

3.2.a. PDF

Die audiovisuelle Stimulation über Mind Machine

Neue Erkenntnisse aus der Hirnforschung zeigen, dass durch gezielte Stimulation in spezifischen Hirnarealen Alpha und Theta Hirnwellen erzeugt werden können.

Diese Wellen sorgen für einen Zustand der Entspannung und Meditation und folglich für eine erhöhte Aufmerksamkeit und Leistungsfähigkeit.

Dieser Zustand kann eine so genannte Mind Machine erzeugen.



Das biologische Prinzip einer Mind Machine:

Um die Funktionsweise von Mind Machines zu verstehen, ist das Verständnis der Funktionsweise unseres Gehirns, unter der Perspektive der Gehirnströme, wichtig.

Je nach gegenwärtigem Bewusstseinszustand befindet sich unser Gehirn auf einem bestimmten Schwingungsniveau.

Unsere unterschiedlichen Gehirnströme:

1. Die Beta-Wellen

Die Merkmale dieser Hirnwellen reichen von Wachsamkeit über analytische Problemlösungen, Angespanntheit, Stress, Hektik und Unausgeglichenheit. Man ist permanent in Alarmbereitschaft.

2. Die Alpha-Wellen

Im Alpha-Zustand sind wir kreativ und optimal empfänglich für das Erlernen von neuen Informationen. Diese Wellen produzieren ein ruhiges und wohlige Gefühl.

Im Gegensatz zum Beta-Zustand ist der Alpha-Zustand ein ruhigerer Zustand.

3. Die Theta-Wellen

Hier ist der Betroffene in einem meditativen Zustand.

Die Theta-Wellen entstehen, wenn Ruhe und Entspannung in Schläfrigkeit umschlagen. Es ist der Dämmerzustand zwischen Wachen und Schlafen.

4. Die Delta-Wellen

Diese Wellen entstehen, wenn wir tief schlafen. In diesem Zustand kann der Körper sich selbst heilen, und sie sind die Voraussetzung für einen erfrischenden und regenerierenden Schlaf.

Mit Mind Machines können Sie ganz gezielt die verschiedenen Gehirnwellen für die unterschiedlichen Zwecke anregen.

Das funktioniert so:

Bei Lernschwächen, Aufmerksamkeitsstörungen, Stress, Schlafstörungen und anderen negativen Erfahrungen zeigt unser Gehirn abweichende Gehirnwellen im EEG.

Die Betroffenen kommen gar nicht mehr in den Zustand der ruhigen Gehirnwellenmuster.



Die Mind Machine besteht aus einer Brille mit dunklen Gläsern, an deren Innenseite mehrere Lämpchen angeschlossen sind.

Durch Lichtimpulse von Dioden an der Brille, gekoppelt mit synchronisierter und entspannender Musik werden unsere Gehirnwellen sanft stimuliert und positiv korrigiert.

Durch diese Impulse werden die Frequenzen des Gehirns beeinflusst und führen den Betroffenen in den so genannten Alphabereich, der maßgeblich ist für die geistige und körperliche Entspannung und der sich außerdem positiv auf die geistige Aufnahmefähigkeit, die Kreativität und die Phantasie auswirkt.

Studien belegen diese Aussagen:

Überraschende Fortschritte bei Kindern mit Aufmerksamkeits-Defizit-Syndrom mit und ohne Hyperaktivität (ADS).



Dr. Ruth Olmstead, Ph.D

Auch bei der Arbeit mit hyperaktiven Kindern und bei Kindern mit Lernschwächen findet die audiovisuelle Stimulation eine vermehrte Anwendung.

Dr. Ruth Olmstead, Ph.D, Walden University USA, hat bei einer Untersuchung mit 30 ADS Kindern und durch den Einsatz dieser Technologie festgestellt, dass nach 6 Wochen die Kinder sich erheblich besser konzentrieren konnten als vor der Testphase.

Es wurde zweimal wöchentlich 35 Minuten, während 6 Wochen lang geübt.

Die Kinder zwischen 6 – 16 Jahre zeigten erhebliche Verbesserungen in den folgenden Schlüsselbereichen:

- **Psychomotorische Geschwindigkeit**
- **Fähigkeit Reihenfolgen zu verfolgen und zu verarbeiten**
- **Reduzierung der Ablenkbarkeit**
- **Erhöhung der Aufmerksamkeitssteuerung**
- **Erhöhung der kognitiven Verarbeitungsgeschwindigkeit**

Diese Studie scheint berechtigte Hoffnung zu geben, dass schulische Leistungssteigerungen, eine Erhöhung der Aufmerksamkeit und

Konzentration von betroffenen Kindern und Jugendlichen möglich sind!!

Weitere Informationen über unsere Mind Machine und deren Funktionsweise zum Einsatz bei Konzentrations- und Lernschwächen für Sie und Ihre Kinder finden Sie unter:

- [Verbesserung der Konzentration und Entspannung durch Audiovisuelle Stimulation](#)

