



**Projekt:
brainLight – kinderleicht lernen**

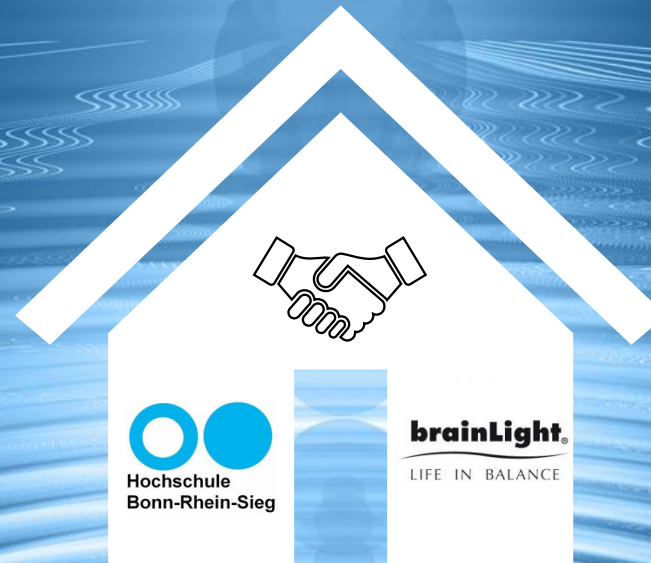
Gesamtauswertung

Hochschule Bonn-Rhein-Sieg

Gründung: 01.01.1995

Standorte: Sankt Augustin, Rheinbach und Hennef

- 38 Bachelor- und Masterstudiengänge
- Praxisorientiertes Studium
- 1000 Beschäftigte, davon 150 Professor*innen
- Ca. 9500 Studierende



brainLight GmbH

Gründung: 31.10.1988



Weltweiter Marktführer im Bereich ganzheitlicher Entspannungssysteme



Synergie von audio-visueller Entspannung & Shiatsu-Massage



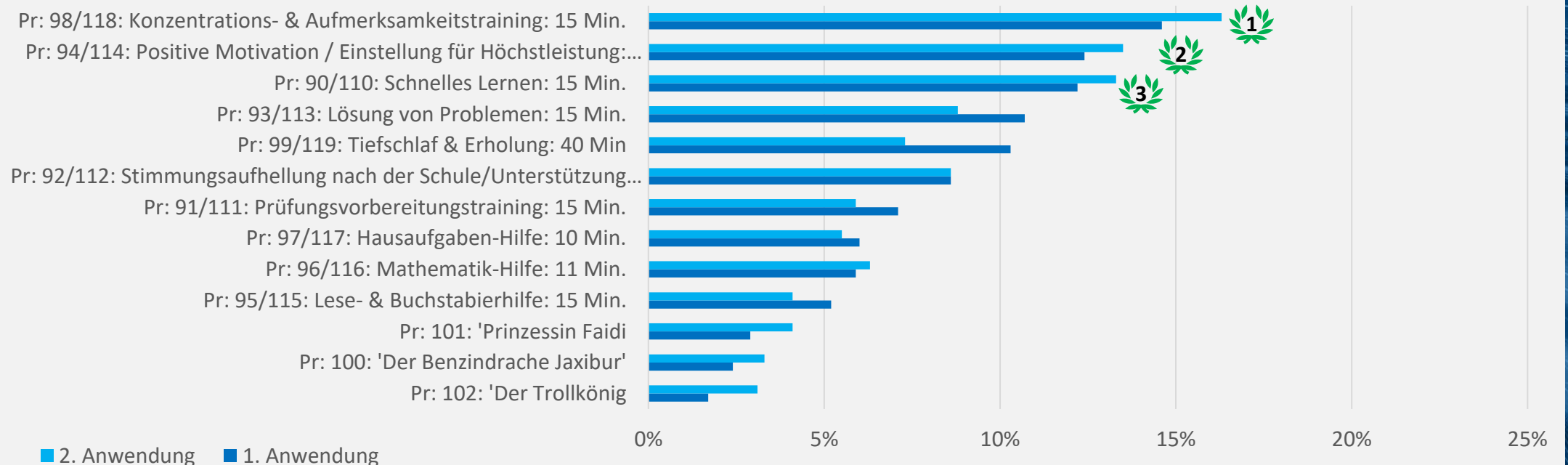
Produkte zu den Themen:

