



Studienprojekt „Selbstheilungskräfte erforschen“

Ergebnisse Studienzyklus Juli – September 2019



Agenda

Hintergrundinformationen

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

Vorstellung der Studie

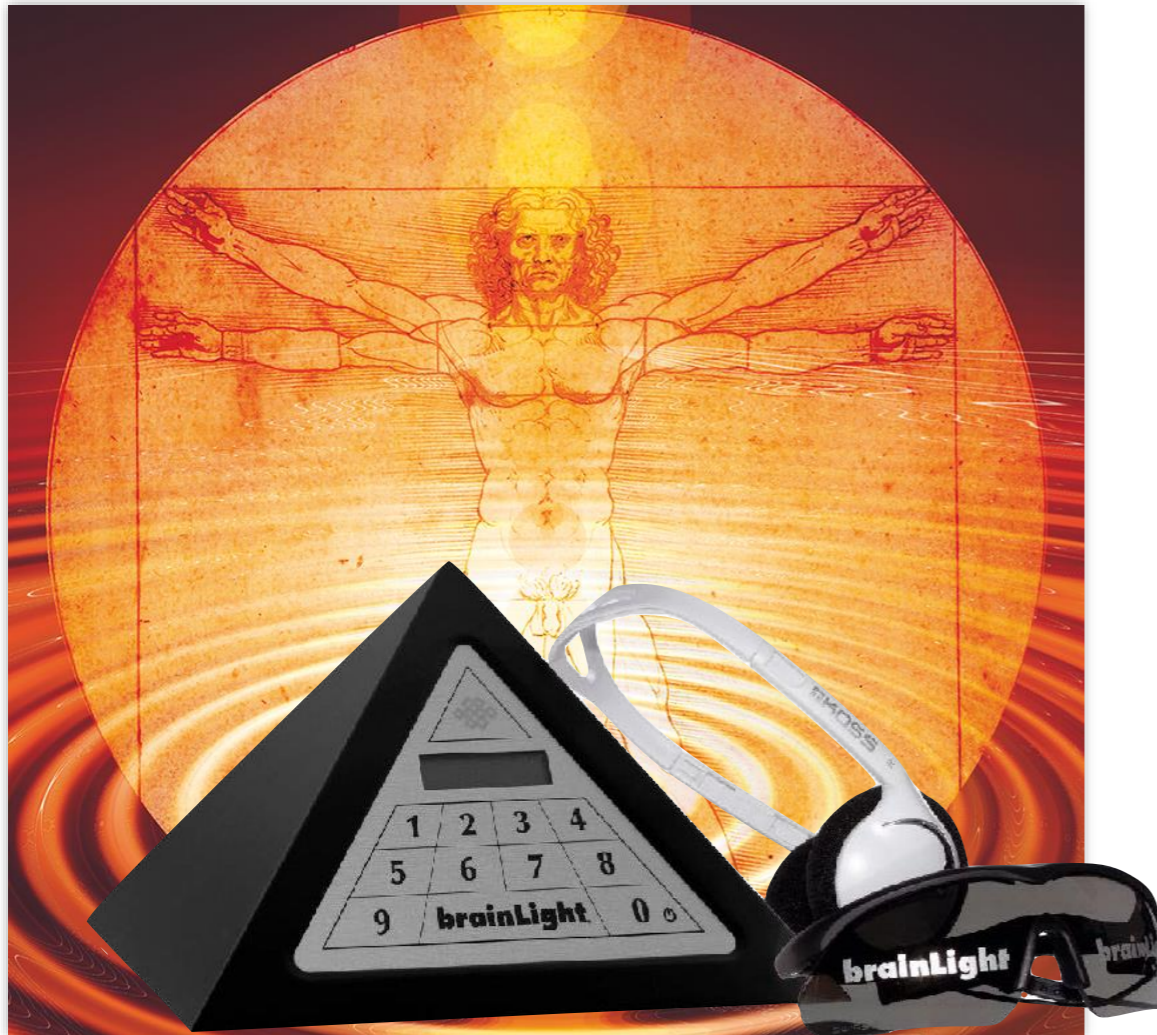
- Projektpartner
- brainLight-Technologie
- Studienbeschreibung
- Fragebogen

