



Studienprojekt
„Selbstheilungskräfte erforschen“
Ergebnisse Studienzyklus Januar – März 2020



Agenda

Hintergrundinformationen

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

Vorstellung der Studie

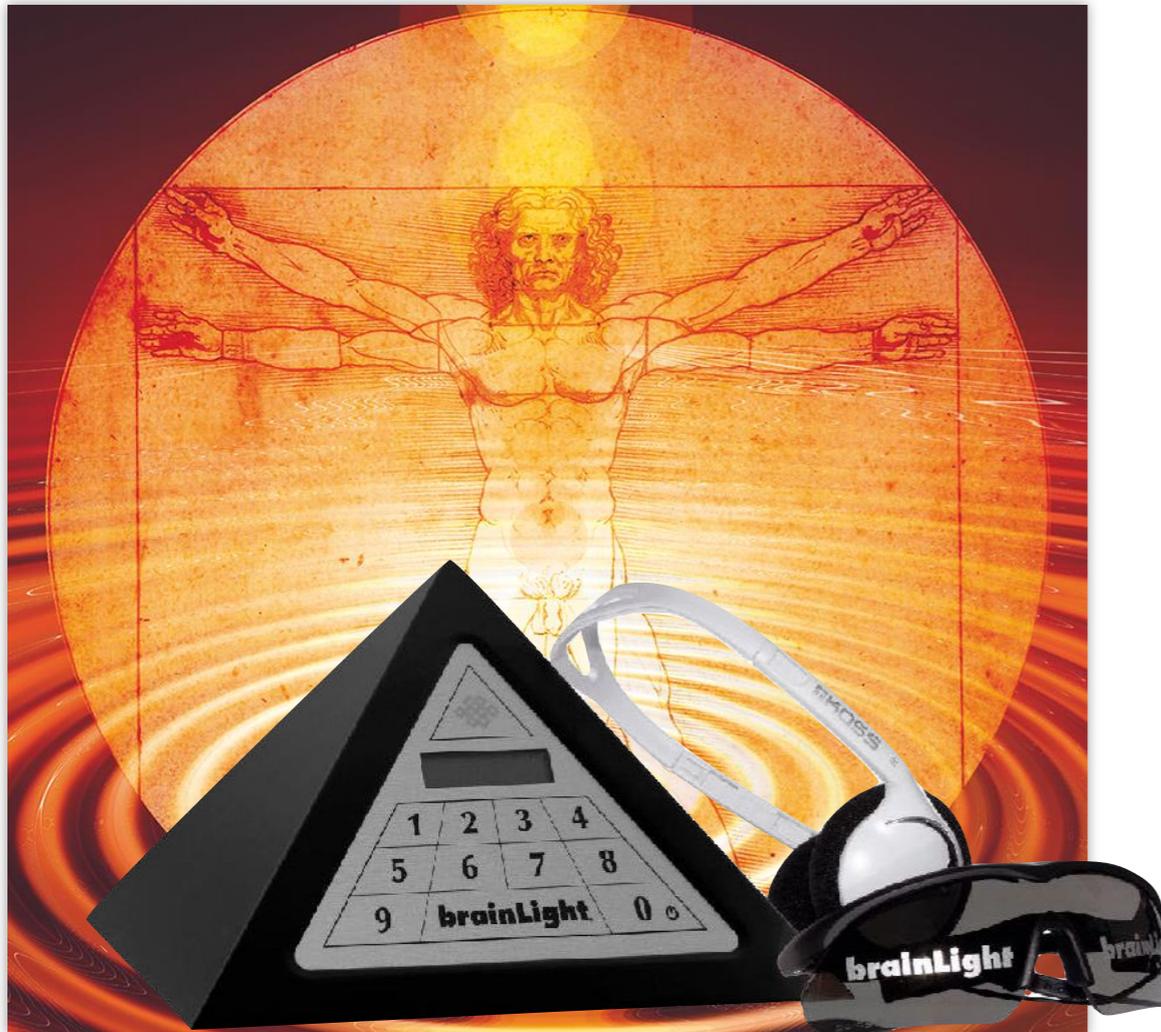
- Projektpartner
- brainLight-Technologie
- Studienbeschreibung
- Fragebogen