- Entspannung
- Stressreduzierung
- Mentales Training

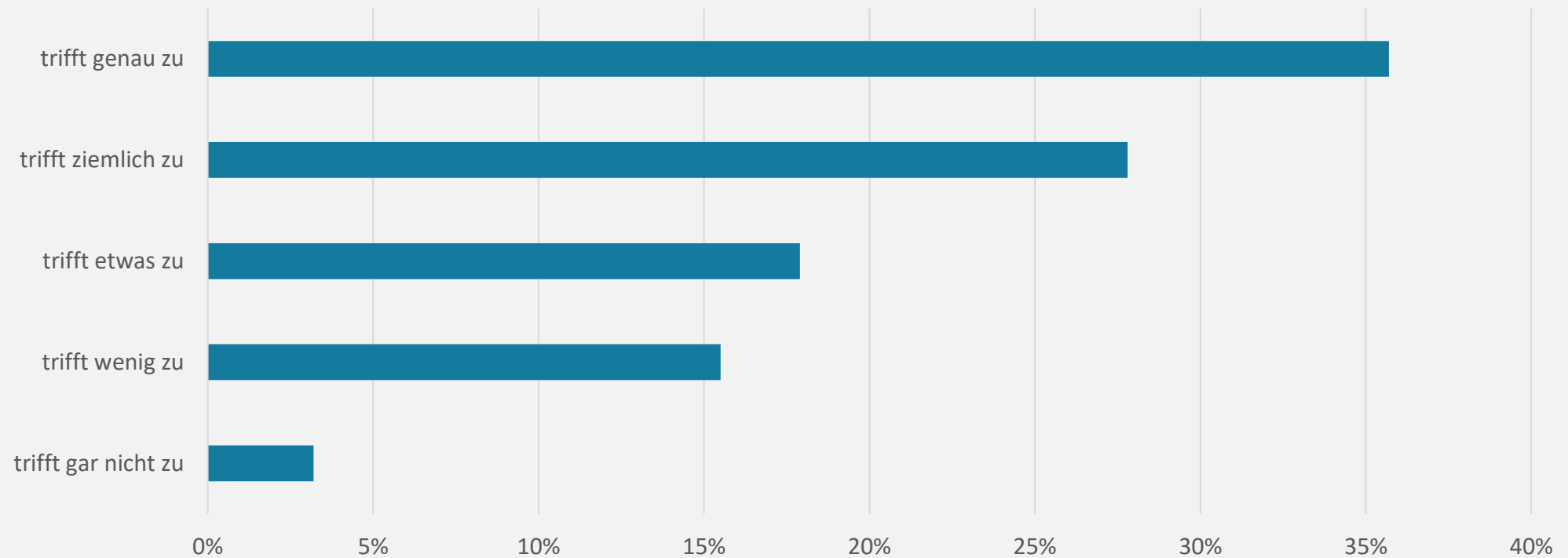
Allgemeine Informationen

- 10 Zyklen mit insgesamt 126 Teilnehmenden
- Geschlecht: ca. 73% Frauen und 27% Männer
- Altersdurchschnitt: 37 Jahre (min: 7; max: 83)