Studienergebnisse

Fazit



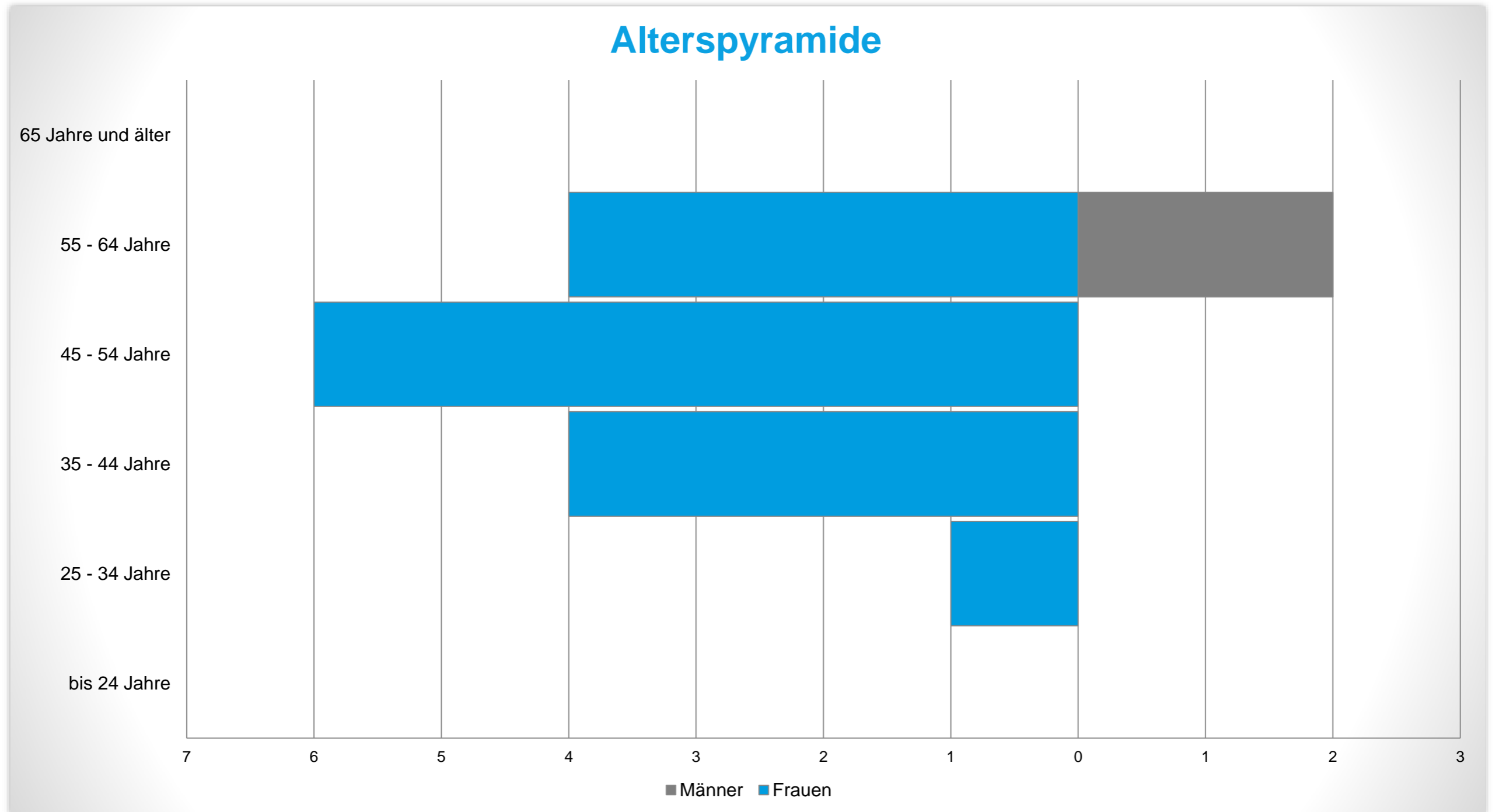
Ergebnisse: Angaben zur Studie „Selbstheilungskräfte erforschen“



- Zyklus 5.1 – 5.3: Juli bis September 2019
- Vergleich der 3 Zyklen
- Insgesamt haben **17 Teilnehmer*innen** alle drei Fragebögen vollständig ausgefüllt
- Davon waren:
88,2% Frauen und
11,8% Männer
- **Durchschnittsalter** der Teilnehmer*innen:
49,41 Jahre (Min: 27 Jahre; Max: 61 Jahre)