Studienergebnisse

Fazit



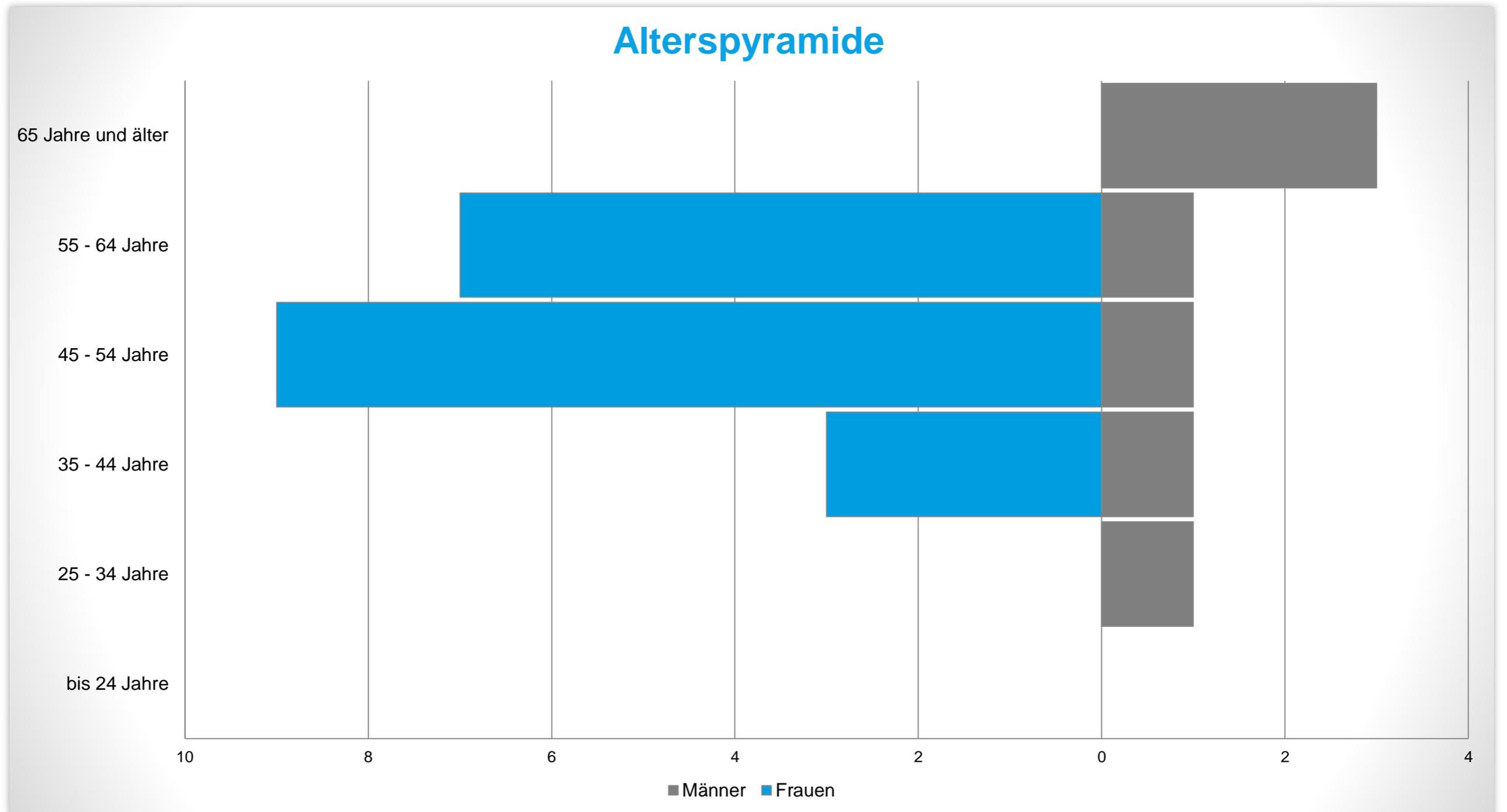
Ergebnisse: Angaben zur Studie „Selbstheilungskräfte erforschen“



- Zyklus 7.1 – 7.3: Januar bis März 2020
- Vergleich der 3 Zyklen
- Insgesamt haben **29 Teilnehmer*innen** alle drei Fragebögen vollständig ausgefüllt
- Davon waren:
75,9% Frauen und
24,1% Männer
- **Durchschnittsalter** der Teilnehmer*innen:
54 Jahre (Min: 30 Jahre; Max: 74 Jahre)



