

BIOFEEDBACK

OFERTA DLA PORADNI
PSYCHOLOGICZNO-PEDAGOGICZNYCH



O KLINICE BIOZDROWIA



KIM JESTEM?

Jestem terapeutą II stopnia EEG biofeedback, naturopatą i coachem. Pracuję z dziećmi i osobami dorosłymi, które pragną czuć się zdrowo i bezpiecznie.

W Klinice Biozdrowia (w skrócie KBZ) prowadzę treningi neurobiofeedback (zwane też EEG biofeedback lub po prostu biofeedback) z dziećmi z potrzebami specjalnymi jak Zespół Downa, Zespół Aspergera, Autyzm, ADHD, dysleksja, uzależnienia, narażenie na nadmierny stres oraz z osobami zdrowymi, które chcą rozwijać swój potencjał.

W mojej pracy wykorzystuję różne terapie i rozwiązania wspomagające aby stosowany trening neurobiofeedback był skuteczny a wyniki pojawiły się jak najszybciej. Do zaplecza stosowanych metod zaliczyć można: ćwiczenia oddechowe, ćwiczenia Denisona, mindfulness, delikatne masaże neurologiczne głowy, dłoni lub całego ciała, ćwiczenia na pamięć i koncentrację na kartkach, telefonie/tablecie, gry logiczne i analityczne. Wykorzystuję różne metody dodatkowe aby ćwiczenia były ciekawe i różnorodny gdyż jak dowodzą naukowcy "mózg nie lubi się nudzić"!

Dzięki możliwościom pracy mobilnej, dojeżdżam na treningi do poradni, szkół, firm i domów aby zapewnić trenującym osobom największy komfort stosowania terapii.

CO TO JEST EEG BIOFEEDBACK?

EEG Biofeedback jest metodą terapeutyczną, która uczy jak wpływać na działanie własnych fal mózgowych. Biofeedback działa na zasadzie sprzężenia zwrotnego – natychmiastowej informacji zwrotnej przekazywanej w postaci dźwięku lub obrazu.

Osoba poddawana treningowi, siłą własnej woli nakłania swój umysł do wytwarzania pożądanego typu fal a tym samym określonych zachowań jak np. koncentracja, spokój, uwaga. Jest to zatem samoregulacja polegająca na obserwowaniu swojego organizmu i nauczaniu się pozytywnych zachowań. Jednocześnie system nagród wzrokowych i dźwiękowych, stosowany podczas treningu, wzmacnia pewność siebie i motywację do działania.

EEG BIOFEEDBACK

CZYM JEST NEUROPLASTYCZNOŚĆ MÓZGU?

Wzrost i rozszerzanie się połączeń neuronów jest podstawowym fizjologicznym mechanizmem uczenia się i przystosowania. Pod wpływem treningów zachodzi przyrost nowych i rozszerzenie już istniejących neuronów oraz zmiany połączeń między nimi. Prowadzi to do korzystnych zmian, poprzez **naturalny wzrost udziału pożądaných fal mózgowych i obniżenie poziomu tych "negatywnych"**. Wyłącznie osoba trenująca ma wpływ na to, co się dzieje podczas ćwiczeń. To ona wykorzystuje potencjał swojego mózgu do budowania nowych połączeń neuronalnych. Trener ani urządzenie nie stymulują mózgu trenującej osoby, mają oni za zadanie pomagać jej osiągać stan ciała i umysłu, który w danym momencie jest oczekiwany, zaobserwować go, zrozumieć i motywować trenującą osobę do jak najdłuższego jego utrzymania i pogłębiania.

NA CZYM POLEGA AKTYWNOŚĆ DZIECKA W CZASIE TRENINGÓW?

Trener podłącza trenującą osobę do aparatury poprzez nałożenie czepka do EEG na głowę i monitoruje parametry pracy mózgu na swoim ekranie. Następnie, poprzez odpowiednie wskazówki, stymuluje do lepszych wyników prowadzonej przez niego „gry”. O powodzeniu w grze trenujący jest informowany wzrokowo i słuchowo. Poprawa parametrów pracy mózgu koreluje z sukcesem w „grze”. Pozytywnie rozbudzony mózg dąży do nagród i tym samym optymalizuje swoją pracę w procesie uczenia się i zmiany. Dziecko widzi, że jeżeli tylko chce, może odnosić sukcesy dzięki własnemu wysiłkowi oraz samodzielnie kierować konkretną sytuacją co znacząco podnosi jego samoakceptację, pewność siebie, motywację do działania i chęć podejmowania wysiłków. Zauważa również kiedy dochodzi np. do dekoncentracji, wzrostu poziomu stresu, nadmiernych reakcji organizmu i jaki ma na nią realny wpływ. Odzyskuje kontrolę nad własnym spokojem, skupieniem i zaangażowaniem. Następnie celem terapeuty jest nauczenie dziecka przenoszenia tych pozytywnych doświadczeń do codziennego życia, tak aby pozostało z nim odczucie dokonań płynących z własnego wysiłku.