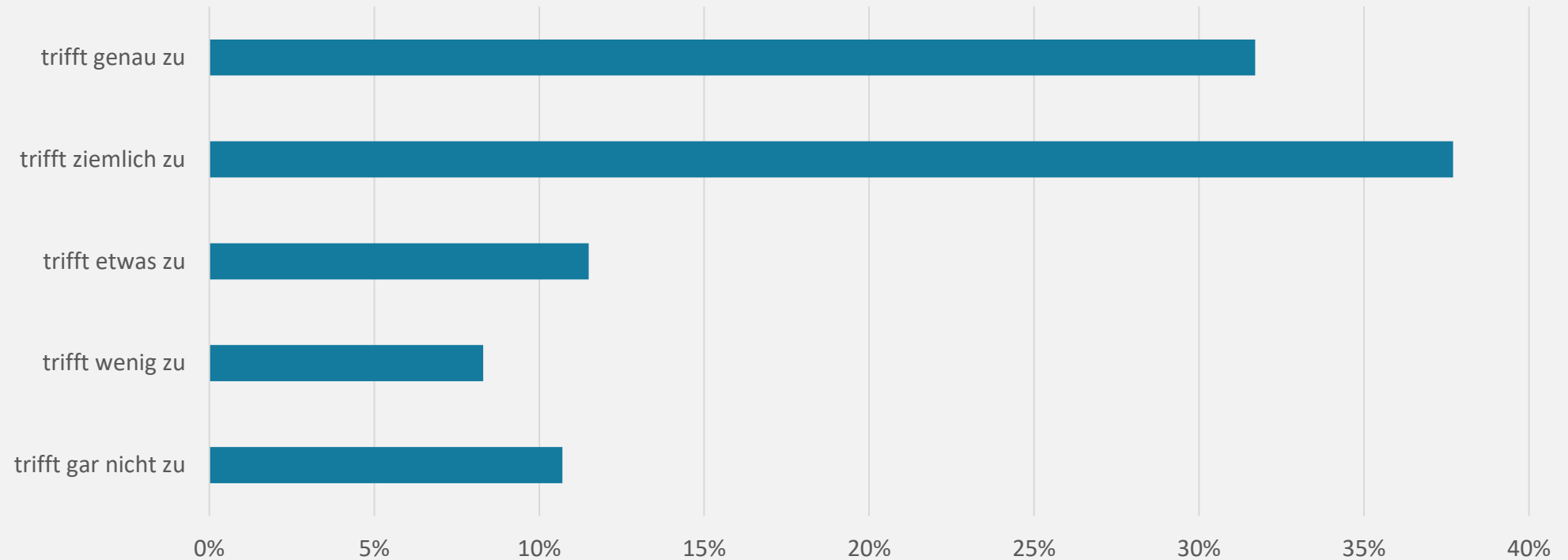
Programmauswahl der Teilnehmenden



Einlassen auf das Programm bei der ersten Anwendung



Einlassen auf das Programm nach mehreren Anwendungen



1. Hypothese

Die brainLight-Anwendung verringert das **Stressniveau** der Teilnehmenden.

2. Hypothese

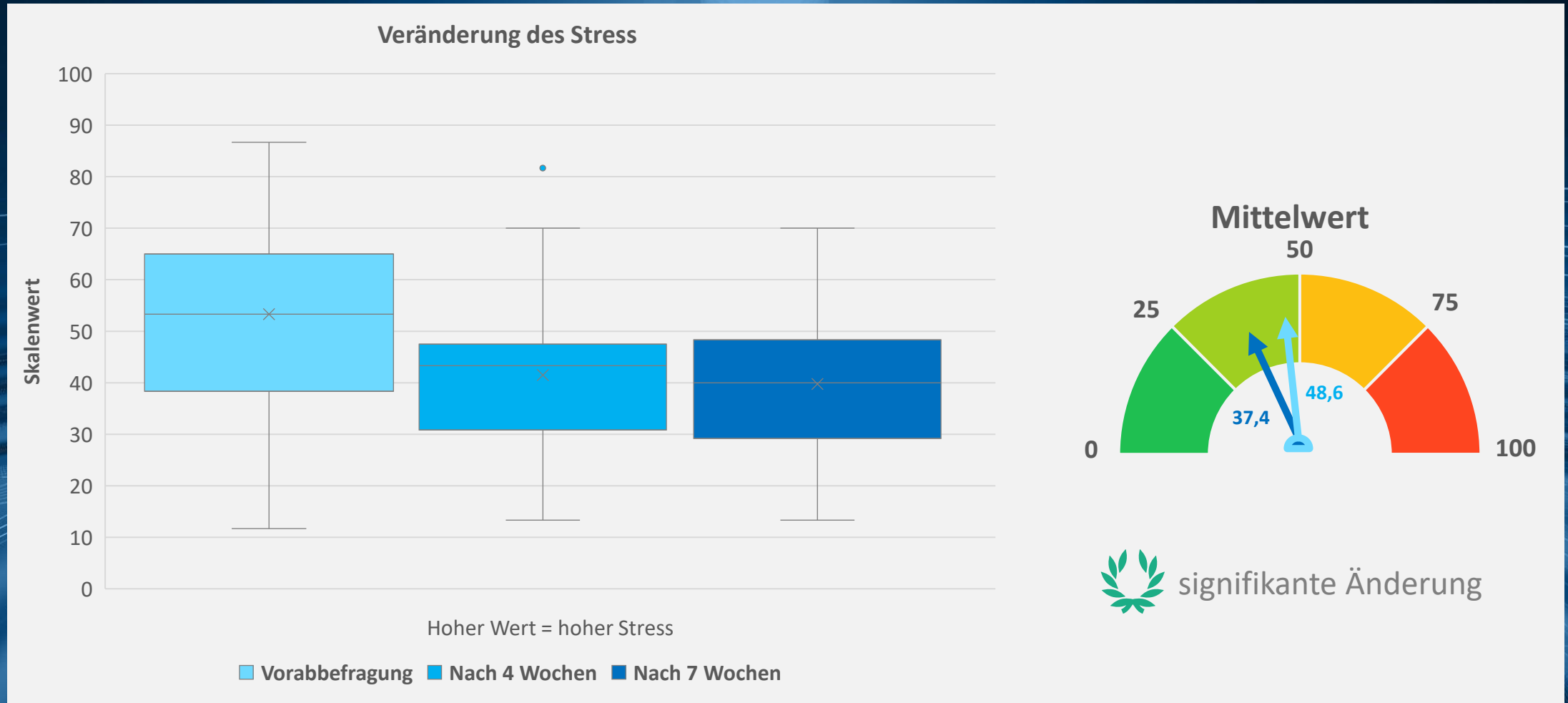
Die Teilnehmenden waren durch die brainLight-Anwendungen **fokussierter** und **konzentrierter**.

