



Studienprojekt „Selbstheilungskräfte erforschen“

Ergebnisse Studienzyklus Oktober – Dezember 2019



Agenda

Hintergrundinformationen

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

Vorstellung der Studie

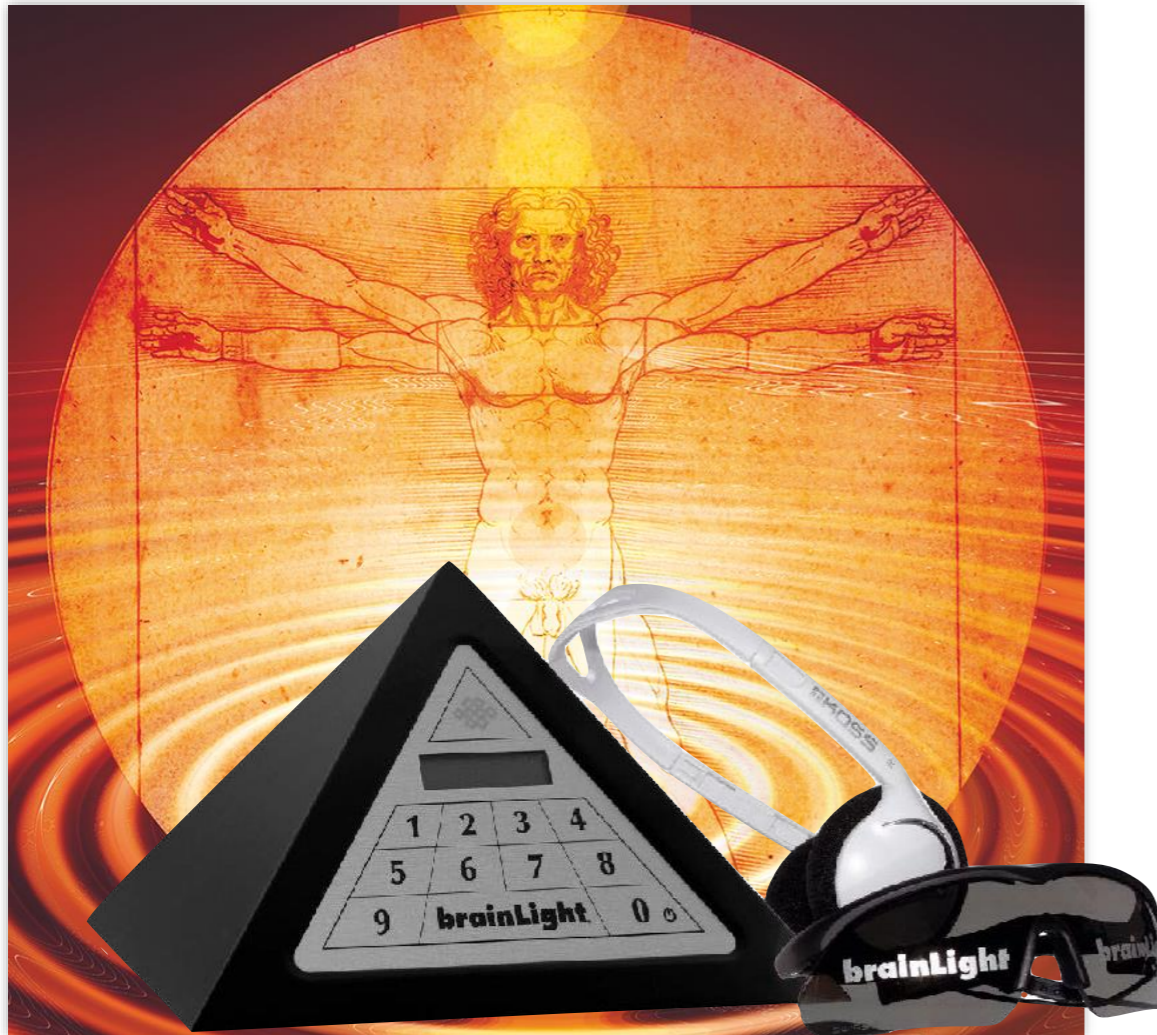
- Projektpartner
- brainLight-Technologie
- Studienbeschreibung
- Fragebogen