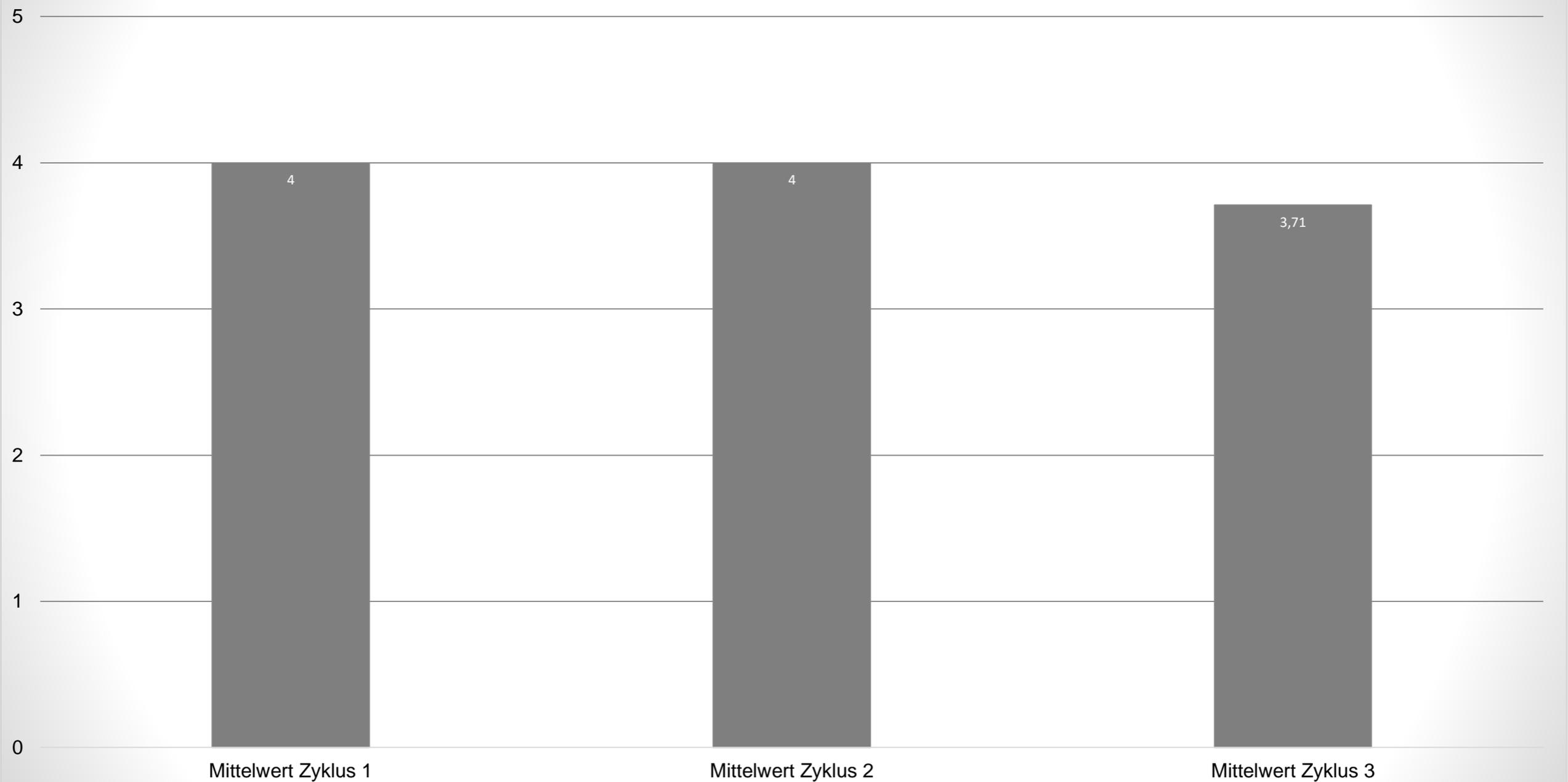
Ergebnisse: Angaben zur Person





Ergebnisse: Fragen zur Erfahrung

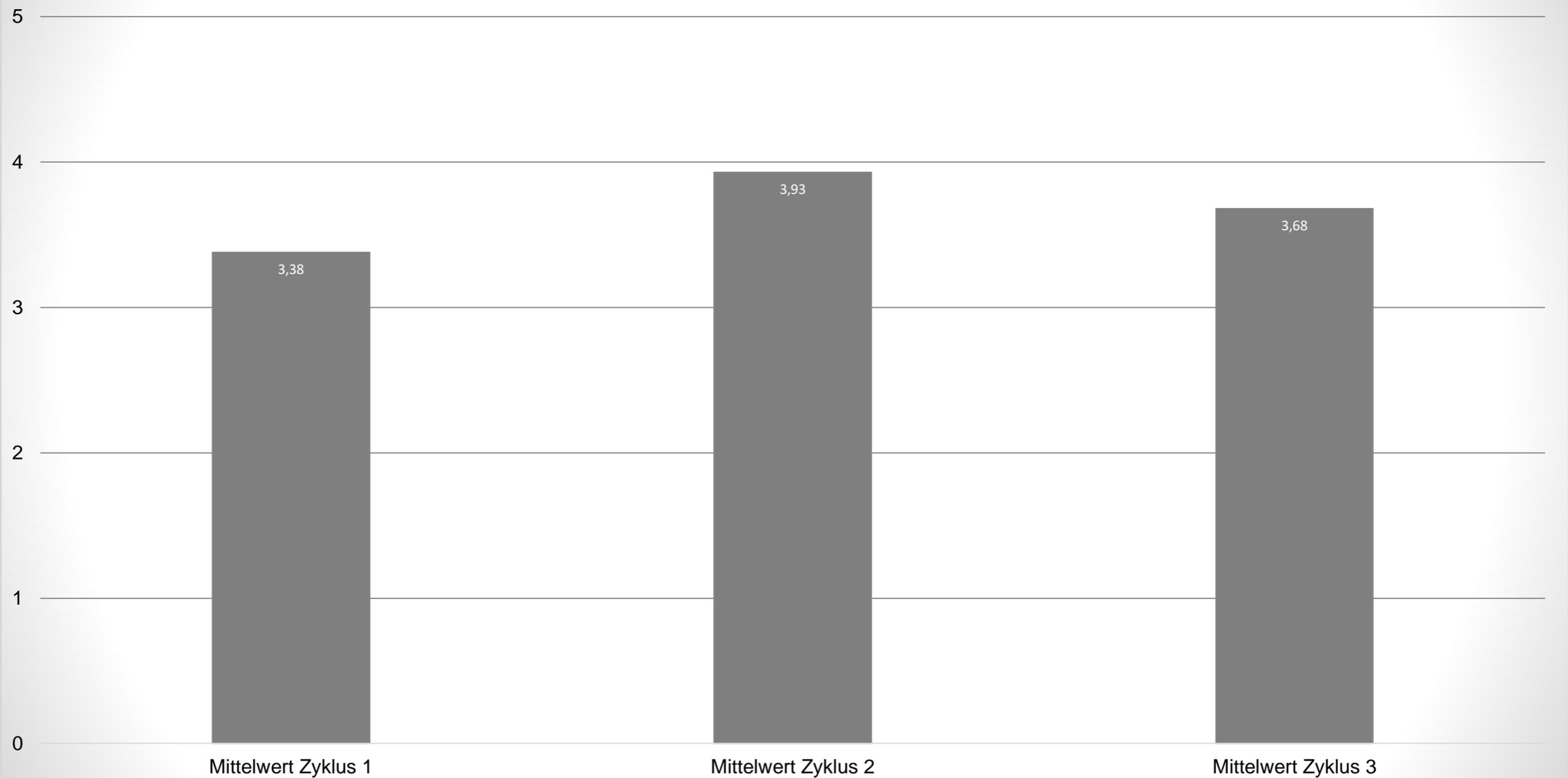
Einlassen auf die Meditation





