

## **Procedura kwalifikowania uczniów na terapię EEG Biofeedback w Szkole Podstawowej z Oddziałami Integracyjnymi i Dwujęzycznymi im. Marii Skłodowskiej-Curie w Mąchocicach Kapitulnych**

### **CO TO JEST BIOFEEDBACK?**

EEG Biofeedback to nieinwazyjna, bezbolesna technika treningu mózgu. Metoda ta powstała w latach 60-tych ubiegłego wieku w ośrodku szkoleniowym NASA. Była ona wykorzystywana podczas szkolenia pilotów i astronautów i uznano ją za czynnik eliminujący negatywny wpływ stresu na ich psychikę i jakość wykonywania zadań.

Biofeedback czyli biologiczne sprzężenie zwrotne polega na dostarczaniu człowiekowi informacji zwrotnej (feedback) o zmianach jego stanu fizjologicznego. Dzięki sprzężeniu zwrotnemu, pacjent wie kiedy wzrasta aktywność jego mózgu w pożądanym paśmie częstotliwości fal mózgowych, a kiedy dominują niepożądane pasma. Pozwala to nauczyć się reakcji własnego mózgu. Dzięki temu może tak zmodyfikować jego pracę, aby funkcjonował efektywnie. Podstawą terapii jest wykorzystywanie „plastyczności mózgu”. Polega ona na zdolnościach komórek nerwowych mózgu do trwałych przekształceń funkcjonalnych. Jest to rodzaj terapii, dzięki której pacjent w sposób świadomy, uczy się zmieniać wzorzec wytwarzanych fal w mózgu tak by mózg pracował wydajniej i szybciej.

### **CO DAJE TERAPIA?**

Terapia – trening, zwiększa możliwości intelektualne i usprawnia procesy poznawcze, poprawia efektywność pracy, ułatwia uzyskanie równowagi psychicznej i wyciszenia, poprawia samopoczucie, zwiększa odporność na stres, wpływa pozytywnie na ogólne funkcjonowanie człowieka.

### **DLA KOGO?**

Polecana jest dla osób zdrowych celem polepszenia ich funkcjonowania i samopoczucia, uzyskiwania lepszych efektów pracy i umiejętności relaksacji. Dla dzieci i młodzieży z dysfunkcjami w pracy mózgu w postaci np.:

- nadpobudliwości psychoruchowej / ADHD, ADD/,
- specyficznych trudności w uczeniu się (dysleksji, dysgrafii, dysortografii i dyskalkulii)
- zaburzeń uwagi i pamięci,
- stanów nerwicowych,
- zaburzeń psychosomatycznych,
- niskiej odporności na stres,
- depresji,
- zaburzeń snu,
- problemów logopedycznych,
- tików,
- zespołu Tourette`a,

- spektrum autyzmu

#### **WARUNKI JAKIE POWINNA SPEŁNIAĆ OSOBA TRENUJĄCA:**

- rozumieć zadanie jakie ma wykonać,
- posiadać gotowość do współpracy/motywację do pracy,
- radzić sobie z zadaniem,

Motorem skuteczności terapii jest silna wola, motywacja i cierpliwość pacjenta.

#### **PRZEBIEG SESJI TRENINGOWEJ:**

Podczas każdego treningu ustalany jest wzorzec aktywności bioelektrycznej mózgu, do którego dążymy. Poprzez ustalenie progów dla trenowanych fal (wzmacnianych bądź hamowanych) wyznaczany jest indywidualny cel i sposób pracy. W czasie sesji trenujący ma pełny wgląd w obserwację czynności bioelektrycznej swojego mózgu. Istotą treningu jest wspólna praca terapeuty i trenującego. Trenujący obserwuje na ekranie animację i od sposobu pracy jego mózgu zależy, jak ta animacja przebiega. Jeśli trenujący osiągnie założone jako cel parametry pracy mózgu, animacja przebiega w sposób niezakłócony, kiedy jednak parametry zaczynają odbiegać od założonych, obraz na przykład może stawać się nieostry. Dzięki temu trenujący na bieżąco obserwuje na ekranie, jak pracuje jego mózgi i ma możliwość, aby metodą prób i błędów uczyć się utrzymywać pożądane parametry jego pracy, które z czasem stają się dla mózgu nawykiem. Po kilku sesjach mózgi asymiluje nowe połączenia. Kolejne sesje pozwalają na utrwalenie nowo nabytych „umiejętności” oraz na automatycznie zachodzenie całego procesu.

### **REGULAMIN TERAPII EEG BIOFEEDBACK SZKOŁY PODSTAWOWEJ Z ODDZIAŁAMI INTEGRACYJNYMI I DWUJĘZYCZNYMI IM. MARII SKŁODOWSKIEJ- CURIE W MĄCHOCICACH KAPITULNYCH**

#### **§1**

1. Zajęcia terapii metodą EEG Biofeedback odbywają się na terenie Szkoły Podstawowej z Oddziałami Integracyjnymi i Dwujęzycznymi im. Marii Skłodowskiej-Curie w Mącholicach Kapitulnych.