Studienergebnisse

Fazit



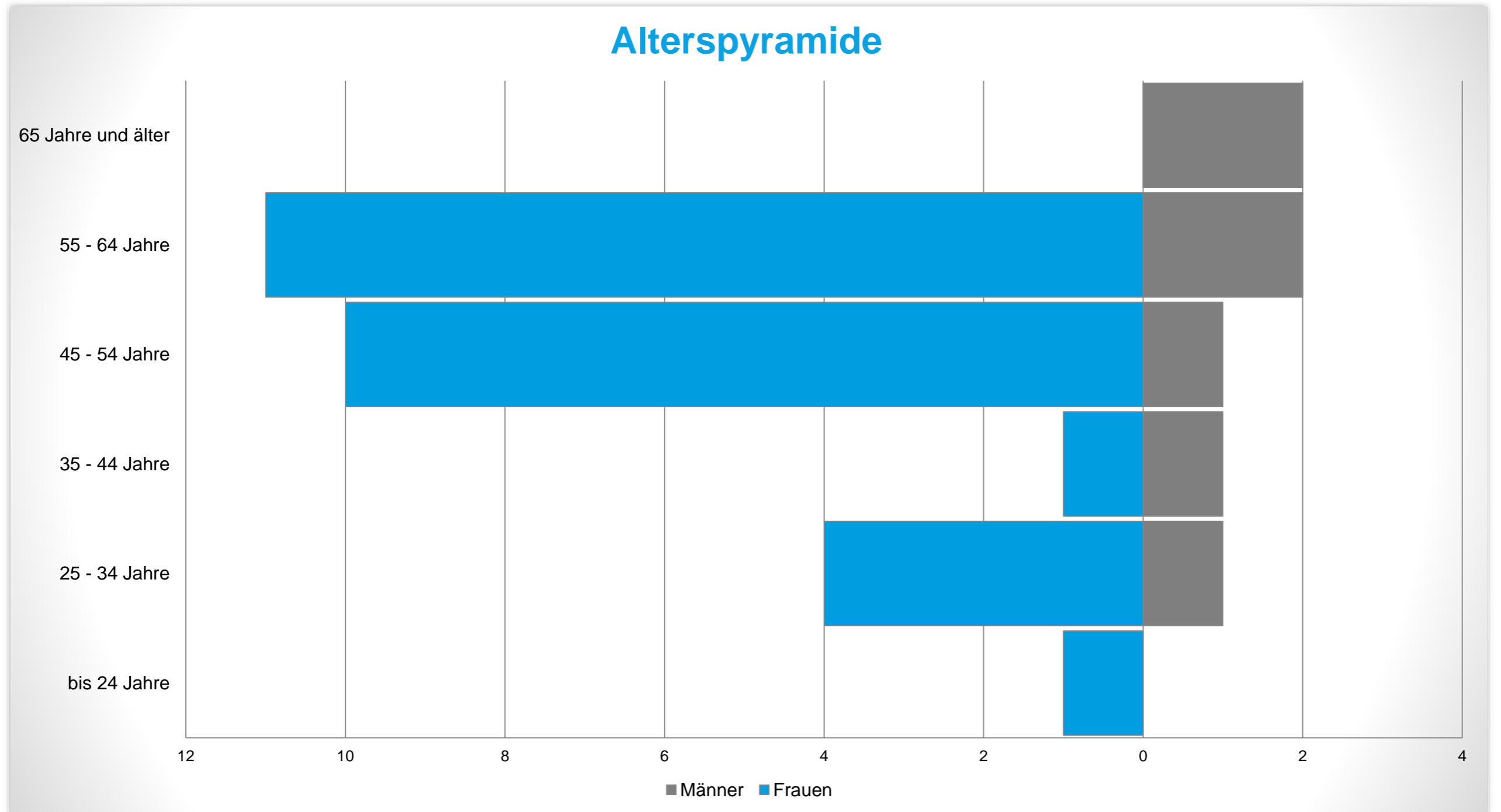
Ergebnisse: Angaben zur Studie „Selbstheilungskräfte erforschen“



- Zyklus 6.1 – 6.3: Oktober bis Dezember 2019
- Vergleich der 3 Zyklen
- Insgesamt haben **36 Teilnehmer*innen** alle drei Fragebögen vollständig ausgefüllt
- Davon waren:
80,6% Frauen und
19,4% Männer
- **Durchschnittsalter** der Teilnehmer*innen:
51,28 Jahre (Min: 19 Jahre; Max: 81 Jahre)



