

Newsletter Ausgabe 244

für PcE Effect Project (PEP) & Eggetsberger.NET

Herzlich willkommen bei der Newsletter Ausgabe Nr. 244: Juli 2013!
Sommer Aktion

Mehrmals (ca. 1 – 3 Mal) monatlich bekommen Sie von uns kostenlos per E-Mail top-aktuelle Meldungen aus den Bereichen Medizin, länger leben, Biofeedback, Biomesstechnik, Verhaltensforschung, Physik und Psychologie. Darüber hinaus werden Sie über unsere neuesten Forschungsergebnisse, Produkte und die aktuellen Seminartermine informiert.

Seit Newsletter Ausgabe 173 (Jänner 2010) wird der Newsletter des International-PcE-Networks (IPN) von unserer Forschungsplattform Eggetsberger.NET versendet. Unsere Newsletter finden Sie auch im Internet gratis im Newsletter Archiv

[» Zum Newsletter Archiv](#)

Aktuelle Themen:

1. Psychonetiker und Biofeedbacktrainer als Beruf
2. Optimisten sind gesünder!
3. Sommer Aktion
4. Nicken verschafft Selbstsicherheit
5. Erotische Bilder
6. Aktuelle Veranstaltungen

1. Psychonetiker und Biofeedbacktrainer als Beruf *Informationsveranstaltung in Wien*

Vortrag: Psychonetiker und Biofeedbacktrainer als Beruf

Dienstag, 16.07.2013

18:00 - 20:00

Eintritt: FREI

Anmeldung: [DIREKTLINK!](#)

Ort: PEP Center | Schottenfeldgasse 60/3/35, 1070 - Wien



Mentaltraining und Coaching haben sich in den letzten Jahren zu immer attraktiveren Berufsfeldern entwickelt. Die Nachfrage steigt aktuell täglich an und schnell wirkende Konzepte gegen Stress, Burnout, Angst oder zur Potenzialentwicklung gewinnen immer mehr an Bedeutung.

Zu den angesprochenen Methoden zählen das klassische Biofeedback und die Psychonetik, das messtechnisch gestützte Mentaltrainings- System nach Eggetsberger.

Über 30 Jahre Erfolg auf vielen Prüfständen wie Spitzensport, Top- Management, Kunst, Lernen, Burnout- Bewältigung oder Unterstützung von unterschiedlichen Therapien haben überzeugt!

Mit Psychonetik gelangen Sie vom Glauben zum Wissen. Unsere einzigartigen Messgeräte stellen präzise und leicht verständlich die Zustände von Körper und Geist dar. Dadurch sind ausgebildete Psychonetiker in der Lage individuelle Trainingskonzepte für eine Vielzahl an Lebenslagen mit ihren Klienten zu erarbeiten.

Dieser kostenlose Vortrag stellt Ihnen primär die Möglichkeit vor, Psychonetik (aber auch klassisches Biofeedback) zum Beruf zu machen.

Folgende Themen erwarten Sie:

- Wie groß ist der Bedarf an Mentaltraining, Coaching und Psychonetik
- Wie viel kann ich als Psychonetiker / Lizenznehmer verdienen
- Welche Voraussetzungen muss ich erfüllen um Psychonetiker / Lizenznehmer zu werden
- Was sind die Unterschiede zwischen dem Beruf des Psychonetikers / Lizenznehmers und dem Beruf des Biofeedbacktrainers
- Alle Informationen zur Ausbildung und möglichen Weiterbildungen
- Vorstellung unserer neuen "Psychonetik Akademie" Ausbildung (inkl. Diplom)
- Psychonetiker - ein Beruf mit Zukunft!
- Wie man von Psychonetik leben kann und/oder sich ein zweites berufliches Standbein aufbauen kann

Wenn Sie sich schon immer für die professionelle Arbeit mit Psychonetik oder Biofeedback interessiert haben, ist dieser Vortrag für Sie die perfekte Möglichkeit sich unverbindlich zu informieren!

