



EVALUIERUNG DER STUFE 1 DES AUTODIDAKTISCHEN LEHRGANGS „*IM KONTAKT MIT
DER INNEREN STIMME*“ VON LINDA VERA ROETHLISBERGER

**Wissenschaftlich-empirisch belegte, signifikante Effekte durch die Arbeit mit
der Trilogos Methode**

Durch 4 wissenschaftlich-empirische Studien welche zwischen 2014 - 2016 an der Universität Wien / Fakultät für Psychologie unter der Supervision von ao. Univ.-Prof. Dr. Germain Weber durchgeführten wurden, konnten folgende signifikante Effekte bei der Absolvierung des autodidaktischen Lehrgangs "Im Kontakt mit der inneren Stimme" Stufe 1 (Linda Vera Roethlisberger) nachgewiesen werden:

- Signifikante Verbesserung der subjektiven Lebensqualität gemäß WHO Quality of Life 100 Test, welche folgende Bereiche umfasst: Physisch, psychisch, Unabhängigkeit, soziale Beziehungen, Umwelt, Spiritualität (vgl. Diplomarbeit von Palatinus Martina, 2016)
- Erleben von Stress wird reduziert (vgl. Diplomarbeit von Höck Eva, 2016)
- Kompetenzen zur Stressbewältigung werden gestärkt (vgl. Diplomarbeit von Höck Eva, 2016)
- Selbstkonzept der eigenen Fähigkeiten wird verbessert (vgl. Diplomarbeit von Dreger Lukas, 2016), dazu zählt, dass eine Person, die den autodidaktischen Lehrgang Stufe 1 absolviert hat,
 - a) mehr Handlungsmöglichkeiten in Problemsituationen sieht
 - b) selbstsicherer wird
 - c) aktiver und tatkräftiger wird
 - d) ideenreicher wird
 - e) sicherer in neuartigen Situationen ist
 - f) mehr Handlungsalternativen kennt
 - g) Selbstvertrauen erweitert

ao. Univ.-prof. Dr. Germain Weber

Wien, am 18. Mai 2016