

Sehen, wie es denkt!

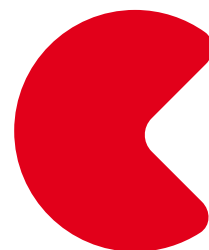
Neurofeedback hilft, das Gehirn gegen Hyperaktivität, Schlafstörungen und Burnout zu trainieren.

Mit einer Art Haarreifen auf dem Kopf sitze ich da und versuche durch Gedankenkraft den runden Pacman auf dem Bildschirm zu bewegen. Nein, ich bin nicht in einer Esoterik-Stunde sondern teste Neurofeedback. Die Behandlungsmethode ermöglicht es, seine eigene Anspannung, Konzentration oder seinen Stress direkt am Bildschirm zu sehen. In Echtzeit. Von Jana Wieduwilt

Ich soll locker sitzen, sagt Ergotherapeutin Doreen Tank. Sie erklärt die Aufgabe. Vor mir ist ein Bildschirm. Mein Gehirn ist durch die Elektroden direkt mit den Bildern da-

rauf verbunden. Mittels Konzentration soll ich nun dafür sorgen, dass sich der gelbe Pacman-Ball durch das Labyrinth bewegt. Mehr nicht, denke ich? Na, dann mal los: Schließ-

lich kann ich mich selbstverständlich auf Anheben konzentrieren, das mache ich ja den ganzen Tag.





Ich sitze also da – und es passiert erst mal gar nichts. Wie ich es gewohnt bin, beobachte ich nebenbei meine Umgebung. Ich bin also nicht ganz bei mir und dem Pacman. Das merken die Elektroden, die meine Gehirnströme messen, sofort – und auf dem Bildschirm ist Funkstille.

Konzentration bewegt

Also noch einmal: Konzentration. Siehe da, es gelingt. Der Pacman ist eine Stufe weiter gerutscht. Und noch eine. Schließlich läuft er durch die Reihen. Aber wehe, ich lasse mich ablenken. Dann bleibt das sture Ding stehen. Jetzt habe ich verstanden: So fühlt sich Konzentration an, so nehme ich mein Abgelenktsein wahr. Das ist Neurofeedback.

Es macht Patienten bewusst, wann sie sich konzentrieren, anspannen oder auch entspannen und erlaubt ihnen, den gewünschten Zustand kontrolliert herbeizuführen. Typische Anwendungsfälle der Messung der elektronischen Hirnaktivität sind beispielsweise das Aufmerksamkeits-Defizit-Syndrom, Schlafstörungen, Stress und zur Regeneration nach Schlaganfall.

Belohnung am Bildschirm

In der Lausitz bietet Ergotherapie Doreen Tank diese Methode an. „Wir wollen unseren Patienten helfen, sich die eigene Gehirnaktivität anzusehen und geziel-

te Übungen durchführen. Dazu hilft uns die Methode Neurofeedback“, erklärt die Fachfrau, in deren Praxis in Senftenberg als einer der wenigen in der Region, diese Methode angeboten wird.

Die Patienten können sehen, was ihr Gehirn macht und über die Belohnung am Bildschirm, beispielsweise durch den packenden Pacman, das erwünschte Verhalten erlernen. Der Lerneffekt beruht also darauf, eine visuelle Verknüpfung mit den eigenen Hirnaktivitäten zu haben.

Heilung durch Lernen

Die Anwendungen sind vielfältig: Kindern beispielsweise, die sich in der Schule schlecht konzentrieren können, weil sie an AHDS (Aufmerksamkeits-Defizit-Syndrom) leiden, hilft Neurofeedback, gezielt Konzentration zu erlernen. Die Ergotherapeutin sieht dabei auf einem zweiten Monitor, welche Gehirnbe-reiche arbeiten und an welcher Stelle noch Lernbedarf besteht. Entsprechend wählt sie die Übungen aus. Für den Patienten hat das einen positiven Effekt. „Durch die spielerische Herangehensweise erlebt der Patient schnell Erfolge und wird so motiviert, weiter zu arbeiten und das erwünschte Verhalten zu trainieren“, erläutert Doreen Tank.

Sie hat ebenfalls gute Erfahrungen damit gemacht, das Neurofeedback bei Pa-

tienten mit Schlafstörungen anzuwenden. „Wir lernen mittels Neurofeedback gezielt Entspannungszustände herbeizuführen und

so die Phase vor dem Einschlafen bewusst zu steuern“, erklärt sie.

Neurofeedback

Das ist eine Methode zum Sichtbarmachen von Gehirnaktivitäten mit direktem Lerneffekt für die Patienten.

Anwendungen:

Rehabilitation nach Schlaganfall, ADHS, ADS, Schlafstörungen, Stressreduktion

Neurofeedback wird auf Rezept von den Krankenkassen bezahlt.

Anzeige



ERGOTHERAPIE & Lerntraining

Seit
10 Jahren
in SFB

Doreen Tank staatlich anerkannte Ergotherapeutin
diplomierter Legasthenie- & Dyskalkulie-Trainerin

Behandlungsschwerpunkte

- Kinderheilkunde
- Neurologie
- Handtherapie
- Geriatrie
- Orthopädie/Rheumatologie /Traumatologie
- Neurofeedback
- Psychiatrie

Probleme mit dem Rechnen und der Rechtschreibung?

DIAGNOSTIK BERATUNG TRAINING



Legasthenie- & Dyskalkulietrainer
im Dienste Legasthetischer und Dyskalkulierender

Öffnungszeiten:

Mo-Fr. 8.00 - 17.00 Uhr
und nach Vereinbarung alle
Kassen und Privat • Hausbesuche

Seeadlerstraße 2
01968 Senftenberg
Tel.: 0 35 73 / 81 01 54
Fax: 0 35 73 / 81 01 58

Am Schillerplatz 1
01987 Schwarzheide
Tel. 035752/500130

www.ergotherapie-tank.de • info@ergotherapie-tank.de

www.ergotherapie-tank.de • info@ergotherapie-tank.de