

Ce este Neurofeedbackul?

Neurofeedbackul constă în antrenarea directă a funcțiilor cerebrale, cu ajutorul căreia creierul învață să funcționeze mai eficient. Observăm creierul în acțiune în diferite momente. Arătăm aceste informații persoanei care beneficiază de neurofeedback, apoi recompensăm creierul pentru faptul că își modifică activitatea în adoptarea unor patternuri mai sănătoase (modele de funcționare). Este un proces de învățare gradual. Se aplică fiecărui proces și fiecărei funcții cerebrale pe care o putem măsura. Neurofeedback-ul este denumit și EEG Biofeedback pentru simplul motiv că se bazează pe activitatea electrică a creierului văzută în electroencefalogramă (EEG). Neurofeedbackul este un antrenament de autoreglare. Este un biofeedback aplicat direct creierului. Autoreglarea este o parte importantă a bunei funcționări a creierului și permite sistemului nervos central să funcționeze mai bine.

Cine poate beneficia de terapia cu Neurofeedback?

Neurofeedbackul se adresează problemelor legate de dereglarea funcțiilor creierului. Numeroase afecțiuni au la bază lipsa unei reglări naturale a creierului și a proceselor implicate. Putem să includem aici probleme precum anxietate și depresie, dificultăți de atenție, tulburări de comportament, dereglări ale somnului, dureri de cap, simptome premenstruale, instabilitate emoțională etc. De asemenea, neurofeedbackul abordează afecțiuni ale creierului precum crize epileptice, tulburări de spectrul autist și paralizii cerebrale. Antrenarea creierului este utilă și sportivilor de performanță.

Neurofeedbackul s-a dovedit eficient pentru:

Episoade epileptice și activitate epileptică sub-clinică, tulburări de comportament și tulburări de personalitate (tulburare de comportament sau tulburarea bipolară).

Tulburări pervazive de dezvoltare precum tulburări din spectrul autist, traumatisme cerebrale, paralizii cerebrale, traume la naștere.

Tulburări de somn și afecțiuni asociate acestora: somnambulism, enurezis nocturn, bruxism, coșmaruri sau terori nocturne.

Abuz de substanțe, comportament suicidar, anxietate și depresie.

Probleme ce apar odată cu înaintarea în vârstă.

Afecțiuni ce pot fi tratate prin neurofeedback

- ADHD
- Anxietate
- Autism
- Dependențe
- Depresie
- Durere cronică
- Migrene
- Hiperkinezie
- Stres cronic
- Traumatisme cerebrale
- Traume și tulburări de stres post-traumatic
- Tulburări de comportament
- Tulburări de personalitate
- Tulburări de somn



