

Was ist Neurofeedback?

Neurofeedback ist eine weltweit eingesetzte, wissenschaftlich anerkannte Methode zur Messung und zur Verbesserung der Gehirnaktivität. Sie basiert auf den neuesten Erkenntnissen der Gehirnforschung, nach denen sich bestimmte Verhaltensmuster immer auf dieselben Gehirnwellen zurückführen lassen.

Wie funktioniert Neurofeedback?

Bei einer Sitzung werden am Kopf des Anwenders drei bis fünf Sensoren befestigt, diese nehmen die Hirnströme auf. Die Messung wird direkt auf dem Monitor eines Computers sichtbar gemacht.

Der Anwender sieht Animationen, die ihm positive Veränderung seiner Hirnaktivität sofort sichtbar und auch hörbar zurückmelden (Feedback).

Durch diese Erfolgsmeldungen lernt der Patient die verbesserte Hirnaktivität immer schneller und anhaltender zu erreichen.

Wozu wird Neurofeedback eingesetzt?

Ziel ist es durch eine Optimierung der Hirnströme die Wahrnehmung, das Denken, die Aufmerksamkeit, das Verhalten und das Wohlbefinden nachhaltig positiv zu beeinflussen.

Wie läuft es ab?

In der Regel geht man von 20-40 Sitzungen aus. Eine Sitzung dauert mit allen Vorbereitungen etwa 60 Minuten.

Die Effekte von Neurofeedbacktraining halten dann auch ohne Training über einen langen Zeitraum an und werden ähnlich wie Fahrradfahren oder Schwimmen, kaum wieder verlernt.

Wofür kann Neurofeedback eingesetzt werden?

z.B.

- AD(H)S
- Training von Aufmerksamkeit und Konzentration
- Konzentrationsstörungen
- Entspannungstraining
- Stressbewältigung

Hier finden Sie uns:



Kontakt Daten:

Praxis für Ergotherapie Nicole Ahrens

Hamburger Str. 6

24558 Henstedt-Ulzburg

Tel.: 04193 890941

Fax: 04193 890942

E-Mail: ahrens@ergotherapie-henstedt-ulzburg.de