



Studienprojekt
„Selbstheilungskräfte erforschen“
Ergebnisse Studienzyklus Januar – März 2019



Agenda

Hintergrundinformationen

- Wirkung von Meditation
- Phasen der Tiefenerfahrungen
- Möglichkeiten für Entspannung

Vorstellung der Studie

- Projektpartner
- brainLight-Technologie
- Studienbeschreibung
- Fragebogen

Studienergebnisse

Fazit

Ergebnisse: Angaben zur Studie „Selbstheilungskräfte erforschen“

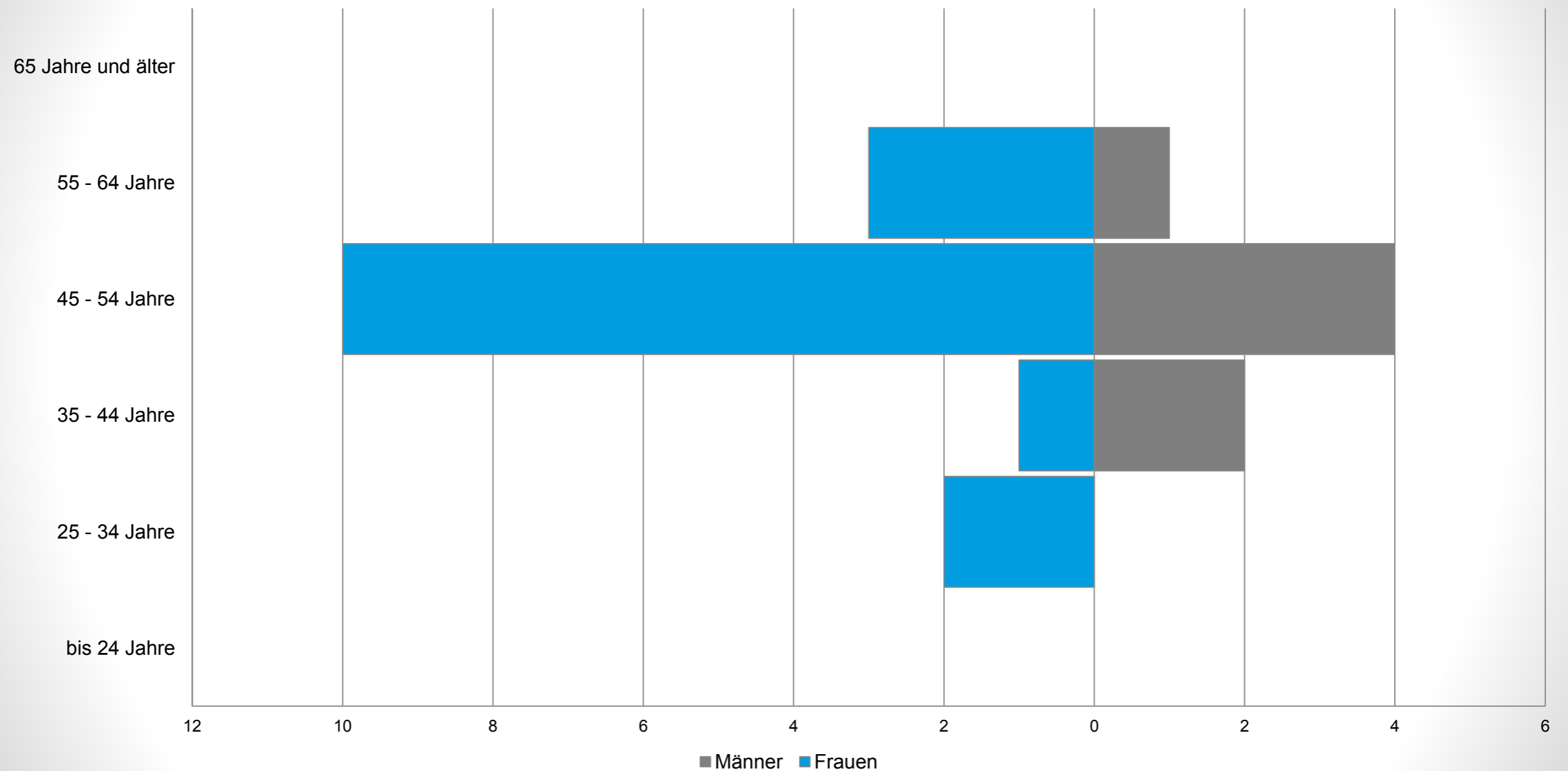


- Zyklus 3.1 – 3.3: Januar bis März 2019
- Vergleich der 3 Zyklen
- Insgesamt haben **26 Teilnehmer*innen** alle drei Fragebögen vollständig ausgefüllt
- Davon waren:
73,1% Frauen und
26,9% Männer
- **Durchschnittsalter** der Teilnehmer*innen:
50,54 Jahre (Min: 31 Jahre; Max: 76 Jahre)