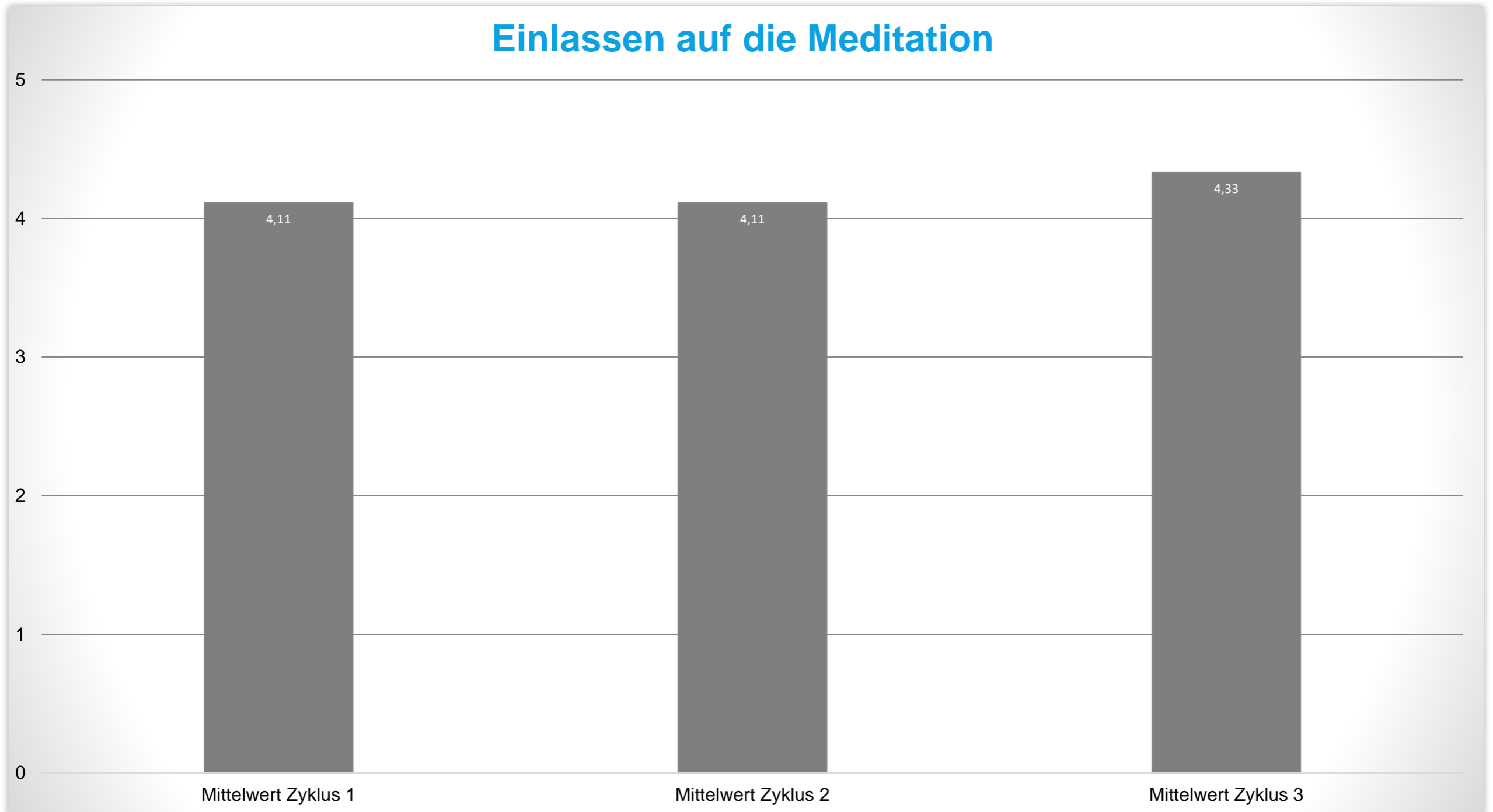
Ergebnisse: Angaben zur Person





Ergebnisse: Fragen zur Erfahrung

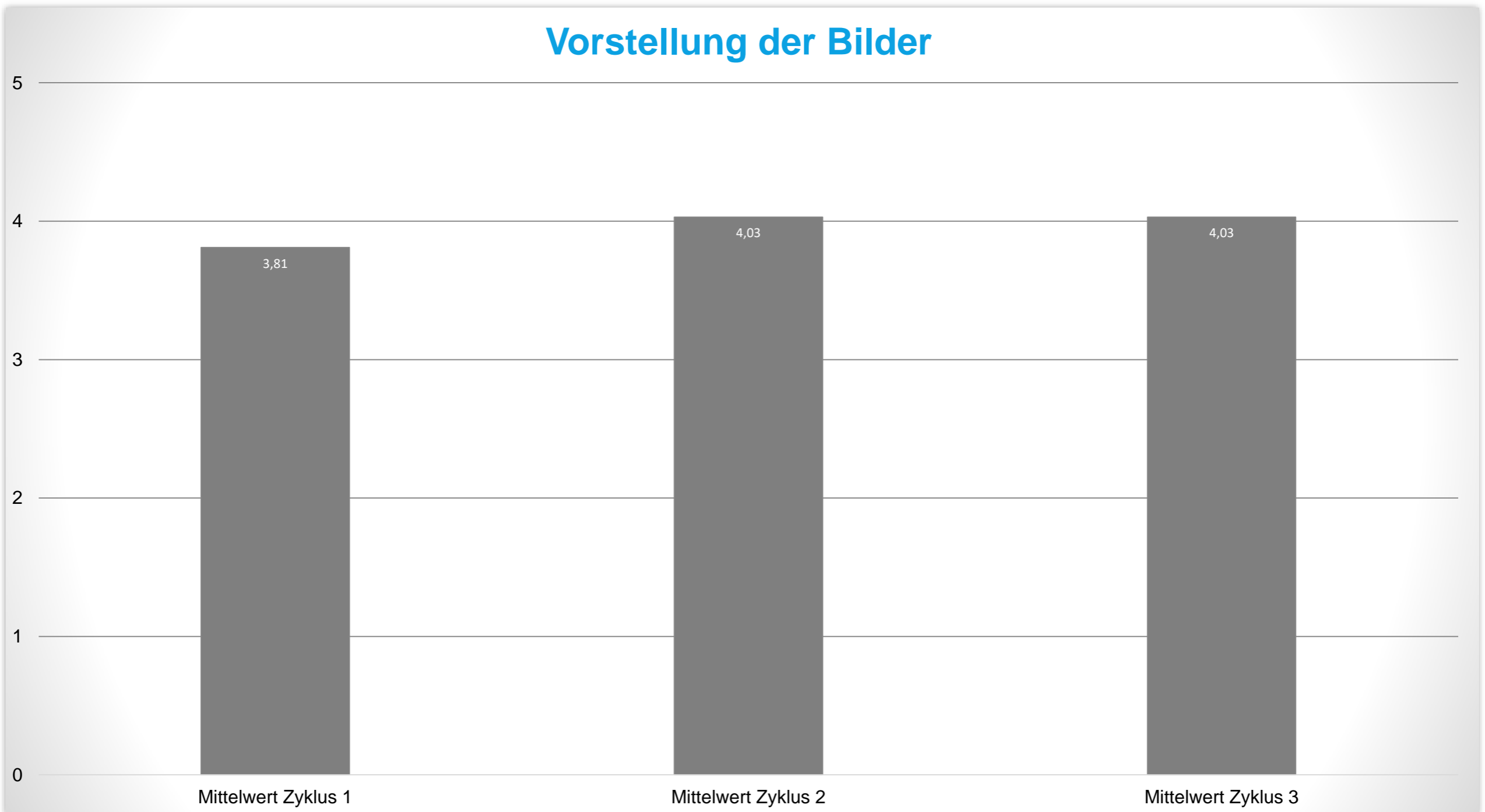
Einlassen auf die Meditation





