



Studie
„Selbsteilungskräfte erforschen“
Evaluation Studienzyklen 11.1 - 11.2



Agenda

Hintergrundinformationen

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

Vorstellung der Studie

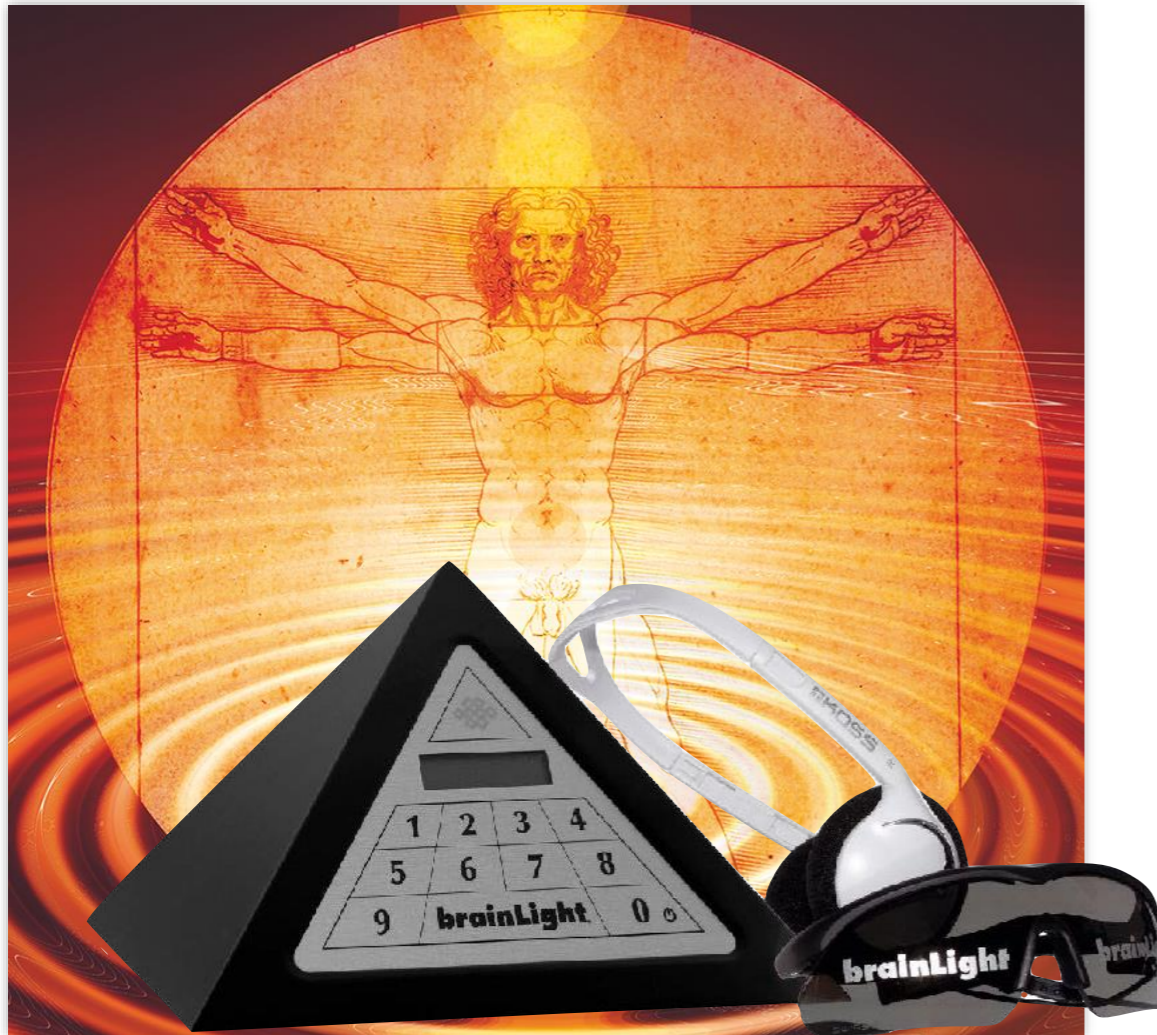
- Projektpartner
- brainLight-Technologie
- Studienbeschreibung
- Fragebogen

