

Newsletter Ausgabe 189

für Eggetsberger.NET, Eterna Management S.L. & IPN

Herzlich willkommen bei der Newsletter Ausgabe Nr. 189: August 2010!
Hypnose & Wissenschaft

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. Aus Handgesten lesen
2. Hypnose im Experiment
3. Hypnoseseminar & Hypnose Plattform
4. Rot macht Männer attraktiver
5. Tagträume gegen negative Erlebnisse

1. Aus Handgesten lesen

Menschen assoziieren gute Dinge mit der Körperseite, die sie sicher und in den Bewegungen flüssig einsetzen!

Dies wurde in einer Studie bei Politikern beobachtet.

Nicht nur Körperhaltung und Mimik verraten, was in Politikern beim Reden vorgeht: Rechtshänder begleiten aus ihrer Sicht positive Ideen öfter mit spontanen Gesten der rechten Hand, Linkshänder verwenden die bei ihnen dominante Hand. Das hat ein internationales Forscherteam herausgefunden, das 3012 Redeauschnitte mit 1747 Gesten der Schlussdebatten in den US-Präsidentenwahlen 2004 und 2008 ausgewertet hat. So untermalte beispielsweise der spätere US-Präsident Barack Obama als Linkshänder fast alle negativen Gedanken mit Bewegungen der rechten Hand. Bei der gefundenen Verbindung zwischen Meinung und Körperbewegung spielen Kultur und Sprachkonventionen keine Rolle. "In Labortests assoziieren Rechts- und Linkshänder positive Ideen wie Ehre oder Intelligenz mit ihrer dominanten Körperseite, negative Gedanken mit der eher schwächeren", erklärt Daniel Casasanto vom Max-Planck-Institut für Psycholinguistik in Nijmegen. Um diese Präferenz im realen Leben nachzuprüfen, haben die Wissenschaftler aussagekräftige Sätze aus Reden der US-Präsidentenwahlkandidaten in den Debatten von 2004 und 2008 analysiert. Die Linkshänder vertraten dabei der Demokrat Obama und der Republikaner John McCain, die Rechtshänder wurden durch John Kerry (Demokrat) und George Bush (Republikaner) repräsentiert.

Von den registrierten 1747 Gesten wurden 920 beidhändig ausgeführt. Bei den verbleibenden 827 Gesten folgten die Politiker dem Rechts-Links-Schema. Besonders ausgeprägt untermalte der Linkshänder Obama seine Aussagen mit negativen und positiven Emotionen mit der rechten

beziehungsweise linken Hand. Weniger deutlich, aber dennoch sichtbar ist das Muster bei McCain und Kerry. Uneinheitlich dagegen das Bild bei dem Ex-US-Präsidenten Bush: Er wedelte als Rechtshänder auch bei der Hälfte seiner von ihm als positiv bewerteten Aussagen mit der Linken. Die rechte Hand setzte Bush dagegen so ein, wie es sich nach der Studie für einen Rechtshänder gehört: Rechts ist gut. "Menschen assoziieren gute Dinge mit der Körperseite, die sie sicher und in den Bewegungen flüssig einsetzen", erklärt Casasanto. Dass dieser Regel auch die Linkshänder folgen, widerlege die Gültigkeit der in vielen Kulturen verankerten Assoziation von "gut" mit "rechts". Auch die Idee, dass linke und rechte Handgesten der politischen Gesinnung geschuldet sind, sei nicht belegbar. Für einige Redner ist die Verbindung von Hand und Emotion der Sprachaussage so signifikant, dass sie schon bei oberflächlicher Beobachtung festzustellen ist, schreiben die Wissenschaftler. Vor allem lohne es sich, die nicht dominante Hand zu beachten, die generell seltener für Gesten verwendet werde. In den Debatten zeigten sich die nicht dominanten Handgesten öfter bei negativen als bei positiven Statements.