Ergebnisse: Fragen zur Erfahrung

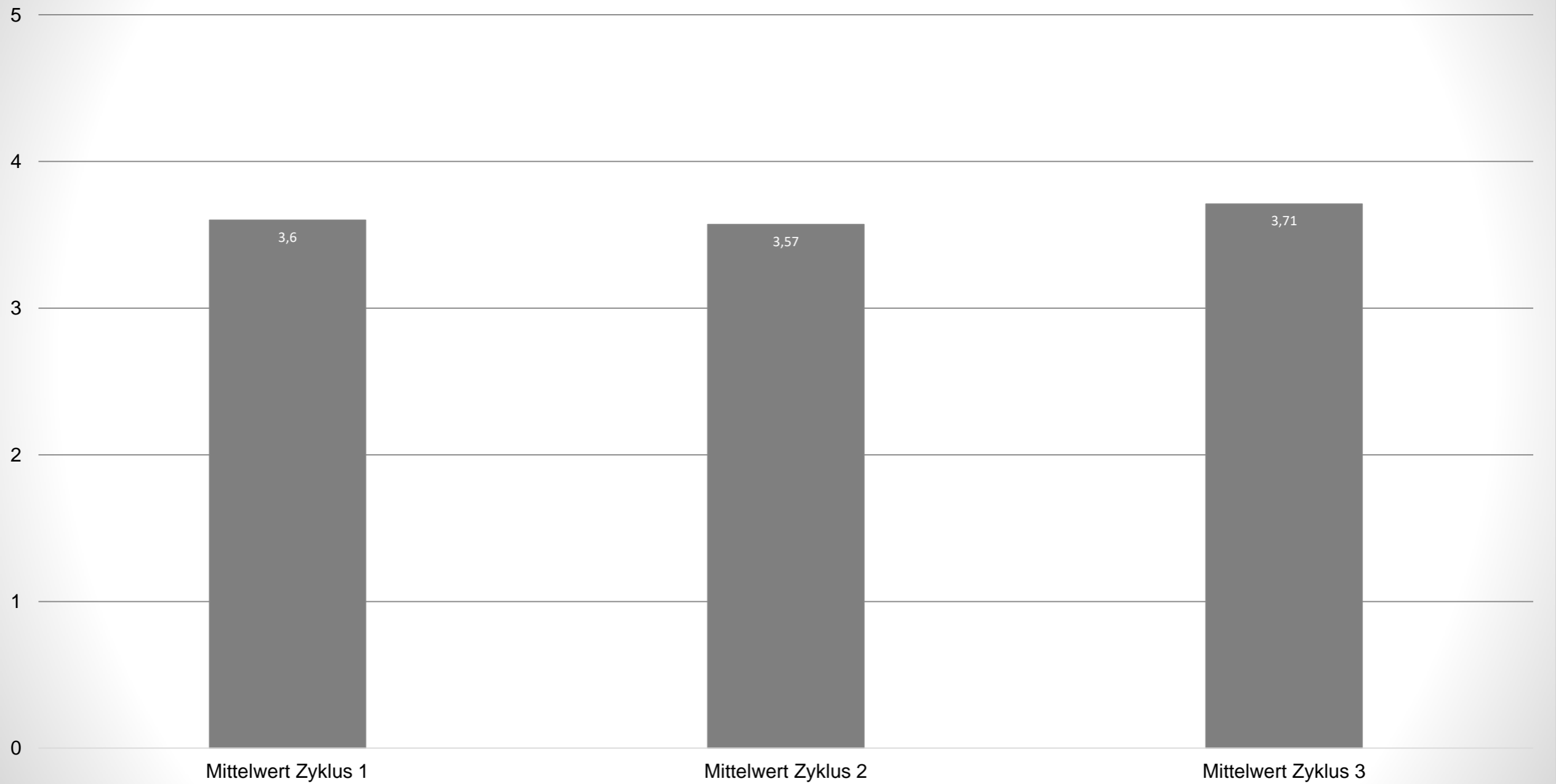
Vorstellung der Bilder





Ergebnisse: Fragen zur Erfahrung

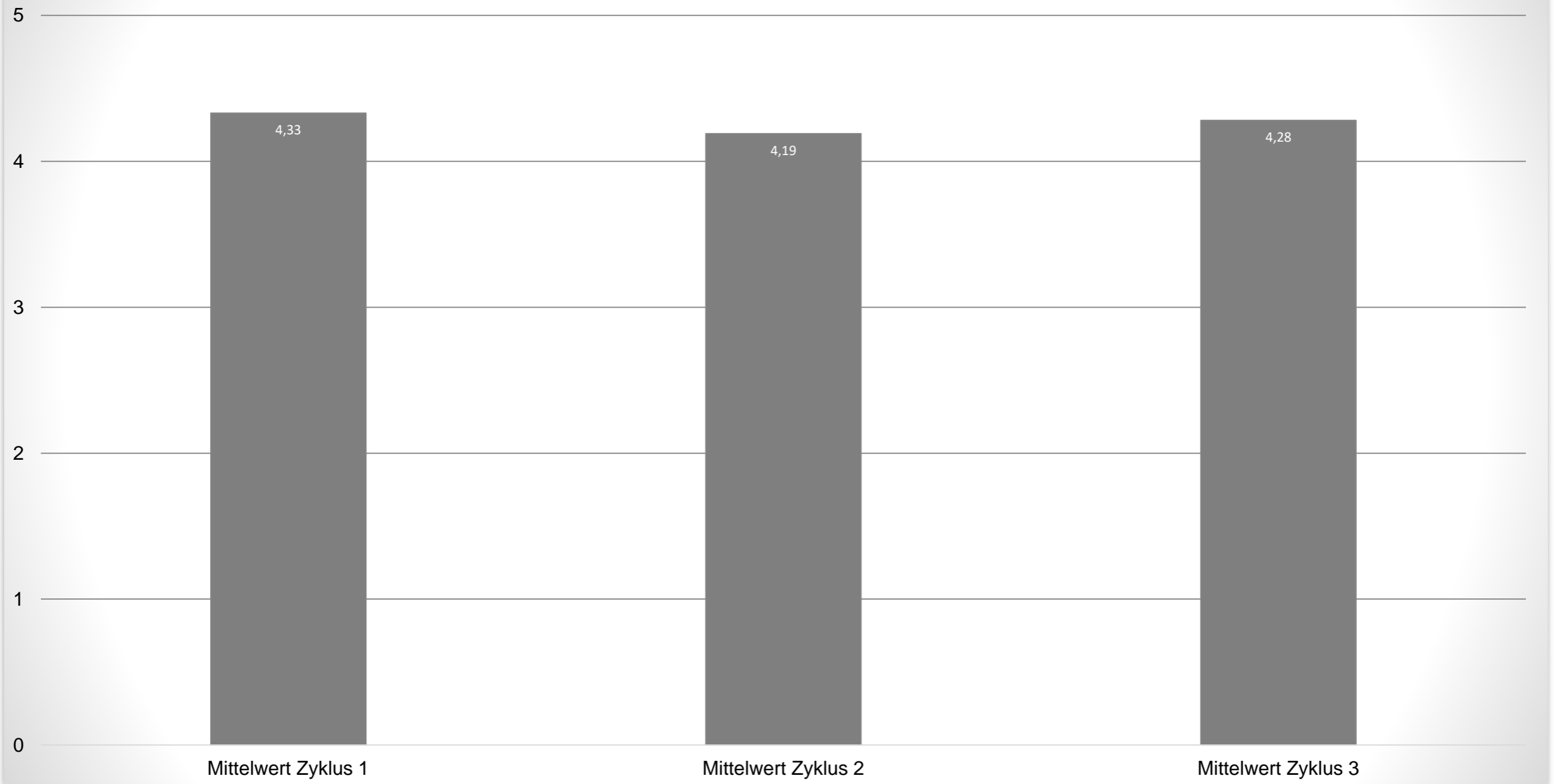
