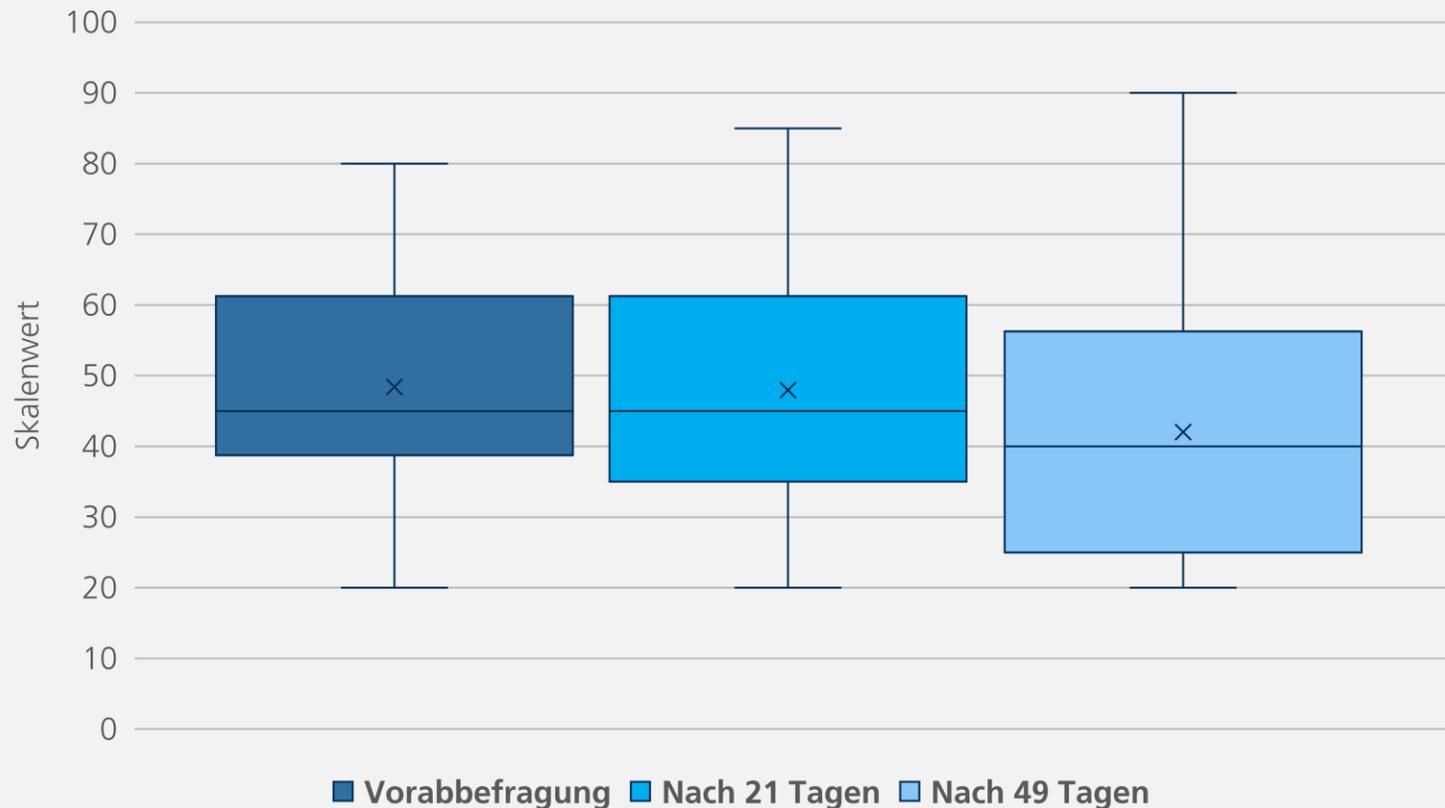
 hoch signifikante Änderung  
Nach 21 Tagen

