

TERAPIA Z WYKORZYSTANIEM METODY EEG BIOFEEDBACK

EEG Biofeedback – to nowa, skuteczna metoda terapeutyczna zwiększająca efektywność funkcjonowania naszego mózgu. Jest metodą treningową rozwijającą naturalne zdolności plastyczne mózgu poprzez świadome wpływanie na procesy neuropsychologiczne możliwe dzięki aparaturze umożliwiającej precyzyjny pomiar, właściwą jego prezentację oraz możliwość postrzegania postępów w dążeniu do celu.

Dla kogo przeznaczone są treningi EEG - Biofeedback?

Spektrum wskazań do treningu EEG Biofeedback jest bardzo szerokie. Mogą z niego korzystać zarówno ludzie zdrowi, którzy chcą poprawić efektywność pracy mózgu, zmniejszyć poziom stresu, jak również osoby z różnymi zaburzeniami psychicznymi i neurologicznymi. Obecnie badacze skuteczności neuroterapii podejmują najwięcej badań dotyczących leczenia zespołu nadpobudliwości psychoruchowej z deficytem uwagi (ADHD i ADD) oraz leczenia zaburzeń uczenia się, a także zaburzeń zachowania (np.: agresja) u dzieci. Treningi EEG-Biofeedback znajdują zastosowanie w terapii problemów w nauce takich jak: dysleksja, dysgrafia, dysortografia itp. Rozwijają zdolność twórczego myślenia, usprawnia pamięć, koncentrację uwagi, koordynację psychoruchową, umiejętność relaksacji i radzenia sobie ze stresem.

Przebieg treningu EEG Biofeedback

W tej metodzie z precyzyjnie określonych miejsc na głowie za pomocą czujników (elektrod), są odbierane sygnały bioelektryczne, które muszą być następnie wzmacniane w głowicy EEG. Z głowicy przechodzą do komputera, gdzie ulegają dalszej obróbce i wzmocnieniu.

Pasma są prezentowane liczbowo i graficznie na monitorze terapeuty, zaś pacjent obserwuje na swoim monitorze przetworzony przez odpowiednie oprogramowanie efekt - zapis graficzny wideogry. Trenujący widzi czynność bioelektryczną swojego mózgu pod postacią samochodu, samolotu, piłki czy rzeki w ruchu i uczestniczy w grze wyłącznie przez własne myśli bez klawiatury czy manipulatora - siłą woli kieruje samochodem, samolotem, piłką, rzeką. Polecenia, które w innych sytuacjach łączą się z ruchem rąk, są odbierane bezpośrednio na poziomie decyzji mózgu.

W tym czasie dzięki sprzężeniu zwrotnemu (drogą wzrokową i słuchową) trenujący otrzymuje ciągłą informację o swoim aktualnym stanie i wynikach. Terapeuta stymuluje pożądane i hamuje niepożądane pasma fal mózgowych zależnie od klinicznych objawów i wzorców EEG, ocenianych przed i w czasie treningu.

Uczestnik śledzi wideogrę na monitorze i próbuje kierować ją własną wolą i umysłem. Za dobrze wykonane zadanie łączące się z powstaniem pożądanych i hamowaniem niepożądanych pasm fal mózgu otrzymuje nagrodę: wideogra mu się udaje, otrzymuje punkty na monitorze, punkty sygnalizowane dźwiękowo. W ten sposób otrzymuje sprzężenie zwrotne drogą wzrokową, słuchową.

W procesie uczenia się mózg uczy się wytwarzać odpowiednie częstotliwości pasm fal mózgu i w sytuacjach poza gabinetem terapeuty.