Ergebnisse: Angaben zur Person

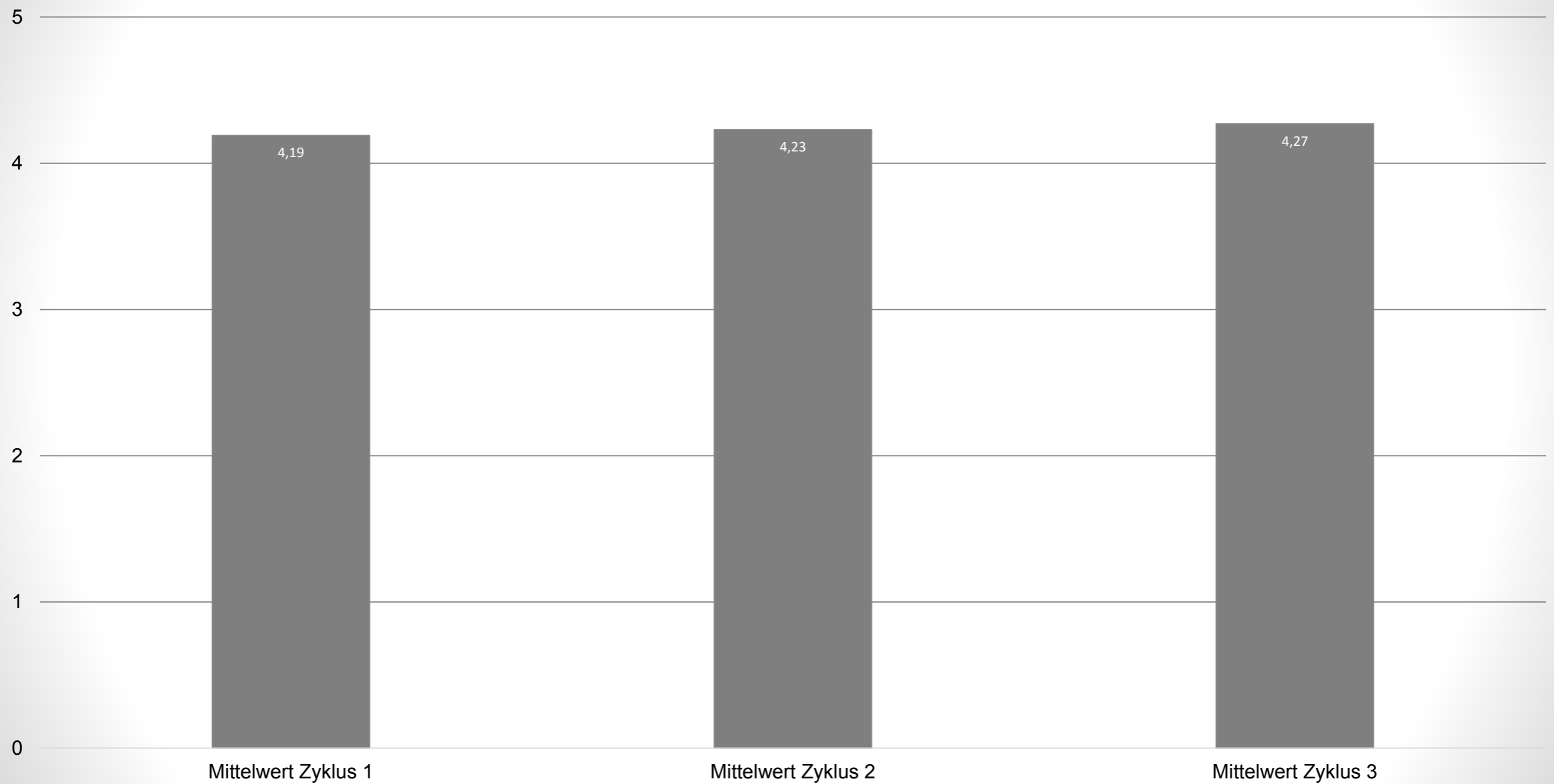
Alterspyramide





Ergebnisse: Fragen zur Erfahrung

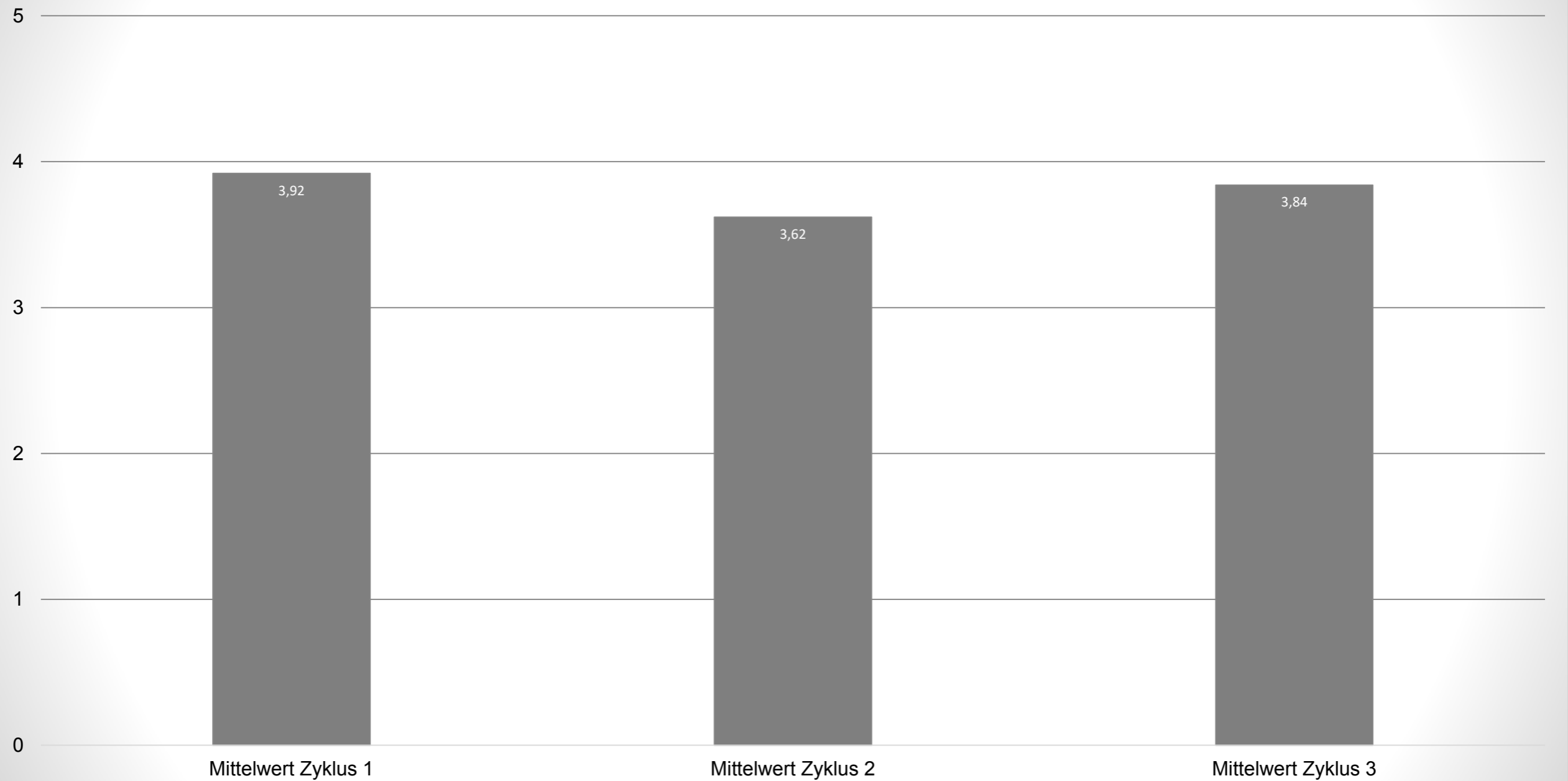