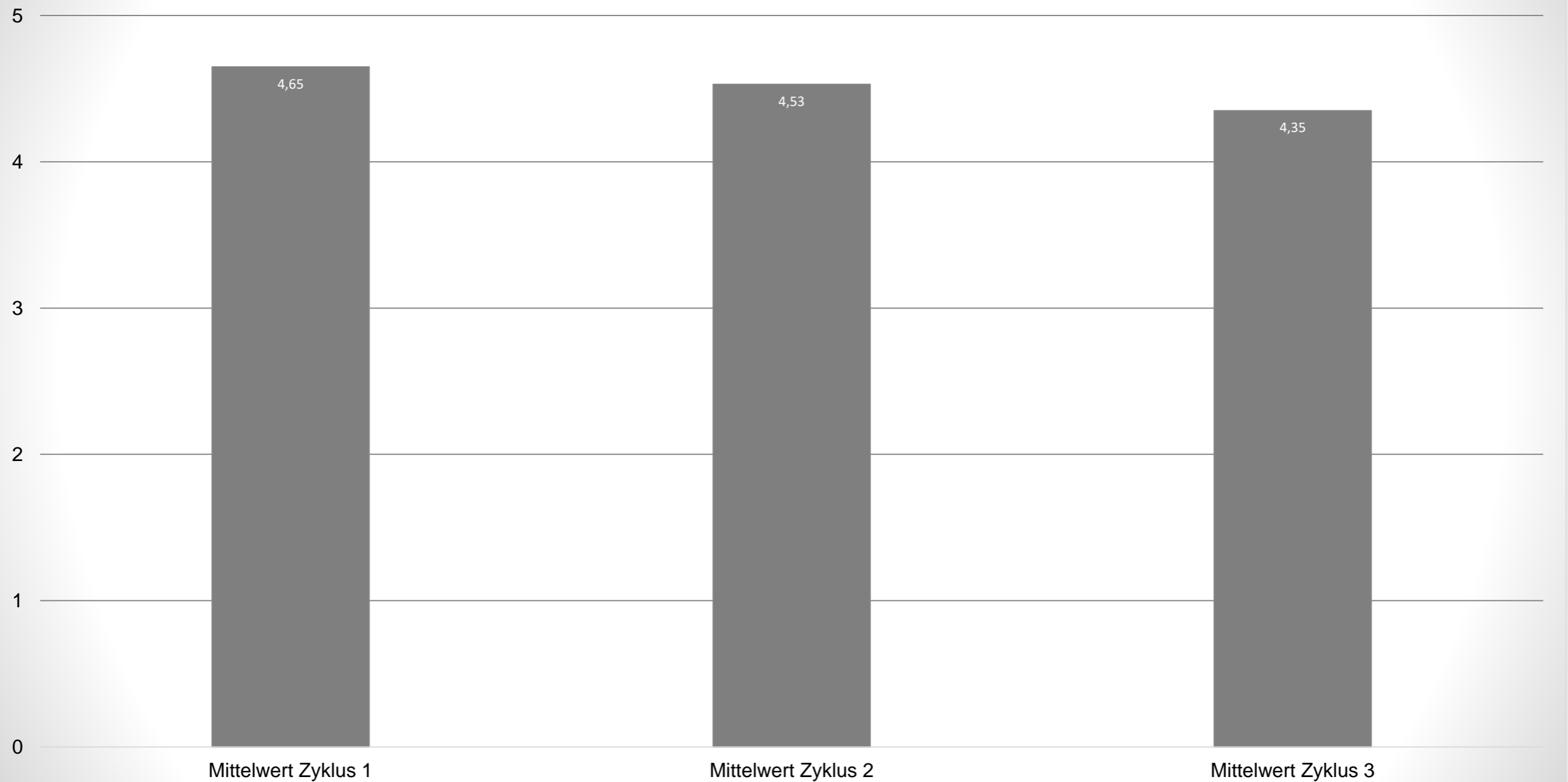
Ergebnisse: Angaben zur Person





Ergebnisse: Fragen zur Erfahrung

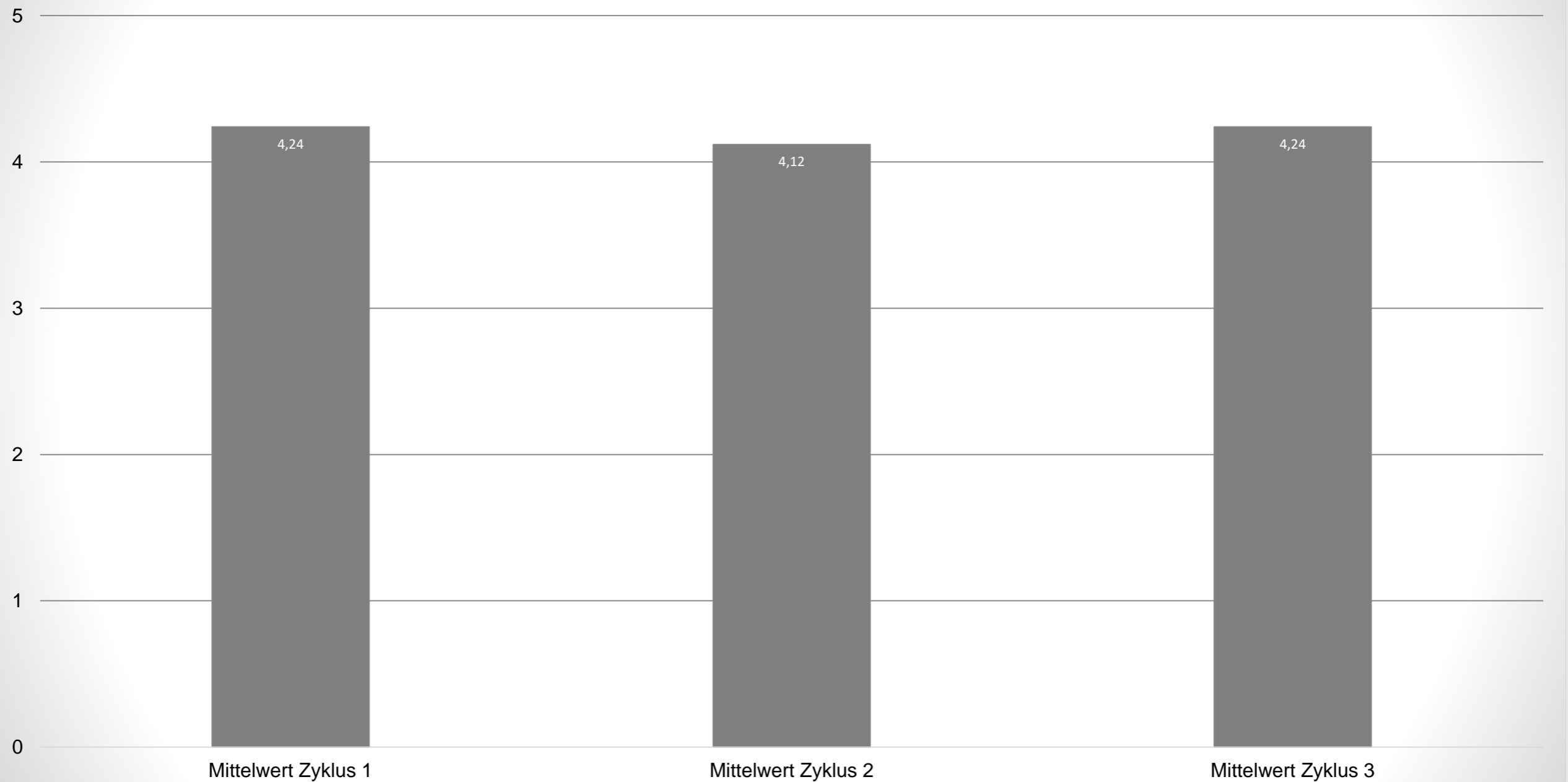
Einlassen auf die Meditation





