

Terapia EEG Biofeedback



EEG Biofeedback to rodzaj terapii, dzięki której mózg dziecka uczy się tworzyć prawidłowe fale mózgowo zamiast nieprawidłowych i tym samym poprawia się koncentracja, pamięć, pojawia się dobre samopoczucie, obniża poziom stresu, zmniejsza się nadpobudliwość psychoruchowa i zaburzenia procesu uczenia się.

Metoda ta powstała w latach 60-tych ubiegłego wieku, w ośrodku szkoleniowym **NASA**. Była ona wykorzystywana podczas szkolenia pilotów i astronautów, a uznano ją za czynnik eliminujący negatywny wpływ stresu na ich psychikę i poprawiający jakość wykonywania zadań. Biofeedback, czyli biologiczne sprzężenie zwrotne polega na dostarczeniu człowiekowi informacji zwrotnej (feedback) o zmianach jego stanu fizjologicznego. Dzięki sprzężeniu zwrotnemu, dziecko wie, kiedy wzrasta aktywność jego mózgu w pożądanym paśmie częstotliwości fal mózgowych, a kiedy dominują niepożądane pasma. Pozwala to nauczyć się reakcji własnego mózgu, a dzięki temu tak zmodyfikować jego pracę, aby funkcjonował efektywnie. Podstawą terapii jest wykorzystywanie „plastyczności mózgu”, polegającej na zdolnościach komórek nerwowych mózgu do trwałych przekształceń funkcjonalnych. Jest to rodzaj terapii, dzięki której dziecko w sposób świadomy, uczy się zmieniać wzorzec wytwarzanych fal w mózgu, tak by mózg pracował wydajniej i szybciej.

Biofeedback ma bardzo szerokie zastosowanie, zarówno u dzieci, jak i u dorosłych.

Trening jest stosowany nie tylko w praktyce klinicznej (ADHD, ADD, dysleksja, zaburzenia lękowe) ale także służy jako metoda treningowa dla osób zdrowych w celu poprawy funkcjonowania umysłu.

EEG Biofeedback jest wskazaną metodą terapii dla dzieci z zaburzeniami rozwoju mowy już od 2 roku życia, dla dzieci nadpobudliwych od lat 4.

Największą grupę dzieci i młodzieży, korzystających z terapii stanowią:

- dzieci z ADHD i ADD (nadpobudliwością psychoruchową i zaburzeniami koncentracji uwagi)
- dzieci z zaburzeniami uczenia się (dysleksją, dysgrafią, dysortografią, dyskalkulią)
- dzieci z zaburzeniami zachowania (agresją, tremą, nadwrażliwością, jękaniem)
- dzieci z autyzmem, z zespołem Aspergera.

Terapia Biofeedback poprawia funkcje poznawcze, koncentrację uwagi i jej utrzymywanie, pamięć, wiarę w siebie, organizację swoich poczynań, zwiększa kreatywność, usprawnia umysł, polepsza jakość i ilość snu.

Jeśli chcesz, aby Twoje dziecko skorzystało z treningów EEG BF w nasze Placówce zapoznaj się koniecznie z **zasadami przyjęcia oraz prowadzenia terapii „EEG - Biofeedback” w MZ PPP w Kielcach.**