2. Optimisten sind gesünder! ***Pessimisten brauchen mehr Energie***

Psychologen der Roehampton University in London, des Universitätsklinikums Hamburg-Eppendorf sowie der Techniker Krankenkasse haben in einer gerade veröffentlichten Studie nachgewiesen, dass optimistische Studierende unter Prüfungsstress weniger anfällig für Infekte der oberen Atemwege sind als ihre weniger positiv denkenden Kommilitonen. "Wer das Leben durch die rosarote Brille betrachtet, hat also offenbar nicht nur mehr Spaß am Leben, sondern ist auch besser vor Erkältungen gewappnet", so das Ergebnis der Studienautoren.

Optimisten kontra Pessimisten

Zu Beginn der Studie wurden die teilnehmenden 43 Frauen und 37 Männer hinsichtlich ihrer Lebenseinstellung befragt, um die durchschnittlich 23 Jahre alten Studierenden in Optimisten und Pessimisten einzuteilen. "Wir haben die Teilnehmer nach ihrer Zustimmung zu Aussagen wie 'Wenn etwas schiefgehen kann, dann geht es auch schief' oder 'Was auch immer kommen mag, ich krieg das schon hin' gefragt und entsprechend ihrer Antworten eingeteilt", erklärt Heiko Schulz, Psychologe bei der TK, die Herangehensweise der Forscher.

Weniger Erkältungssymptome

Dass Stress das Immunsystem belastet und gestresste Menschen anfälliger für Krankheiten sind, war bereits jetzt allgemein bekannt. "Wir wollten wissen, ob es im Gegenzug möglich ist, das Infektionsrisiko durch eine positive Lebenseinstellung herabzusetzen", so Schulz. In der Folge untersuchten die Wissenschaftler den Infektionsstatus von 80 Studierenden einmal während und einmal außerhalb ihrer Prüfungsphase.

Die Ergebnisse bestätigen die Eingangsthese: Die optimistischen Hochschüler empfanden ihre Prüfungsphase nicht nur als weniger stressig und psychisch belastend, sie wiesen auch weniger Erkältungssymptome auf.

"Die Optimisten betrachten die Stressphase eher als Herausforderung, die sie engagiert angehen, was sie eher beflügelt und so besser vor stressbedingten gesundheitlichen Belastungen schützt. Im Gegenzug empfinden Pessimisten die Prüfungsphase als schwer zu bewältigen, sie investieren mehr Energie, um den Stress zu händeln und sind dadurch deutlich anfälliger für Infektionskrankheiten", analysierte Claus Vögele von der Roehampton University.

Zwar ist den Studienautoren bewusst, dass die Ergebnisse aufgrund der Fokussierung auf den Stressfaktor "Prüfung" nur begrenzt verwendbar sind, um generelle Aussagen zum Einfluss von Persönlichkeitsmerkmalen auf das Immunsystem zu treffen. Einen Trend können die Wissenschaftler trotzdem ableiten: "Gesundheit lässt sich durch eine optimistische Lebenseinstellung positiv beeinflussen".

Quellen: Studie, Universitätsklinikums Hamburg-Eppendorf sowie der Techniker Krankenkasse / und Claus Vögele von der Roehampton University

3. Sommer Aktion ***PcE Scanner iQ***

Die Sommer Aktion 2013 ist da! In den Sommermonaten gibt es das Biofeedbackgerät - PcE Scanner iQ - im Aktionspaket mit einer Vielzahl an Zubehör.

Unser Sommer Angebot enthält:

- PcE Scanner iQ (Biofeedback Gerät)
- ULP Standardkabel
- Hautleitwert Kabel
- ULP 3er Kabel
- ULP 2er Kabel
- ULP Handkabel
- PcE III Trainingspaket
- PcE Power Modulator



Mit diesem Lieferumfang haben Sie die Möglichkeit eine Vielzahl von Trainingsanwendungen durchzuführen!

» MEHR INFORMATIONEN IM GROSSEN INFO- PDF: [DIREKTLINK!](#)

[» ZUR SOMMER AKTION!](#)

Das umfangreiche Paket erhalten Sie zum Aktionspreis von Euro 2.950,- statt Euro 4.110,-!

Die Sommer Aktion gilt nur solange der Vorrat reicht!