Erhöhung des Körperbewusstseins





Ergebnisse: Fragen zur Erfahrung

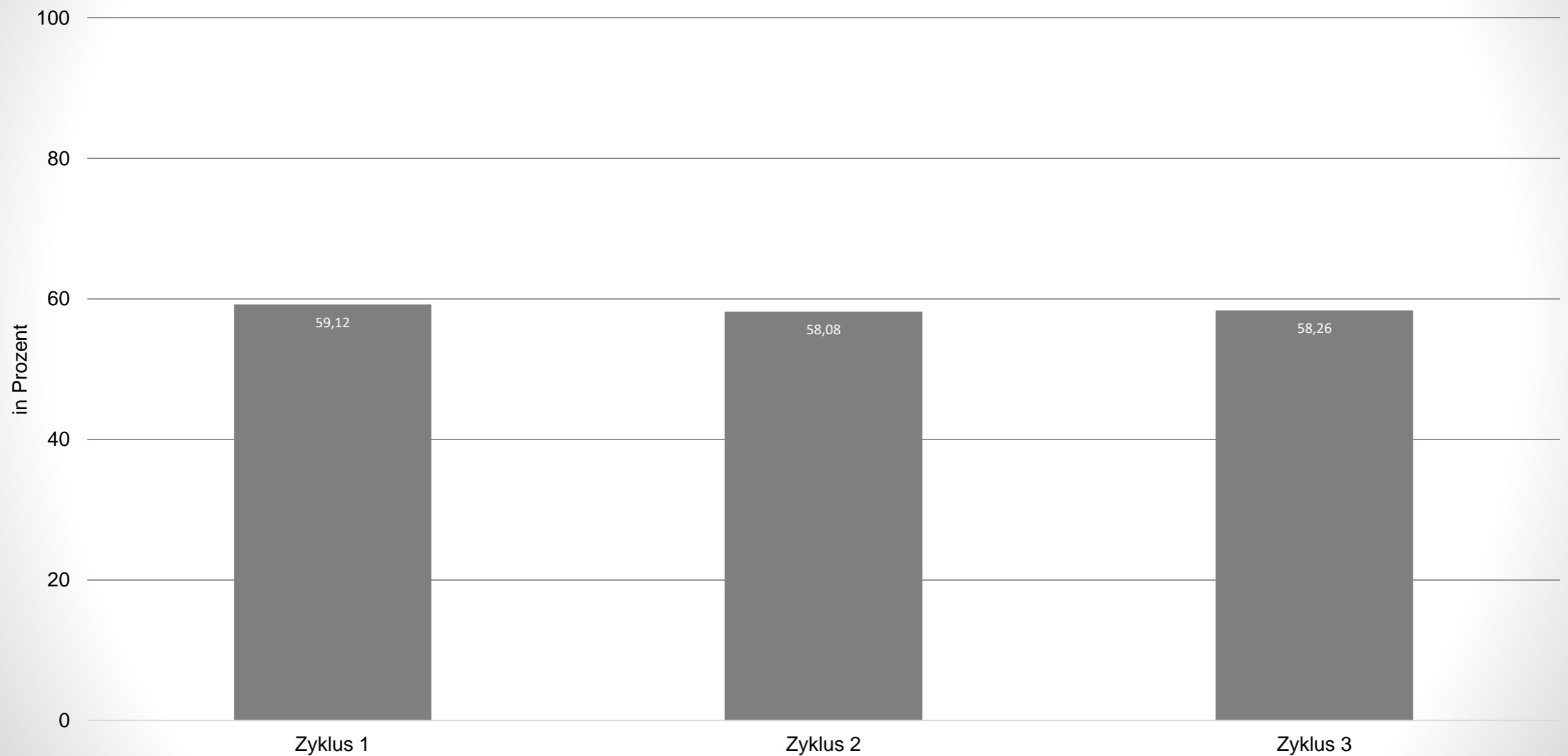
Entspannung durch Meditation