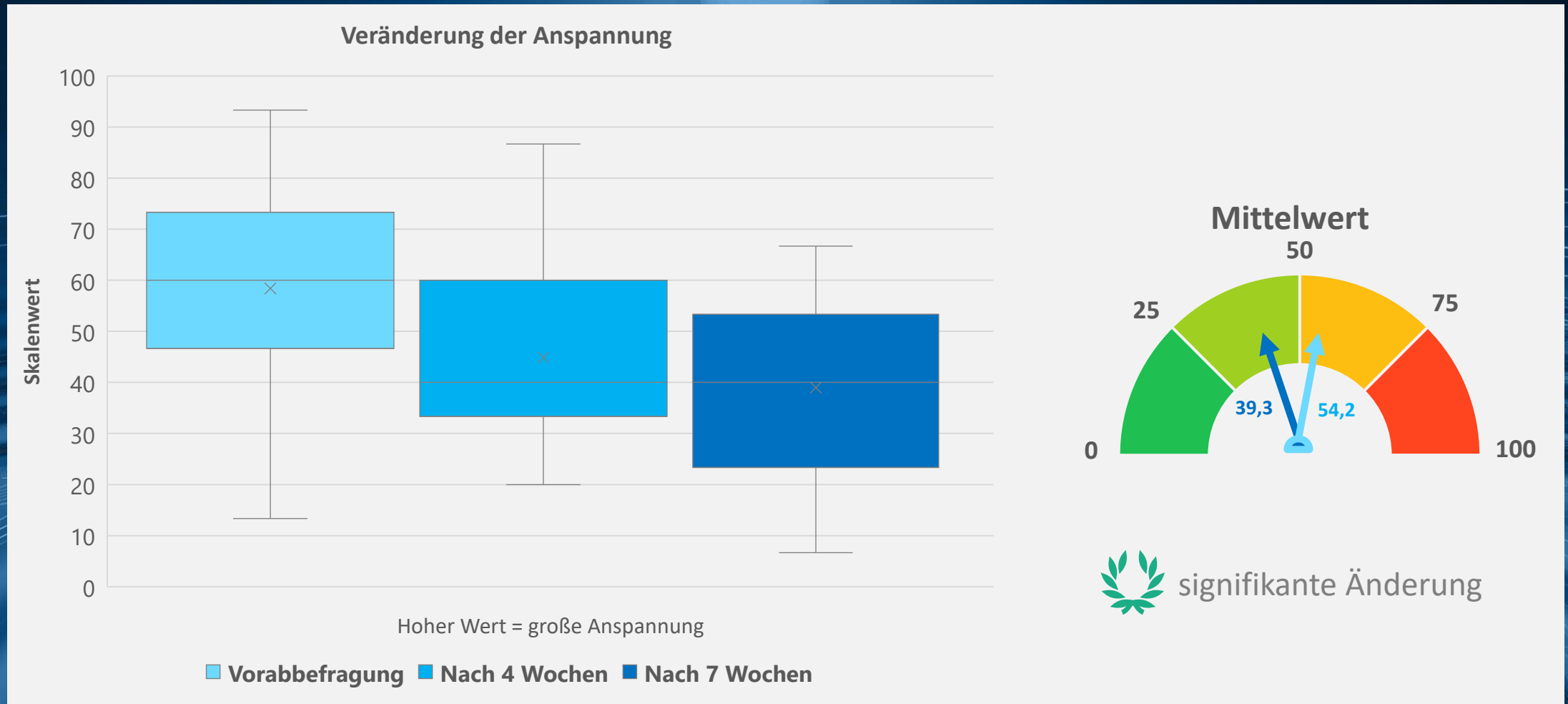
3. Hypothese

Durch die brainLight-Anwendung haben sich **Panikgefühle** und **Zweifel** an den eigenen Fähigkeiten verringert.

4. Hypothese

Die brainLight-Anwendung hat einen positiven Einfluss auf die **Freude**.





1. Erkenntnis

Die brainLight-Anwendung verringert das **Stressniveau** der Teilnehmenden.

2. Hypothese

Die Teilnehmenden waren durch die brainLight-Anwendungen **fokussierter** und **konzentrierter**.