Einlassen auf die Meditation





Ergebnisse: Fragen zur Erfahrung

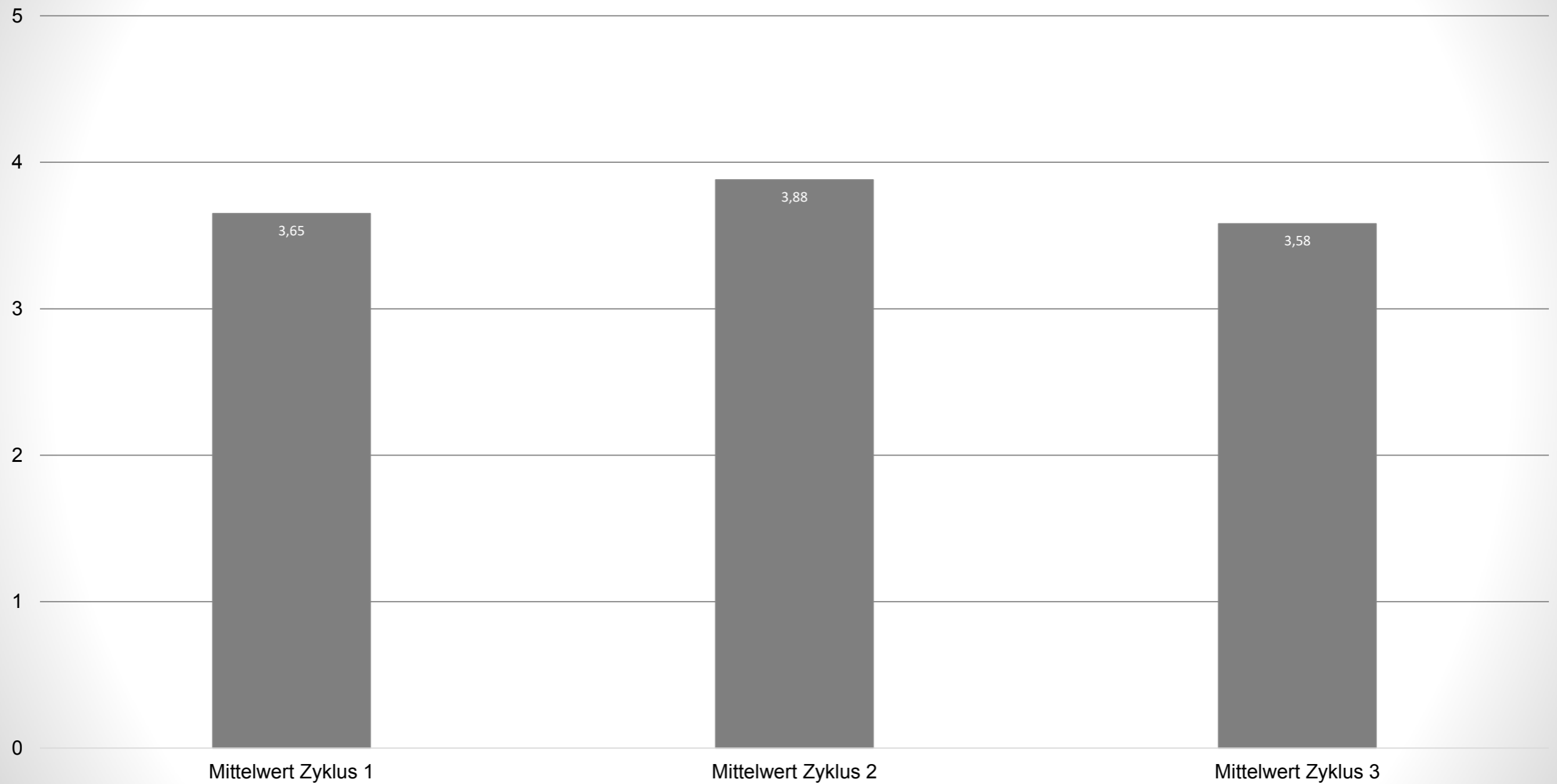
Vorstellung der Bilder





Ergebnisse: Fragen zur Erfahrung