## Veränderung der Mentalen Ablenkung während der Anwendung



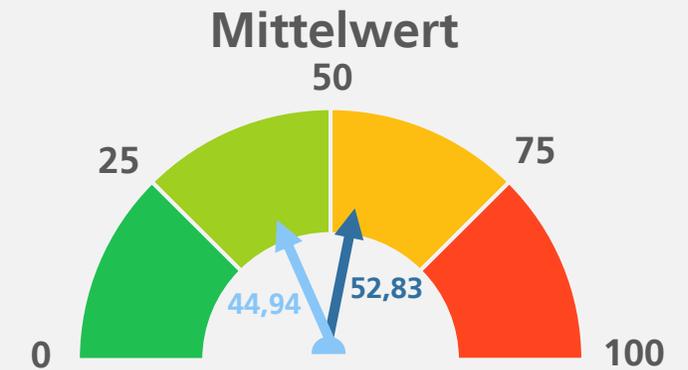
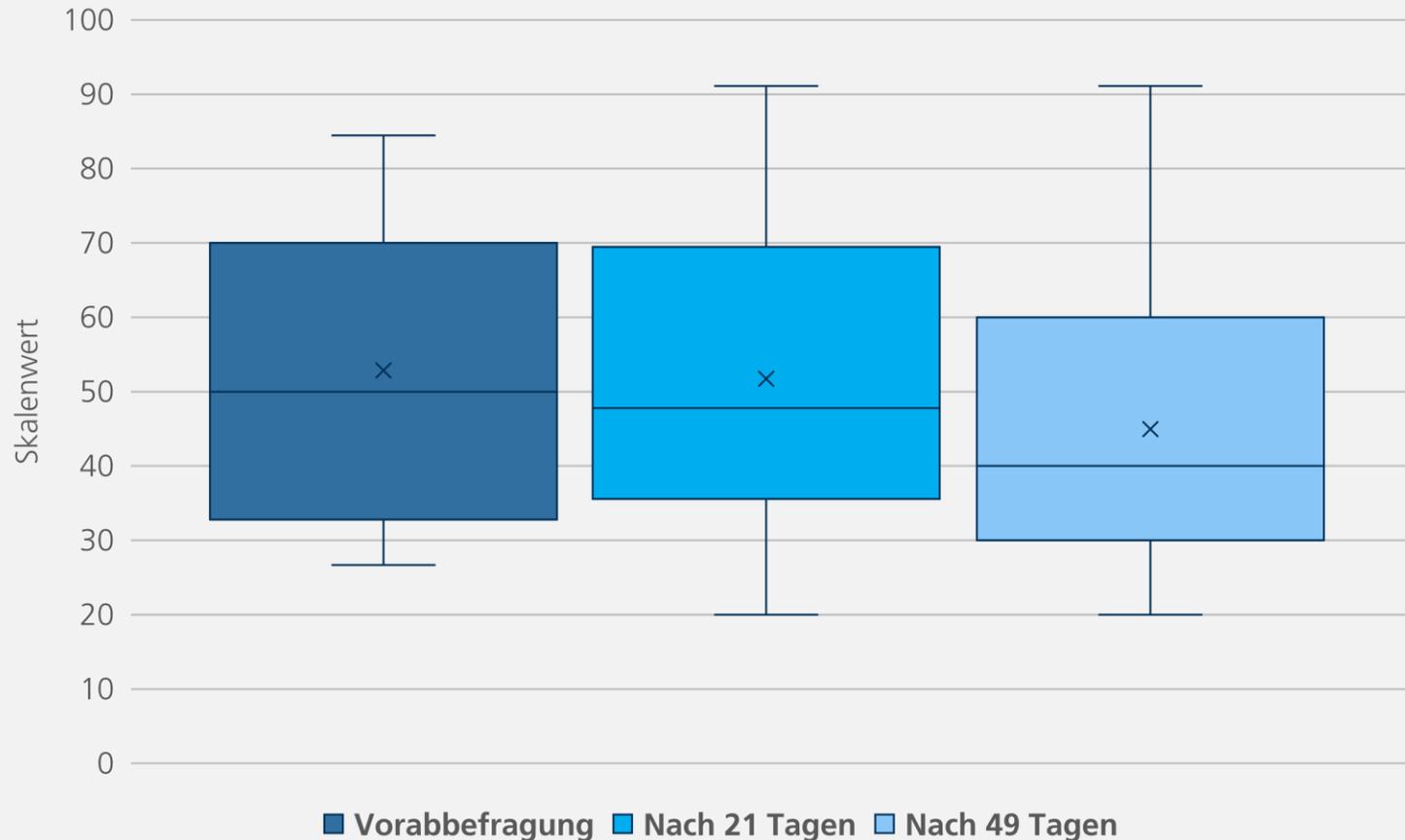
 hoch signifikante Änderung  
Nach 49 Tagen

