

NEUROFEEDBACK

Was ist Neurofeedback?

Neurofeedback ist ein weltweit genutztes und wissenschaftlich anerkanntes Verfahren zur Messung und Beeinflussung von Hirnaktivitäten.

Sie basiert auf neuesten Untersuchungen der Hirnforschung. Dabei zeigt es sich, dass bestimmte Verhaltensmuster immer wieder die gleichen Gehirnwellenmuster auslöst. So kann man diese Muster über Messinstrumente (EEG=Elektroenzephalografie) sichtbar machen und beurteilen.

Auf Basis dieser Muster wird dann ein computergestütztes Neurofeedback-Training durchgeführt.

Wie funktioniert Neurofeedback?

Bei einer Sitzung werden am Kopf des Anwenders mehrere Sensoren befestigt, welche die Hirnströme aufzeichnen. Am Monitor eines Computers können die Hirnströme sichtbar gemacht werden.

Der Patient bekommt verschiedene Aufgaben, wodurch seine Hirnströme beeinflusst werden. Bei Erfolgen erhält der Patient direkt eine sicht- oder hörbare Rückmeldung (Feedback), wodurch er lernen soll diese Hirnaktivität regelmäßiger und schneller herzustellen.

Es werden keinerlei Impulse von außen zugeführt. Es werden nur die aktuellen Hirnaktivitäten gemessen und für den Patienten sichtbar gemacht. Die Veränderungen basieren alleine auf Lernprozessen des Patienten selber. Nichts wird ohne den Willen des Patienten durchgeführt.

Wie lange dauert eine Sitzung?

Eine Sitzung dauert ca. 45 Minuten.

Wie viele Behandlungen sind notwendig bzw. sinnvoll?

Normalerweise kann man von 20-40 Sitzungen ausgehen. Die Sitzungen sollten 1-2x wöchentlich durchgeführt werden. Die Therapie kann beendet werden, wenn bei 3-5 Sitzungen normale Hirnaktivitäten oder in 5 Sitzungen keine messbaren Veränderungen nachgewiesen werden.

Sind die Behandlungen schmerzhaft oder unangenehm?

Bei keiner Messung werden Schmerzen empfunden. Manche Patienten empfinden in Ausnahmefällen das Training als anstrengend oder unangenehm.

Gibt es Nebenwirkungen?

Bisher wurde von keinerlei negativen Nebenwirkungen berichtet.

Wie lange hält die Wirkung einer Neurofeedbacktherapie bzw. eines Neurofeedbacktrainings an?

Neurofeedback gleicht einem längerfristigen Lernprozess, ähnlich dem Schwimmen oder Fahrradfahren lernen. Das Gehirn verändert seine Aktivitätsmuster nachhaltig. Studien konnten die Effekte in umfangreichen Untersuchungen noch deutlich nach 6 Monaten zeigen (z.B.: ADHS und Neurofeedback, Dissertation: Ulrike Leins, Tübingen, 2004).

Ab welchem Alter ist Neurofeedback möglich?

Prinzipiell kann Neurofeedbacktraining mit Beginn der Schule durchgeführt werden. Manchmal kann auch bei jüngeren Kindern ein Trainingsversuch gemacht werden. Auch nach oben, gibt es keine Grenze. Gerade für ältere Menschen kann ein Neurofeedbacktraining sehr hilf- und erfolgreich sein (Angelakis et al., 2007, Gruzelier 2006).

Welche Anwendungsbereiche zur Verbesserung kognitiver und sensitiver Fähigkeiten bestehen?

- Steigerung der Entspannungsfähigkeit
- Erhöhung der Stresstoleranz
- Training von Aufmerksamkeit und Konzentration
- Meditation
- Kontrolle von Entspannungstechniken
- Erhöhung der Aufnahmefähigkeit

Welche therapeutischen Anwendungsbereiche gibt es für das Neurofeedback?

- Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung (ADHS, ADS)
- Lernschwächen, Lese-Rechtschreibstörungen
- Psychische Erkrankungen
- Epilepsie
- Tinnitus
- Autismus
- Schlaganfall und andere neurologische Erkrankungen
- Migräne, Spannungskopfschmerzen
- Stimmungsschwankungen
- Schlafstörungen
- u.a.

Wie komme ich zu einem Neurofeedback-Training?

Sie können das Neurofeedback-Training bei uns in der Praxis im Rahmen der ergotherapeutischen Behandlung per Verordnung durch einen niedergelassenen Arzt mit Kassenzulassung oder als Selbstzahler in Form einer Privatleistung in Anspruch nehmen.

Was kostet das Neurofeedback-Training?

Es besteht die Möglichkeit, bei einer entsprechenden Diagnose (z.B. ADHS), Neurofeedbacktraining im Rahmen einer ärztlichen Verordnung ergotherapeutisch behandeln zu lassen. Dann fällt bei Erwachsenen nur die übliche Rezeptzahlung an. Kinder sind von der Zahlung befreit.

Als Privatleistung berechnen wir pro Behandlung 60,00 Euro. Wenn sie 20 Behandlungen buchen, erhalten sie einen Rabatt von 10%.

Wir informieren Sie gerne bei einem unverbindlichen Beratungsgespräch.