



Begeleiding

De training wordt verzorgd door Anasūyā Koopmans. Zij volgde opleidingen op het gebied van humanisme, communicatie, groepsmanagement, persoonlijk management, Jungiaanse psychologie en droomanalyse, gegeven door internationaal bekende docenten. Zij verdiepte zich in

de filosofieën van het Oosten en Westen. Wat betreft neurofeedback is Anasūyā opgeleid door A. Martin Wuttke, USA, pionier op dit gebied.

Anasūyā is oprichtster van Power of Presence en organiseert en begeleidt op verzoek bijeenkomsten die effectiviteit, persoonlijke groei en optimalisering tot doel hebben. Haar benadering is steeds gebaseerd op maatwerk waarbij de cliënt het stuur bewust in handen houdt.

Praktisch

- De sessies vinden plaats in Mook (bij Nijmegen) of op een nader af te spreken locatie.
- Een aantal ziektekostenverzekeringen vergoedt neurofeedback in het aanvullend pakket.
- Als onderdeel van beroepsontwikkeling zijn de kosten aftrekbaar van de belasting.
- Neurofeedback kan als aparte training gevolgd worden maar ook als geïntegreerd deel van een trainings- of coachingstraject voor bedrijven en organisaties.

Voor verdere informatie en afspraken:



Lodewijkstraat 26, 6585 KM Mook
telefoon: **31(0)24 696 33 48
e-mail: info@Power-of-Presence.com
website: www.Power-of-Presence.com



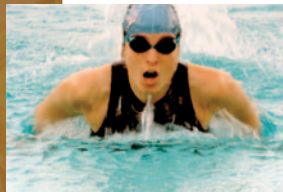
fotografie: Jos Alferink en An Stalpers, vormgeving: Ineke Duursma, fotografieca Nijmegen

Neurofeedback is een methode om de hersenen te trainen. Het brein is een flexibel orgaan en is in staat om te leren. Wij vinden het normaal om voor een sport te trainen of te oefenen om beter piano te kunnen spelen. Zo zijn de hersenen ook tot betere prestaties te brengen.

Wanneer hersenen adequaat functioneren komen lichaam en geest in balans en kunnen veel lichamelijke en emotionele problemen verholpen worden. Slaappatronen verbeteren door neurofeedback. Ook angst, depressie, burnout-verschijnselen, migraine, chronische pijn of verslaving kunnen door neurofeedbacktraining weggenomen worden. Bij kinderen zijn o.a. hyperactiviteit, concentratiestoornis, dyslexie en woede-aanvallen succesvol te behandelen. Bij ouderen is het geheugen goed te trainen.

Voor mensen die op zoek zijn naar persoonlijke ontwikkeling, zelfrealisatie of optimalisering van hun functioneren (Peak Performance) is neurofeedback een effectieve manier om snel resultaat te boeken.

Tijdens werk en professioneel sporten kan neurofeedback de stressgevoeligheid verlagen. Op dit niveau leert neurofeedback aandacht en denken te beheersen om optimaal te functioneren zonder beïnvloed te worden door faalangst of spanning.



Effectiviteit

Neurofeedback is gebaseerd op de werking van het brein. De balans en onderlinge communicatie tussen de hersenhelften en de communicatie van de hersenen met lichaam en geest worden hersteld of geoptimaliseerd. Deze nieuwe balans geeft ruimte en energie om de werkelijke doelen in het leven te realiseren en eenvoudig te genieten.



Er is reeds 25 jaar klinische ervaring opgedaan met neurofeedbacktraining. Er bestaan goed gedocumenteerde wetenschappelijke rapporten over de opmerkelijke resultaten.

Zie o.a. www.eegspectrum.com of www.Power-of-Presence.com.

Sessies

Voor het begin van een training vindt een kennismakingsgesprek plaats. Een EEG (elektro-encefalogram) wordt gemaakt om het frequentiepatroon van de verschillende hersenhelften te analyseren. Daarnaast wordt een vragenlijst ingevuld. Op basis van deze gegevens wordt in samenspraak een behandelplan opgesteld.

Tijdens de trainingssessie worden op het hoofd sensoren aangebracht die de verschillende hersengolven meten. De computer analyseert de gegevens en zet ze om in hoorbare en zichtbare signalen: feedback. Zodra de hersenen het gewenste patroon genereren vindt er een 'beloning' plaats. Vertonen de hersenen een minder gewenst patroon, dan wordt er niet 'beloond'. Zo leert men geleidelijk en steeds langer in de gewenste staat van hersengolven te functioneren. Dit alles is goed zichtbaar te volgen op het computerscherm, waardoor het trainingstraject transparant is. Maatwerk dus.

De trainingen duren ongeveer één uur en vinden bij voorkeur twee keer per week plaats. Het aantal sessies dat nodig is om blijvend resultaat te behalen zal per persoon verschillen en is ook afhankelijk van het trainingsdoel. Ongeveer twintig sessies zijn het uitgangspunt. Verbetering is vaak al te merken na tien sessies.