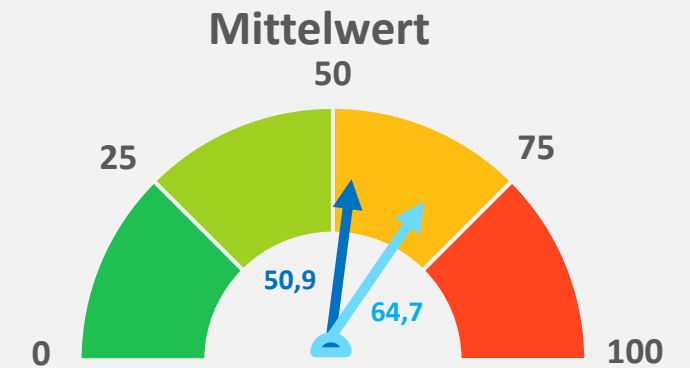
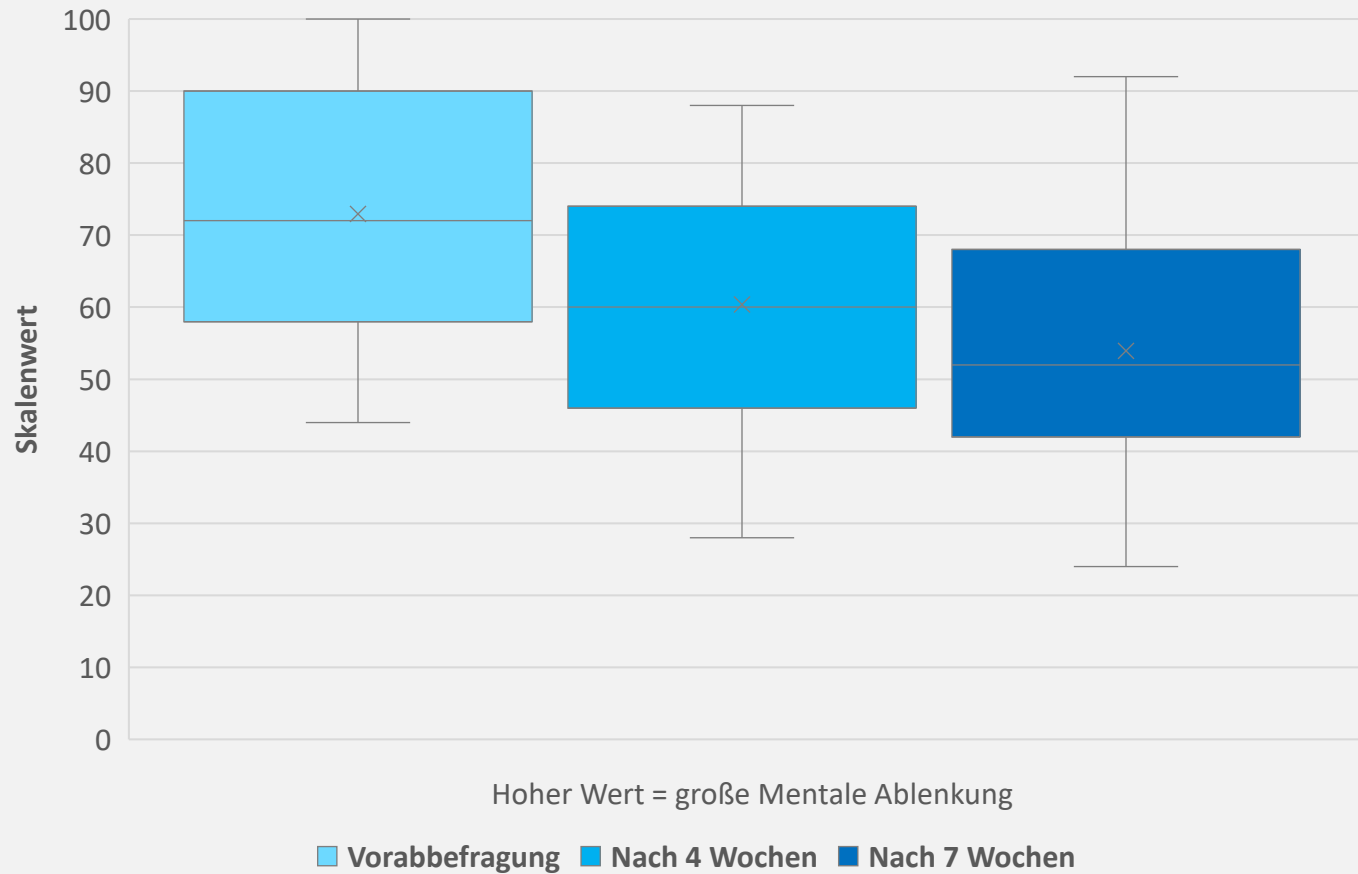
3. Hypothese

Durch die brainLight-Anwendung haben sich **Panikgefühle** und **Zweifel** an den eigenen Fähigkeiten verringert.