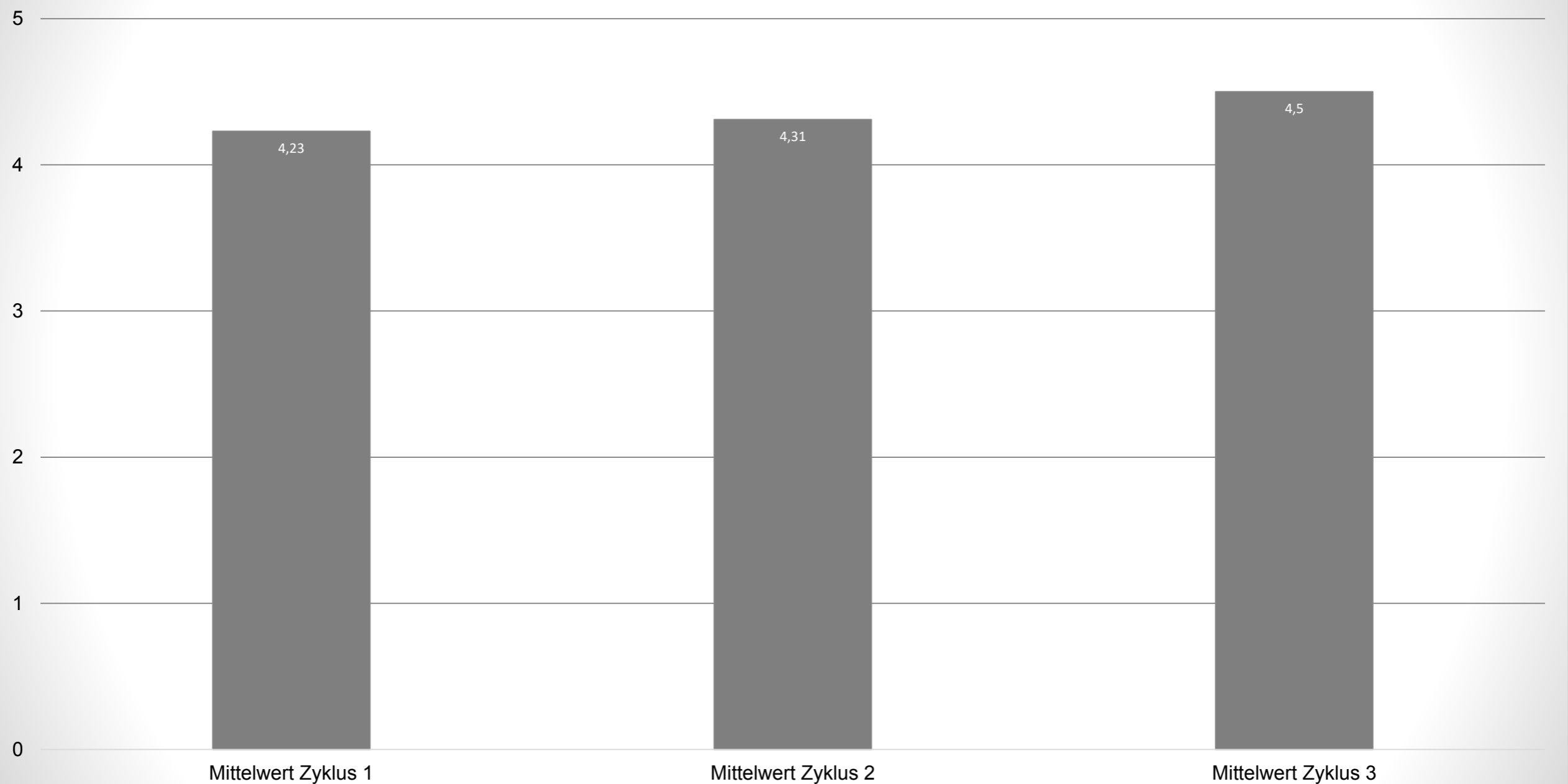
Erhöhung des Körperbewusstseins





Ergebnisse: Fragen zur Erfahrung

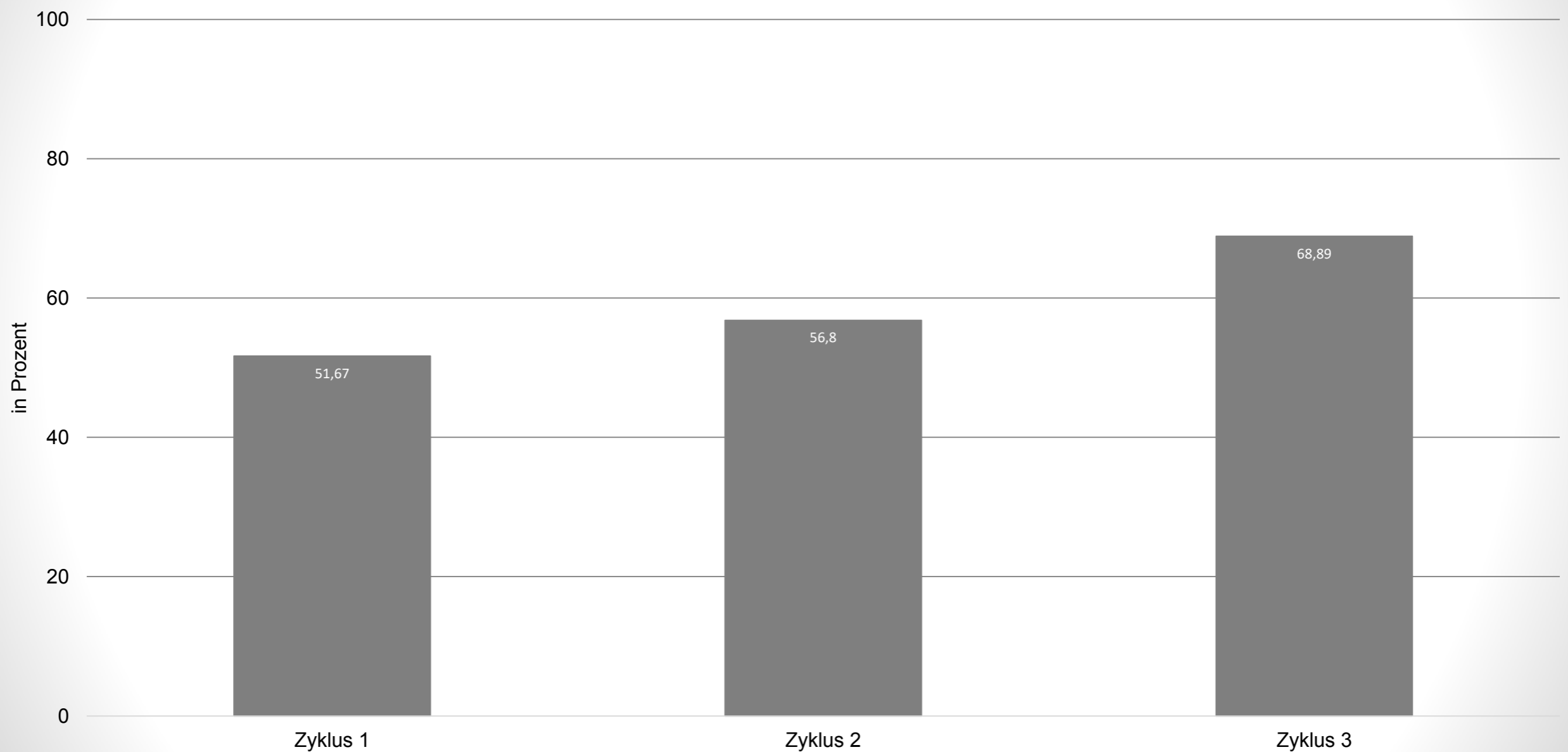
Entspannung durch Meditation