Quelle: Daniel Casasanto (Max-Planck-Institut für Psycholinguistik, Nijmegen) et al.: PLoS One, doi: 10.1371/journal.pone0011805

2. Hypnose im Experiment

Wirksamkeit nachgewiesen

Kürzlich gelang es Wissenschaftlern der Harvard-Universität in Boston, die Wirksamkeit von Hypnose wissenschaftlich nachzuweisen. Die Psychologen Stephen M. Kosslyn und William Thompson versetzten acht Testpersonen in Trance und zeigten ihnen unterschiedliche Bilder - mit grauen und farbigen Formen. Während sie die Farbbilder betrachteten, forderten die Psychologen sie auf, sich die Farben wegzudenken. Bei den grauen Bildern sollten sie versuchen, Farben zu sehen. Mit Hilfe eines entsprechenden Messgeräts maßen die Psychologen die Hirnströme. Das Ergebnis war: Bei Personen in hypnotischer Trance veränderten sich - im Gegensatz zu Nicht-Hypnotisierten - in beiden Gehirnhälften die Hirnströme. Und das heißt, die linke Gehirnhälfte, zuständig für logisches Denken, benötigte die Beeinflussung durch Hypnose, um etwas wahrzunehmen, was real gar nicht existierte. Kosslyn und Thompson zufolge dürfte eine derartige Sinnenspaltung verantwortlich sein für Therapieerfolge bei medizinischen Eingriffen unter Hypnose.

Quelle: DIV in Hypnose - Hirnforschung • 06.08.2010 10:33:43

3. Hypnoseseminar & Hypnose Plattform

24. - 26. September 2010 / www.dehypnose.com

Von 24. bis 26. September 2010 findet unsere Fremd- und Selbsthypnose Ausbildung statt. Diese seit nun 31 Jahren abgehaltene Ausbildung stellt unser ältestes und eines der erfolgreichsten Seminare dar. An drei Tagen erlernt jeder Teilnehmer die Techniken der Fremd- und Selbsthypnose. Absolventen sind also in der Lage, die Hypnose immer und überall einzusetzen.

Weitere Informationen zum Seminar und eine Anmeldeöglichkeit finden Sie **HIER!**

Das kostenlose Buch "Hypnose, die unheimliche Realität" von Gerhard H. Eggetsberger finden Sie als eBook unter folgendem **DIREKTLINK!**

Anlässlich unseres neuen Hypnose- Schwerpunkts freuen wir uns auch, Ihnen unsere neue Hypnose-Plattform vorstellen zu können: www.dehypnose.com !

Auf dieser Plattform finden Sie in nächster Zeit viele neue Informationen und Unterlagen zum Themenschwerpunkt Hypnose. Ein regelmäßiger Besuch zahlt sich also aus.

4. Rot macht Männer attraktiver

Erstaunliche Wirkung der Signalfarbe

Männer auf Partnersuche sollten schon beim ersten Date Farbe bekennen – am besten Rot: Der Signalton macht sie für die Damenwelt attraktiver. Das hat ein internationales Forscherteam nun in diversen psychologischen Tests herausgefunden. Die Probandinnen fühlten sich von Männern, die rote T-Shirts trugen, oder deren Foto sich in einem roten Bilderrahmen befand, stark angezogen, während sie andere Farben weitgehend kalt ließen. "Frauen bringen Männer in Rot mit einem höheren Status in Verbindung und trauen ihnen eher zu, viel Geld zu verdienen und die Karriereleiter zu erklimmen. Und eben dieser mutmaßliche höhere Status macht die Männer in den Augen der Frauen attraktiver", erklärt Studienleiter Andrew Elliot von der University of Rochester.

An der Studie nahmen insgesamt 288 Frauen aus den USA, England, Deutschland und China teil. In den Experimenten zeigten die Wissenschaftler den Probandinnen unter anderem mehrere Fotos von durchschnittlich attraktiven Männern, deren T-Shirts unterschiedlich gefärbt, oder deren Bilder rot gerahmt waren. Anschließend ließen sie die Damen die Attraktivität der Herren beurteilen. In der Auswertung lagen die rotgewandeten Kandidaten klar vorne. Der Effekt tritt offensichtlich besonders in sexuellem Zusammenhang auf: Bei 25 Männern, die ebenfalls die Attraktivität der abgebildeten Herren beurteilen sollten, stellten die Forscher keine Präferenz für die Farbe Rot fest. In weiteren Tests stellten die Psychologen konkretere Fragen zu einzelnen Männern: Würden Sie diesen Kandidaten gerne näher kennenlernen? Würden Sie ihn gerne küssen? Wie hoch schätzen Sie den sozialen Status dieser Person ein? Glauben Sie, dass dieser Kandidat aufrichtig ist? Das Ergebnis: Bei Fragen, die mit der Attraktivität oder dem Status der Männer in Zusammenhang standen, schnitten diejenigen in roten T-Shirts erneut besser ab. Bei Fragen, die auf den sonstigen Charakter der Herren abzielten, brachte die Signalfarbe den Männern hingegen keinen Vorteil ein. Die Gründe für die Farbpräferenz sind vermutlich sowohl biologisch als auch gesellschaftlich bedingt: Im Tierreich tragen die Männchen vieler Arten auffällige rote Flecken auf der Brust. Je intensiver diese leuchten, desto mehr Erfolg haben die Tiere bei den Weibchen. Auch beim Menschen hat sich Rot als Farbe der Reichen und Mächtigen etabliert, was sich beispielsweise im roten Königsmantel oder dem berühmten roten Teppich widerspiegelt.