Poprzez takie działanie budowane są nowe "pozytywne" połączenia neuronalne i powstają możliwości zmiany w sposobie zachowania i myślenia.

Biofeedback w pracy z dziećmi

Treningi
neurobiofeedback
służą dzieciom
jako pomoc w
samoregulacji



DLA KOGO SZCZEGÓLNIIE JEST BIOFEEDBACK?

- nadpobudliwość psychoruchowa (zespoły ADHD, ADD)
- Autyzm, Asperger
- zespół Down
- dysleksja, dysgrafia, dyskalkulia
- zaburzenia uwagi i koncentracji
- zaburzenia emocjonalne (nadmierny stres, lęki, natręctwa, tiki, depresja, agresja)
- zaburzenia psychosomatyczne na podłożu stresu (ból, tiki)
- opóźnienie rozwoju oraz niepełnosprawność intelektualna
- zaburzenia mowy i jękanie
- zaburzenia przyjmowania pokarmów (anoreksja, bulimia)
- uzależnienia (gry, alkohol, inne)
- rozwijanie nadzwyczajnych zdolności

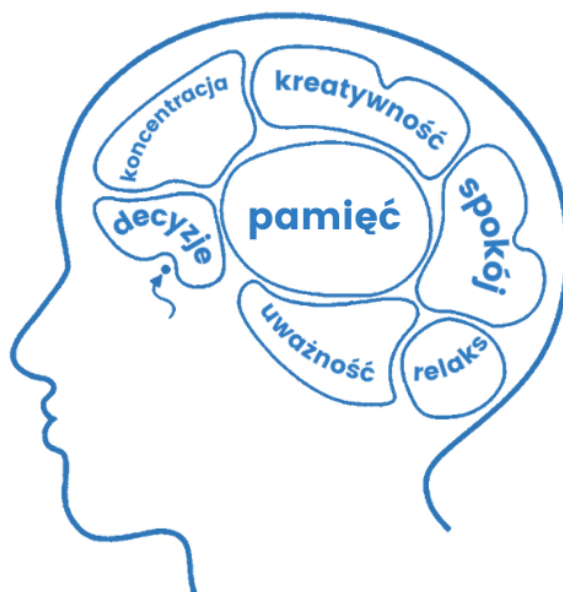
Gdzie prowadzone są zajęcia Biofeedback

GDZIE PROWADZI SIĘ TRENINGI BIOFEEDBACK?

Terapię wykorzystuje się w klinikach i przychodniach, specjalistycznych gabinetach psychologicznych i neurologicznych, na Uniwersytetach Medycznych (np. w Białymstoku), w specjalistycznych poradniach psychologiczno-pedagogicznych, w młodzieżowych ośrodkach wychowawczych, w Centrach Diagnozy Terapii ADHD i w ośrodkach Polskiego Towarzystwa ADHD na terenie całego kraju, w licznych przedszkolach i szkołach. Metoda ta coraz częściej jest wdrażana w Poradniach Zdrowia Psychicznego dla Dzieci i Młodzieży oraz w gabinetach logopedyczno-pedagogicznych czy innych gabinetach terapeutycznych.

Metoda terapeutyczna EEG biofeedback może przyczynić się do wyrównywania szans dzieci ze specjalnymi trudnościami w nauce i potrzebami rozwojowymi. Dzięki niej dzieci rozwijające się wolniej mogą "dogonić" swoich rówieśników, lepiej funkcjonować w sytuacjach życiowych, dzieci o nieharmonijnym rozwoju mają szansę osiągnąć rozwój bardziej zrównoważony, dzieci mogą rozwijać swoje naturalne predyspozycje i uczyć się np. jak funkcjonować bez podwyższonego poziomu stresu i idących za tym np. agresji.

Dostępne są liczne publikacje naukowe, polskie i światowe, opisujące skuteczność metody biofeedback. Ponadto ciągle prowadzone są badania nad metodą i jest ona intensywnie rozwijana dla poprawy skuteczności oraz zwiększenia pola jej zastosowania.