Ergebnisse: Fragen zum Ergebnis

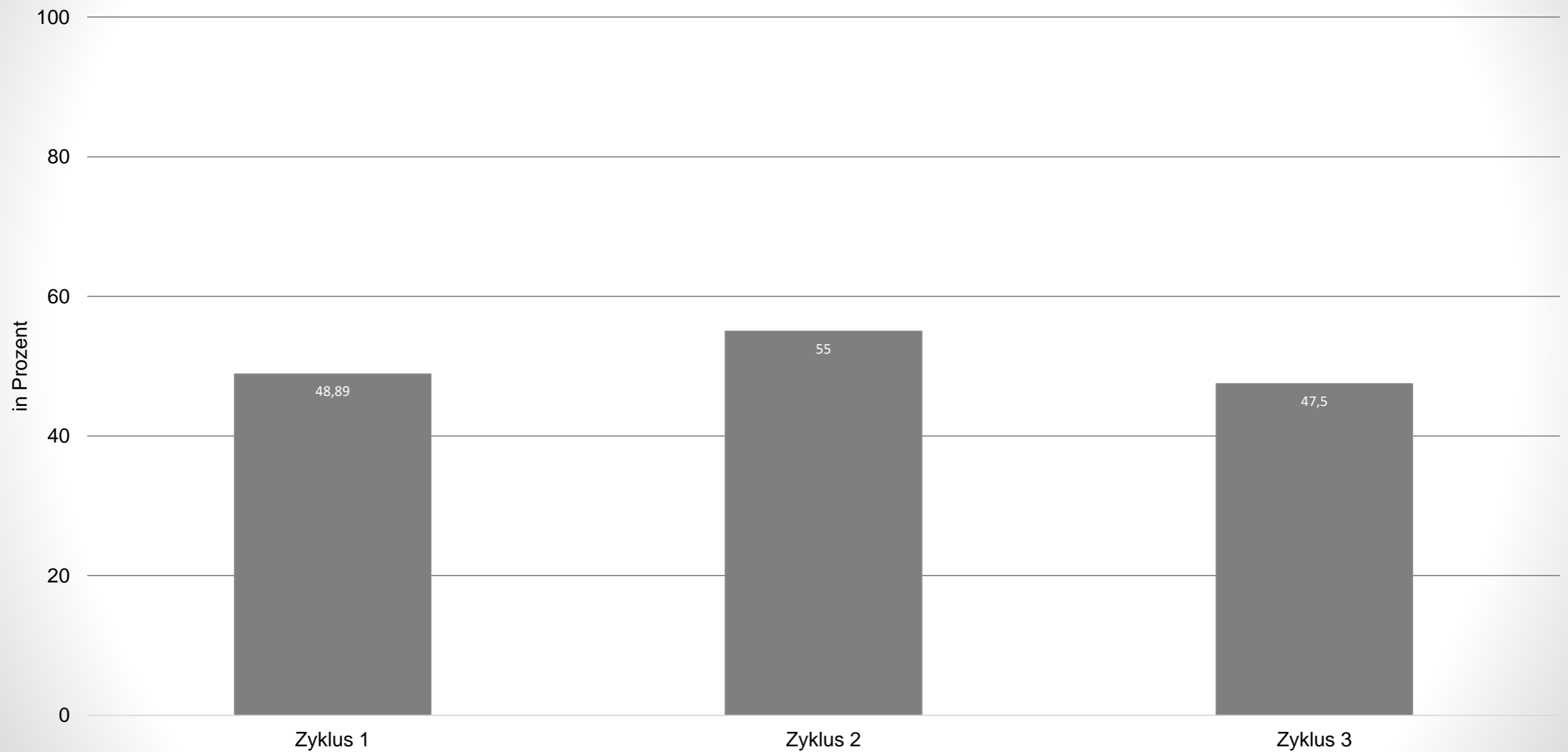
Durchschnittliche Zielerreichung für "sehr wichtig" Verbesserung des allgemeinen Gesundheitszustands





