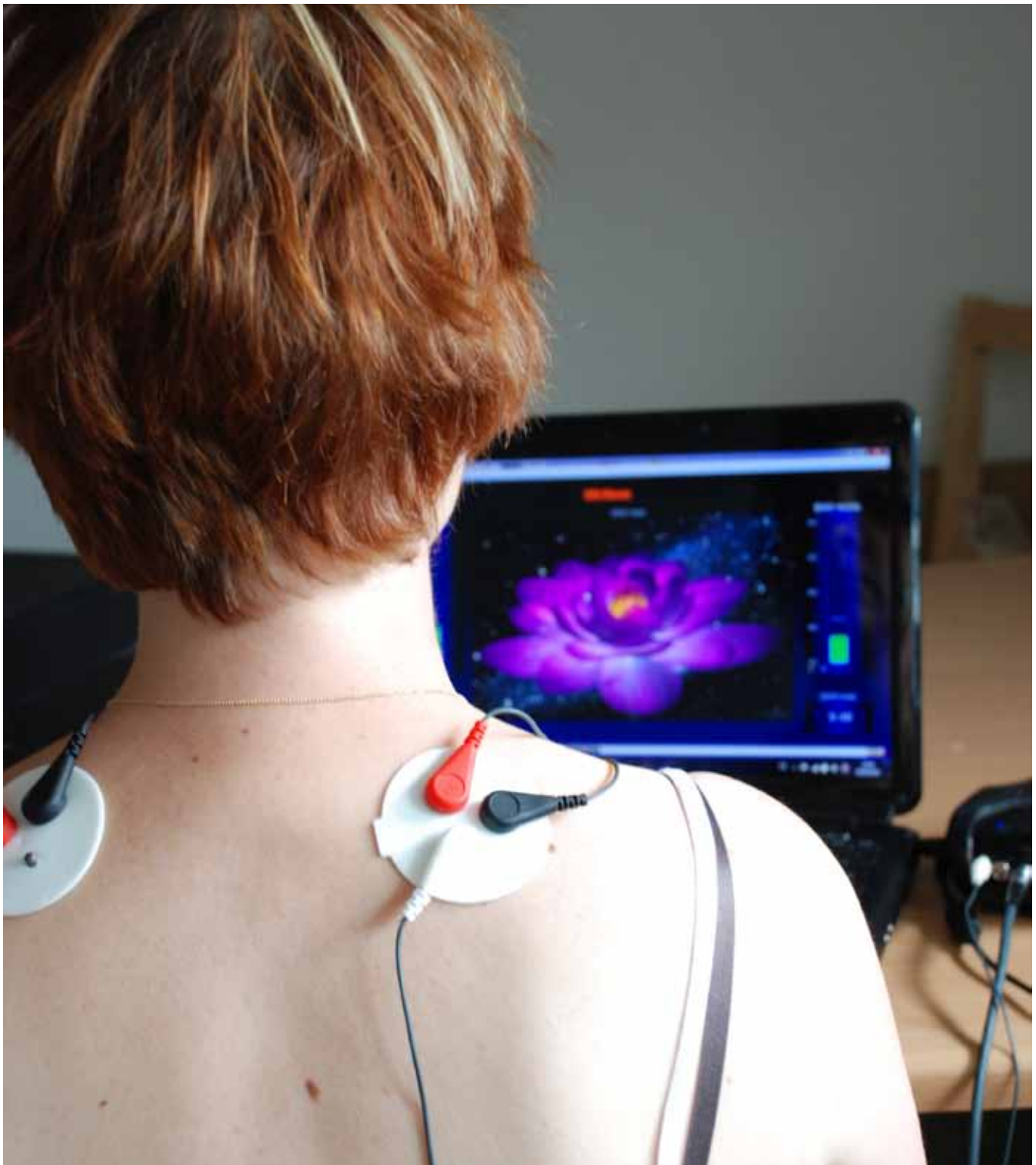


## Bio- Neurofeedback



## Was ist Biofeedback?

Bei der Biofeedbackbehandlung werden körperliche Funktionen der Patientin / dem Patienten kontinuierlich zurückgemeldet (z.B. optisch oder akustisch) und positive Änderungen dieser Körperfunktionen verstärkt, sodass sie lernen können, die Körperfunktion zu beeinflussen.

Biofeedback ist ein Verfahren zur visuellen Darstellung der physiologischen Prozesse, die innerhalb unseres Körpers ablaufen und vom Nervensystem ausgelöst werden. Durch Anschluss eines speziellen elektronischen Messgeräts, können solche Parameter wie Herzfrequenz, Blutvolumenpuls, Muskelspannung und Atmung sichtbar gemacht werden. Wenn diese physiologischen Signale unter Anleitung durch einen geschulten professionellen Therapeuten als Feedback benutzt werden, kann jemand lernen, seine Gesundheit und Leistungsfähigkeit zu verbessern. Es ist wissenschaftlich nachgewiesen, dass viele Zustände durch Biofeedback erfolgreich behandelt werden können.

Es ist allgemein bekannt, dass sich chronischer Stress auf das Funktionieren des Nervensystems sowie auf das Immun- und kardiovaskuläre System negativ auswirkt. Daher kann chronischer Stress im Laufe der Zeit Gesundheitsprobleme hervorrufen. Daher ist es nahe liegend dieser negativen Entwicklung durch eine Verhaltensänderung entgegen zu arbeiten.

## Was ist Neurofeedback?

Neurofeedback, ursprünglich als EEG-Biofeedback bezeichnet, ist eine spezielle Anwendung des Biofeedbacks zur Sichtbarmachung der elektrischen Aktivität des Gehirns. Patienten lernen dadurch, die Gehirnwellen zu beeinflussen und damit ihre Gemütsverfassung anzugleichen

Beim Neurofeedback wird die elektrische Aktivität (EEG) des menschlichen Gehirns nach dem Prinzip der Operandaufbereitung noch mehr als Feedback zum Klienten genutzt als beim Biofeedback. Der Hauptunterschied liegt darin, dass das Biofeedback außer dem EEG mit verschiedenen physiologischen Signalen arbeitet.

Das Hauptziel des Biofeedbacks und Neurofeedbacks ist die Entwicklung von Selbstkontrolle über körperliche Vorgänge.

Biofeedback und Neurofeedback konzentriert sich auf die Verbesserung von Gesundheit und Leistung, anstatt eine Krankheit zu behandeln.

Die folgende Liste von Gesundheitsproblemen enthält Beispiele von Zuständen, bei denen Stress oder psychosomatische Faktoren signifikante

Komponenten sein können:

- › Spannungskopfschmerzen
- › Migräne
- › Angststörungen und Hyperventilation
- › Burnout / Stressprobleme
- › Essentielle Hypertonie
- › Herzrasen, Arrhythmie
- › ADHS und Lernschwächen

Voraussetzungen für eine Erfolgversprechende Therapie sind:

Es ist ein aktives Verfahren, bei dem die/der Patientin/Patient mitwirken muss.

Es ist ein Lernprozess, der Verhaltensänderungen und Lernvorgänge voraussetzt.

Es funktioniert nur, wenn die/der Patientin/Patient motiviert ist.