4. Nicken verschafft Selbstsicherheit ***Körperbewegungen und die Psyche***

Nicken hilft Menschen dabei, ihrer Sache besonders sicher zu sein. Kopfschütteln hingegen verstärkt die Bereitschaft zur Selbstkritik, berichten amerikanische Forscher im Journal of Personality and Social Psychology.

Der Psychologe Richard Petty und seine Kollegen von der Universität Ohio in

Columbus erklärten über 180 Studenten, sie sollten die Qualität von Kopfhörern testen, die man auch beim Tanzen oder Joggen aufhaben könne. Die Studenten lauschten mit den Hörern einigen Musikstücken und einem Kommentar zum Tragen von Identitätskarten auf dem Campus. Währenddessen sollten sie den Kopf entweder einmal in der Sekunde auf- und abnicken oder hin- und herschütteln.

Bei einer anschließenden Befragung gaben sich die Nicker in ihrer Meinung über die Kopfhörer, die vorgespielte Musik und den Kommentar, deutlich gefestigter als die Kopfschüttler. Das bedeute aber nicht, dass die Nicker mit dem Gehörten eher einverstanden waren, ergänzen die Psychologen. Auch bei einer Ablehnung - etwa des Kommentars - waren die Nicker eindeutiger. Auf die Frage hin, ob die Kopfbewegungen denn ihre Meinungsbildung beeinflusst hätten, antworteten jedoch alle Versuchsteilnehmer mit einem "Nein".

Auch andere Körperbewegungen können die Selbstsicherheit beeinflussen

In einem weiteren Versuch sollten Studenten eine Liste ihrer beruflichen Qualitäten niederschreiben. Die Hälfte der Teilnehmer, die alle Rechtshänder waren, sollte die Liste mit ihrer linken Hand anfertigen. Diesmal waren diejenigen Studenten ihrer Sache besonders sicher, die die Liste mit rechts anfertigen durften, berichten Petty und seine Kollegen. Genau wie beim Kopfnicken, fühlte sich keiner der Teilnehmer durch die Wahl einer Hand in seiner Selbsteinschätzung beeinflusst. Petty nimmt an, dass noch eine Reihe anderer Bewegungen wie beispielsweise Lächeln unbewusst die eigene Einstellung beeinträchtigen können.

Quelle: Journal of Personality and Social Psychology (Ausg. 84, Nummer 6), Universität Ohio

5. Erotische Bilder

Ablenkung

Erotische Bilder machen für den Bruchteil einer Sekunde blind! Das haben amerikanische Psychologen in einer Wahrnehmungsstudie mit Freiwilligen entdeckt. Offenbar fesseln Darstellungen, die mit Emotionen wie beispielsweise sexueller Erregung verknüpft sind, die Aufmerksamkeit des Betrachters so sehr, dass alle anderen Reize kurzfristig ausgeblendet werden. Den gleichen Effekt rufen auch Gewaltdarstellungen und andere emotionale Bilder hervor - ein Mechanismus, den Forscher auch "Aufmerksamkeitsgaffen" nennen.

Für ihre Studie zeigten die Forscher um David Zald den Probanden nacheinander hunderte von Bildern, auf denen Landschaften und Gebäude abgebildet waren. Die Testteilnehmer sollten in der Bilderserie Ausschau nach einem bestimmten Objekt halten. Zwei bis acht Bilder vor der gesuchten Abbildung fügten die Forscher ein Bild mit einem erotischen Motiv in die Reihe neutraler Bilder ein und beobachteten, ob dieses emotionale Bild einen Einfluss auf die Wahrnehmung der Probanden hatte.

Je kürzer der Zeitabstand zwischen dem als erregend empfundenen Bild und dem Zielfoto war, desto häufiger verpassten die Probanden das gesuchte Objekt, zeigte die Auswertung. Das gleiche Ergebnis erzielten die Forscher auch, wenn sie statt der erotischen Bilder beunruhigende Motive wie eine Waffe oder einen verletzten Arm verwendeten. Das zeige, dass emotional aufwühlende Motive – egal, ob negativ oder positiv – die Aufmerksamkeit auf die gleiche Art und Weise beeinflussen,

kommentieren die Psychologen.

