

Проект — «Браслет «Focus»

Определение альфа-ритма Человека

GAMMA ~~~~~	>30	Stati mistici Iper concentrazione
BETA ~~~~~	14 - 30	Stato di veglia Attenzione Attività quotidiana
ALPHA ~~~~~	7 - 14	Rilassamento Percezione Sogno Sogli lucidi
THETA ~~~~~	4 - 7	Alta creatività Sonno leggero
DELTA ~~~~~	0.5 - 4	Sonno profondo Risanamento fisico



Описание проекта

Альфа-ритм мозговой активности Человека — это состояние легкой медитации в котором Человек расслабляется и фокусируется одновременно, состояние в котором приходят идеи и воспоминания, состояние в котором Человек может настроить себя на любую деятельность...

Аналогичные решения по принципу действия	Музыка «Альфа волны»	Медитативное состояние	Работа с текстом через письмо	Понимание принципа работы мозга
Парадокс Шимпанзе			+	+
Метод Хосе Сильвы	+	+		+
Headspace	+	+		+
NLP	+	+	+	+
Эрексоновский гипноз		+		+
Настрои Сытина			+	+
Метод Шичко				+
Ален Кар			+	+
FOKI				+
Утренние страницы Julia Cameron «Путь художника»		+	+	
Фрирайтинг		+	+	
Брайн Трейси «о ведении дневника»			+	
Focus	+	+	+	+

Научное заключение