Studienergebnisse

Fazit



Ergebnisse: Angaben zur Studie „Selbstheilungskräfte erforschen“

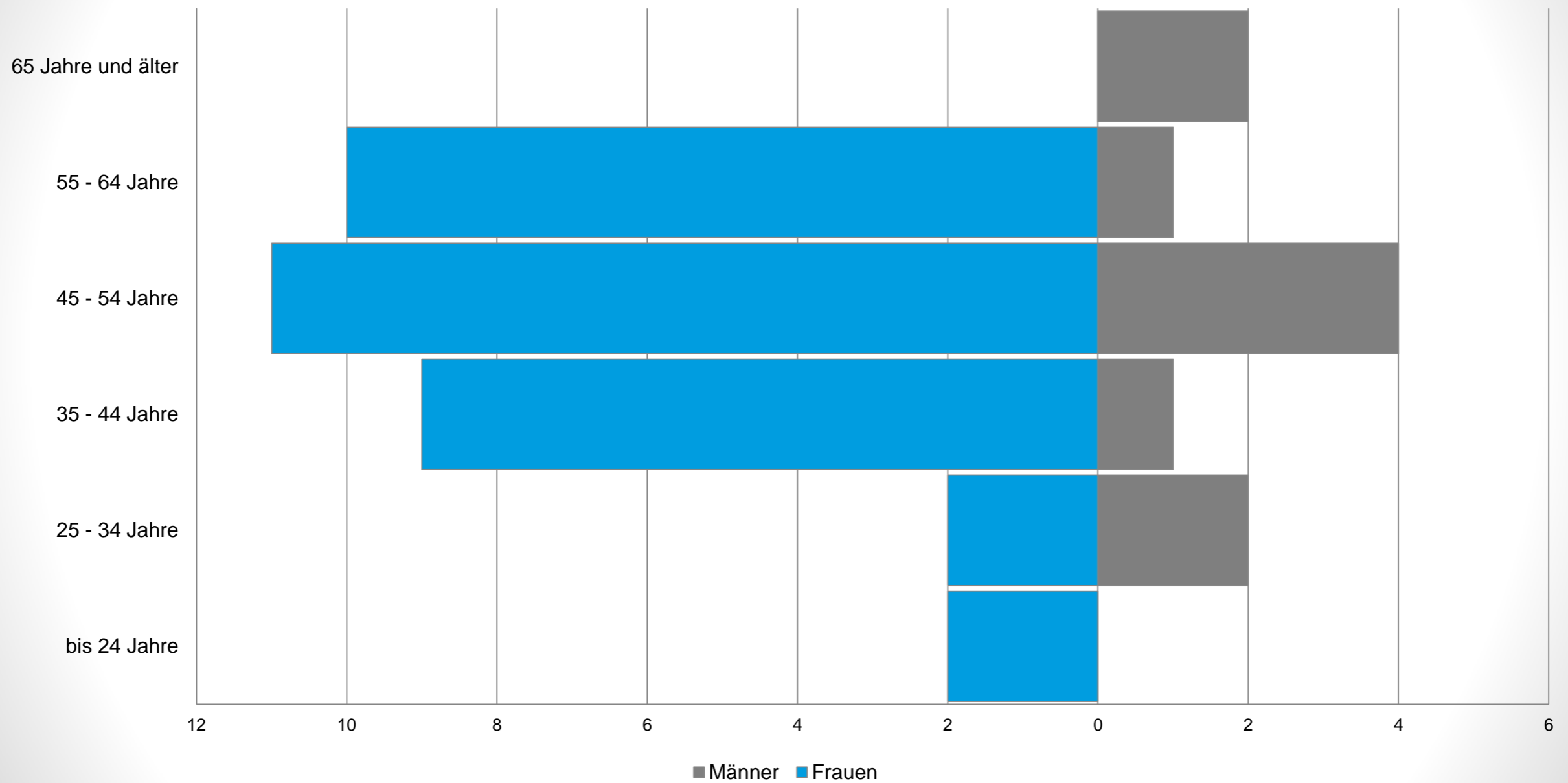


- Zyklus 11.1 – 11.2: Februar bis März 2021
- Vergleich der 2 Zyklen
- Insgesamt haben **47 Teilnehmer*innen** beide Fragebögen vollständig ausgefüllt
- Davon waren:
78,7% Frauen und
21,3% Männer
- **Durchschnittsalter** der Teilnehmer*innen:
49,06 Jahre (Min: 18 Jahre; Max: 74 Jahre)



