

EEG Biofeedback to nowoczesna metoda zwiększania efektywności pracy mózgu. W metodzie EEG Biofeedback osoba poddawana jest treningowi przez uczestniczenie w różnego rodzaju grach komputerowych sterowanych jednak wyłącznie umysłem bez stosowania klawiatury czy myszki. W terapii pomocnicze zastosowanie mają relaksacja, wizualizacja, itp.

**Treningi EEG Biofeedback poprawiają koncentrację uwagi, szybkość myślenia, kreatywność, pamięć, polepszają nastrój, samoocenę i sen, równocześnie ucząc relaksu.**

**Metoda jest bezpieczna i nie ma żadnych ubocznych działań**, pod warunkiem, że jest prowadzona przez wykwalifikowanych terapeutów.

W naszej placówce treningi EEG Biofeedback przeznaczone są w szczególności dla uczniów szkół podstawowych i ponadpodstawowych przejawiających wymienione poniżej zaburzenia i trudności:

- nadpobudliwość psychoruchowa (ADHD),
- zaburzenia koncentracji i uwagi,
- specyficzne trudności w uczeniu się (dysleksja, dysortografia, dysgrafia),
- trudności emocjonalne, wewnętrzne napięcie, trema, niska samoocena.

Metoda EEG Biofeedback powstała w ośrodku szkoleniowym NASA, następnie weszła do medycyny klinicznej. Obecnie jest popularna w innych pozamedycznych dziedzinach – pomaga sportowcom, biznesmenom, uczniom i studentom. EEG Biofeedback jest bardzo pomocnym narzędziem dla psychologów i pedagogów np. w pracy z dziećmi z zespołem ADHD.

Zasady kierowania na terapię:

- dziecko jest zgłaszane na terapię przez rodziców (opiekunów prawnych) w formie osobistego lub telefonicznego kontaktu z terapeutą,
- po przeprowadzeniu wywiadu z rodzicami i analizie dokumentacji dziecka terapeuta podejmuje decyzję o zasadności terapii EEG Biofeedback.

Treningi odbywają się 1-2 razy w tygodniu.

Liczba sesji (spotkań) niezbędna do uzyskania pozytywnych efektów terapeutycznych jest wartością szacunkową, na ogół im więcej treningów, tym efekty terapii bardziej spektakularne i trwałe.

W Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w Rykach terapeutami metody EEG Biofeedback są: Beata Rudnik i Magdalena Szypulska-Zyga.