Biofeedback przykładowe zastosowania

AUTYZM I SYNDROM ASPERGERA

Zaburzenia autystyczne cechują symptomy występujące w trzech głównych obszarach funkcjonowania: zaburzonych interakcjach społecznych, ograniczonych zdolności do komunikowania się i sztywny repertuar zachowań i zainteresowań. Badania kliniczne neurobiologów, wskazują na korzyści z zastosowania terapii EEG Biofeedback u dzieci z zespołem Aspergera. Na szczególną uwagę zasługuje znaczące zmniejszenie objawów, a także wzrost ilorazu inteligencji (IQ).

TERAPIA DYSLEKSJI ROZWOJOWEJ

Trudności w czytaniu i pisaniu uwarunkowane różnymi przyczynami występują obecnie u dużego odsetka uczniów i problem stale rośnie. Dzisiaj prawie w każdej klasie można spotkać 3 do 5 dzieci z tego rodzaju zaburzeniami. Najnowsze badania potwierdzają, że dysleksja jest przyczyną zaburzenia ośrodkowego przetwarzania bodźców słuchowo-wzrokowych i motoryki. Zatem praca z takim uczniem musi przebiegać z zaangażowaniem wielu sieci neuronalnych łączących zróżnicowane struktury anatomiczne układu nerwowego, w czym terapia EEG Biofeedback jest niezwykle efektywna.

TERAPIA DZIECI UPOŚLEDZONYCH UMYSŁOWO

Z uwagi na stosunkowo dobrą pamięć mechaniczną oraz możliwość przyswajania materiału konkretno-obrazowego w warunkach dobrej stymulacji środowiskowej, dzieci upośledzone umysłowo mają szansę w czasie treningów EEG Biofeedback wyćwiczyć samodzielność w wykonywaniu zadań, poprawić analizę wzrokowo-słuchową, polepszyć koncentrację, rozwijać sprawność intelektualną. Dla dziecka upośledzonego praca z komputerem jest szansą na wyćwiczenie samodzielności, kreatywności, szeroko rozumianej sprawności.

TERAPIA ADHD

Występowanie ADHD związane jest z opóźnionym dojrzewaniem układu nerwowego dziecka. Trudności w pracy z dzieckiem z ADHD można przypisać zarówno nadpobudliwości jak i zaburzeniom uwagi. W takich przypadkach charakterystyczna jest nadczynność fal mózgowych Theta odpowiadających za nadpobudliwość. W efekcie treningów zmniejsza się impulsywność dziecka, poprawia się koncentracja. Terapia EEG Biofeedback pomaga zwiększyć kontrolę emocji i lepiej odnaleźć się środowisku rówieśniczym.

TERAPIA DZIECI Z UZALEŻNIENIAMI

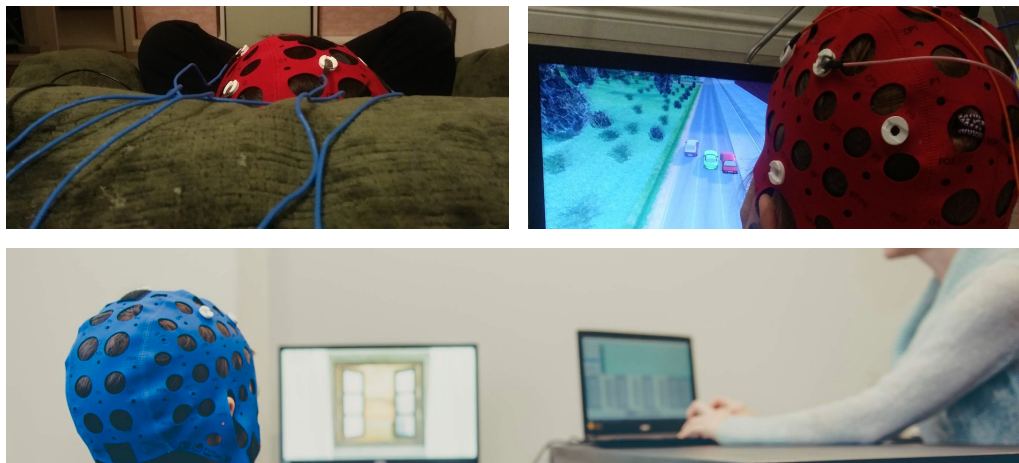
Terapia Biofeedback jest wykorzystywana również w pracy z osobami uzależnionymi, które uczą się poznawać i opanowywać reakcje własnego organizmu przez co stają się mniej podatne na stres związany z uzależnieniem oraz osłabiają ścieżki neuronalne związane z przywiązaniem do uzależnienia.

EEG BIOFEEDBACK A POMOC DZIECIOM SZCZEGÓLNIENIE NARAŻONYM NA STRES?

