

Die Entspannungsblase

Weil Ihre Zeit wertvoll ist

Die Gesundheit des Menschen ist durch das eigene Verhalten, die berufssoziologischen Forderungen seines Umfelds und durch die Schwierigkeiten, sich diesen anzupassen immer mehr bedroht. Seit gut fünfzig Jahren zählt der Stress zu den häufigsten Krankheitsursachen überhaupt. Durch die Wirksamkeit unserer Technologie kommen auch die Leute mit wenig Freizeit zur Ruhe und haben somit die Möglichkeit, den jeweiligen Energieverlust zu kompensieren.



von Hugo B. J. Soder

Gehören auch Sie zu den unaufhaltsamen Arbeitstieren, die den ganzen Tag vor dem Computer sitzen, deren Rücken am Abend schmerzt und für die Sport und ausreichende Entspannung sowieso keinen Platz haben? Willkommen an Bord! RelaxOne bietet Ihnen die notwendige Lösung: Die «Entspannungsblase» schlägt Ihnen eine entschlossene futuristische Lösung vor, um sich sofort entspannen zu können und mit der Sie Ihren Geist in einem Gespinnst des kompletten Wohlbefindens wiederfinden. Alles was Sie dazu brauchen sind zwölf Minuten, um sich in einem bequemen Sessel zu installieren, worin Sie die allerletzten Dimensionen der Entspannung entdecken können. Zunächst aber einige Hintergründe, die unseren Arbeitsalltag erschweren.

Die Auswirkung des professionellen Stress

Die Auswirkungen der Globalisierung rollen schon seit über einem Jahrzehnt durch die Büros und führen damit zu wichtigen Umstrukturierungen der Unternehmen, welche auf viele Mitarbeiter, sowohl privat als auch öffentlich, einen wachsenden Druck ausüben.

RelaxOne zeigt seine Wirkung bereits bei der ersten Sitzung

Konstante Forderungen nach stündlicher und geographischer Flexibilität, stetige Anpassung an die neuen Technologien, Wettbewerb in Bezug auf die Gehälter, Abwanderung und die Senkung der Lebensdauer der Produkte – all diese Faktoren können ausschlaggebend sein, um einen Mitarbeiter zum Bruch zu führen.

Da viele Unternehmen begriffen haben, dass die Mitarbeiter ihr wertvollstes Gut sind, suchen sie heute neue Mittel, welche es ihnen erlauben, eine optimale Produktivität aufrechtzuerhalten, indem sie den Angestellten ins Zentrum ihrer Anliegen setzen.

Schwerwiegende Folgen für das Unternehmen

Das traumatisierende Erlebnis eines Burn out kann nicht nur für den Betroffenen verhängnisvoll sein, sondern kann auch für das Unter-

nehmen schwere Folgen mit sich bringen: Oft verliert dieses einen Mitarbeiter mit einzigartigem Know-How, welcher dadurch nur schwer ersetzbar ist.

Auch wenn es dem Mitarbeiter nicht anzusehen ist, kann es sein, dass er die von ihm erwartete Leistung innerlich verweigert. Er will seine Stelle zwar behalten, jedoch beabsichtigt er, sich aufgrund der von ihm als frustrierend empfundenen Arbeitssituation in keiner Weise – über ein minimal erforderliches Mass zur Abwendung von Disziplinarmaßnahmen gegen ihn hinaus – zu engagieren. Diese sogenannte innere Emigration kann wiederum zu Ertrags- und Wettbewerbsfähigkeitsverlust, Angriff am Bild des Unternehmens, hohe

Personalfuktuation, Absenzen und Krankheit führen. Gleichzeitig kann es aber auch zu Demotivation der Mitarbeiter, Ungehorsamkeit, Flucht der Kompetenzen und zu passivem Widerstand kommen. Wenn gewisse Symptome wie beispielsweise häufige Absenzen jedoch frühzeitig erkannt werden, ist es möglich, ein Burn out zu verhindern.

Die Arbeitsversämnisziffer in Europa variiert zwischen vier und acht Prozent. Das Institut für Gesundheit, das Management und die Verwaltung der Abwesenheiten bei der Arbeit (ISMAT), haben ein Modell aufgestellt, mit dem die mit den Absenzen zusammenhängenden Kosten schnell bewertet werden können.

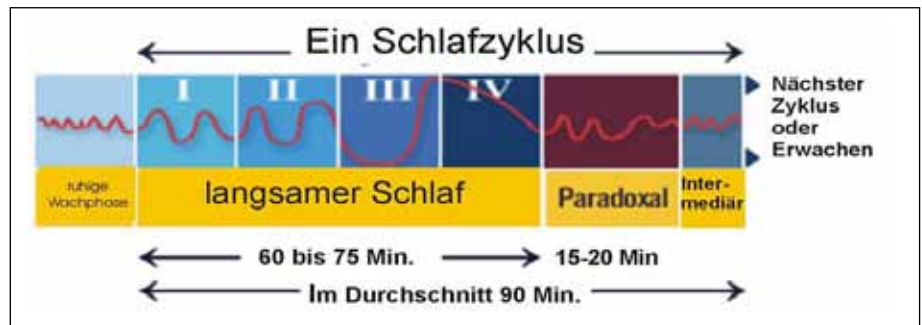
Die Gesamtkosten im Zusammenhang mit Absenzen belaufen sich auf bis über eine Million Franken. Da die Arbeitsversämnisziffer bei der Anwendung von Aktionen, die sich darauf beziehen, die Lebensqualität bei der Arbeit zu verbessern, zurückgeht, müssen die Prioritäten auf die Vorbeugung betreffs der Abwesenheit ausgerichtet werden.

