

Neurofeedback-Methoden

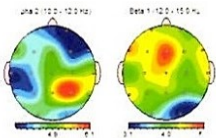
individuell und symptombezogen

Neurofeedback befindet sich in einer ständigen Entwicklung und so kamen im Laufe der Jahre immer mehr Methoden auf den Markt.

Heute erlauben uns moderne Verfahren automatische Vergleiche von gespeicherten Normdaten. Die Methode des Z-Werte-Normdatentrainings hat sich deswegen sehr gut bewährt, weil sie oftmals schnelle und spürbare Erfolge ermöglichen kann.

Darüber hinaus arbeiten Neurofeedbacktherapeuten und -trainer in bestimmten Fällen mit Standardmethoden, wie dem Amplitudentraining der Theta-, Alpha- und Beta-Frequenz.

Jedes Verfahren hat seine Vor- und Nachteile. Ein erfahrener Therapeut kennt meist mehrere Methoden, bildet sich ständig weiter und weiß, welche Methode bei welcher Symptomatik sich am besten eignet.



Überreicht von:



ErgoTherapie
Simone Haas

Ergotherapie Simone Haas
Alle Bahnhofstr. 10/3, 77933 Lahr
Tel.: 07821/992 336 0, www.haas-ergotherapie.de

Herausgegeben von:



better brain better life

I F E N

Institut für EEG-Neurofeedback

Institut für EEG-Neurofeedback I.F.E.N.

Landsberger Str. 367
80687 München

Telefon +49 89 82 03 07 39

Telefax +49 3212 1035629

Mail info@neurofeedback-info.de

Internet www.neurofeedback-info.de

Flyerbestellungen:

Institut für EEG-Neurofeedback I.F.E.N.

Telefon 089 82 03 07 39

© Thomas Feiner, Institut für EEG-Neurofeedback



better brain better life

I F E N

Institut für EEG-Neurofeedback

Informationen zu
Neurofeedback



Neurofeedback

Über Neurofeedback

WAS ist Neurofeedback?

Das Neurofeedback ist eine Form des Biofeedbacks. Beim Neurofeedback werden Gehirnstromkurven (EEG-Wellen) von einem Computer analysiert. Dieser errechnet eine visuell-akustische Rückmeldung (Feedback), die es ermöglicht, ungünstige Gehirnwellenaktivität zu verändern und damit eine Verbesserung psychischer sowie physischer Symptome/Funktionen zu erreichen.



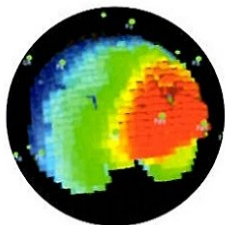
WIE wirkt Neurofeedback?

Neurofeedback ist vom Prinzip her ein Lernprozess für das Gehirn, bei dem die Person jedoch nicht im konventionellen Sinne „mitlernen“ muss.

Das zugrunde liegende Prinzip ist die sogenannte „Operante Konditionierung“. Dabei erlernt das Gehirn durch Rückmeldung und Verstärkung, wie es eine günstigere Zusammensetzung der Hirnwellen erreichen kann.

In der Sitzung kommt es so zu einer Beruhigung übermäßiger und zu einer Anhebung zu geringer Hirnwellenaktivität. Die Reduzierung der Symptomatik wird von Behandlung zu

Behandlung erkennbar, sodass viele Patienten oft weniger bis gar keine Medikation benötigen.



Neurofeedback in der Therapie

WER führt Neurofeedback durch?

Neurofeedback wird meist von zertifizierten Therapeut_innen (Ergo- und Psychotherapeuten, Ärzten) durchgeführt.

WIE lange dauert eine Sitzung?

Eine Sitzung dauert mit allen Vorbereitungen ca. 30-60 Minuten.

WIE lange dauert die Behandlung?

Meist schlägt die Therapie schon in den ersten 10 Sitzungen an. Bis sich die Verbesserungen stabilisieren, vergehen meist 20 weitere Sitzungen. Je nach Tiefe der Störung werden mehr oder weniger Sitzungen nötig sein. Die meisten Patienten erleben eine dauerhafte Verbesserung ihrer Symptome.

IST die Behandlung schmerzhaft?

Ebenso wie bei Blutdruckmessungen oder beim EKG spürt man keinen Schmerz. Auftretende Unannehmlichkeiten sind eine Sache persönlicher Empfindung.

Die überwiegende Mehrheit der Klienten empfindet Neurofeedback nicht als unangenehm.

SIND Nebenwirkungen bekannt?

Die Methode ist, wenn sie richtig angewendet wird, immer ohne negative Nebenwirkungen.



AB welchem Alter ist eine Neurofeedbackbehandlung möglich?

Behandelt werden kann jeder ab einem Alter von ca. 6 Jahren. Bei Kindern findet Neurofeedback oft Anwendung bei ADHS.

GIBT es Altersgrenzen für die Behandlung?

Ein Höchstalter gibt es nicht, gerade älteren Menschen mit nachlassenden geistigen Fähigkeiten kann Neurofeedback helfen.

WIRD Neurofeedback vom Arzt verordnet und von den Kassen übernommen?

Neurofeedback kann bei medizinischer Indikation z. B. im Rahmen einer ergotherapeutischen Behandlung stattfinden.

Die Kosten werden dann von den Krankenkassen übernommen.

Ärzte und Psychotherapeuten können Neurofeedback u. a. als Verhaltenstherapie abrechnen.

Neurofeedback mit Erfolg anwenden bei:

- ADHS / ADS
- Epilepsie
- Autismus
- Depressionen
- Schlafstörungen
- Bipolare Störungen
- Ängste
- Burnout
- Migräne



oder zur Leistungssteigerung (sog. Peak Performance Training)