Ergebnisse: Fragen zur Erfahrung

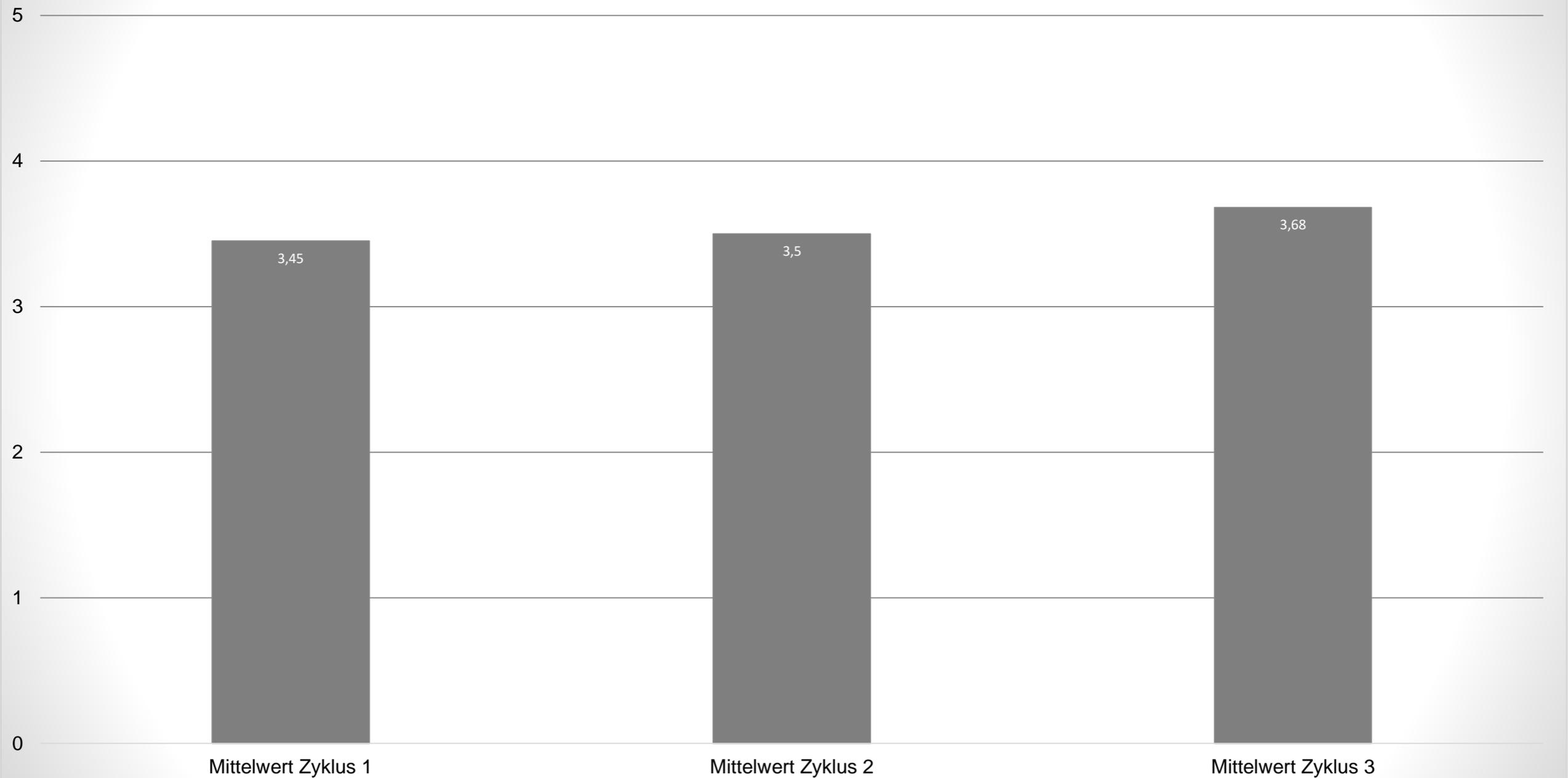
Vorstellung der Bilder





Ergebnisse: Fragen zur Erfahrung

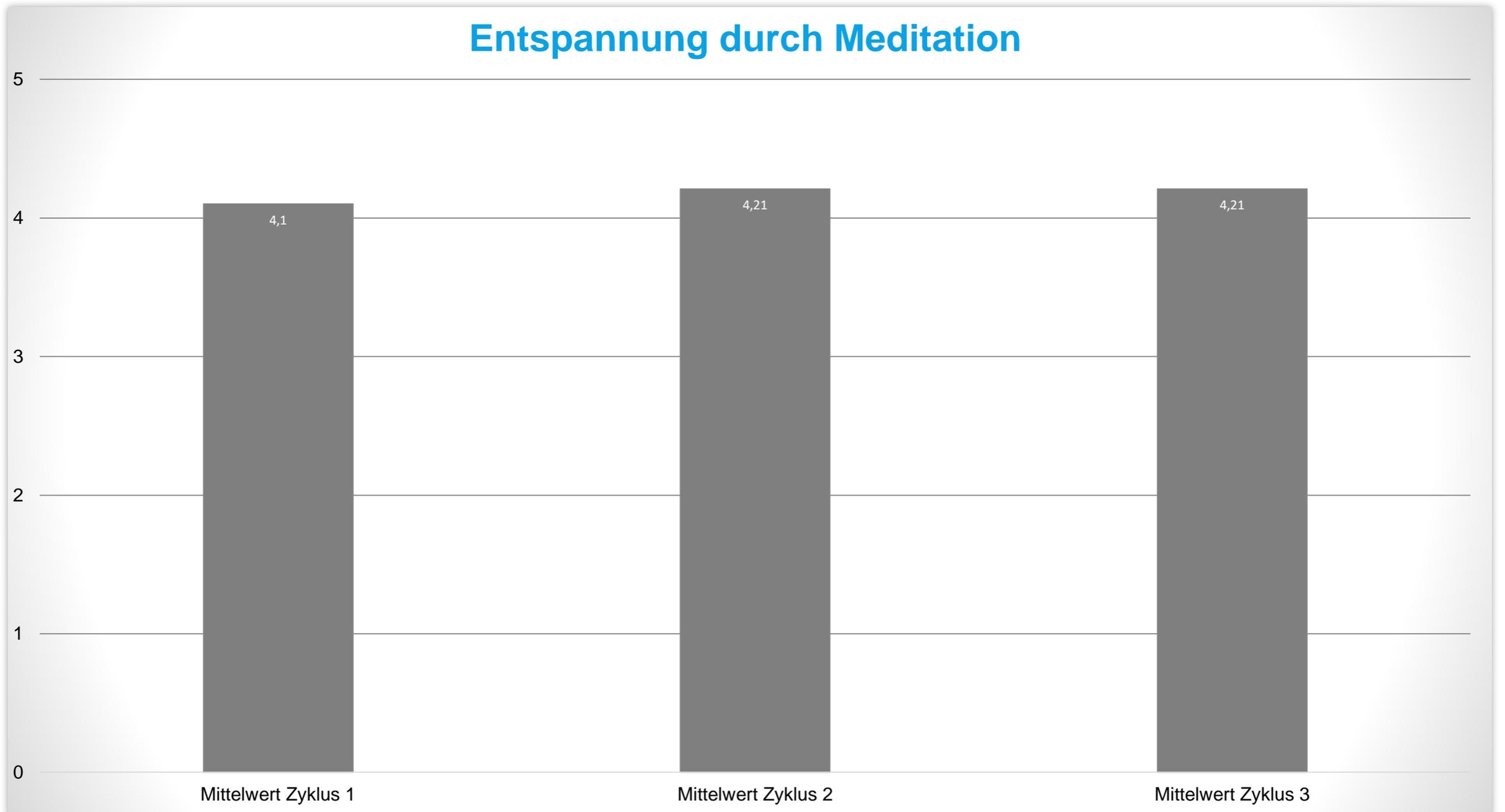