Auswirkungen der Globalisierung im betrieblichen Alltag bewältigen

Während der REM-Schlafphase (Rapid Eye Movement), auch paradoxe Schlafphase genannt, ist das Gehirn hochaktiv, der Körper hingegen völlig entspannt. Der menschliche Schlaf umfasst mehrere Zyklen von einer durchschnittlichen 90-minütigen Dauer, welche sich mehrmals in der Nacht wiederholen können. Ein Zyklus umfasst vier Phasen. Dem langsamen Schlaf folgt der paradoxe Schlaf, wobei die Phase des paradoxalen Schlafes nur nach Ablauf der ersten vier Phasen erreicht werden kann. Jede Phase wird durch vom Gehirn hervorgebrachte Wellen charakterisiert. Durch Elektroenzephalographie lassen sich diese beobachten.

Die Studien über die paradoxe Schlafphase zeigen, dass diese für die Wirkung geistiger Wiedergewinnung massgebend ist. In der Tat verursacht die Entbehrung paradoxalen Schlafes ernste Unausgewogenheiten, welche bei den anderen Schlafphasen so nicht erscheinen. Ebenfalls lässt sich die Mehrheit der Träume während der paradoxalen Schlafphase produzieren.

RelaxOne verwirklicht den Grundsatz der Entspannung und erlaubt durch seine Konzeption, in weniger als zwölf Minuten ein optimales Ergebnis zu erzielen. Nach Ablauf einer Sitzung ist Ihr Körper und Geist regeneriert und frisch und munter wie nach einer 90-minütigen Siesta – was einem vollständigen Schlafzyklus entspricht.



«An Bord» von RelaxOne – 12 Minuten ersetzen eineinhalb Stunden Schlaf

Wirksamkeit – ein Meisterwort

Doch wie kann Ihnen RelaxOne eine Qualitätsentspannung in nur weniger als zwölf Minuten garantieren? Um eine tiefe und dauerhafte Entspannung herbeizuführen, ist abgesehen vom dementsprechenden Know-How eine aussergewöhnliche Umgebung erforderlich. RelaxOne bietet sie Ihnen. Dieses Ziel haben wir erreicht, indem wir RelaxOne mit innovativen Technologien ausgestattet haben, welche wir während der letzten 20 Jahre sorgfältig geprüft und weiterentwickelt haben.

Sobald Sie die Kuppel der Entspannungsblase schliessen, finden Sie sich in einem intimen, ruhigen und sichergestellten Raum wieder, der alle Umweltschädlichkeiten verschwinden lässt. Die besonders zusammengestellte Musik, welche durch den ganzen Körper wahrgenommen wird, begleitet Sie während der ganzen Sitzung. Sobald Sie RelaxOne verlassen, sind Ihr Körper und Ihr Geist regeneriert, Sie fühlen sich frisch und munter und haben Ihre gesamte Schaffenskraft, die Ruhe und Ihre Konzentrationskapazität wiedergefunden.

Die Entspannung durch den Entspannungsblase ist nicht nur für bereits Involvierte reserviert: RelaxOne ist für alle verwendbar und zeigt seine Wirkung bereits bei der ersten Sitzung. Durch simple Handhabung kann RelaxOne auch von älteren Menschen und Kindern genutzt werden.

Eintauchen in die Musik

An Bord des Entspannungs-Cocons wird die aktive Entspannung durch «psychoakustische» Musik erzielt. Dabei wird die Musik nicht bloss durch das Ohr, sondern mit dem ganzen Körper wahrgenommen. Durch Resonanz wird die Muskelmasse spontan entspannt. Die Architektur und das Ausmass der Entspannungsblase ermöglichen komplettes Eintauchen in die Musik. Die Musik scheint aus allen Teilen des Körpers zu entspringen und diesen komplett in sich einzuwickeln. Ein aussergewöhnliches Hörerlebnis wird also garantiert.

Eine natürlich induzierte Entspannung

Die psychoakustische Stimulierung basiert auf dem natürlichen Funktionieren des Gehirns. Sie besteht darin, genau definierte Töne in beiden Ohren hervorzurufen. Ihre jeweiligen Unterschiede schaffen Frequenzen, die jenen der verschiedenen Bewusstseinsebenen, wie beispielsweise der Aufmerksamkeit, der Entspannung und dem Traum gleichen. Das Gehirn interpretiert die psychoakustische Stimulierung somit als eine Induktion in tiefste Entspannung. Dazu ist kein Antrieb notwendig. Die Aktion der psychoakustischen Stimulierung ist physiologisch und respektiert somit die Willensfreiheit des Individuums, welches während der ganzen Sitzung einen klaren Kopf behält.

Entspannung ist eine Kunst

Entwickelt wurde die Entspannungsblase in der Schweiz von Hugo B.J. Soder, der 1986 den psychosensoriellen Stimulierungsapparat «Relaxman» erfunden hat. 1999 erhielt die Entspannungsblase die Silbermedaille der 27. internationalen Messe der Erfindungen in Genf, wo sie auch zum ersten Mal ausgestellt wurde. Die therapeutischen Anwendungen der Entspannungsblase werden durch die Klinik Bon Port Bionus in Montreux gewährleistet.

Hugo B. J. Soder



ist Gründer und Geschäftsführer von MEDIRELAX SARL

Weitere Informationen

MEDIRELAX SARL
Chemin de Cotterd 4
CH-1820 Montreux
www.medirelax.com