

## Auswertung der Fragebögen zur Lorenga-Energie-Balance

**Datum:** 08.05.2014; 10 – 16 Uhr **Ort:** Fa. Faber Castell, Geroldsgrün

**Teilnehmer:** 42 **abgegebene Fragebögen:** 36

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

4 Ja      32 Nein      0 keine Angabe

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

32 Ja      4 Nein      0 keine Angabe

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

36 positiv      0 negativ      0 keine Angabe

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

26 Beschreibungen      10 keine Angabe

- Bewusstwerden eines bestimmten Erlebnisses
- Ruhiger, entspannt
- Abbau innerer Spannungen; Bewusstwerden einzelner Körperregionen
- Leichtigkeit, innere Ruhe
- Mir wurde warm und leichter
- Ich bin viel entspannter als vorher, ausgeglichener und positiver eingestellt
- Entspannung und Abschalten
- Leichteres Körpergefühl, wärmendes Gefühl
- Viele offene Fragen
- Wohlgefühl, Entspannung, Wärme
- Leichtigkeit
- Innere Entspannung; gut aufgehoben
- Freier Kopf; Glieder fühlen sich leichter an
- Entspannter, ruhiger
- Entspannt, gelöst
- Entspannt, körperbewusst, ruhig
- Sorglos
- Entspannt, wohltuend
- Entspannt, locker, ausgeglichener
- Wohltuend, leichter, entspannend
- Entspannter, ruhiger
- Allgemeines Wohlbefinden
- Nicht mehr so verspannt, irgendwie alles leichter
- Blick auf mich selbst; Gefühl, wieder mehr ich selbst sein zu wollen
- Hab mir Gedanken über das mir Gesagte gemacht und möchte es anwenden
- Kopf wird frei; Berührungen entspannen; von Kopf zu den Füßen hin erfolgt der Abfluss von Spannungen

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

34 Ja                      2 Nein                      0 keine Angabe

**6. Kreuzen Sie auf einer Skala von 0-10 Ihren Entspannungslevel vor und nach der Anwendung an:**

33 Angaben                      3 keine Angaben

vorher                      **0---1---2---3---4---5---6---7---8---9---10**                      vorher sehr entspannt  
nicht entspannt                      (5) (0) (9) (12) (5) (0) (0) (1) (1) (0) (0)

nachher                      **0---1---2---3---4---5---6---7---8---9---10**                      nachher sehr entspannt  
nicht entspannt                      (0) (0) (0) (0) (0) (2) (1) (6) (9) (8) (7)

**7. Glauben Sie, dass diese Methode der Energie-Balance dafür sorgen kann, dass die Menschen ihren Stress- und Anspannungspegel reduzieren können?**

31 Ja                      2 Nein                      3 keine Angaben

**8. Können Sie sich vorstellen, dass durch Lorenga-Trainer die Mitarbeiter durch regelmäßige Anwendungen entspannter und dadurch leistungsfähiger werden?**

32 Ja                      0 Nein                      4 keine Angaben

**9. Würden Sie in Ihrer Firma Energie-Balance-Trainer für sinnvoll halten?**

31 Ja                      0 Nein                      5 keine Angaben

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

32 Ja                      0 Nein                      4 keine Angaben

**11. Würden Sie es in Erwägung ziehen, sich selbst als Lorenga-Trainer ausbilden zu lassen, um als Ersthelfer vor Ort tätig zu sein, wenn Ihre Firma Sie finanziell unterstützen würde?**

3 Ja                      27 Nein                      6 keine Angaben

**Anmerkung:** Von 3 Teilnehmern wurden zur gesamten 2. Seite keine Angaben gemacht. Es ist davon auszugehen, dass sie die 2. Seite gar nicht registriert haben.