

BIOFEEDBACK

*baut auf der Fähigkeit auf, durch Lernprozesse
körperliche Funktionen zu verändern*





Biofeedback, was ist das?

Biofeedback baut auf der Fähigkeit des Menschen auf, durch Lernprozesse körperliche Funktionen zu verändern. Die Biofeedbacktherapie stellt in der Behandlung von psychischen und psychosomatischen Störungen einen integrativen Ansatz dar, der mit unterschiedlichen Schwerpunkten bei verschiedenen Krankheitsbildern eingesetzt werden kann.

Bei der Biofeedbackbehandlung werden körperliche Funktionen dem Patienten kontinuierlich zurückgemeldet (z.B. akustisch oder optisch) und positive Änderungen dieser Körperfunktionen verstärkt, sodass die Patienten lernen können, die Körperfunktionen zu beeinflussen. Dabei werden Körpersignale (wie etwa Pulsfrequenz, Hauttemperatur, Muskelspannung), die normalerweise vom Betroffenen ungenügend oder gar nicht wahrgenommen werden, durch Sensoren erfasst.

Biofeedback ist ein unterstützendes Verfahren in der Behandlung von psychischen und psychosomatischen Störungen und ein wichtiger Baustein komplexer Behandlungspläne.

Biofeedback findet auch Einsatz in der Betreuung von Sportlern und Künstlern, wodurch diese lernen, sich in Ruhepausen und vor Wettkämpfen bzw. vor Auftritten schnell und effektiv zu entspannen. Das stellt eine wichtige Ressource dar, um Kraft zu sammeln. Der Wechsel von Anspannung und Entspannung ist wesentlich, um optimale Leistungen zu erbringen. Neben klassischen Entspannungstechniken wie Autogenes Training oder Muskelentspannungstraining nach Jacobson bietet das Biofeedback dem Athleten und dem Künstler ein spezifisch auf die Person zugeschnittenes Entspannungstraining.

Leistungsspektrum in der Ordination

Psychische Erkrankungen:

- Angststörungen (Panikattacken, generalisierte Angst, Phobien)
- Depression
- Zwänge
- Chronische Schmerzzustände (z.B. Rückenschmerz)
- Schlafstörungen

Neurologische Erkrankungen:

- Migräne
- Spannungskopfschmerz
- Chronische Schmerzzustände (z.B. Gesichtsschmerz)
- Lähmungen nach Schlaganfall in speziellen Fällen
- Neuromuskuläre Verspannungen

Weitere Psychosomatosen:

- Tinnitus
- Hypertonie
- Raynaud-Syndrom

Prävention:

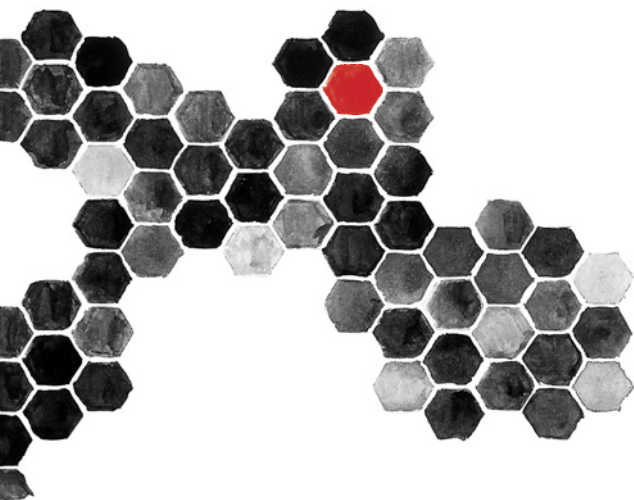
- Psychohygienischer Umgang mit Stressphänomenen

Coaching:

- Leistungsoptimierung in unterschiedlichen Berufssparten (z.B. bei Künstlern und Athleten)

Einzel Sitzungen





Mag. Richard Matuszak

Klinischer Psychologe und Gesundheitspsychologe,
psychologische Schmerzbehandlung,
Psychotherapeut – Existenzanalyse, Biofeedback,
Supervisor und Coach

Dr. med. Karin Matuszak-Luss

Fachärztin für Psychiatrie, Neurologie und
psychotherapeutische Medizin,
Psychotherapeutin – Existenzanalyse, Biofeedback,
Supervisorin und Coach

Ordination

Seckendorfstraße 6/1/6, 1140 Wien,
Tel: +43 1 911 59 39, Fax: +43 1 990 28 59,
Telefonische Terminvereinbarung Montag bis
Donnerstag von 12 bis 13 Uhr
info@psyordination.at
www.psyordination.at