"Beim Verarbeiten von Informationen gibt es eine Art Engpass, und wenn eine bestimmte Art von Reizen die Aufmerksamkeit fesselt, kann das diesen Engpass sozusagen verstopfen, und nachfolgende Informationen kommen nicht mehr durch", erklärt Studienleiter Zald. Interessanterweise waren jedoch nicht alle Probanden gleich anfällig für den Gaffer-Effekt: Diejenigen mit einem eher ängstlichen, vorsichtigen Naturell ließen sich von den emotionalen Bildern sehr viel länger ablenken als die, die auch sonst gut mit Angst und gefährlichen Situationen umgehen konnten. Insgesamt galt: Je konkreter die gestellte Aufgabe und je deutlicher die Anweisungen waren, desto besser schnitten die Probanden ab.

Gewusst?

Studie: In Programmen mit erotischem Inhalt wirken Werbespots nicht bzw. warum sich Werbung nicht immer lohnt...

Sex ist nicht zwingend verkaufsfördernd: Fernsehwerbung in Programmen mit eindeutigem Inhalt wird schlechter wahrgenommen, haben britische Wissenschaftler herausgefunden. Ihrer Studie zufolge erinnern sich Menschen weniger gut an Werbeblöcke in Fernsehserien wie "Sex and the City", in denen Sexualität eindeutig dargestellt wird. Werbung in solchen Programmen lohne sich daher nur unter bestimmten Bedingungen und für gewisse Zielgruppen, folgern Ellie Parker und Adrian Furnham.

Parker und Furnham zeigten je dreißig Frauen und Männern Episoden von Fernsehserien, die von Werbeblöcken unterbrochen wurden. Sowohl die Sendungen als auch die Werbung unterschieden sich bezüglich der Darstellung erotischer Inhalte: Einige beschäftigten sich eindeutig mit Sex, andere dagegen überhaupt nicht. Mit einem Fragebogen bestimmten die Wissenschaftler anschließend, ob sich die Versuchsteilnehmer an die gezeigten Werbespots erinnern konnten.

Das Ergebnis: Bei Sendungen ohne Sex blieb die Werbung bei den Teilnehmern besser im Gedächtnis als bei den erotischen Programmen. Am schlechtesten war die Erinnerung an sexuell aufgemachte Werbung in einer Sendung mit ebenfalls sexuellen Inhalten.

Menschen ließen sich durch erotische Inhalte aufwühlen oder verwirren, glaubt Furnham. Ein ähnlicher Effekt sei auch bei Programmen gefunden worden, die Gewalt zeigten. Wenig erstaunt waren die Wissenschaftler über die Unterschiede zwischen Männern und Frauen: Männer konnten sich besser an sexuelle Werbung erinnern. "Sex lohnt sich in der Werbung nur, um Männern was zu verkaufen", so Parkers Fazit.

Quelle: David Zald (Yale-Universität, New Haven) et al.: Psychonomic Bulletin & Review | Ellie Parker, Adrian Furnham (University College, London) et al.: Applied Cognitive Psychology, Online-Vorabveröffentlichung, DOI 10.1002/acp.1325

6. Aktuelle Veranstaltungen in PEP Center

Alle aufgeführten Veranstaltungen finden im PEP Center statt:

PEP Center
Schottenfeldgasse 60/3/35
1070 Wien
Österreich

Trainingsabend: Pce+ | Pce Yoga

Donnerstag, 11.07.2013

18:00 - 20:00

Eintritt: 10,- Euro

Anmeldung: [DIREKTLINK!](#)

Anfänger und Fortgeschrittene aller Altersgruppen sind herzlich eingeladen zu diesem Trainingsabend mit Jenny Fox. Das belebende Training verbessert den Energiefluss, löst Verspannungen und schafft mehr Stabilität in der Wirbelsäule. Die anschließende Frequenz- Meditation mit unterstützender Erdung regt den Energiefluss der Pce Yogis an!

Neu: Privatstunden Pce+ | Pce Yoga auf Anfrage!

