

## **Auswertung der Fragebögen zur Lorenga-Energie-Balance Präventiver Gesundheitstag**

**Datum:** 09.07.2014; 10.00-16.00 Uhr      **Ort:** BRK Kreisverband Lichtenfels

**Teilnehmer:** 18

### **1. Haben Sie gewusst, um was es sich bei Energie-Balance handelt?**

**13** Ja                      **5** Nein                      **0** keine Angabe

### **2. Haben Sie gespürt, dass sich während der Anwendung etwas geändert hat?**

**15** Ja                      **3** Nein                      **0** keine Angabe

### **3. War die Anwendung der Energie-Balance für Sie eher positiv oder negativ?**

**18** Ja                      **0** Nein                      **0** keine Angabe

### **4. Beschreiben Sie kurz, was sich durch die Energie-Balance bei Ihnen veränderte:**

**16** Beschreibungen                      **2** keine Angabe

- Das Gefühl für den eigenen Körper- dass man auch für sich selbst da ist und nicht nur für andere
- Magenschmerzen wurden weniger
- Ich fühlte mich befreiter
- Positivere Einstellung; Bestätigung meiner selbst
- Ausgeglichen, positiv gestärkt, Erwartungen geweckt
- Es lösten sich Verspannungen, allgemeine Erleichterung nach der Behandlung
- Innere Ruhe, leichter
- Gefühl der Leichtigkeit, ruhig geworden, Ballast abgefallen
- Viele Farben gesehen, Entspannung
- Leichter, warm-kalt empfunden, entspannter
- Spürbare körperliche Leichtigkeit
- Ich war sehr entspannt, negative Gedanken waren weg, habe mich wohl gefühlt
- Fühlte mich erleichtert
- Ab der Armbehandlung spürte ich, dass sich etwas löste, was sich bei der weiteren Behandlung am Oberkörper und Kopf noch verstärkte
- Ich wurde entspannt, konnte loslassen
- Körperwahrnehmung, Entspannung, Ballast fällt ab

**5. Waren Sie nach der Energie-Balance entspannter als vor der Anwendung?**

**18** Ja                      **0** Nein                      **0** keine Angabe

**6. Wenn ja, um wie viele Punkte auf einer Skala von 1-10?**

**15** Angaben    **3** keine Angabe

**0---1---2---3---4---5---6---7---8---9---10**  
(0) (0) (0) (0) (1) (4) (1) (2) (3) (3) (1)

**7. Glauben Sie, dass diese Methode der Energie-Balance geeignet ist, den Qualitätsrichtlinien des Präventionsprinzips „Förderung von Entspannung“ gerecht zu werden?**

**14** Ja                      **0** Nein                      **1** keine Angabe                      **3** weiß nicht

**8. Können Sie sich vorstellen, dass durch die regelmäßige Anwendung der Lorenga-Methode die Mitarbeiter entspannter und dadurch leistungsfähiger sein können?**

**15** Ja                      **0** Nein                      **1** keine Angabe                      **2** weiß nicht

**9. Sind Sie der Meinung, dass die Anwendung der Energie-Balance bei den Krankenkassen aufgrund Ihrer Erfahrung zur präventiven Entspannung als „bezuschussungsfähig“ gelten sollte?**

**15** Ja                      **0** Nein                      **1** keine Angabe                      **2** weiß nicht

**10. Würden Sie Energie-Balance weiterempfehlen?**

**16** Ja                      **0** Nein                      **1** keine Angabe                      **1** weiß nicht

**11. Warum sind Sie der Meinung, dass Energie-Balance von den Krankenkassen bezuschusst werden sollte?**

14 Angaben

4 keine Angabe

- Weil damit das eigene Körpergefühl verbessert wird, das dient ja der Prävention
- Als Entspannungsmethode
- Weil man dadurch tiefer entspannen kann
- Weil dadurch ein entspanntes Miteinander-Umgehen lernbar und lebbar würde
- Weil es mit Sicherheit unsinnige Behandlungsmethoden gibt, die die Kassen bezuschussen
- Wohlfühl schlägt sich auf die Leistungsfähigkeit auf der Arbeit aus
- Weil es die Gesundheit fördert, gut für einen besseren Allgemeinzustand ist
- Es bringt Entspannung
- Um Burnout vorzubeugen, bessere Ausgeglichenheit
- Um mehr Menschen die Möglichkeit der Teilnahme zu geben
- Wir wären entspannter und leistungsfähiger und dadurch auch weniger anfällig, krank zu werden bzw. an Burnout zu leiden
- Da es zum allgemeinen Wohlbefinden beiträgt und sich dies auf der Arbeit/privat auszahlt
- Auch Dinge, die man visuell nicht sehen kann, können helfen
- Motivierung des Menschen, dadurch Heilung der Seele, was bedeutet: weniger Depressionen; psychische Belastungen werden besser getragen

**Anmerkung:** Von 1 Teilnehmer wurden zur gesamten 2. Seite keine Angaben gemacht. Es ist davon auszugehen, dass er die 2. Seite gar nicht registriert hat.