Quelle: Andrew Elliot (University of Rochester) et al.: Journal of Experimental Psychology, Bd.139,Nr.3,S.399, doi:10.1037/a0019689/

5. Tagträume gegen negative Erlebnisse

Gut kombinierbar auch mit dem Gedankenstopp

Der Gedanke an zeitlich und räumlich weit entfernte Erlebnisse hilft dabei, unangenehme Erinnerungen auszublenden. Das haben US-Wissenschaftler herausgefunden, als sie untersuchten, ob der Inhalt von Tagträumen das Erinnerungsvermögen beeinflusst. Nachdem die Gedanken der Versuchsteilnehmer auf Reisen gegangen waren, fiel es den Probanden sehr viel schwerer, sich wieder an das zu erinnern, was sie vor dem Abschweifen im Kopf gehabt hatten. Die Auswirkungen waren dabei besonders stark, wenn die Tagträume räumlich oder zeitlich weit entfernte Ereignisse zum Thema hatten. Diese Erkenntnisse könnten dazu beitragen, unangenehme Erlebnisse gezielt besser aus den Gedanken zu verbannen.

In Tagträumen schicken Menschen ihre Gedanken auf Reisen und begeben sich mental an einen anderen Platz in einer anderen Zeit. Wie Psychologen wissen, spielt der Kontext bei der Erinnerung eine entscheidende Rolle: Wenn ein Platz verlassen wird, an dem ein Ereignis stattgefunden hat, ist es später schwieriger, sich an dieses zu erinnern. Studien hatten zudem gezeigt, dass Tagträume den Zugang zu Gedanken an die nahe Vergangenheit erschweren. Das Forscherteam um Peter Delaney von der University of North Carolina wollte nun wissen, ob dabei das jeweilige Thema des Tagtraums beeinflusst, wie die aktuellen Gedanken gespeichert werden.

In einem ersten Experiment betrachtete jeder Proband Worte, die nacheinander auf einem Computerbildschirm erschienen. Anschließend mussten die Teilnehmer entweder an ihr Zuhause denken, in dem sie noch am Morgen gewesen waren, oder an ihr Elternhaus, das sie bereits seit mehreren Wochen nicht betreten hatten. Dann zeigten die Psychologen ihnen eine zweite Wortliste. Am Ende des Tests sollten die Probanden möglichst viele der Worte von beiden Listen wiedergeben. Ergebnis: Die Teilnehmer, die ihre Gedanken in das zeitlich weiter entfernte Elternhaus gelenkt hatten, erinnerten sich an weniger Begriffe.

Ein weiterer Test zielte auf die räumliche Erinnerung ab: Eine Gruppe dachte zwischen dem Lernen zweier Wortlisten an einen Urlaub im eigenen Land, eine andere rief sich Erinnerungen an einen Übersee-Urlaub ins Gedächtnis zurück. Erneut schnitten die Probanden, die sich räumlich – und somit offensichtlich auch gedanklich – weiter entfernt hatten, deutlich schlechter ab. Dies betrachten die Wissenschaftler als Beleg für den Einfluss, den Tagträume auf Prozesse des Verdrängens und Vergessens haben. Wer beispielsweise kurz vor einer wichtigen Prüfung steht und den Gedanken an einen zurückliegenden misslungenen Test aus seinem Kopf verbannen möchte, sollte an ein zeitlich und räumlich weit entferntes Ereignis denken, empfehlen die Psychologen. "Auf diese Weise kann man sich für eine Weile so fühlen, als ob man sich gerade in einer anderen Situation befindet", erklärt Delaney.

Hinweis: Diese Methode lässt sich auch erfolgreich mit der Gedankenstopp Technik verbinden. Weitere Hinweise dazu finden Sie unter folgendem LINK!

http://eggetsberger.net/die_gedankenkontrolle.html

Quelle: Peter Delaney (University of North Carolina, Greensboro, USA) et al.: Psychological Science, doi:10.1177/0956797610374739

» Folgen Sie uns auf Facebook (Eggetsberger.NET)!

» Bio-Vit Shop

» Eggetsberger.NET