Ergebnisse: Fragen zum Ergebnis

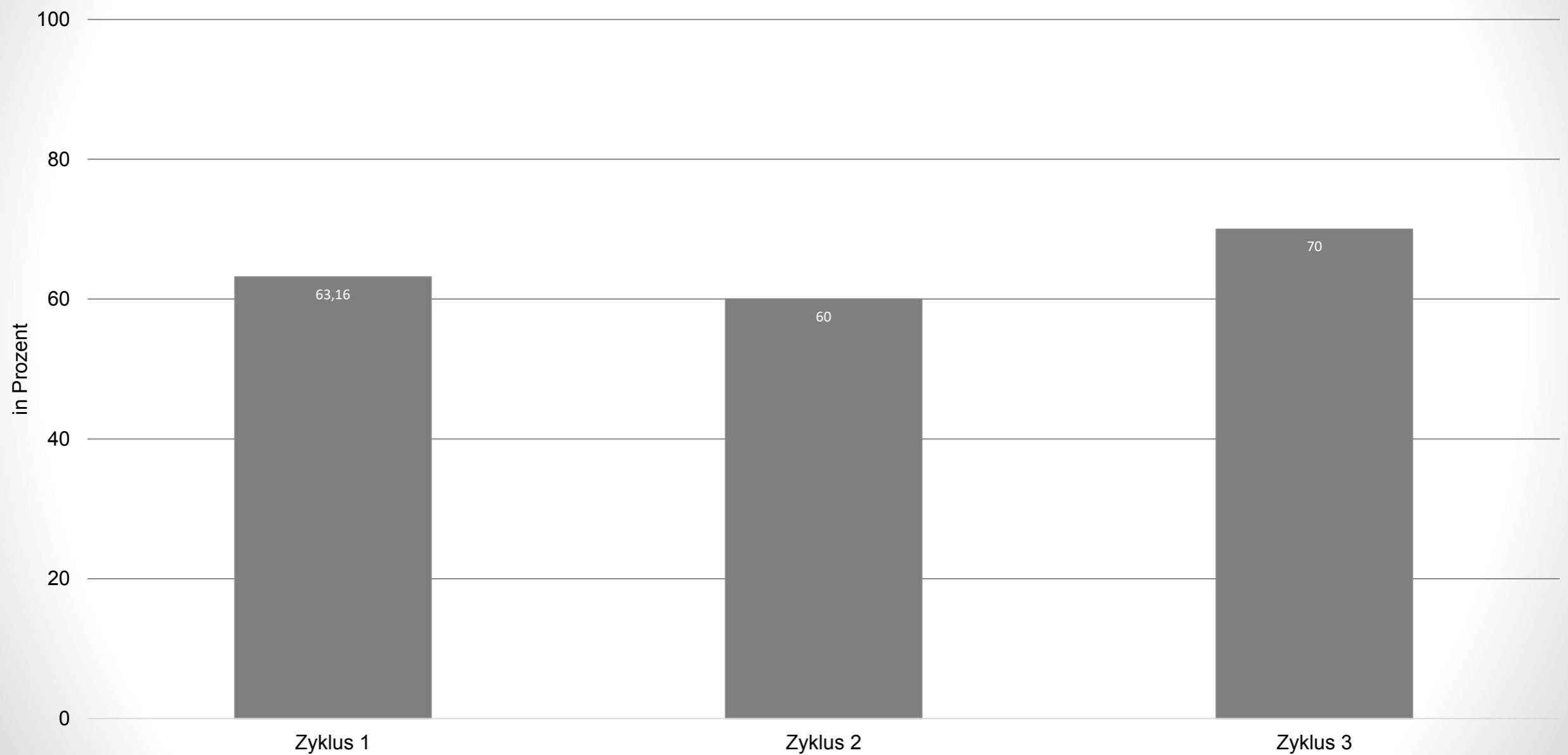
Durchschnittliche Zielerreichung für "sehr wichtig" Verbesserung des allgemeinen Gesundheitszustands