Ergebnisse: Fragen zum Ergebnis

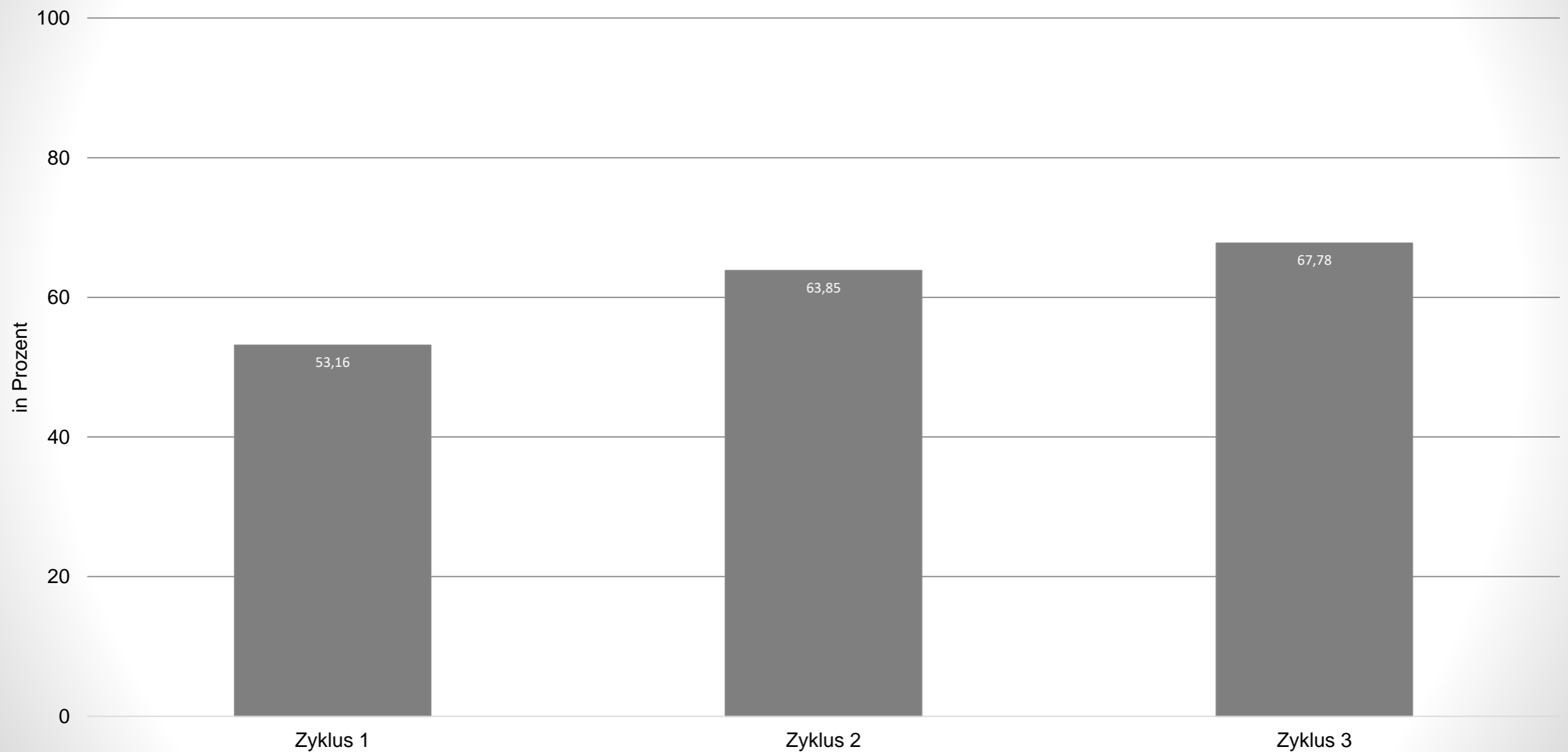
Durchschnittliche Zielerreichung für "sehr wichtig" Verbesserung der Vitalität





Ergebnisse: Fragen zum Ergebnis

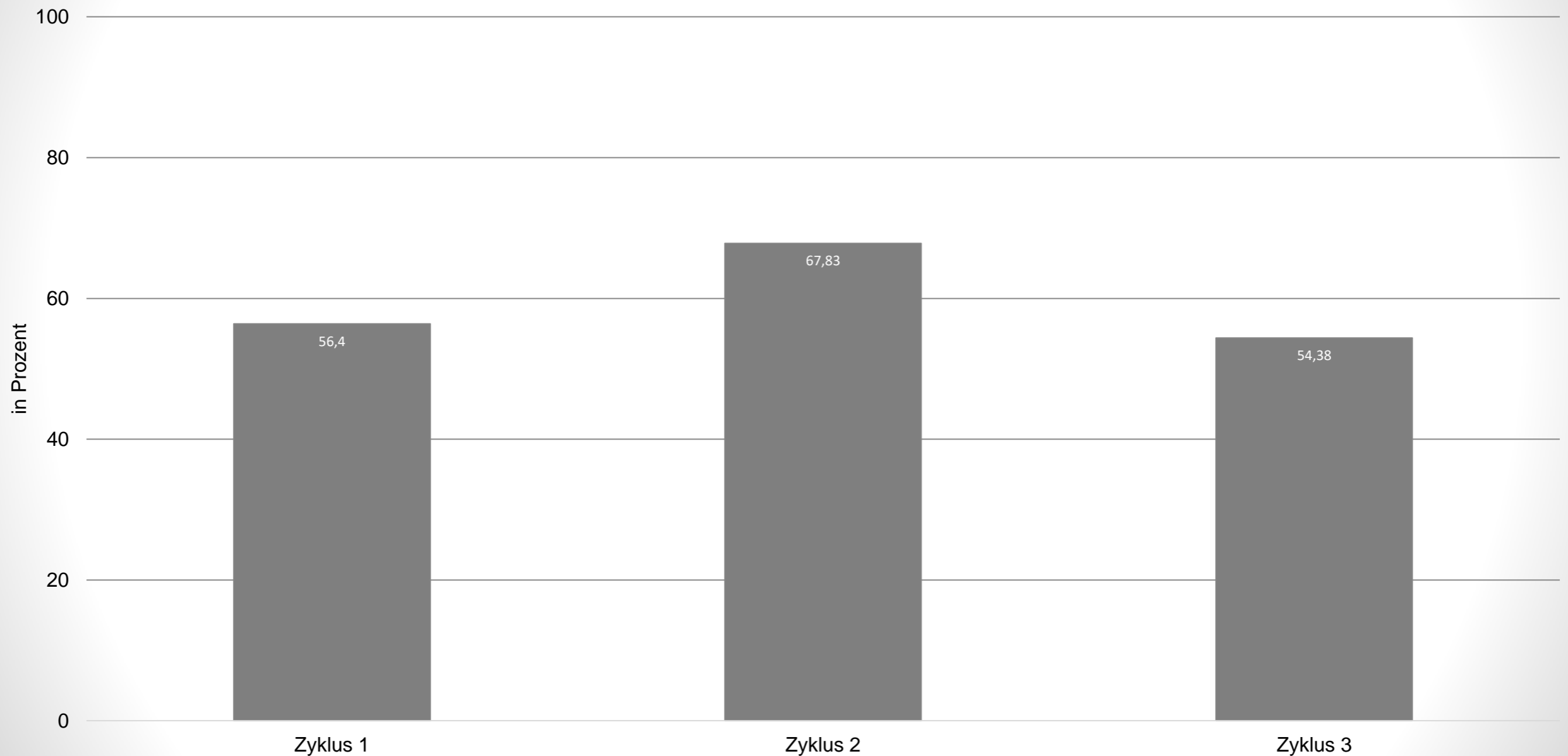
Durchschnittliche Zielerreichung für "sehr wichtig" Prävention





