

EEG Biofeedback

Centrum Terapii Empatia

EEG Biofeedback to metoda terapeutyczna polegająca na treningu fal mózgowych. W treningu EEG Biofeedback bazujemy na bioelektrycznej aktywności mózgu, który wytwarza fale w zależności od stanu, w którym się znajduje.



Dla kogo?

EEG Biofeedback dobrze sprawdza się w pracy z dziećmi, młodzieżą i dorosłymi. Trening EEG Biofeedback jest coraz szerzej stosowany przez: **uczniów, studentów, managerów, sportowców**. Trening EEG Biofeedback znajduje zastosowanie i przynosi wymierne korzyści wszędzie tam, gdzie zależy nam na poprawie funkcjonowania naszego organizmu.

Korzyści wynikające z terapii grupowej

Trening EEG Biofeedback pozwala na wypracowanie umiejętności świadomej kontroli pracy naszego mózgu. Dzięki temu możemy poprawić nasze funkcjonowanie w sytuacjach, w których pojawiały się w nas trudne emocje o dużym natężeniu, czy nie potrafiliśmy myśleć jasno i logicznie.

Dlatego trening EEG Biofeedback jest wskazany zarówno dla osób zdrowych, jak i osób z zaburzeniami pracy mózgu. Osobom zdrowym może on np. ułatwić radzenie sobie ze stresem, poprawić koncentrację i pamięć, podnieść nastrój i ułatwić wchodzenie w stan relaksu, wyeliminować napady paniki czy poprawić szybkość reakcji.

Trening EEG Biofeedback pozwala na osiągnięcie bardzo dobrych rezultatów w pracy nad zaburzeniami koncentracji (ADHD, ADD), zaburzeniami lękowymi, zaburzeniami mowy i snu. Ponadto pozwala on na przewyżnianie trudności związanych z uczeniem się, stanami wzmożonego napięcia emocjonalnego, planowaniem i podejmowaniem decyzji.

Cena uczestnictwa

Koszt pierwszej sesji diagnostycznej wynosi **150 PLN**, następnie sesje leczniczo-terapeutyczne **80-100 PLN**.

Nasza specjalistka Aleksandra Jakóbska-Kuczek

Jest psychologiem, neuroterapeutą – specjalistą metody neurofeedback i badania QEEG. Ukończyła Uniwersytet Śląski w Katowicach. Dodatkową wiedzę i nowe doświadczenia zdobywała na wielu kursach i szkoleniach. Wsparcie oferuje dzieciom (od 5 roku życia) i osobom dorosłym z problemami z koncentracją uwagi, z nadrucliwością, z chaosem myślowym, dzieciom z trudnościami w nauce, z zaburzeniami ze spektrum autyzmu, z zaburzeniami w rozwoju mowy jak i osobom z zaburzeniami emocjonalnymi (lęki, depresje, stany obniżonego nastroju, impulsywność, zachowania agresywne), osobom z zaburzeniami snu, etc. Wspólnie poszukamy przyczyn jak i skutecznych sposobów radzenia sobie z zaistniałymi trudnościami.