4. Hypothese

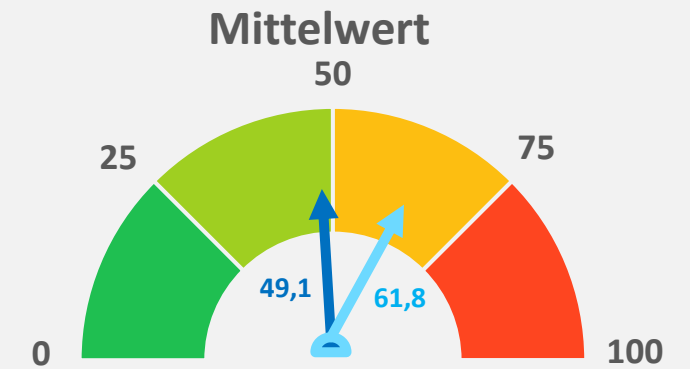
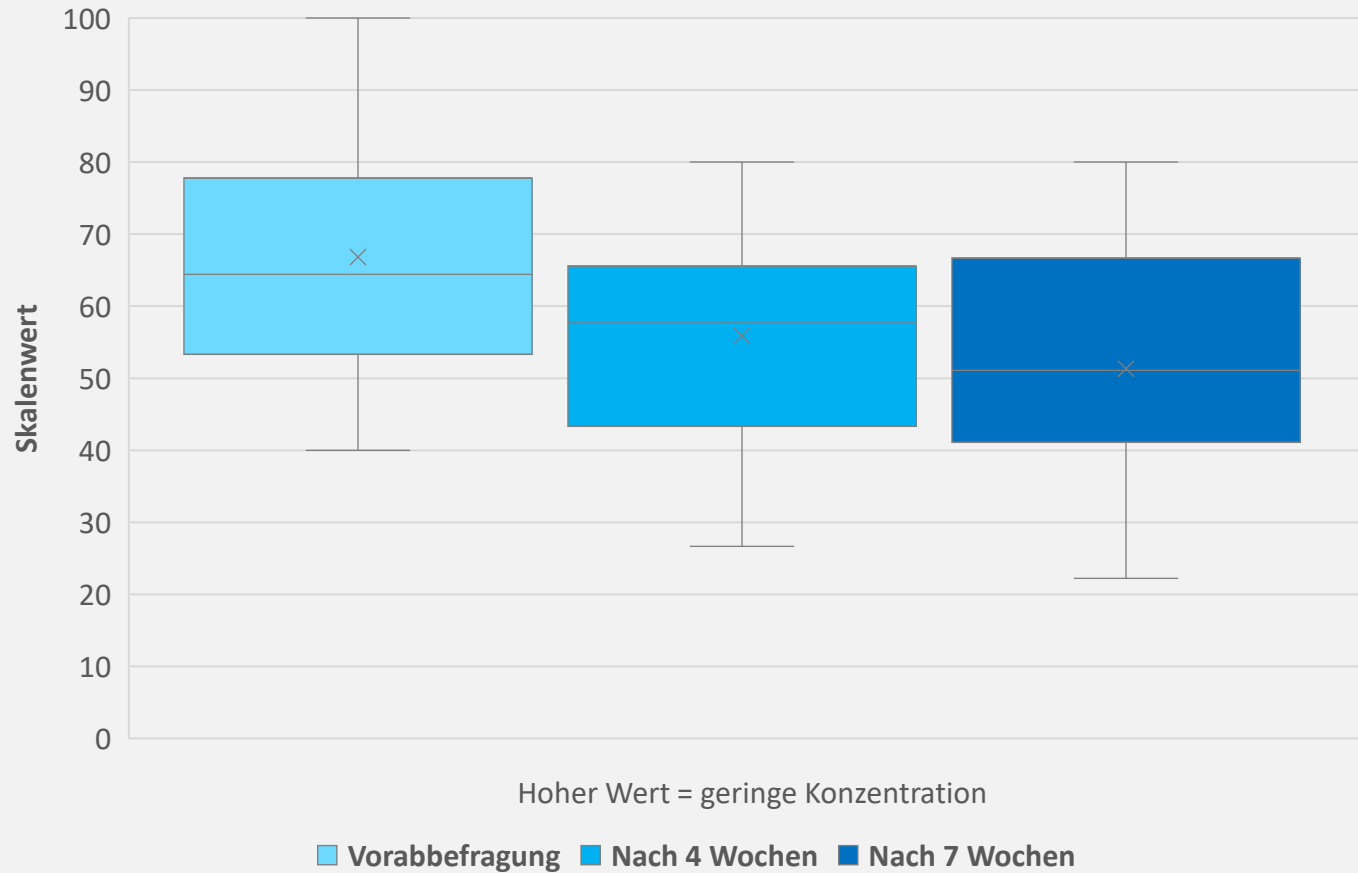
Die brainLight-Anwendung hat einen positiven Einfluss auf die **Freude**.

Veränderung der Mentalen Ablenkung



signifikante Änderung

Veränderung der Konzentration



 signifikante Änderung

1. Erkenntnis

Die brainLight-Anwendung verringert das **Stressniveau** der Teilnehmenden.

