

Mit dem richtigen Training Richtung Ziel

Neurofeedback ist eine Technik zur Steigerung der Leistungsfähigkeit des Gehirns. Es studiert dessen Aktivierungsmuster und bietet einen Weg, die Gehirnkapazität zu trainieren und nachhaltig zu verbessern. Diese Seite erhält allerlei Wissenswertes rund um das Neurofeedback-Training, Biofeedback und die qEEG-Analyse bei Source Connection.

Auf eine ausführliche Abklärung folgt ein individuelles Training.

Sie profitieren von einem breiten Angebot an unterschiedlichen Neurofeedback-Systemen sowie einem auf dem neuesten Stand der Technik stehenden qEEG- und HEG- Biofeedback-System.

Individuelles Neurofeedback-Trainingsprogramm

In einem Erstgespräch (ca. 1 ½ h) werden wir Ihre Anliegen und Erwartungen besprechen. Sie erhalten ein Probesitzung und einen Vorschlag für ein Trainingsprogramm.

Eine positive Wirkung des Neurofeedback-Trainings kann oft bereits nach der ersten Sitzung wahrgenommen werden, manchmal aber auch erst nach sechs bis acht Sitzungen. Einen guten und dauerhaften Erfolg erreicht man meist mit 18 – 22 Trainings, in seltenen Fällen mit grösserem Aufwand.

Anfangs kurze, später längere Trainingsabstände

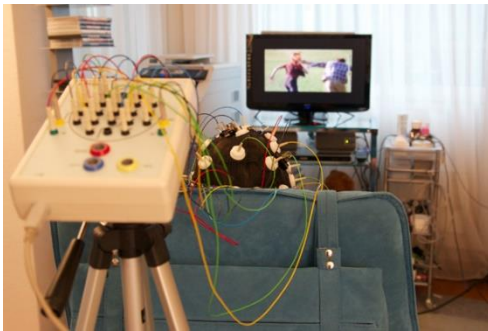
Zu Beginn des Trainings empfiehlt es sich, in der ersten Woche zwei Trainingseinheiten, dann wöchentlich ein Training und später alle ca. zwei Wochen ein Training einzuplanen. In speziellen Fällen kann auch ein Intensivtraining vereinbart werden (z.B. während Ferien).

Neurofeedback eignet sich für Kinder, Jugendliche, Studierende und Erwachsene. Das Training ist nachhaltig und ohne Nebenwirkungen.

Auf dem aktuellen Stand der Technik

Source Connection ist auf dem aktuellen Stand der Technik und arbeitet mit den neuesten Methoden. Je nach Bedürfnis und Trainingsziel des Klienten werden unterschiedliche Systeme eingesetzt:

- Cygnet, bipolarer Ansatz nach Othmer
- BioExplorer, 1- und 2-Kanal-Training
- Alpha-Theta-Training, mit Sounder
- NeuroCarePro, 2-Kanal-Training, Methode Dr. Val Brown
- HEG-Biofeedback
- Tomographisches sLoreta Neurofeedback, auf Basis der HBImed Datenbank (19-Kanal-Training)



Source Connection verfügt über eine breite Palette von Neurofeedback-Methoden (im Bild das tomografische Neurofeedback).



Das tomographische Neurofeedback wird für die direkte Ansteuerung schwer zugänglicher Hirnareale verwendet und wirkt sehr effektiv.



HEG-Biofeedback wird zur Steigerung der Durchblutung im Frontalcortex eingesetzt.

Die Kosten für ein Erstgespräch (1 ½ h) und pro Trainingseinheit à 60 Minuten betragen CHF 150.-. Als ASCA-anerkannte Therapeutin werden von einigen Krankenkassen ein Teil der Kosten von der Zusatzversicherung übernommen.

Eine qEEG-Analyse schafft Klarheit

Die neurodiagnostische Abklärung liefert umfassende Informationen darüber, wie das Gehirn die Informationen verarbeitet und wo allfällige Defizite liegen.

Neurodiagnostische Abklärung mittels quantitativem EEG

In bestimmten Fällen ist es sinnvoll und wünschenswert, vor einem Neurofeedback-Training die Hirnfunktionen mittels einer qEEG-Analyse (quantitatives EEG mit evozierten Potentialen) umfassend abzuklären. Basierend auf dieser Analyse kann ein sehr gezielter und effektiver Neurofeedback-Trainingsplan ausgearbeitet werden.

Der zeitliche Aufwand für ein qEEG mit drei Erhebungen (drei Messungen in verschiedenen Zuständen) beträgt ungefähr zwei Stunden. Zusätzlich werden Sie gebeten, zwei Fragebogen für ein subjektives Assessment zu Hause zu beantworten und ausgefüllt zum Termin für die qEEG-Aufzeichnung mitzubringen.



Eine qEEG-Analyse liefert präzise Informationen darüber, wie das Gehirn Informationsreize verarbeitet.

Eine neurodiagnostische Abklärung (qEEG) kann für ein erfolgreiches Neurofeedback-Training von grosser Bedeutung sein. Diese empfiehlt sich vor allem auch bei

langjährigen chronischen Erkrankungen, einer Hirnverletzung, Rehabilitation nach einem Schlaganfall und auch für die Bestimmung des ADHS-Subtypus.

Vor Ihrem qEEG-Termin sollten Sie folgende Punkte beachten:

- Während 48 h möglichst keine Medikamente einnehmen (mit einigen Ausnahmen!)
- Genügend Schlaf in der Nacht davor
- Haare zwei Mal mit pH-neutralem Shampoo waschen. Danach keinen Festiger, Conditioner oder Gel mehr verwenden
- Bequeme, lockere Kleidung anziehen, denn es soll Ihnen wohl sein
- Die beiden ausgefüllten Fragebogen bitte zu Ihrem qEEG-Termin mitbringen

Nach ca. drei Wochen sind die Auswertungen abgeschlossen. Sie erhalten einen ausführlichen schriftlichen Bericht über die Ergebnisse sowie Trainingsempfehlungen und gegebenenfalls weitere Anregungen.