Ergebnisse: Fragen zur Erfahrung

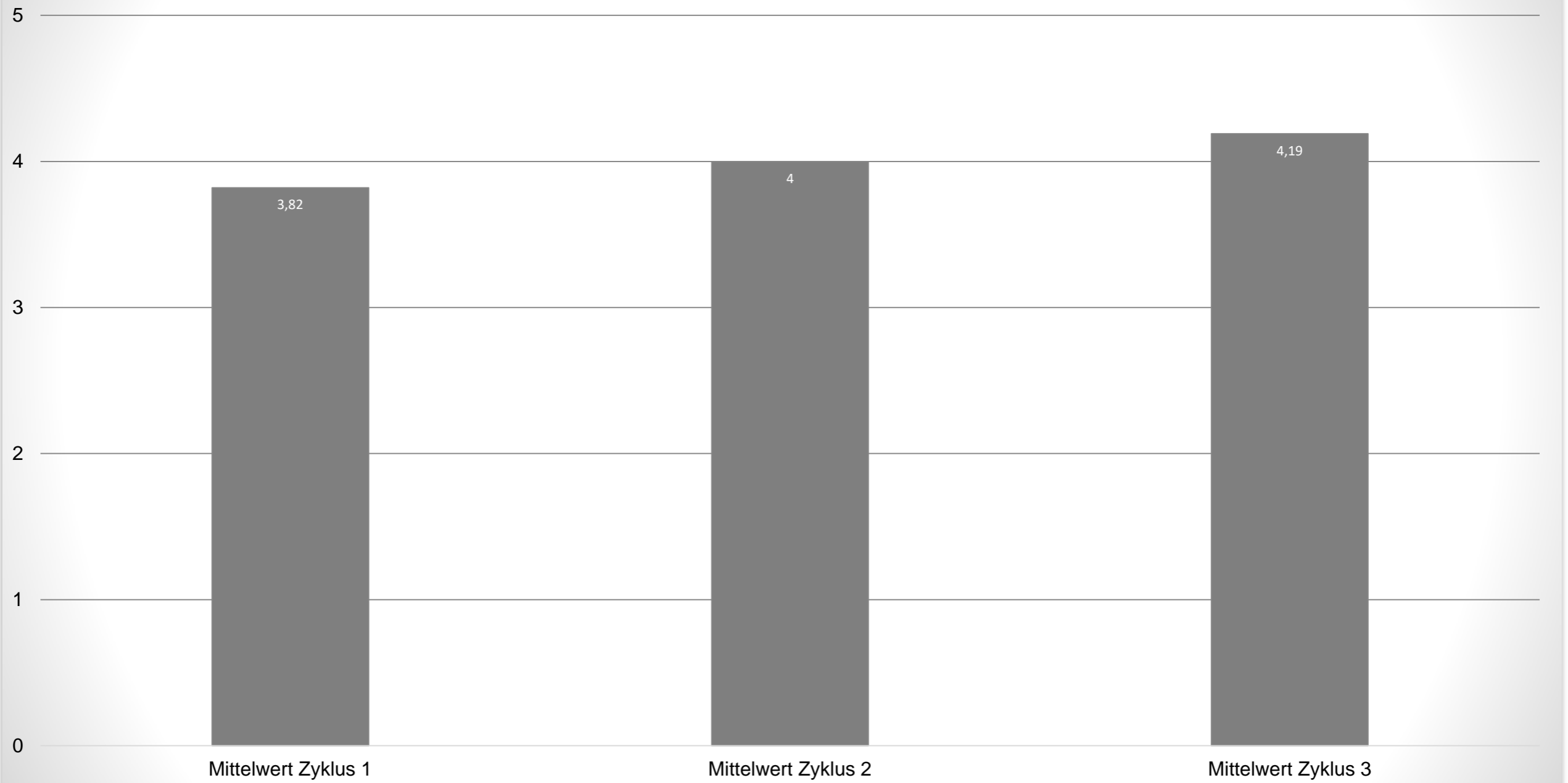
Vorstellung der Bilder





Ergebnisse: Fragen zur Erfahrung

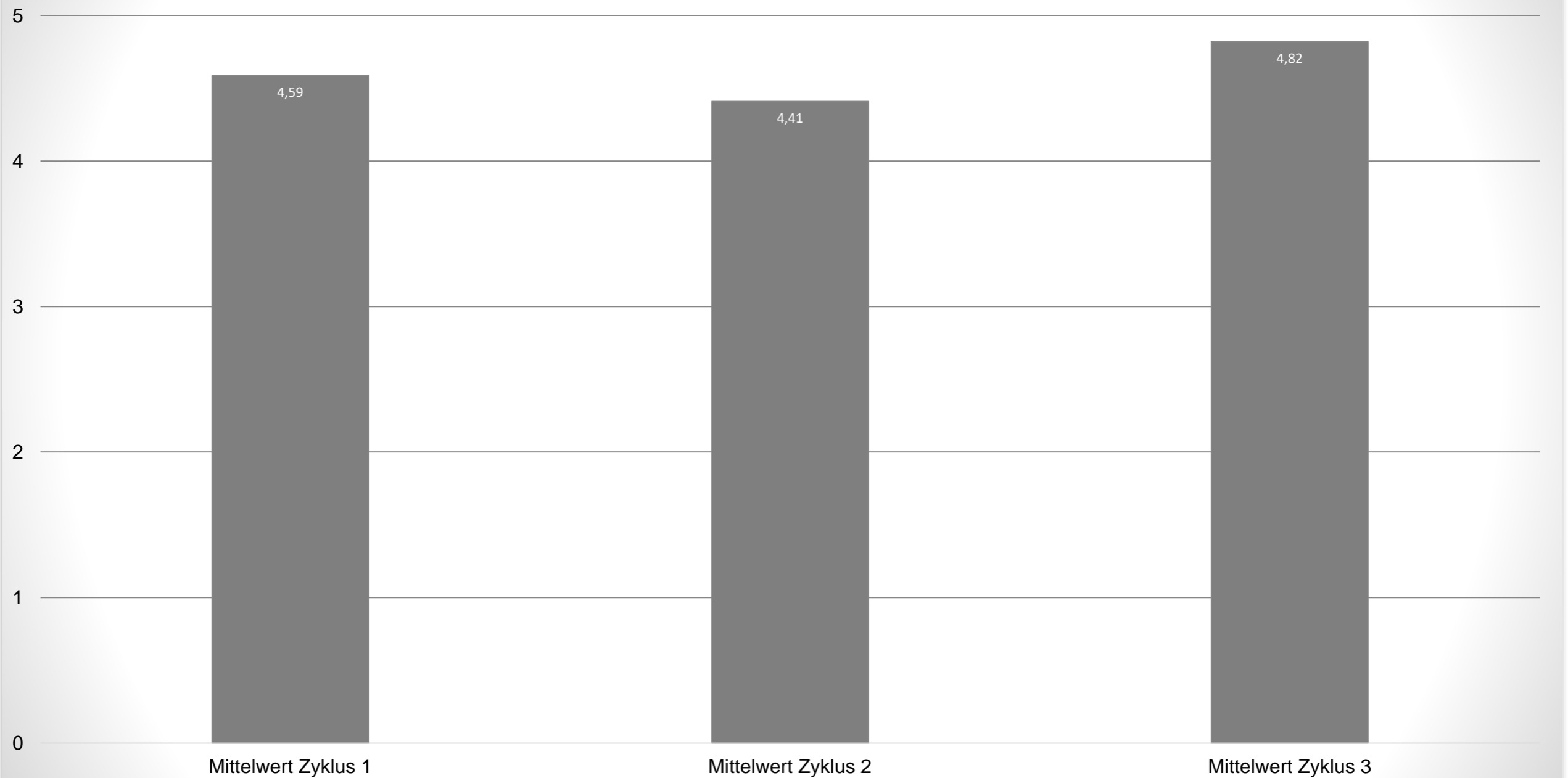