Ergebnisse: Angaben zur Person

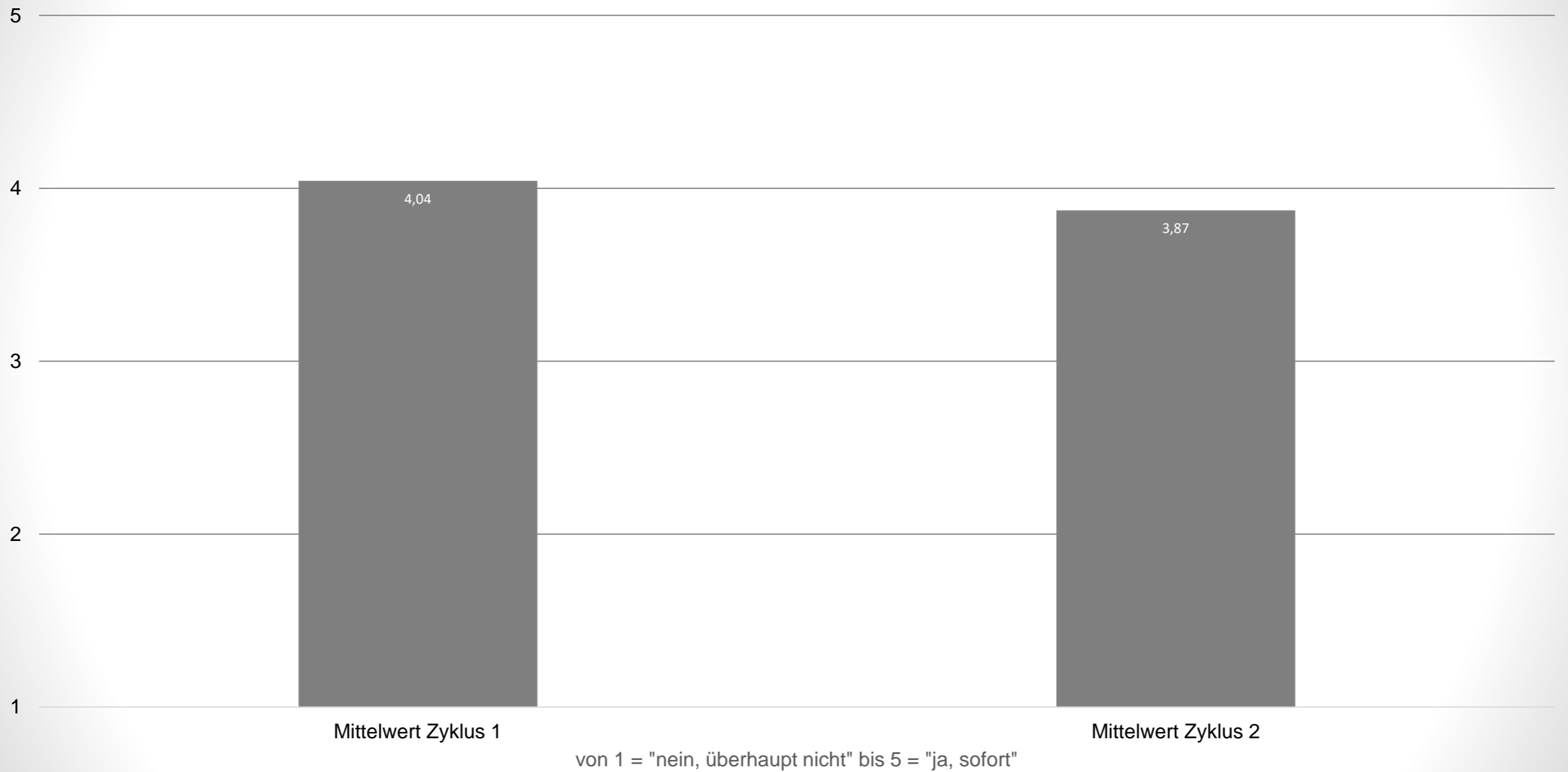
Alterspyramide





Ergebnisse: Fragen zur Erfahrung

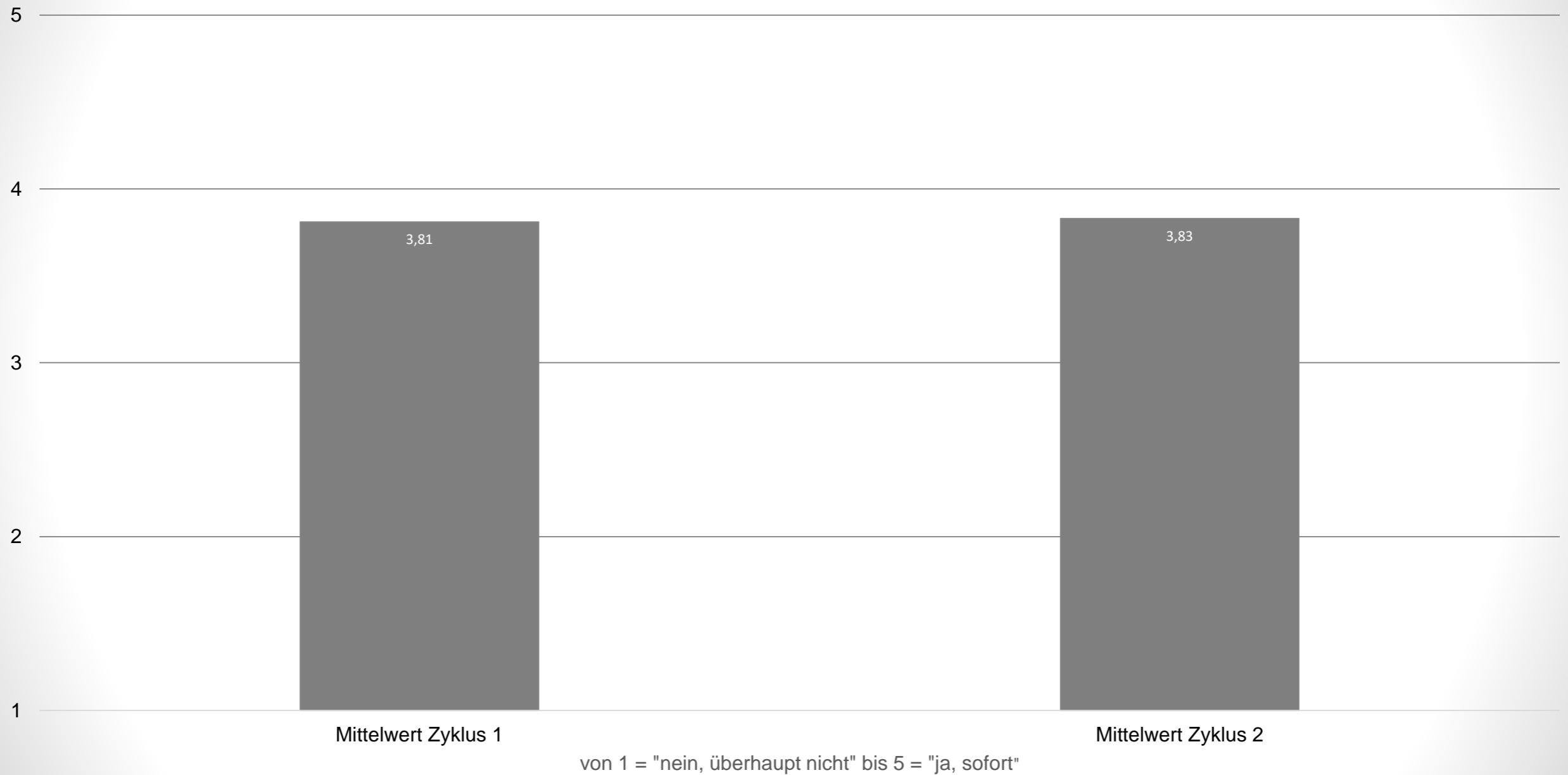