Erhöhung des Körperbewusstseins





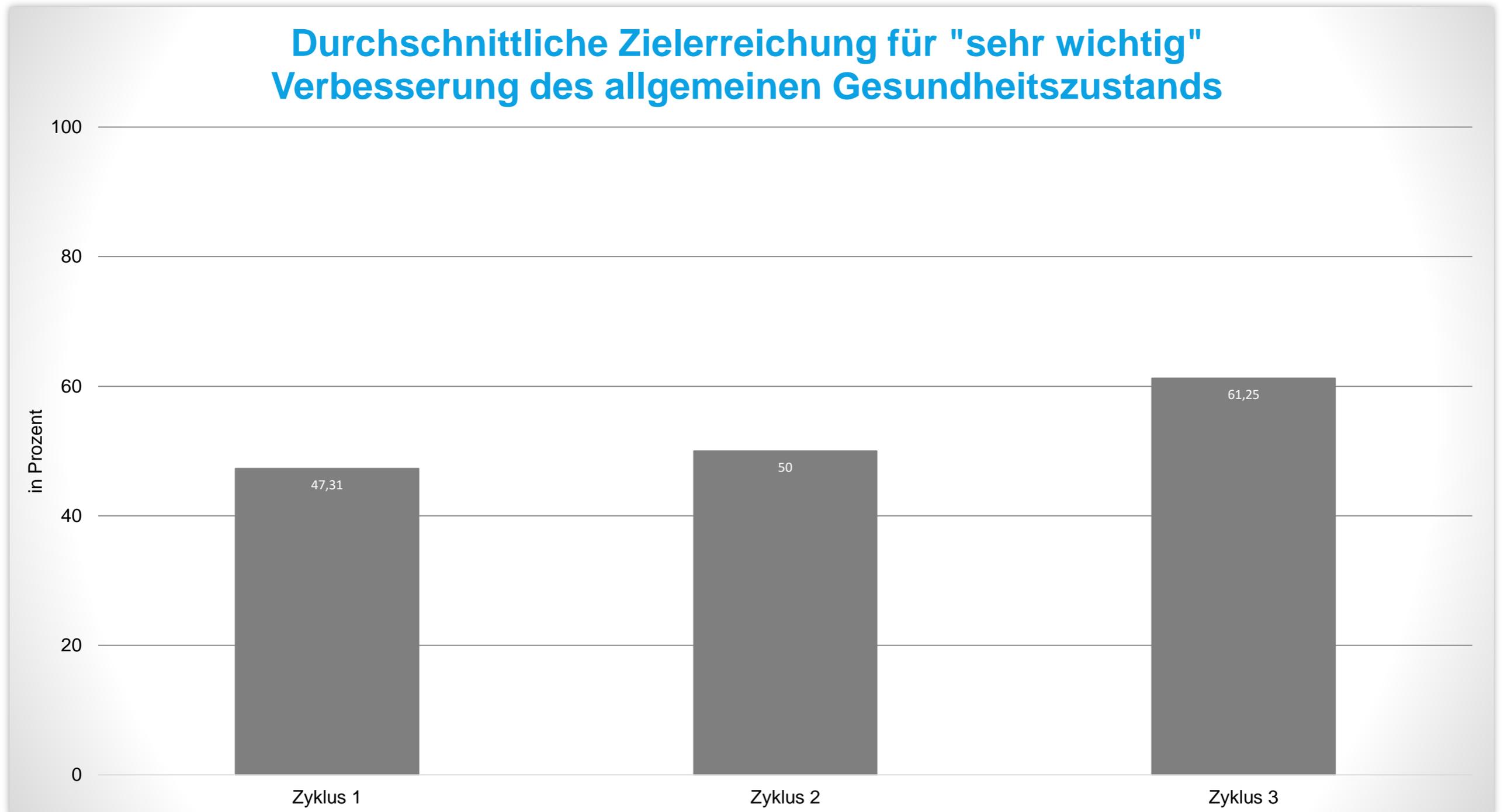
Ergebnisse: Fragen zur Erfahrung

Entspannung durch Meditation





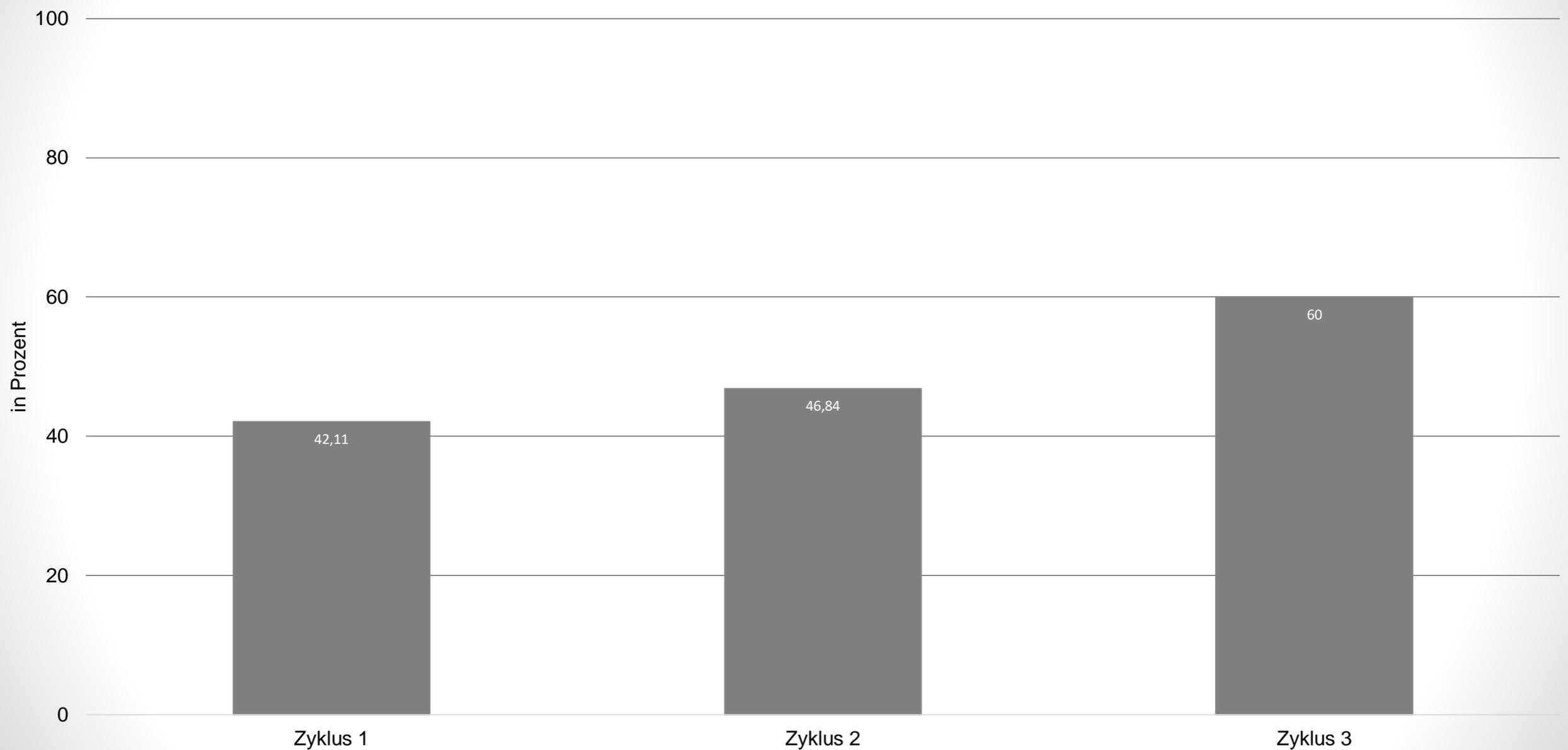