## Veränderung der Alternativen Tätigkeit während der Anwendung



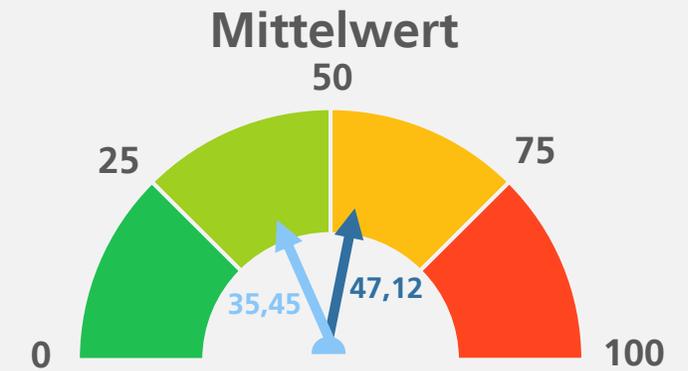
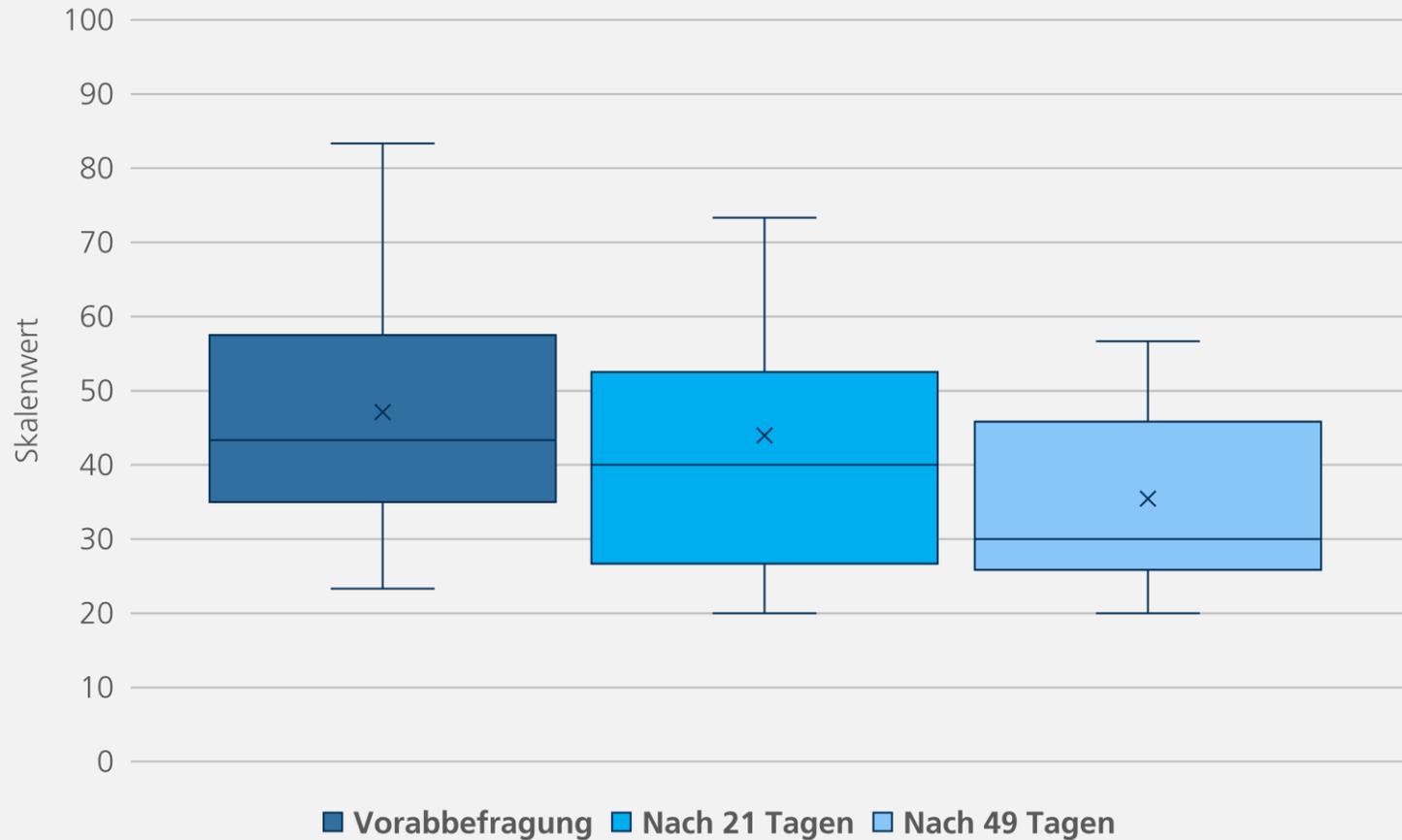
 hoch signifikante Änderung  
Nach 49 Tagen

## Veränderung der Konzentration während der Anwendung



 hoch signifikante Änderung  
Nach 49 Tagen

## Veränderung der Angst während der Anwendung



hoch signifikante Änderung  
Nach 49 Tagen

## Weniger Stress

Während der brainLight-Anwendung **verringert** sich das **Stressniveau** der Proband\*innen (S. 17). Insbesondere durch **weniger Sorgen** (S. 16) und eine **geringere Anspannung** (S. 15)

## Mehr Körperaufmerksamkeit

Während der brainLight-Anwendung hat sich besonders mittelfristig (nach 21 Tagen) die **Körperaufmerksamkeit** (S. 18) der Proband\*innen **erhöht**.

## Mehr Konzentration

Insbesondere langfristig hat sich die **Konzentration** (S. 21) der Proband\*innen während des Anwendungszeitraums erhöht. Dies zeigt sich auch durch eine **verringerte mentale Ablenkung** (S. 19) sowie **weniger alternativen Tätigkeiten** (S. 20) und somit einer verringerten Prokrastination

## Weniger Angst

Langfristig hat sich die **Angst** vor bestimmten Aufgaben z.B. Prüfungsangst und Panikgefühle **gesenkt** (S. 22)

# Kann man mit den brainLight-Synchro-Clever-Programmen besser lernen?

Ja 

-  Die Proband\*innen haben ihr **Stressniveau verringert**.
-  Die Proband\*innen sind **fokussierter** und **konzentrierter**.
-  Die Proband\*innen konnten Ihre **Panikgefühle** und **Zweifel verringern**.