Einlassen auf die Meditation





Ergebnisse: Fragen zur Erfahrung

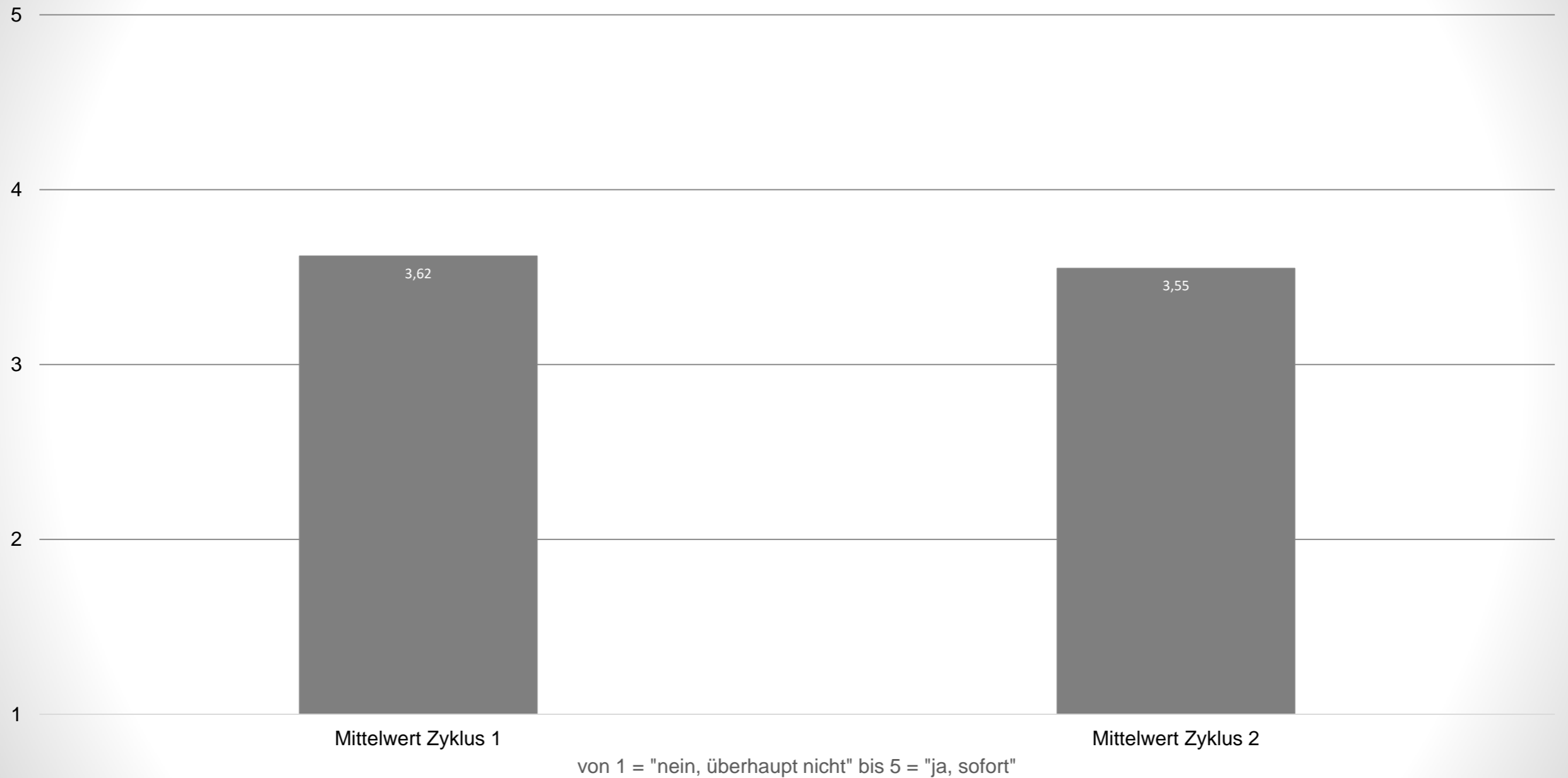
Vorstellung der Bilder





Ergebnisse: Fragen zur Erfahrung

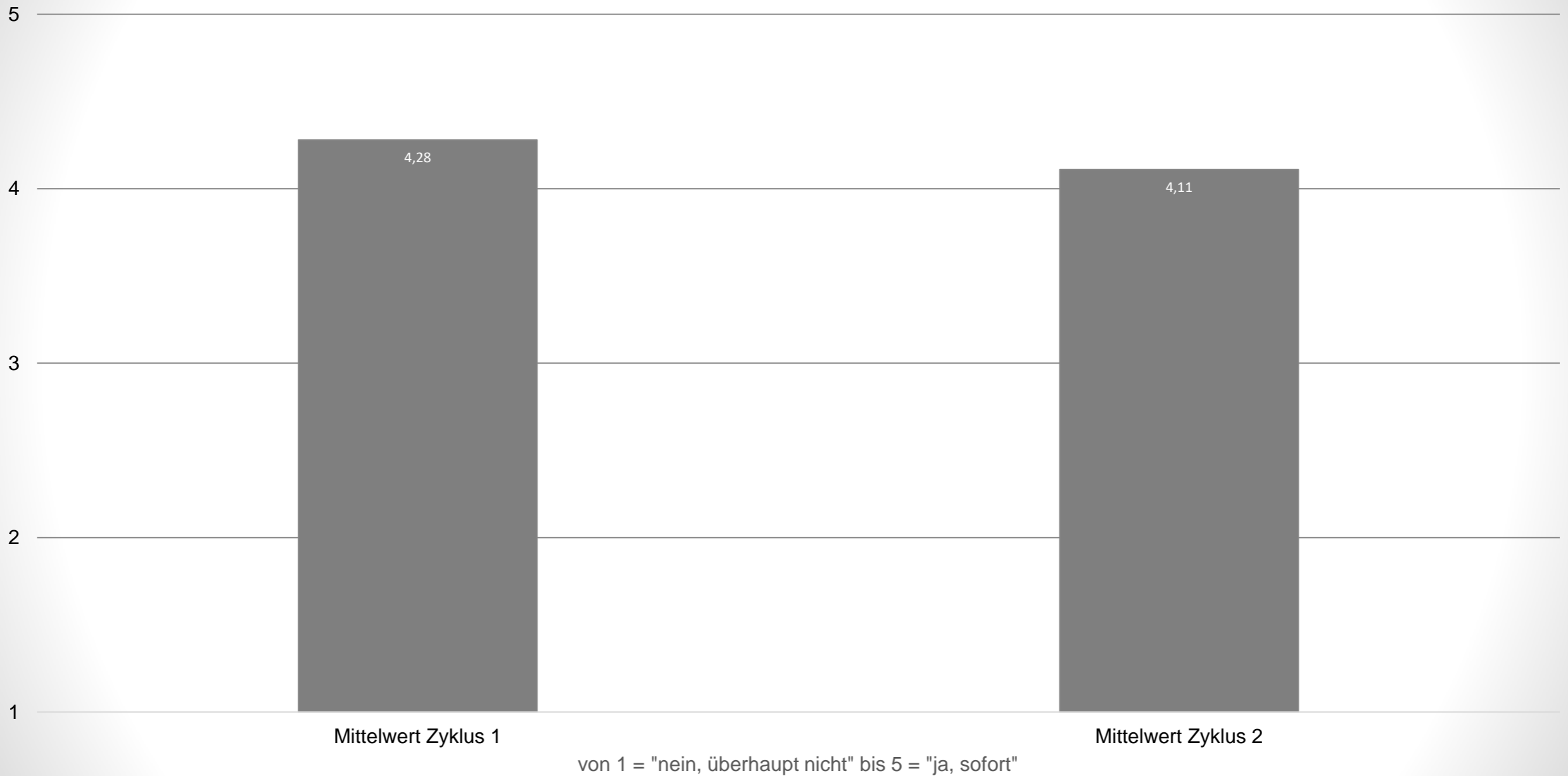