Dzięki metodzie Biofeedback dzieci szczególnie narażona na stres stopniowo uczą się zauważać jego wczesne syndromy i w sposób bezpieczny i zorganizowany ograniczać jego nadmierne skutki. Rozpoznanie działania własnego umysłu pomaga zachować równowagę w sytuacjach stresowych i podejmować bardziej świadome decyzje pomimo silnego stresu. Zmianie ulegają również zachowania impulsywne, agresywne, zachowania niebezpieczne dla siebie i otoczenia.



EEG BIOFEEDBACK



JAK WYGLĄDA TRENING?

Sesja dla dzieci trwa około 60 minut (w zależności od możliwości danego dziecka). Trenujący jest podłączony do EEG za pomocą czepka i elektrod, które monitorują zapis fal mózgowych. **Trening jest całkowicie bezbolesny i bez skutków ubocznych.** Terapeuta ustala poziom trudności zadania i na ekranie komputera wyświetlany jest jakiś proces (gra, film) np. pływanie kajakiem, puzzle, itp. Element gry przyspiesza jeśli dziecko wytworzy oczekiwane fale mózgowie, a zwalnia jeśli poziom tych fal jest za mały. W ten sposób otrzymuje informację zwrotną o swoich falach mózgowych i jest w stanie wytworzyć ich więcej. W tym czasie terapeuta monitoruje zapis fal mózgowych (EEG) i ustala optymalny poziom trudności zadania, tak aby był on z jednej strony stymulujący do działania i rozwoju a z drugiej nie przekraczał możliwości i był motywujący.

terapeuta widzi to tak

trenująca osoba widzi to np. tak



OFERTA CENOWA

Oferta obowiązuje na terenie Warszawy i okolic, cena obejmuje trening 1 dziecka

Pakiet 10

**DIAGNOZA +
10 TRENINGÓW**

900 zł

MINIMUM 3 DZIECI

750 zł

MINIMUM 8 DZIECI

cena standardowa
1.180 zł

Pakiet 20

**DIAGNOZA +
20 TRENINGÓW**

1700 zł

MINIMUM 3 DZIECI

1400 zł

MINIMUM 8 DZIECI

cena standardowa
1.900 zł

- Oferta z dojazdem do Poradni, w powyższej cenie, obowiązuje jeżeli w Poradni trenuje jednocześnie conajmniej 3 dzieci
- Podane ceny obejmują trening 1 dziecka
- Klinika Biozdrowia zapewnia cały niezbędny sprzęt i oprogramowanie potrzebne do treningów
- Poradnia zapewnia jedynie miejsce do ćwiczeń

OFERTA CENOWA

DLACZEGO WARTO SKORZYSTAĆ Z OFERTY KLINIKI BIOZDROWIA?

- Treningi przeprowadza wykwalifikowany trener neurobiofeedback II stopnia, coach i naturoterapeuta, patrząc na dzieci holistycznie i wspierając je na wielu poziomach
- Klinika Biozdrowia, w cenie zajęć, zapewnia cały sprzęt niezbędny do prowadzenia terapii, Poradnia nie ponosi dodatkowych kosztów materiałów, jedynie udostępnia salę
- Rodzice, którzy będą chcieli kontynuować zajęcia poza Poradnią (po zakończeniu terapii na terenie Poradni) mogą kontynuować treningi ze znanym i zaufanym terapeutą
- Poradnia nie inwestuje funduszy na zakup sprzętu, szkolenia dla terapeutów oraz na pensje dla dodatkowych osób, które miałyby zajęcia prowadzić
- Poradnia ma pewność, że treningi wykonuje wykwalifikowany trener, a nie osoba, która dopiero poznaje tę skomplikowaną metodę

PRZYKŁADOWE OPINIE TERAPII W KLINICE BIOZDROWIA

- Moja córka chodziła na biofeedback do Kliniki i już po kilku zajęciach nauczyciele w szkole zauważyli, że jest spokojniejsza i lepiej pracuje na lekcjach. Polecam!
- Bardzo mocno polecam zajęcia biofeedback. Na początku dzieci żeby złapać koncentrację troszkę się wyciszyć i efektywnej się uczyć, efekt nie do opisania na pewno wrócimy jeśli pojawi się taka potrzeba. Obecnie zero problemu w szkole pracujemy szybko i sprawnie jestem zachwycona.
- Biofeedback poleciła nam Pani od Integracji Sensorycznej. Tak trafiliśmy na Panią Kasię. Syn ma jeszcze wahania ale ogółem jest bardziej skupiony i mniej "roztrzepany". To ciekawa metoda, a z uwagi na gry dziecko chętnie uczestniczy w zajęciach. Serdecznie polecam.



**Klinika Biozdrowia
Katarzyna Żuber**

www.klinikabiozdrowia.pl

798-144-588

biuro@klinikabiozdrowia.pl