Ergebnisse: Fragen zum Ergebnis





Ergebnisse: Fragen zum Ergebnis

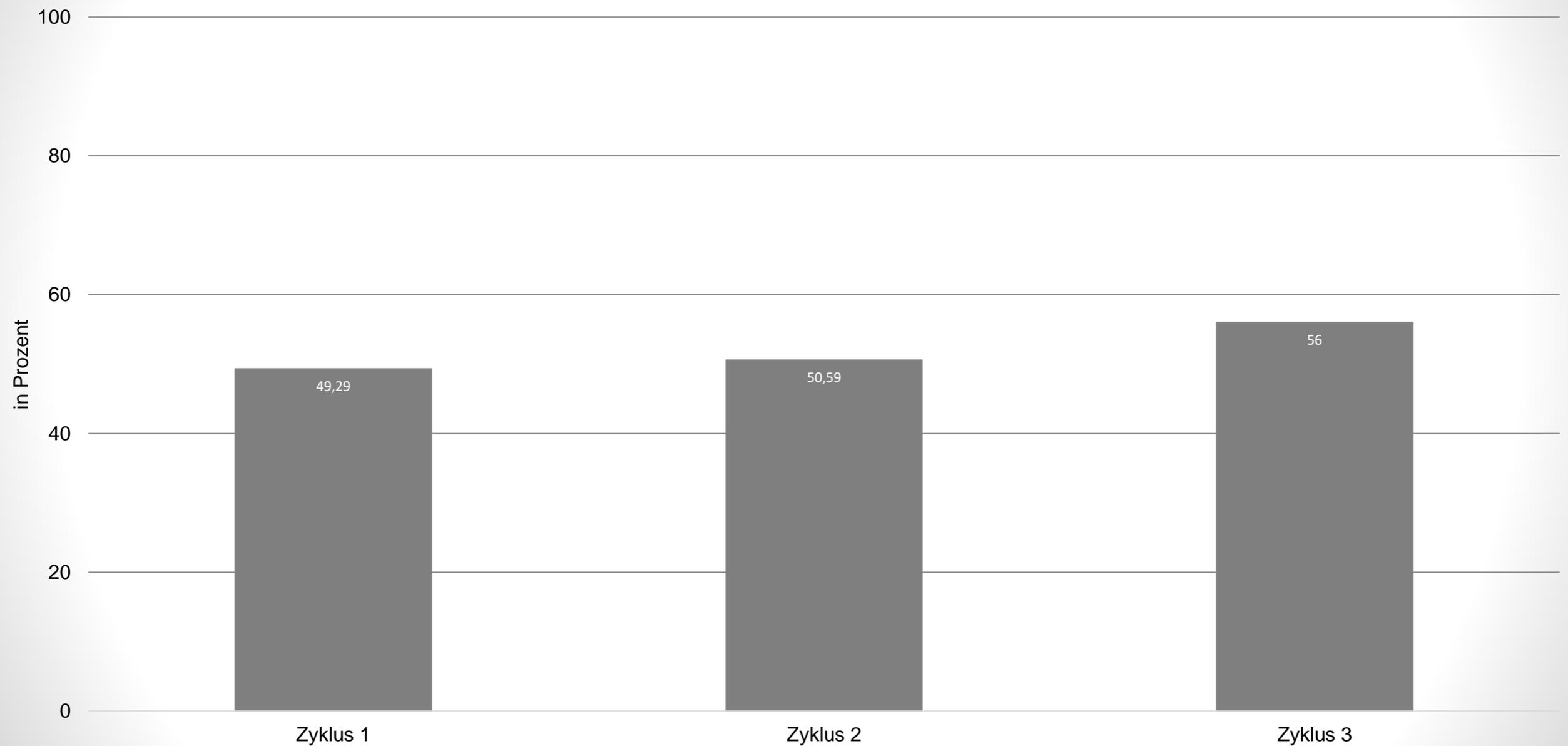
Durchschnittliche Zielerreichung für "sehr