Erhöhung des Körperbewusstseins





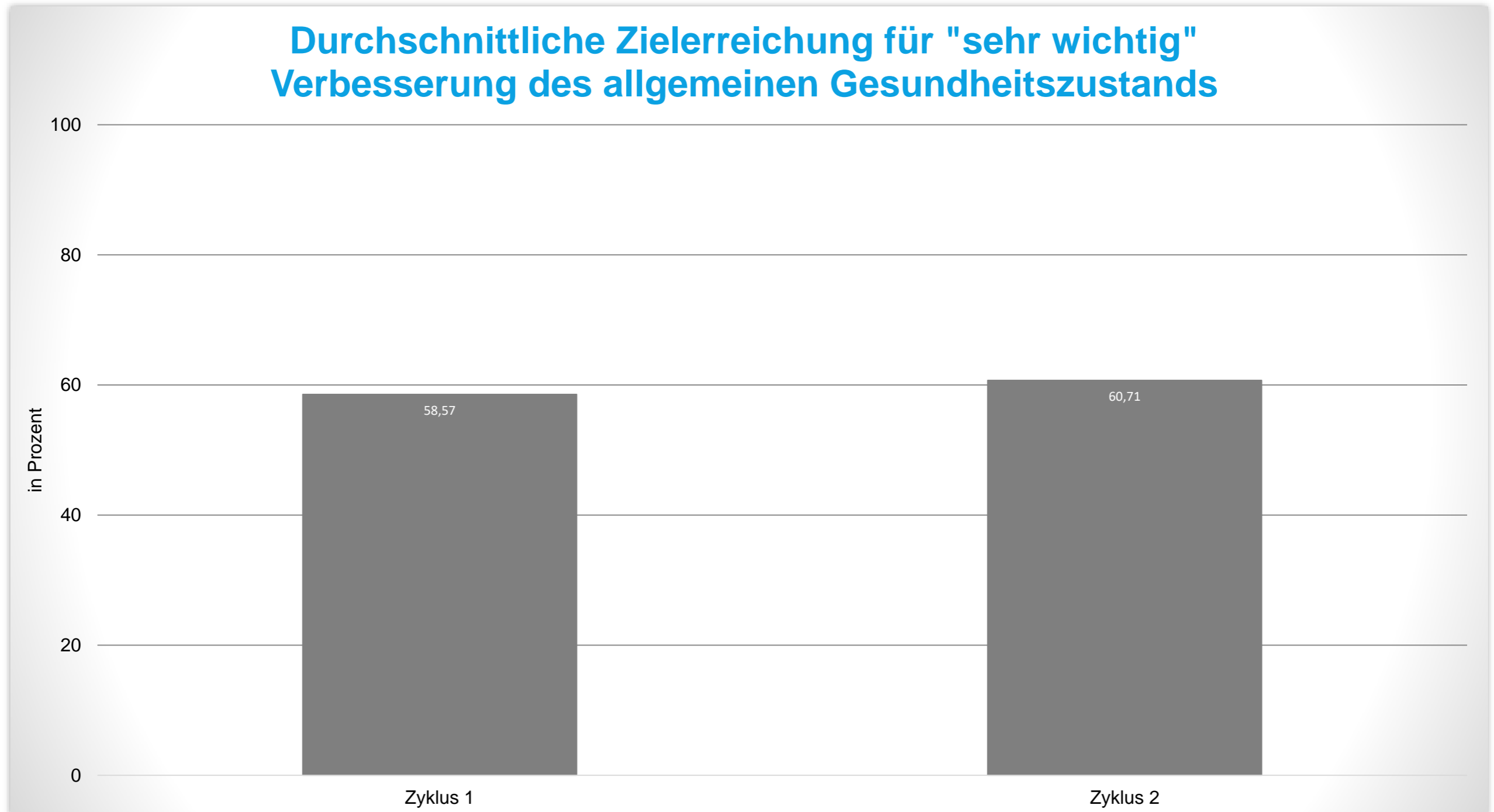
Ergebnisse: Fragen zur Erfahrung

Entspannung durch Meditation