Erhöhung des Körperbewusstseins





Ergebnisse: Fragen zur Erfahrung

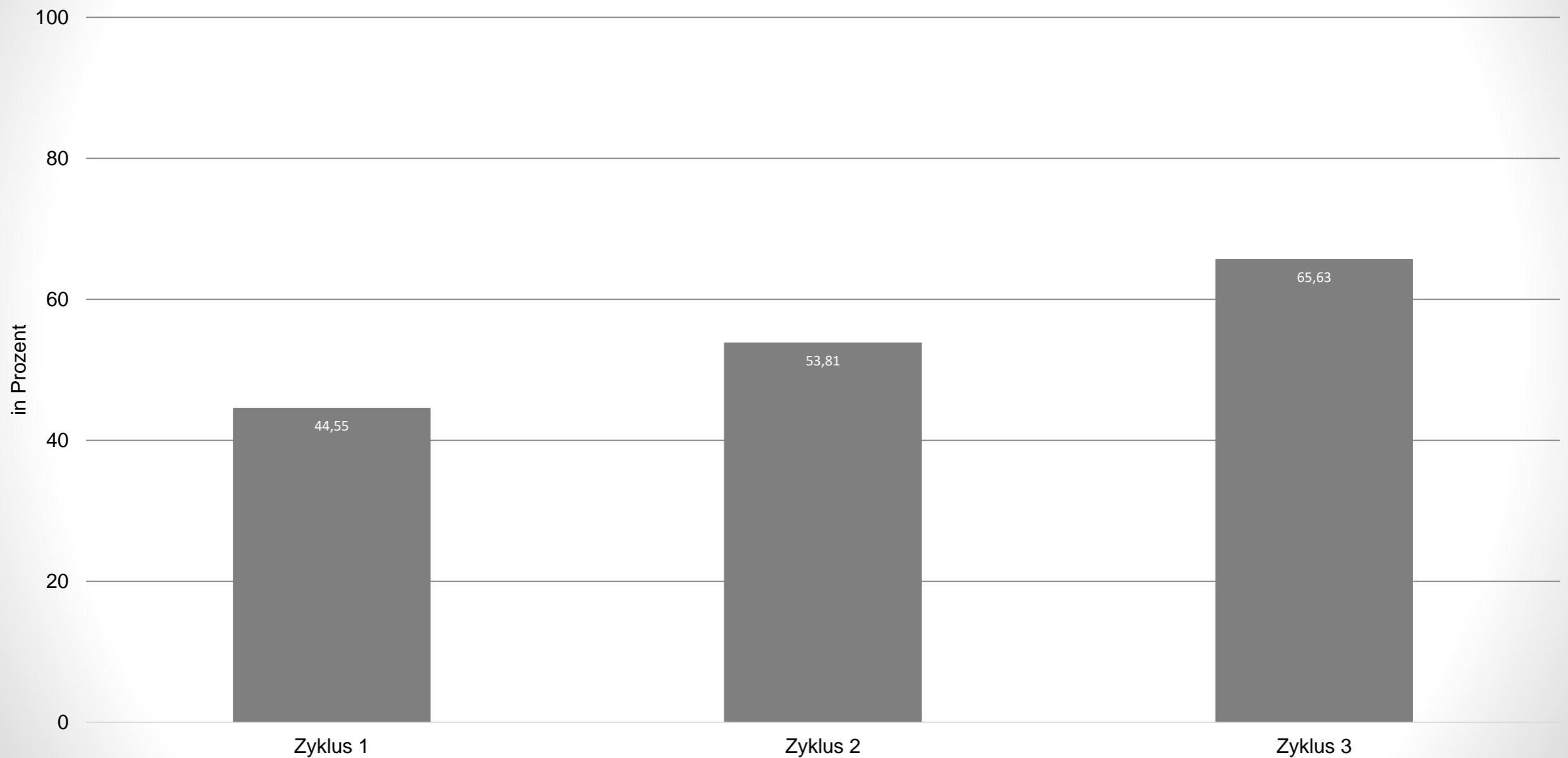
Entspannung durch Meditation





