



OŚRODEK TWÓRCZEJ PSYCHOEDUKACJI

**TRENINGI EEG BIOFEEDBACK** odbywają się raz w tygodniu przez okres od kilku do kilkunastu miesięcy. Jedna sesja trwa **ok. 60 minut**. Suma treningów potrzebnych do osiągnięcia wyznaczonego celu jest sprawą indywidualną. Podczas treningu pacjent siedzi wygodnie na fotelu z twarzą zwróconą w kierunku ekranu, na którym wyświetlana jest gra. Do głowy i uszu trener mocuje pacjentowi elektrody. Przebieg gry zależy od pacjenta, to On siłą własnej woli stara się osiągnąć jak najlepsze wyniki. Można zatem stwierdzić, że skuteczność terapii jest zależna motywacji pacjenta. Terapeuta na bieżąco śledzi pracę fal mózgowych, dzięki czemu może stymulować fale pożądane i redukować fale niekorzystne. Program daje możliwość śledzenia **krzywej uczenia się**.

Terapię metodą Biofeedback kierujemy przede wszystkim do **dzieci, młodzieży w wieku 11 – 19 lat** z:

- problemami koncentracji uwagi i pamięci;
- specyficznymi trudnościami w nauce (dysleksji, dysgrafii, dyskalkulii)
- podejrzeniem ADHD i ADD;
- trema, nadwrażliwością i nadmierną reakcją na stres;
- z zaburzeniami nastroju i brakiem wiary we własne możliwości;
- z zaburzeniami snu;
- problemami z motywacją

Treningi EEG-Biofeedback są także pomocne **dla osób zdrowych**. Zapraszamy na treningi **uczniów, studentów, biznesmenów, managerów, lekarzy, sportowców, polityków** oraz wszystkich, którzy chcą zoptymalizować funkcjonowanie własnego umysłu, a także przeciwdziałać wypaleniu zawodowemu. **Już po 15-20 treningach można odczuć:**

- poprawę koncentracji uwagi i funkcji poznawczych
- wzrost kreatywności
- wyciszenie i zwiększone możliwości radzenia sobie ze stresem
- poprawę nastroju i samooceny
- lepszą organizację i sprawniejsze podejmowanie decyzji

Zapisy w zakładce KONTAKT oraz pod nr tel. **501 54 81 81** Dorota Hazuka – Furgalska

**Zapraszamy!**