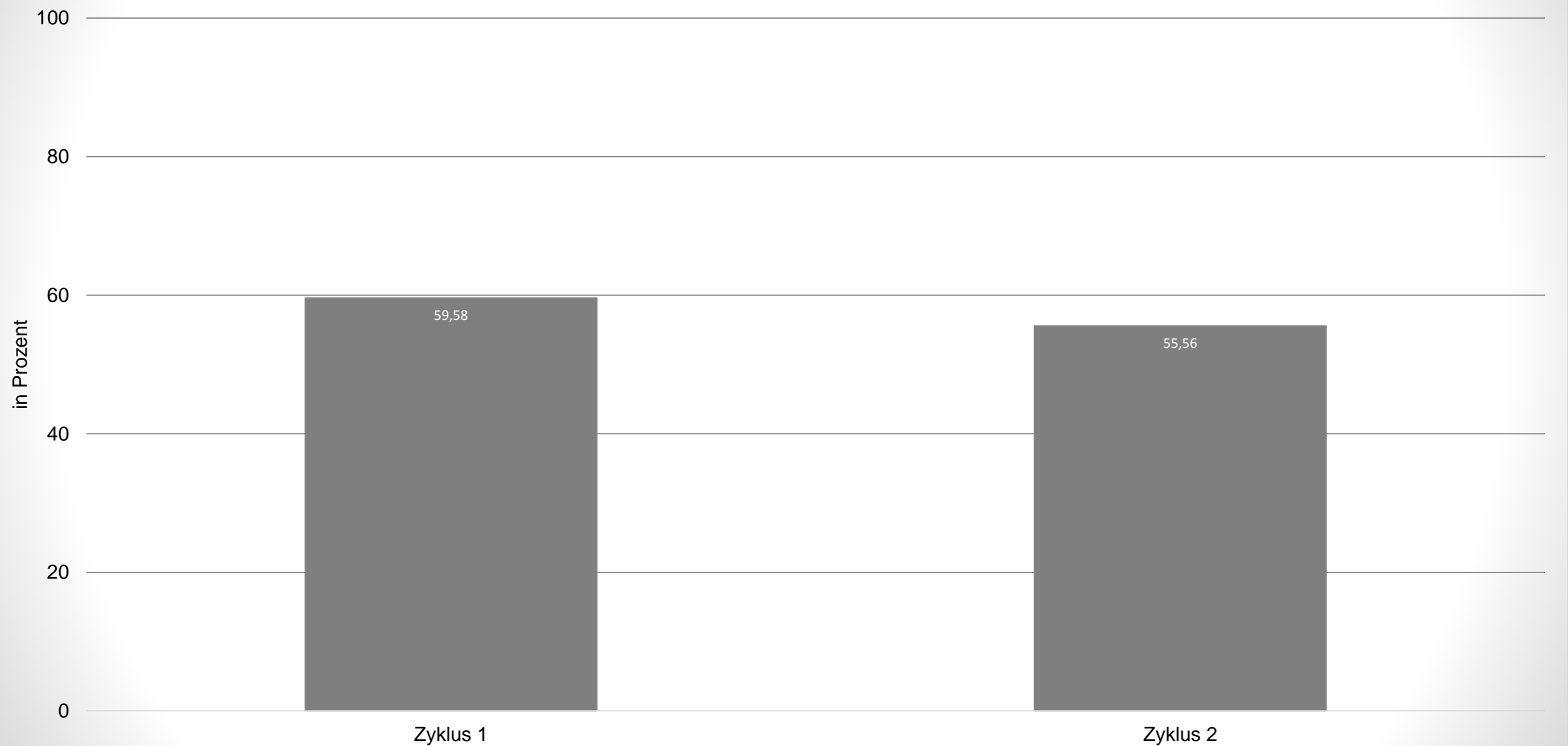
Ergebnisse: Fragen zum Ergebnis





Ergebnisse: Fragen zum Ergebnis

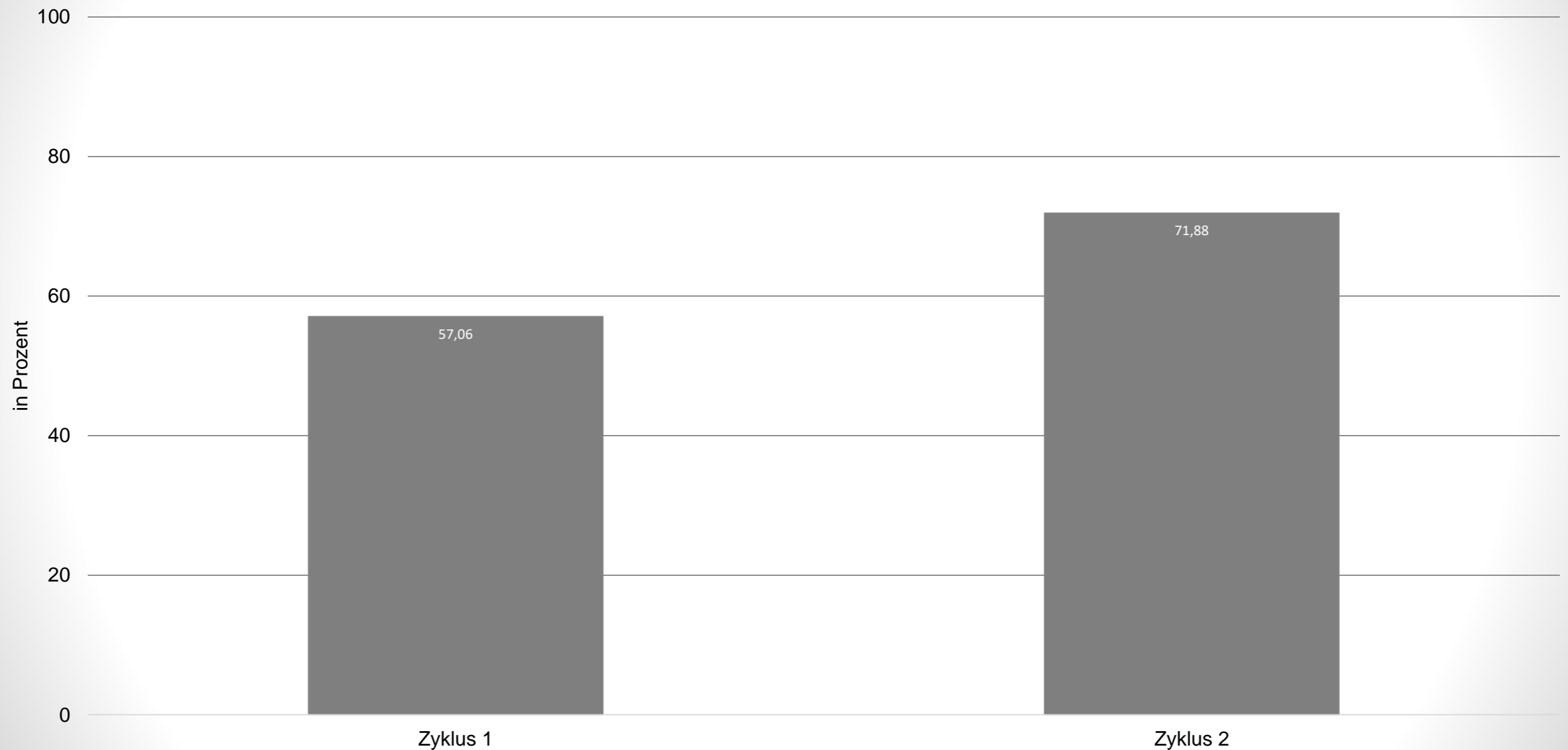
Durchschnittliche Zielerreichung für "sehr