Ergebnisse: Fragen zum Ergebnis

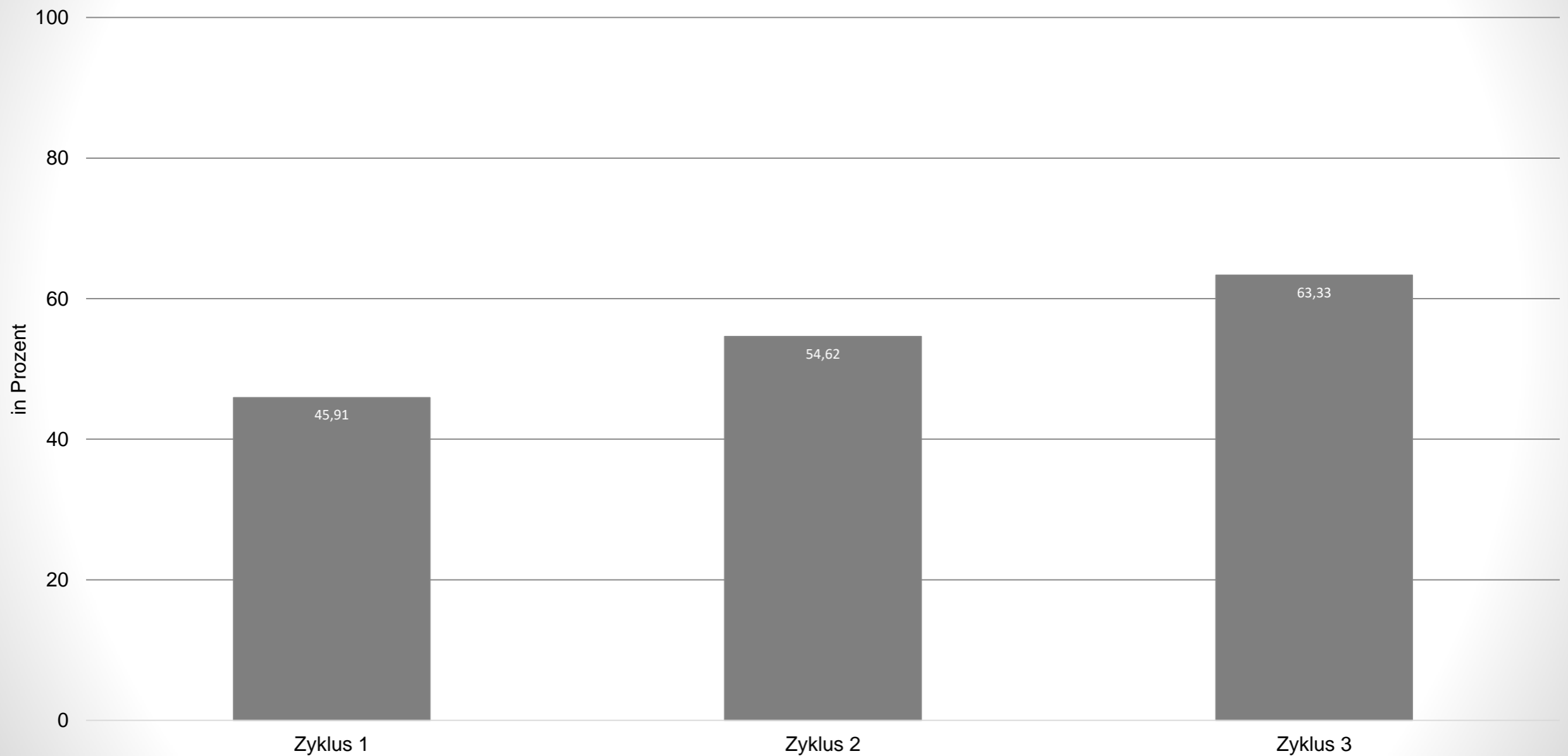
Durchschnittliche Zielerreichung für "sehr wichtig" Verbesserung des allgemeinen Gesundheitszustands





