

Meditation im Fokus – Wie beeinflussen verschiedene Meditationstechniken das Aufmerksamkeitssystem?

Wer wir sind

Unsere Arbeitsgruppe mit dem Schwerpunkt Meditation, Achtsamkeit und Neurophysiologie besteht seit 2000 am Institut für Umweltmedizin und Krankenhaushygiene des Universitätsklinikum Freiburg. Wir beschäftigen uns mit einem breiten Spektrum komplementärmedizinischer Verfahren wie Homöopathie, Akupunktur, TCM, Achtsamkeitsbasierte Therapien sowie Meditation.

Ein Schwerpunkt unserer Tätigkeit ist dabei die Bedeutung von Meditation, Achtsamkeit und Spiritualität für die Gesundheit, die wir mit neurophysiologischen Methoden untersuchen.

Unser Forschungsvorhaben

Aus traditionellen Texten und der Meditationsforschung ist der enge Zusammenhang von Meditation und Aufmerksamkeit bekannt. In unserer Studie möchten wir untersuchen, wie die Aufmerksamkeit durch unterschiedliche Meditationsstile beeinflusst wird.

Daher suchen wir Meditierende unterschiedlicher Meditationstraditionen und -techniken teil, die über mehrjährige Meditationserfahrung verfügen.

Unsere Untersuchungstechnik

Als unser/e Teilnehmer/in führen Sie einen Aufmerksamkeitstest durch, während Ihre Gehirnaktivität mittels der Elektroenzephalographie (EEG) aufgezeichnet wird. Die Messungen sind nicht schmerzhaft, nicht-invasiv und verursachen keinerlei Nebenwirkungen.

Die Teilnahme an dieser Studie dauert ca. 2 Stunden und Sie erhalten eine Aufwandsentschädigung von 15,- Euro.

Wir freuen uns, wenn Sie als Proband/-in an unserem Projekt teilnehmen.
Für weitere Fragen nehmen Sie gerne Kontakt mit uns auf.

Kontakt

Elisa Inacker
Tel. 0761/270-8313
elisa.inacker@uniklinik-freiburg.de

Michael Markowiak
Tel. 0761/270-8313
michael.markowiak@uniklinik-freiburg.de

Projektleitung

PD Dr. Thilo Hinterberger
Prof. Dr. Stefan Schmidt
Institut für Umweltmedizin und Krankenhaushygiene
Universitätsklinikum Freiburg
Breisacherstr. 115b
79106 Freiburg