wichtig" Verbesserung der Vitalität





Ergebnisse: Fragen zum Ergebnis

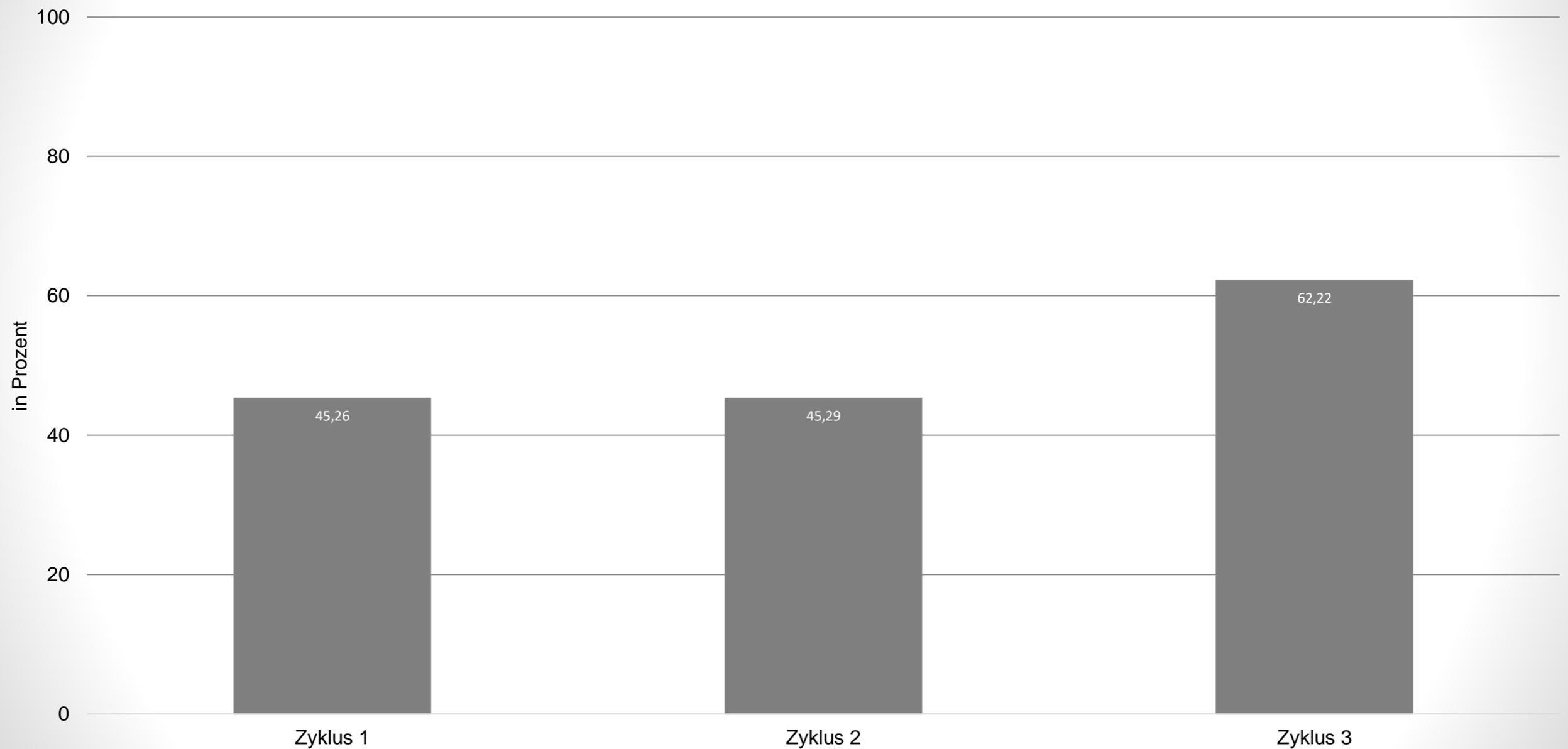
Durchschnittliche Zielerreichung für "sehr wichtig" Prävention