Ergebnisse: Fragen zum Ergebnis

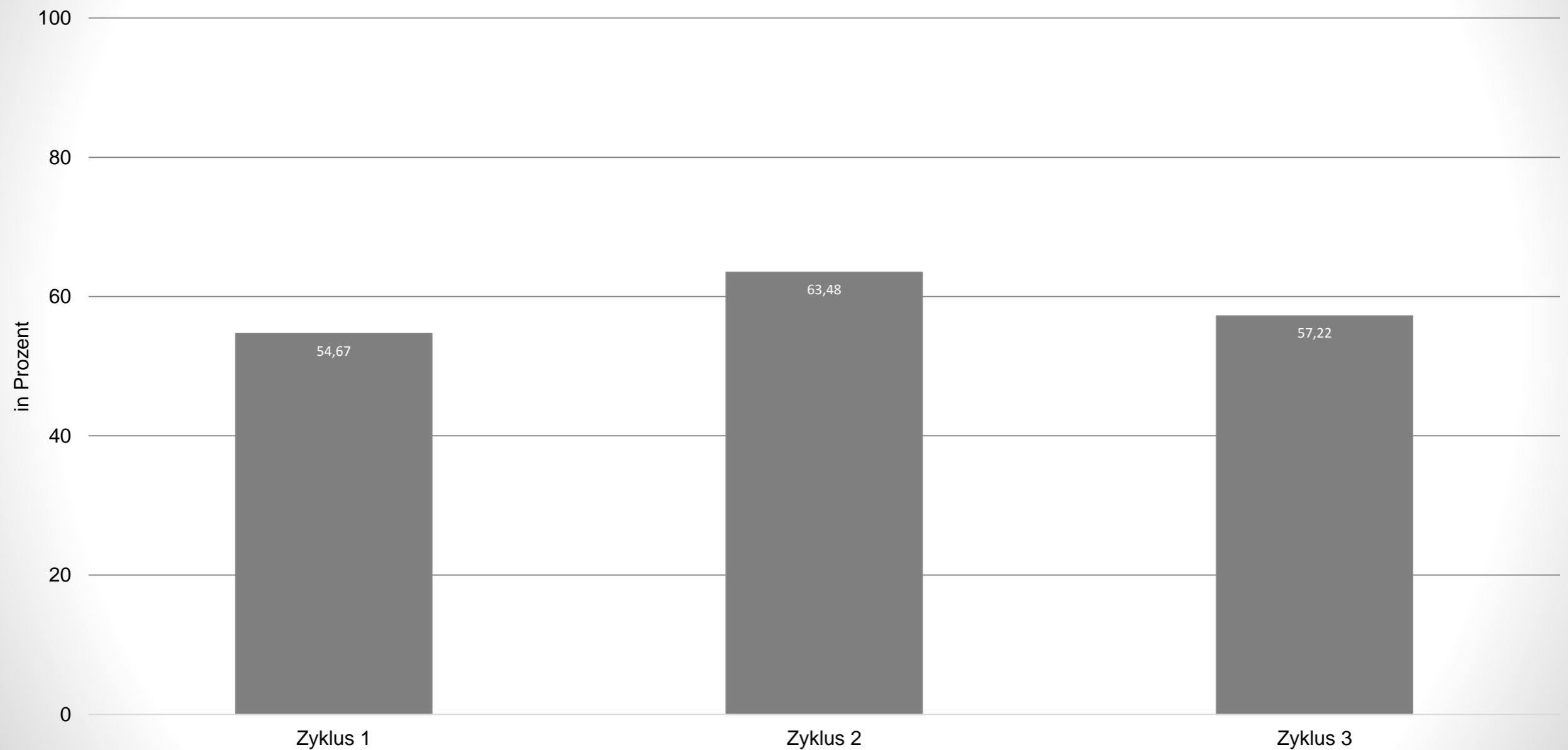
Durchschnittliche Zielerreichung für "sehr wichtig" Kennenlernen der eigenen Selbstheilungskräfte





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

- 80,6% der insgesamt 36 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 6 gleichmäßig 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 bei den meisten Zielen gleichbleibend, bei dem Ziel „Prävention“ am Ende der dritten Phase sogar 15% höher als nach der ersten Phase.



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

Hippokrates – griechischer Arzt