2. Erkenntnis

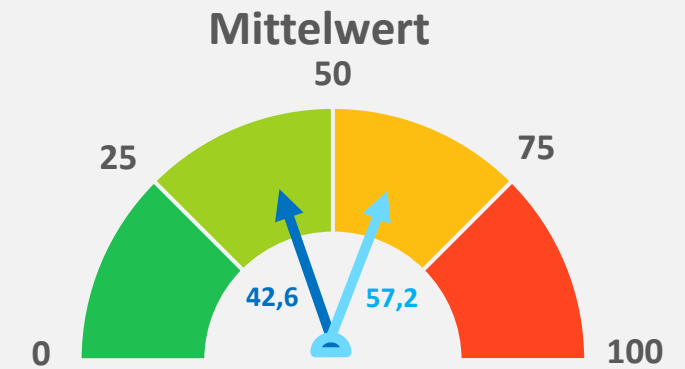
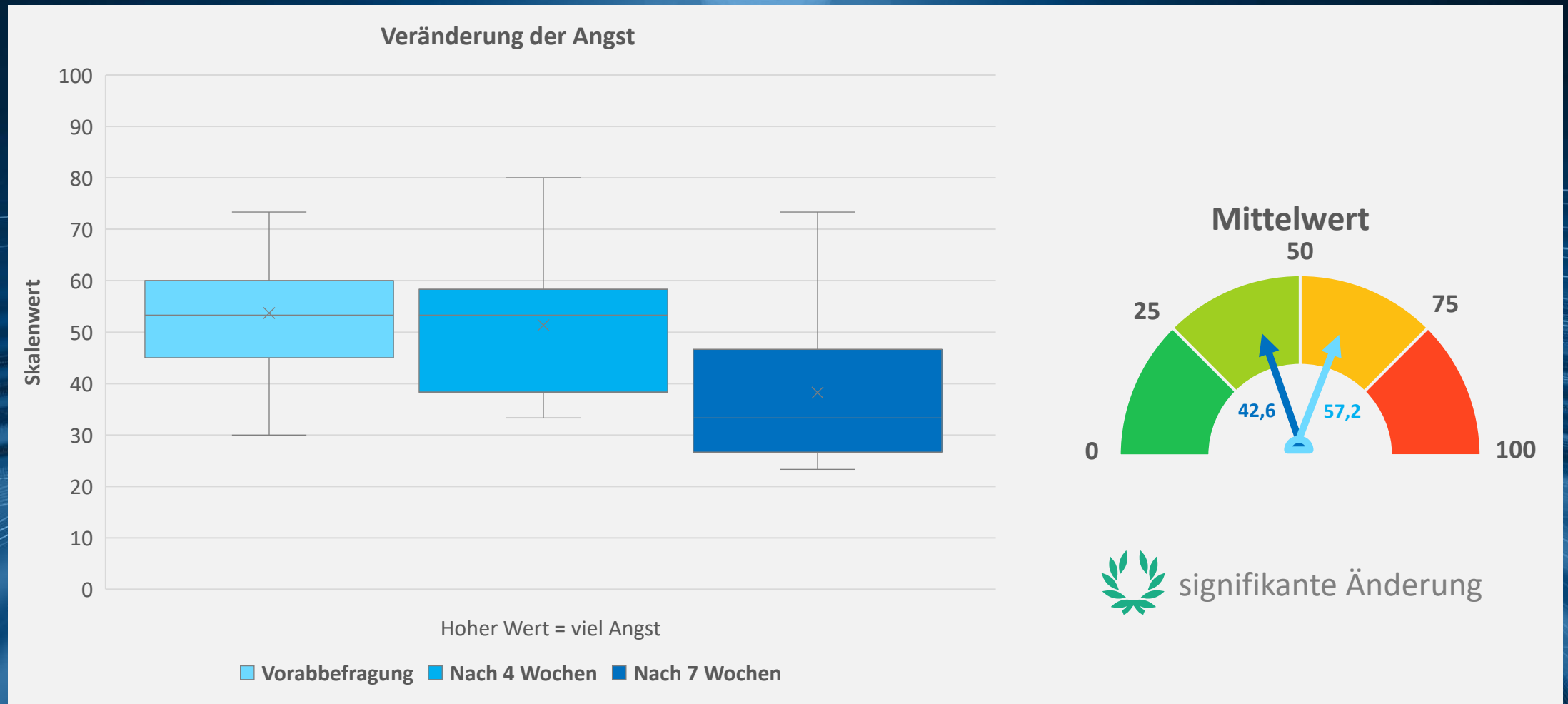
Die Teilnehmenden waren durch die brainLight-Anwendungen **fokussierter** und **konzentrierter**.

3. Hypothese

Durch die brainLight-Anwendung haben sich **Panikgefühle** und **Zweifel** an den eigenen Fähigkeiten verringert.