wichtig" Verbesserung der Vitalität





Ergebnisse: Fragen zum Ergebnis

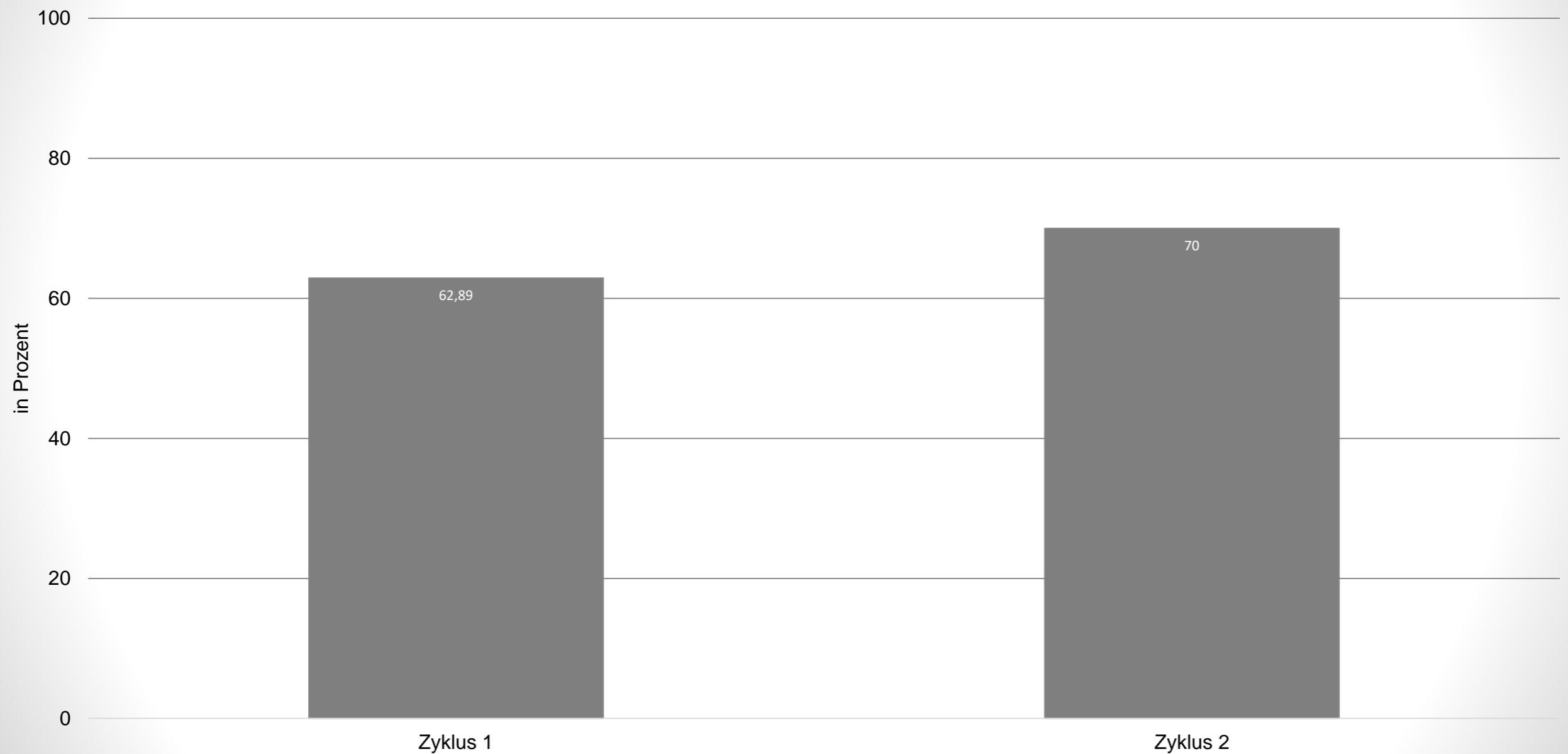
Durchschnittliche Zielerreichung für "sehr wichtig" Prävention