Ergebnisse: Fragen zum Ergebnis

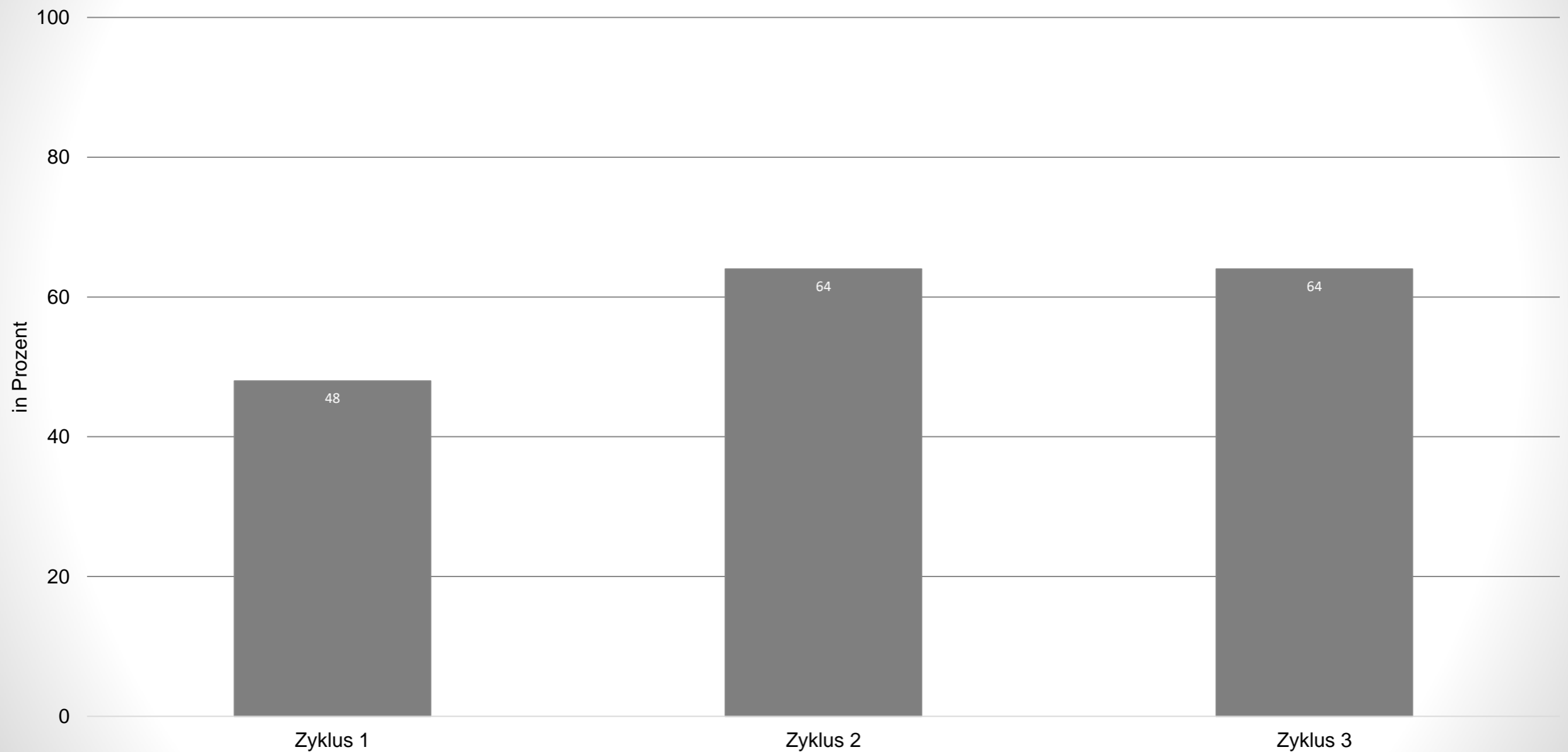
Durchschnittliche Zielerreichung für "sehr wichtig" Verbesserung der Vitalität





Ergebnisse: Fragen zum Ergebnis

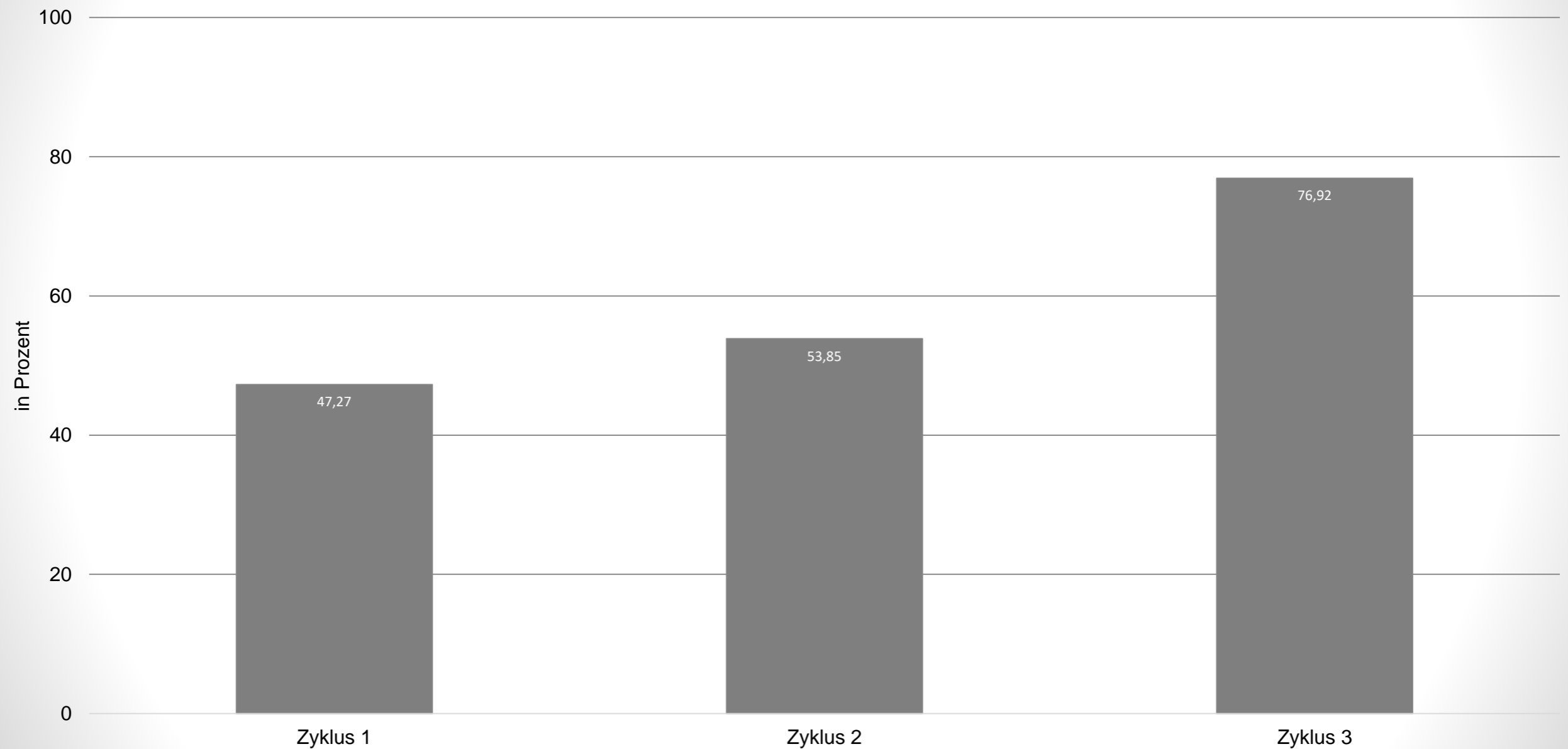
Durchschnittliche Zielerreichung für "sehr wichtig" Prävention