#### **§2**

1. Z treningów biofeedback korzystać mogą:

- a) uczniowie ze wskazaniami do terapii metodą EEG Biofeedback zawartymi w orzeczeniach lub opiniach z Poradni Psychologiczno-Pedagogicznych,
- b) uczniowie, u których rozpoznano:
  - słabą pamięć,
  - słabe spostrzeganie,
  - trudności w koncentracji uwagi,

- specyficzne trudności w uczeniu się (dysleksja, dysgrafia, dysortografia i dyskalkulia),
- słabą komunikację i zaburzenia relacji społecznych dziecka z otoczeniem,
- małą odporność na stres, treść w sytuacjach szkolnych,
- obniżoną samoocenę.

2. Korzystanie z treningów biofeedback w naszej szkole jest bezpłatne.

3. Zajęcia prowadzone są przez certyfikowanych trenerów EEG Biofeedback: mgr Marzenę Szczypałę i Justynę Kaletę

### §3

1. Podstawę zakwalifikowania ucznia do terapii stanowią złożone w sekretariacie szkoły, u terapeuty EEG Biofeedback lub u pedagoga szkolnego:
  - zaświadczenie od lekarza rodzinnego stwierdzające brak przeciwwskazań do terapii (lub w razie skierowania od lekarza rodzinnego do neurologa – zaświadczenia od neurologa stwierdzające brak przeciwwskazań do terapii na podstawie aktualnego badania EEG),
  - zgłoszenie rodzica/ prawnego opiekuna oraz wyrażenie zgody na udział dziecka w zajęciach biofeedback na terenie szkoły (Załącznik nr 1)
2. Rodzice zobowiązani są do rozmowy z terapeutą i przekazania mu informacji o stanie zdrowia dziecka (zwracając szczególną uwagę na to, by podać terapeutę informacje o tym, jakie aktualnie dziecko przyjmuje leki) oraz o podejmowanych innych formach terapii.
3. Zgłoszenia na zajęcia przyjmowane są przez cały rok szkolny w sekretariacie szkoły, u terapeuty EEG Biofeedback lub u pedagoga szkolnego.
4. Decyzję o zakwalifikowaniu ucznia do terapii podejmuje szkolny zespół specjalistów, po analizie dokumentacji złożonej przez rodziców oraz dokumentacji z Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej.
5. O terminie rozpoczęcia terapii biofeedback decyduje kolejność zgłoszeń, przy czym uczniowie z orzeczeniami i opiniami z poradni Psychologiczno-Pedagogicznych zawsze mają pierwszeństwo.
6. W przypadku uczniów bez orzeczenia lub opinii z Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej ilość treningów zostanie dostosowana do indywidualnych potrzeb ucznia.
7. W razie potrzeby są tworzone listy uczniów oczekujących na udział w zajęciach.
8. Zgłoszenia i zgody rodziców/prawnych opiekunów na udział dziecka w zajęciach oraz zaświadczenia lekarskie są przechowywane w dokumentacji pedagoga szkolnego.

### §4

1. Zajęcia mają charakter indywidualny.
2. Zakres i czas trwania oddziaływań terapeutycznych dostosowywany jest do aktualnych potrzeb i możliwości dziecka. O ich doborze decyduje terapeuta, biorąc pod uwagę zalecenia zawarte w orzeczeniu lub opinii z Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej.
3. Dokumentację z przebiegu terapii stanowi dziennik zajęć terapeutycznych.

### §5

1. Nieusprawiedliwione trzy nieobecności na zajęciach oznaczają rezygnację rodziców z zajęć dla dziecka.

2. Nieobecności usprawiedliwione mogą zostać odrobione po ustaleniu terminu z terapeutą.
3. W przypadku niepodejmowania przez dziecko współpracy na warunkach i w zakresie koniecznym, aby spotkania treningowe metodą biofeedback mogły być skuteczne, terapeuta prowadzący zajęcia może zaprzestać treningów.
4. Terapia biofeedback jest nieobowiązkowa, dlatego w każdej chwili obie strony (prawny opiekun lub terapeuta) podając uzasadnienie mogą przerwać terapię.
5. Podpisanie przez rodzica/prawnego opiekuna zgody na udział dziecka w zajęciach biofeedback na terenie szkoły jest jednoznaczne z akceptacją regulaminu zajęć.

Załącznik nr1

Załącznik nr 1

## DEKLARACJA UDZIAŁU W ZAJĘCIACH BIOFEEDBACK

Wyrażam zgodę na udział mojego dziecka :

.....

/imię i nazwisko dziecka, klasa/

w zajęciach dodatkowych EEG BIOFEEDBACK (Neurofeedback)

w roku szkolnym .....

**Jednocześnie zobowiązuję się dostarczyć zaświadczenie od lekarza neurologa  
o braku przeciwwskazań do terapii biofeedback.**

Telefon kontaktowy: .....

.....

Data i podpis rodziców/opiekunów