Ergebnisse: Fragen zum Ergebnis

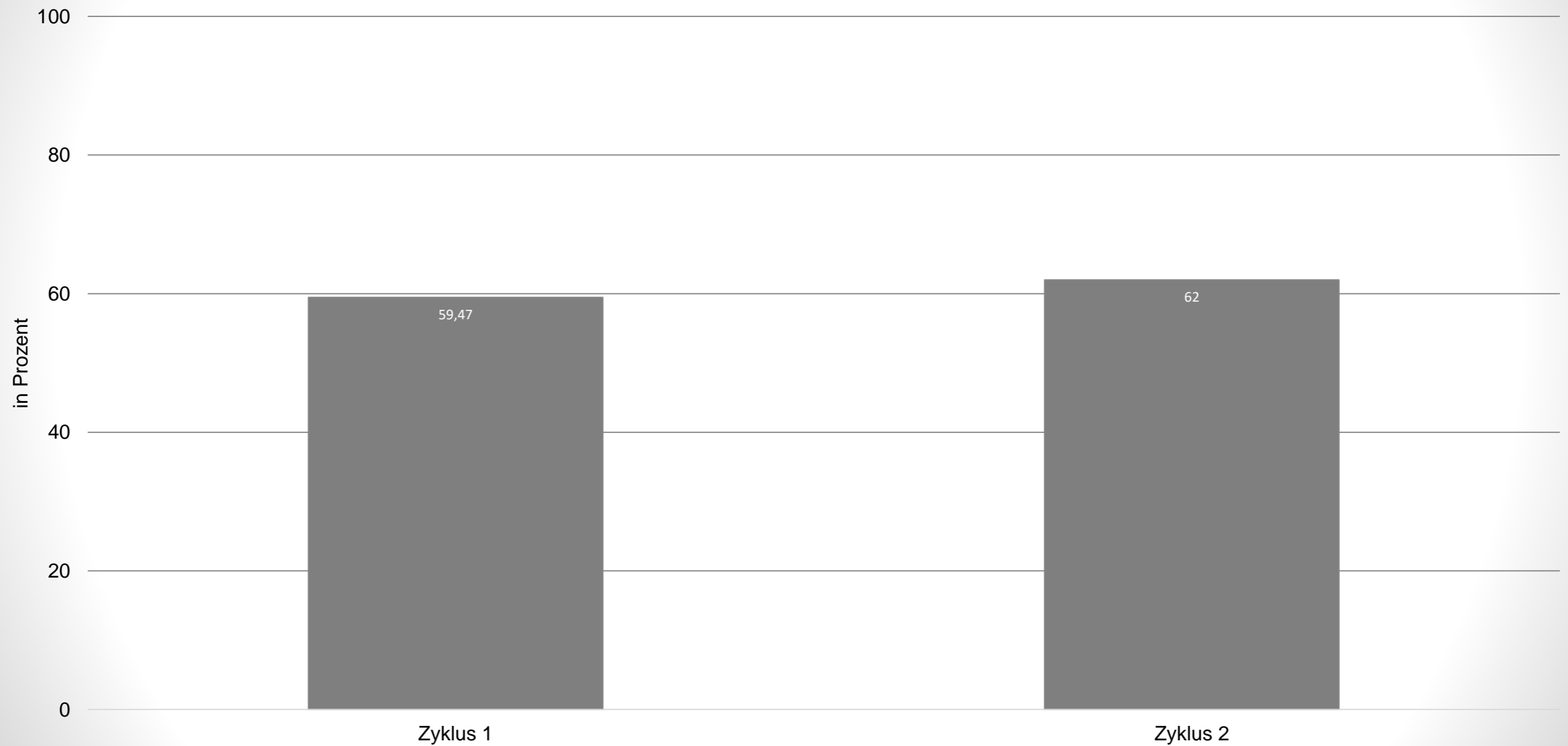
Durchschnittliche Zielerreichung für "sehr wichtig" Kennenlernen der eigenen Selbstheilungskräfte





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

- 79% der insgesamt 36 Teilnehmer*innen sind Frauen; am stärksten vertreten sind Teilnehmer*innen im Alter von 45- 54 Jahren.
- Die Teilnehmer*innen konnten sich über beide Zyklen hinweg gut auf die Meditation einlassen, jedoch ist dieser Wert im zweiten Zyklus leicht zurückgegangen.
- Die Fähigkeit der Vorstellung der vorgegebenen Bilder war über beide Zyklen konstant gut.
- Das Körperbewusstsein war hoch, ist jedoch im zweiten Zyklus leicht gesunken.
- 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 des zweiten Zyklus bis zu 14,82% höher als nach dem ersten Zyklus.



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

Hippokrates – griechischer Arzt