Ergebnisse: Fragen zum Ergebnis

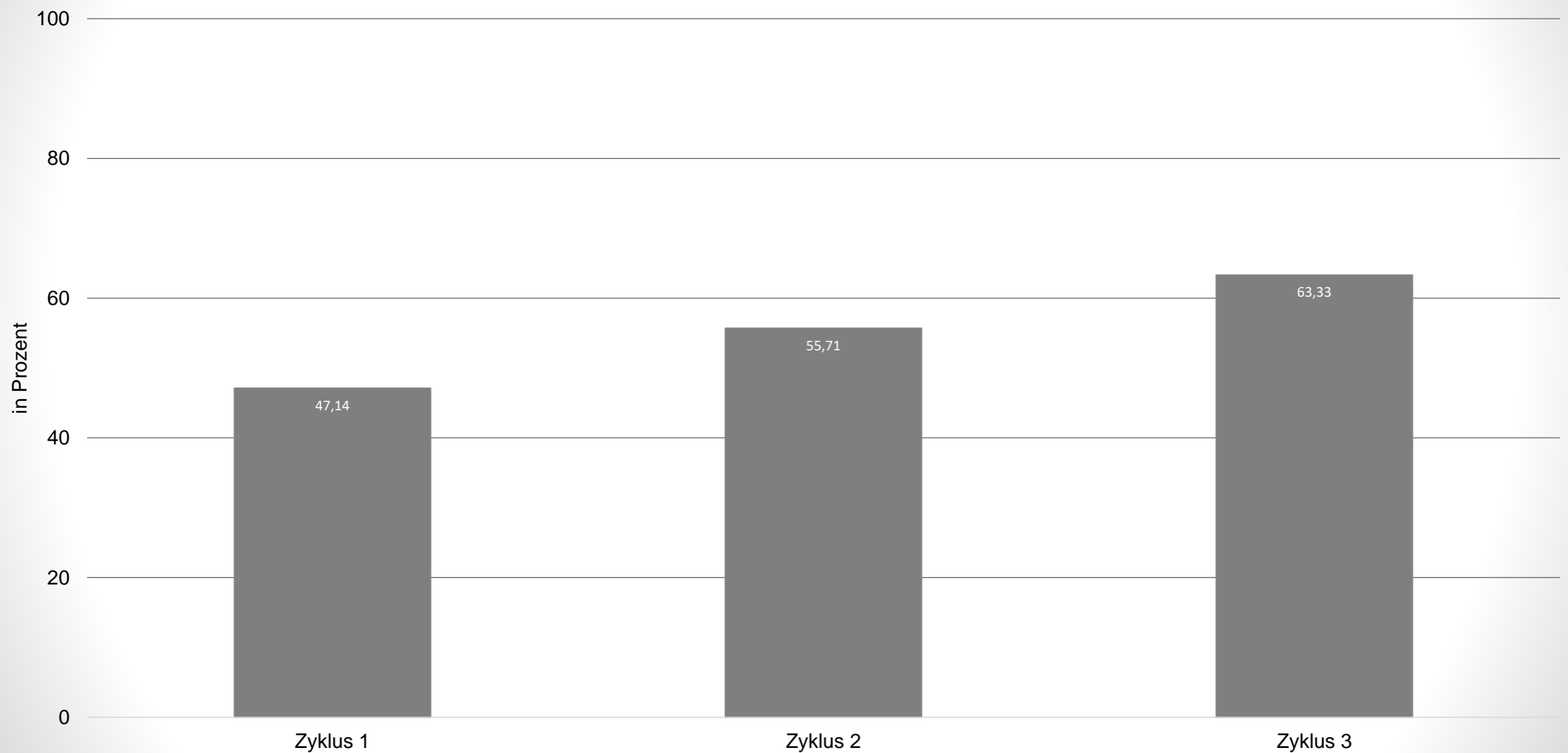
Durchschnittliche Zielerreichung für "sehr wichtig" Kennenlernen der eigenen Selbstheilungskräfte





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

- 88,2% der insgesamt 17 Teilnehmer*innen sind Frauen; am stärksten vertreten sind Teilnehmer*innen im Alter von 45 - 64 Jahren.
- Im Durchschnitt konnten sich die Teilnehmer*innen über alle Phasen hinweg sofort auf die Meditation einlassen.
- Die Teilnehmer*innen konnten sich die vorgegebenen Bilder in allen Phasen im Durchschnitt gut vorstellen.
- Das Körperbewusstsein hat sich über die 3 Phasen in Zyklus 5 stetig erhöht.
- Die Entspannung durch die Meditation lag relativ gleichbleibend im sehr guten Bereich.
- Die durchschnittliche Zielerreichung für die Personen, die die vorgeschlagenen Ziele als sehr wichtig eingestuft haben, war am Ende der dritten Phase bis zu 30% höher als nach der ersten Phase.



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

Hippokrates – griechischer Arzt