Ergebnisse: Fragen zum Ergebnis

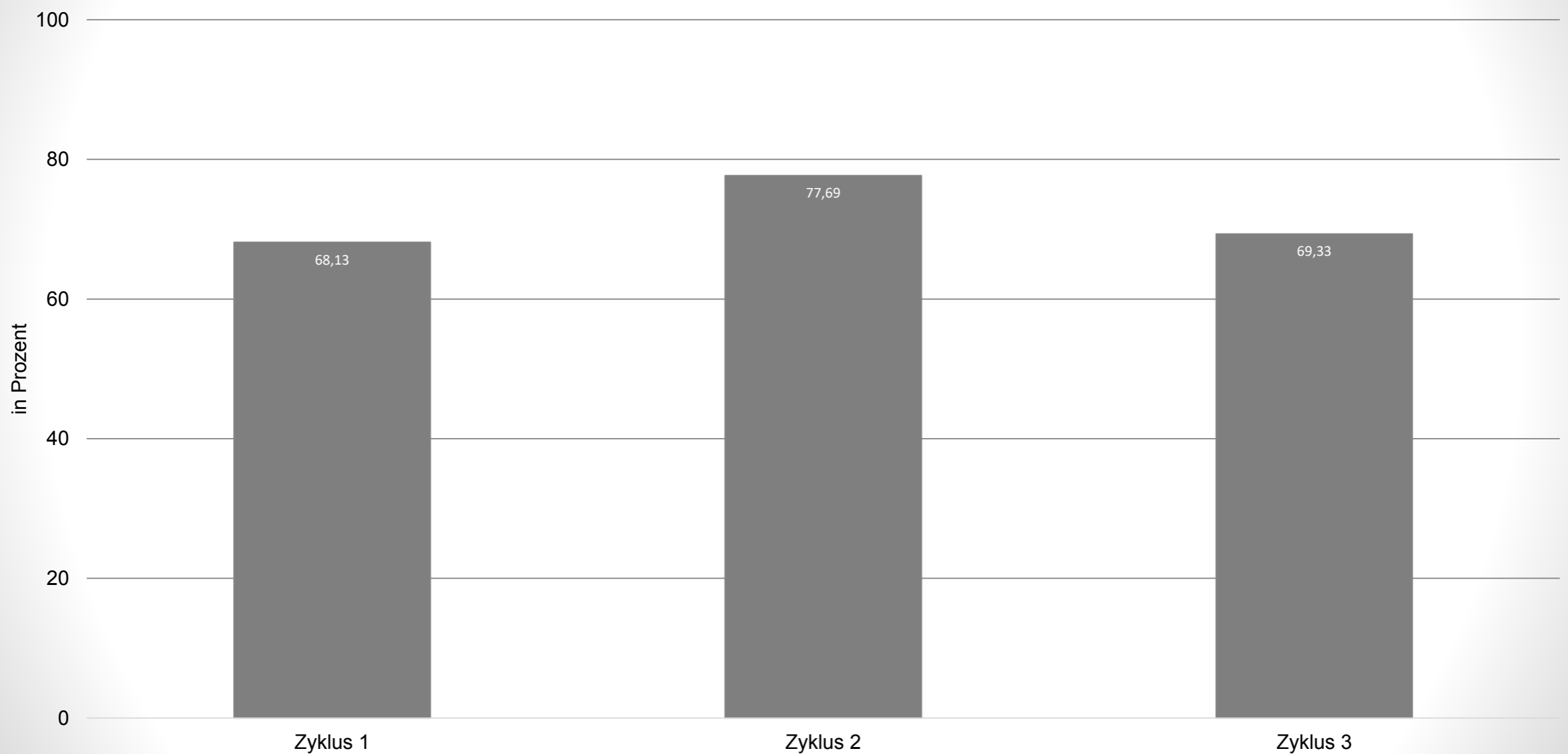
Durchschnittliche Zielerreichung für "sehr wichtig" Verbesserung der Vitalität