Vortrag: Psychonetiker und Biofeedbacktrainer als Beruf

Dienstag, 16.07.2013

18:00 - 20:00

Eintritt: FREI

Anmeldung: [DIREKTLINK!](#)

Mit Psychonetik gelangen Sie vom Glauben zum Wissen. Unsere einzigartigen Messgeräte stellen präzise und leicht verständlich die Zustände von Körper und Geist dar. Dadurch sind ausgebildete Psychonetiker in der Lage individuelle Trainingskonzepte für eine Vielzahl an Lebenslagen mit ihren Klienten zu erarbeiten.

Dieser kostenlose Vortrag stellt Ihnen primär die Möglichkeit vor, Psychonetik (aber auch klassisches Biofeedback) zum Beruf zu machen.

Alle Informationen zum Vortrag können Sie dem ersten Beitrag dieses Newsletters (weiter oben) entnehmen!

Seminar: Psychonetiker 2 - Aufbau 2

Samstag & Sonntag, 20. & 21.07.2013

11:00 - 17:00

Eintritt: 395,- Euro

Anmeldung: [DIREKTLINK!](#)

In den Schläfenlappen liegen die Hirnbereiche (Hirnmodule) die für Sprache, Spracherkennung, aber auch für unser Angst- und Stressmanagement zuständig sind. Von den beiden Amygdalae aus wird der Körper bei Stress, Angstgefühlen, Aggression, etc. in erhöhte Alarmbereitschaft versetzt. Diese beiden Hirnmodule können, wenn sie zu leicht erregbar sind, unter anderem zu Burnout, Dauerängsten,

Depressionen und anderen überzeichneten Stressreaktionen führen. Die Amygdala (nicht größer als ein Mandelkern) ist durch bestimmte Arten des Mentaltrainings (Potentialbiofeedback) und durch Stimulation in Ihrer Aktivität dämpfbar. Das führt bei richtigem Vorgehen sehr schnell zu einer normalen gesunden Reaktion, frei von Dauernervosität, Ängsten und ähnlichen Beschwerden. Im Gegensatz zu vielen Entspannungstechniken und Trainings setzt das hier vorgestellte System direkt an der Wurzel der Probleme an. Dadurch kommt es zum maximalen Erfolg.

Kein Vorwissen erforderlich!

Trainingsabend: Pce+ | Pce Yoga

Donnerstag, 25.07.2013

18:00 - 20:00

Eintritt: 10,- Euro

Anmeldung: [DIREKTLINK!](#)

Anfänger und Fortgeschrittene aller Altersgruppen sind herzlich eingeladen zu diesem Trainingsabend mit Jenny Fox. Das belebende Training verbessert den Energiefluss, löst Verspannungen und schafft mehr Stabilität in der Wirbelsäule. Die anschließende Frequenz- Meditation mit unterstützender Erdung regt den Energiefluss der Pce Yogis an!

Neu: Privatstunden Pce+ | Pce Yoga auf Anfrage!

[» Folgen Sie uns auf Facebook \(Eggetsberger.NET\)!](#)

[» Bio-Vit Shop](#)

[» Eggetsberger- Info Wissenschaftsblog](#)

[» Eggetsberger.NET](#)

Wenn Sie keine Mitteilungen von -eggetsberger.net- Eterna Management S.L. bekommen möchten klicken Sie bitte auf diesen Link [Link](#)

Eggetsberger Net
Forschungs- und Arbeitsgemeinschaft für

System- und Biofeedbackentwicklung

Eterna Management S.L.
Mitglied des International-PcE-Network

* Eterna Management:(Firmenbuch) Company Registration No.: Registro Mercantil de Mallorca, tomo 2067, folio 203, hoja PM-47533

* International-PcE-Network (ZVR-Zahl 182402090)

Tel.: ++43 (01) 402 57 19

Tel.: ++34 65 000 22 61

Die Newsletterredaktion erreichen Sie unter

eFax-Nummer ++43-1-253-67229090

E-Mail: http://eggetsberger.net/email_newsletter.html

Forschungsplattform Web: www.eggetsberger.net

Bio-Vit-Internetshop Web: www.ilm1.com

Für den Inhalt verantwortlich: Gerhard und Markus Eggetsberger sowie das Newsletterteam
Newsletter - Gerichtsstand: Palma de Mallorca - Spanien

--

Wenn Sie keine Mitteilungen von "eggetsberger.net" bekommen möchten klicken Sie bitte
auf diesen [Link](#)