Von der DKG

Beitrag von „Rainer“ vom 24. Mai 2022, 10:39

japanische Studie hat nun bestätigt, dass selbst ein kleiner Kaktus auf dem Schreibtisch den Stresslevel erheblich herabsetzen kann.

63 Angestellte eines japanischen Elektrounternehmens durften sich eine kleine Pflanze aussuchen, darunter auch Kakteen, und diese auf ihrem Schreibtisch platzieren. Immer wenn sie sich nun ausgelaugt fühlten, sollten sie eine dreiminütige Pause einlegen, in der sie sich mit der Pflanze beschäftigten.

Nach zwei Wochen bestätigten die meisten Teilnehmer ein Absinken des Blutdrucks, sogar Angstzustände konnten bei manchen Probanden gemindert werden.

Wir Kakteenliebhaber wussten es ja schon lange, aber nun ist es offiziell: Kakteen sind gut für unser Wohlbefinden, und das auch im Büro!?. Text von DKG.

So und nun das ganze mit Hybriden.....