4. Hypothese

Die brainLight-Anwendung hat einen positiven Einfluss auf die **Freude**.



 signifikante Änderung

1. Erkenntnis

Die brainLight-Anwendung verringert das **Stressniveau** der Teilnehmenden.

2. Erkenntnis

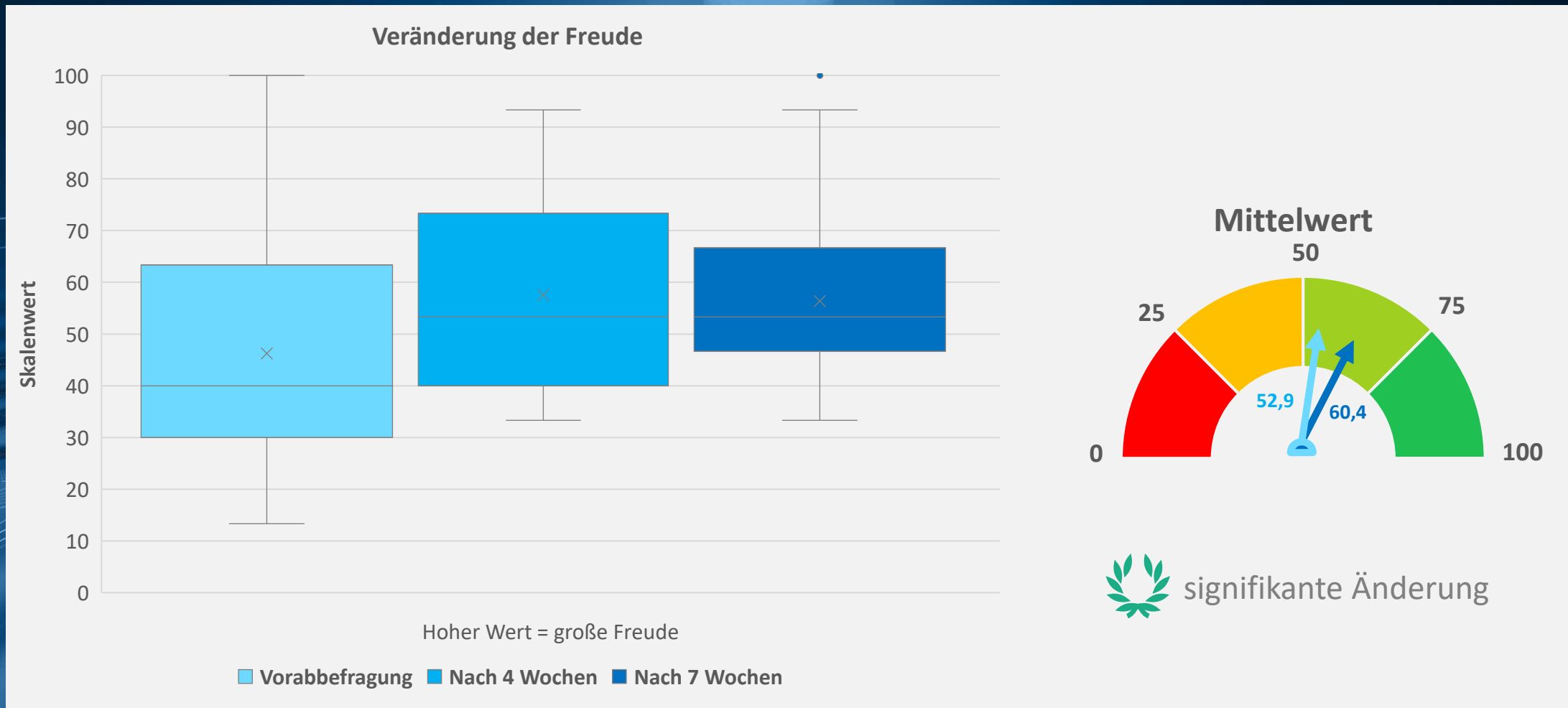
Die Teilnehmenden waren durch die brainLight-Anwendungen **fokussierter** und **konzentrierter**.

3. Erkenntnis

Durch die brainLight-Anwendung haben sich **Panikgefühle** und **Zweifel** an den eigenen Fähigkeiten verringert.





4. Hypothese

Die brainLight-Anwendung hat einen positiven Einfluss auf die **Freude**.



Helfen die brainLight-Clever-Programme besser zu lernen?

Ja 

-  Die Teilnehmenden haben ihr **Stressniveau verringert**.
-  Die Teilnehmenden sind **fokussierter** und **konzentrierter**.
-  Die Teilnehmenden konnten ihre **Panikgefühle** und **Zweifel verringern**.
-  Die Teilnehmenden verspüren mehr **Freude**.