Ergebnisse: Fragen zum Ergebnis

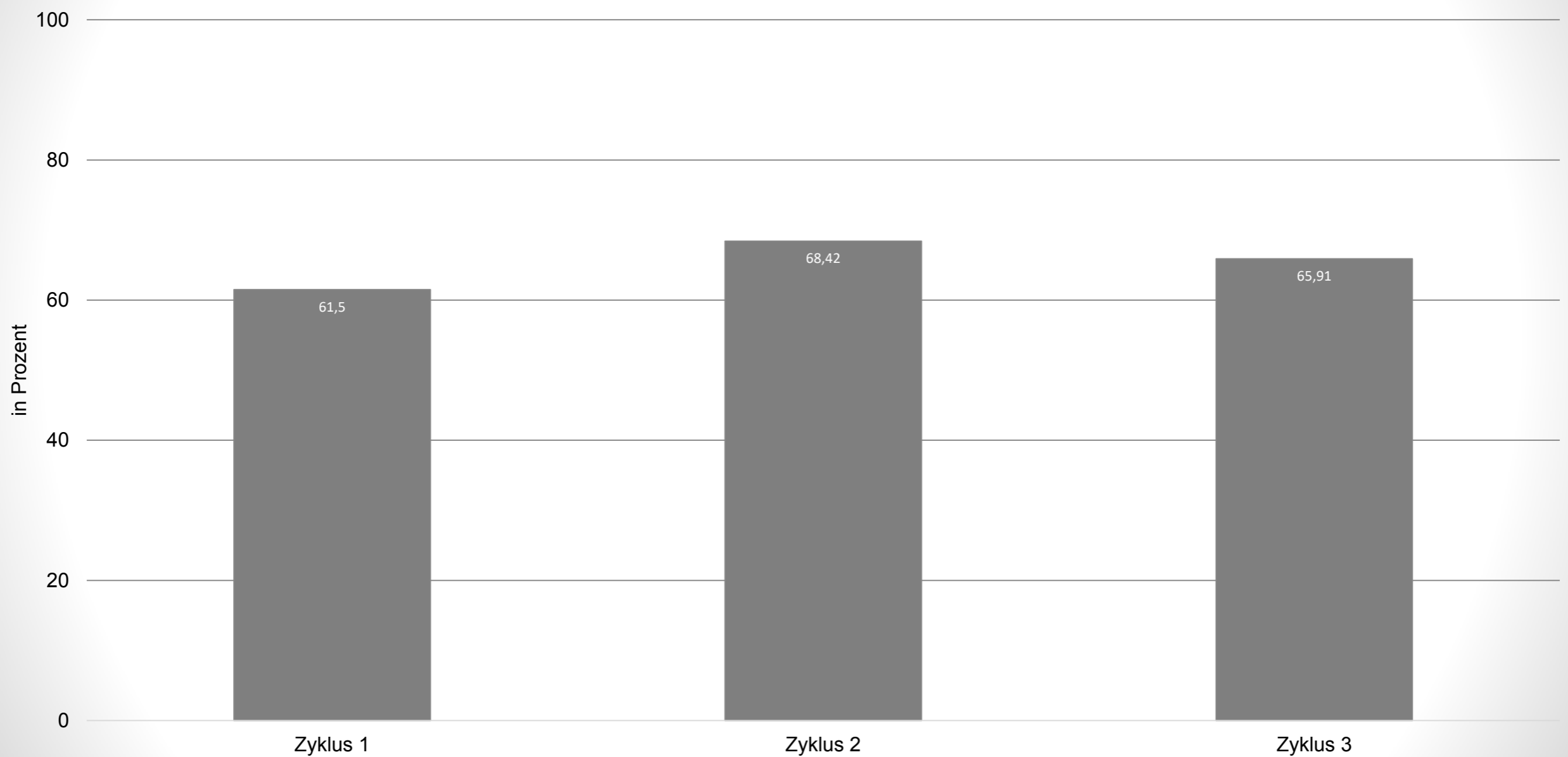
Durchschnittliche Zielerreichung für "sehr wichtig" Prävention





