

Die Praxis für Ergotherapie



Cornelia Pape

Was ist Neurofeedback

Neurofeedback ist ein direktes Gehirnwellentraining. Durch den Trainingsprozess lernt das Gehirn mit größerer Kontrolle und Stabilität zu funktionieren. Beim Training wird das Gehirn für das Verändern seiner eigenen Aktivität in Richtung mehr angemessener Muster belohnt. Die Belohnung erfolgt durch ein akustisches Signal und ein optisches Feedback auf dem Bildschirm. Dies geschieht zeitnah in der Sekunde, d.h. Neurofeedback beruht auf dem Prinzip des operanten Konditionierens, dem Lernen am Erfolg. Dies ist ein allmählicher Lernprozess.

Neurofeedback wird auch EEG-Biofeedback genannt, da es auf dem Messen der elektrischen Gehirnaktivität, dem EEG, beruht. Es ist ein Biofeedbackverfahren, das auf das Gehirn angewandt wird.

Neurofeedback ist das Training der Selbst-regulationsfähigkeit, die ein notwendiger Bestandteil einer guten und ausgewogenen Gehirntätigkeit ist. Das Training bewirkt eine bessere Funktion und Stabilität des zentralen Nervensystems.