Ergebnisse: Fragen zum Ergebnis

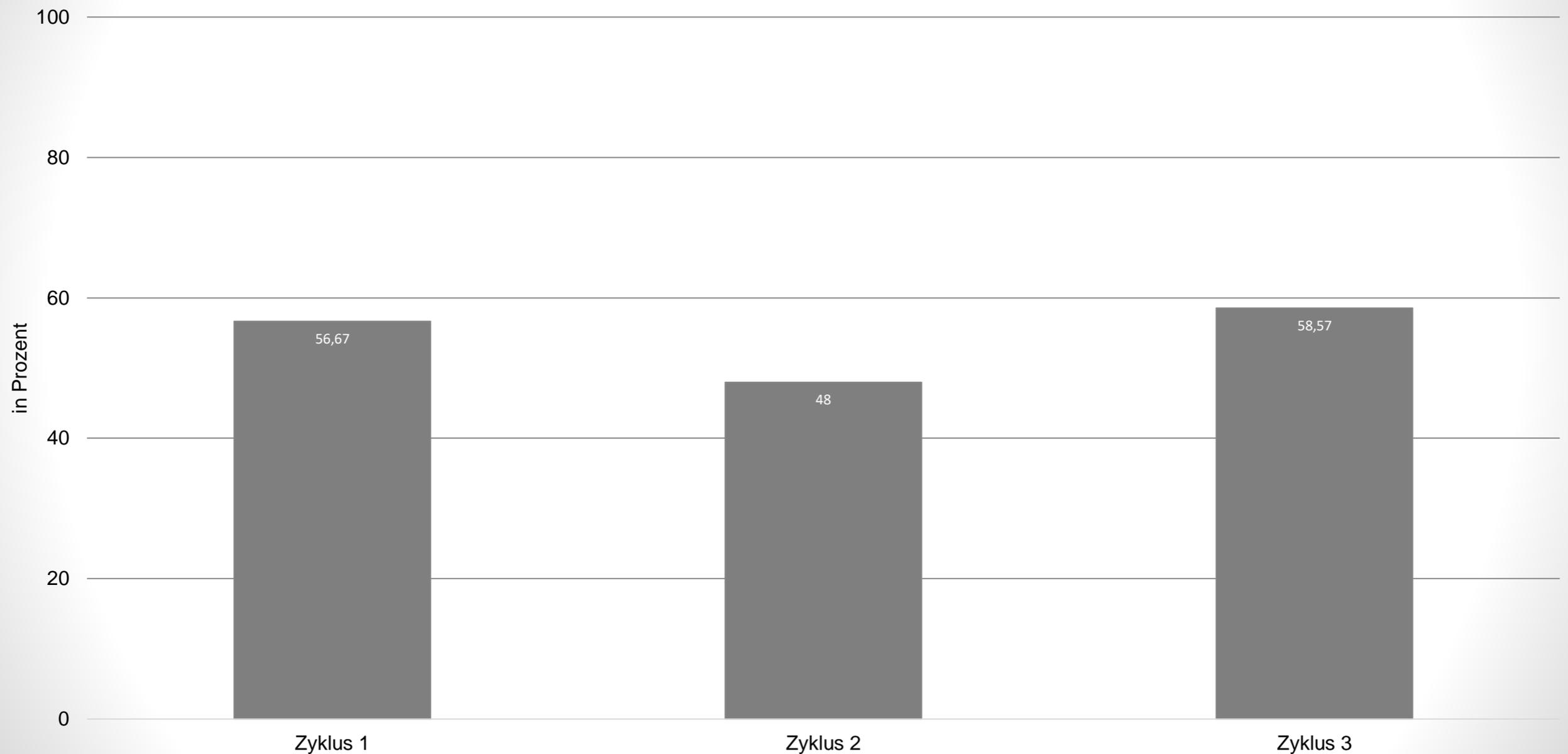
Durchschnittliche Zielerreichung für "sehr wichtig" Kennenlernen der eigenen Selbstheilungskräfte





Ergebnisse: Fragen zum Ergebnis

Durchschnittliche Zielerreichung für "sehr wichtig" Gesundheit 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

- 76% der insgesamt 29 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 Zyklen hinweg konstant nach einigen Anwendungen auf die Meditation einlassen.
- Die Teilnehmer*innen konnten sich die vorgegebenen Bilder vor allem im zweiten Zyklus besonders gut vorstellen.
- Die Erhöhung des Körperbewusstseins hat sich kontinuierlich verbessert.
- Die Entspannung durch die Meditation lag relativ gleichbleibend guten bis sehr guten Bereich.
- Die durchschnittliche Zielerreichung für die Personen, die die vorgeschlagenen Ziele als sehr wichtig eingestuft haben, war am Ende des dritten Zyklus bis zu 18% höher als nach dem ersten Zyklus.



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

Hippokrates – griechischer Arzt