Ergebnisse: Fragen zum Ergebnis

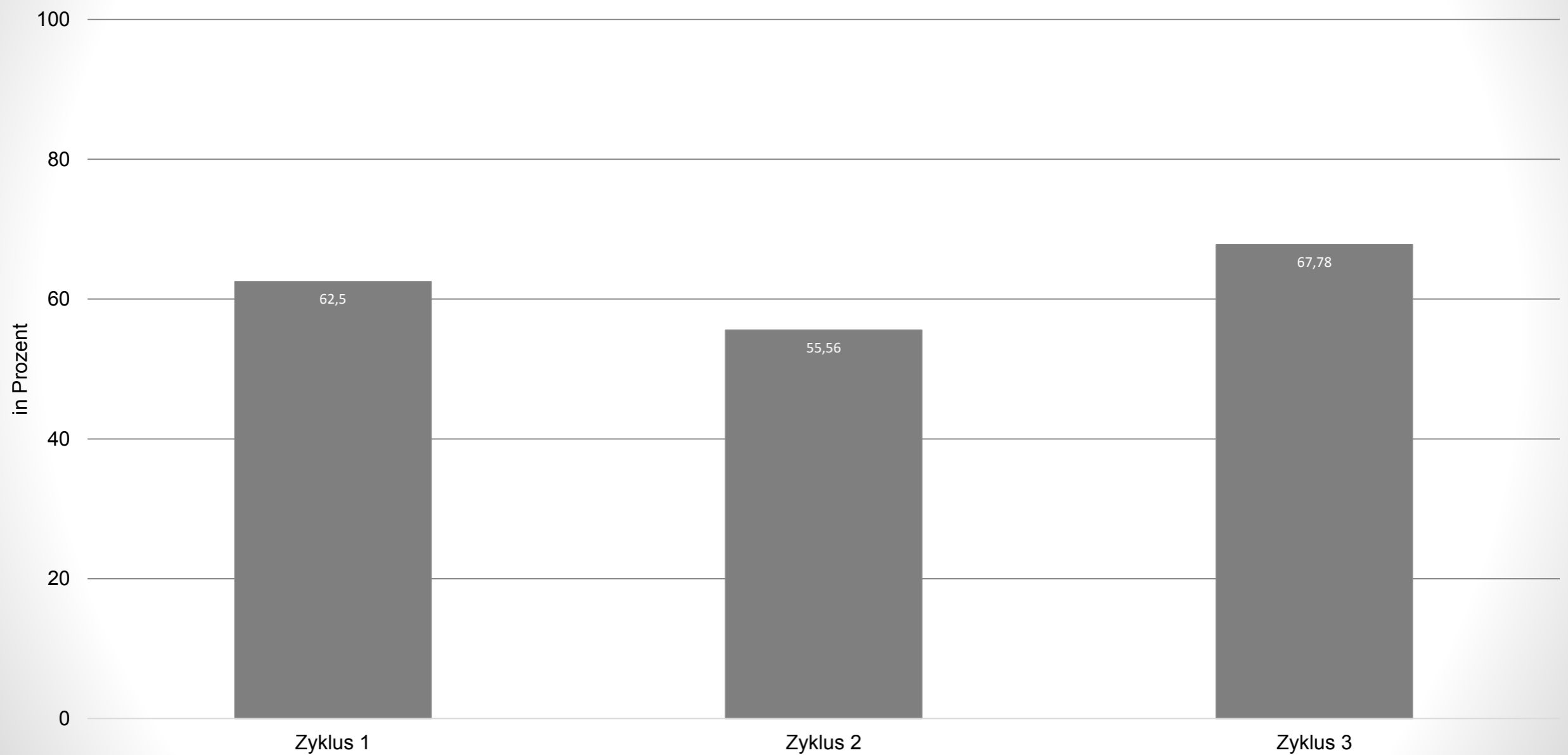
Durchschnittliche Zielerreichung für "sehr wichtig" Kennenlernen der eigenen Selbstheilungskräfte





Ergebnisse: Fragen zum Ergebnis

Durchschnittliche Zielerreichung für "sehr wichtig" Gesundung des gewählten Organs





Agenda

Hintergrundinformationen

- Wirkung von Meditation
- Phasen der Tiefenerfahrungen
- Möglichkeiten für Entspannung

Vorstellung der Studie

- Projektpartner
- brainLight-Technologie
- Studienbeschreibung
- Fragebogen

Studienergebnisse

Fazit

Informationen zu den Teilnehmer*innen und den brainLight-Anwendungen

- 73,1% der insgesamt 26 Teilnehmer*innen sind Frauen; am stärksten vertreten sind Teilnehmer*innen im Alter von 45 - 54 Jahren.
- Im Durchschnitt konnten sich die Teilnehmer*innen über alle Zyklen hinweg nach einigen Anwendungen immer besser auf die Meditation einlassen.
- Die Teilnehmer*innen konnten sich die vorgegebenen Bilder in allen Zyklen im Durchschnitt gut vorstellen.
- Die Erhöhung des Körperbewusstseins schwankte über die drei Zyklen etwas, lag aber im guten Bereich.
- Die Entspannung durch die Meditation nahm über die drei Zyklen stetig zu.
- Die durchschnittliche Zielerreichung für die Personen, die die vorgeschlagenen Ziele als sehr wichtig eingestuft haben, war am Ende des dritten Zyklus bis zu 17% höher als nach dem ersten Zyklus.



*„Nicht der Arzt heilt die Krankheit, sondern
der Körper heilt die Krankheit.“*

Hippokrates – griechischer Arzt