



Über mich

Ich weiß, wie bunt und fordernd das Leben sein kann – und wie oft man sich ohnmächtig, überlastet oder einfach erschöpft fühlt. Vielleicht zusätzlich auch noch Schmerzen ertragen muss.

AD(H)S ist ein fester Bestandteil meines Lebens – und auch Teil unseres Familienalltags. Über viele Jahre hinweg habe ich zahlreiche Methoden, Therapien und Ansätze ausprobiert, viel gelesen, recherchiert, hinterfragt – und manchmal auch an allem gezweifelt. Ich weiß, wie mühsam es sein kann, passende Unterstützung zu finden, besonders wenn das Umfeld wenig Verständnis zeigt und die Energie schwindet.

Mit Neurofeedback habe ich schließlich eine Methode gefunden, die nicht nur wissenschaftlich fundiert ist, sondern auch sanfte, wirksame Veränderungen ermöglicht – ganz ohne Druck.

Heute freue ich mich, diese Erfahrung weitergeben zu dürfen. Mit viel Verständnis, Geduld und einem offenen Ohr erstelle ich ein individuell abgestimmtes Trainingskonzept für Sie. Selbstverständlich sind auch Kinder herzlich willkommen – ihre Bedürfnisse liegen mir besonders am Herzen.



SILVIA HAMMERL, B.Sc.

PSYCHOLOGIE
NEUROFEEDBACK

Termine unter:

+43 676 814 175 32
office@praxisneurofeedback.at

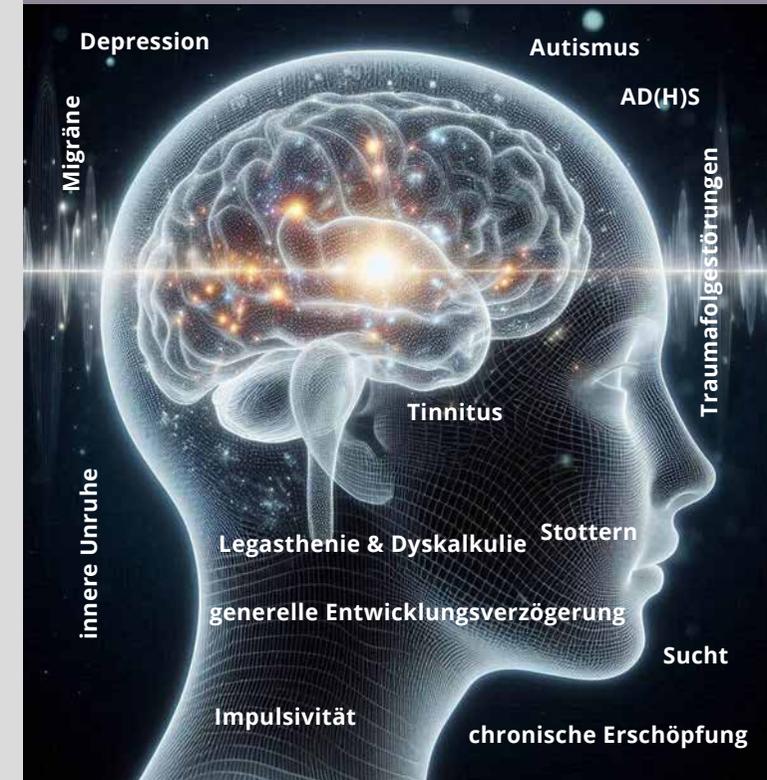
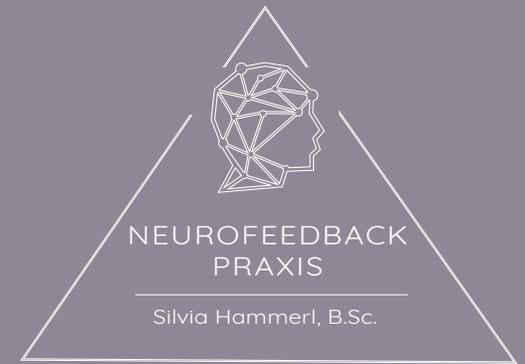


www.praxisneurofeedback.at

Dornacher Straße 3
4040 Linz
in der Arztpraxis Dr. Schwendtner

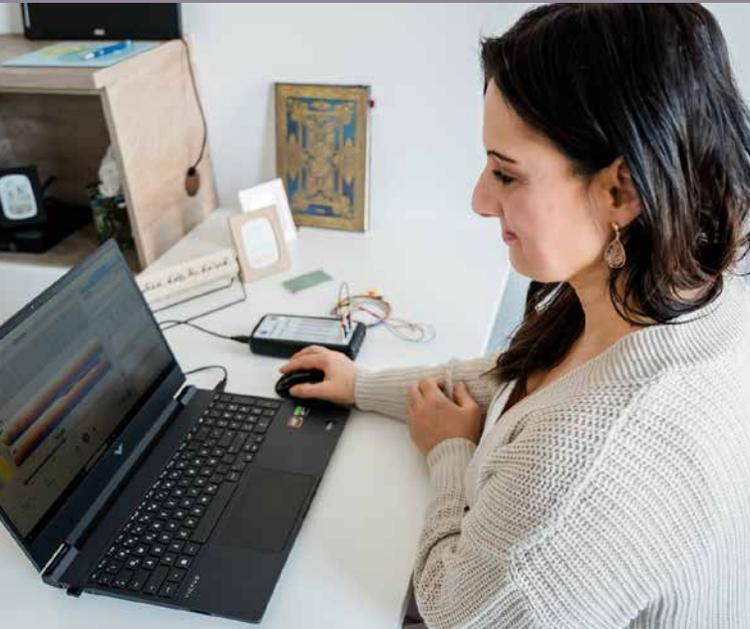
Der Start Ihrer persönlichen Erfolgsgeschichte ...

Bei einem ausführlichen Erstgespräch biete ich die Möglichkeit, eine kostenfreie Neurofeedback-Einheit auszuprobieren. So können Kinder, Jugendliche und Erwachsene in Ruhe erleben, ob diese Methode zu ihnen passt. Anschließend erstelle ich ein individuell abgestimmtes Trainingskonzept – und der Weg zur Veränderung beginnt.



NEUROFEEDBACK. WIRKT.

DURCH GEZIELTE BERUHIGUNG ODER
AKTIVIERUNG DER GEHIRNAKTIVITÄT
WERDEN FEHLREGULIERUNGEN GEMINDERT
ODER OFT VOLLSTÄNDIG AUFGELÖST.



Was ist Neurofeedback?

Neurofeedback ist eine evidenzbasierte und verhaltensmedizinische Trainingsmethode zur Förderung der neurologischen, psychischen und körperlichen Gesundheit.

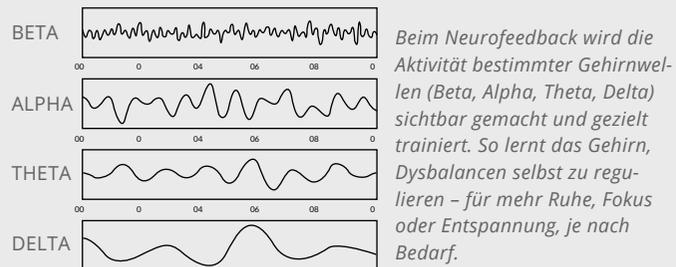
Viele psychische und körperliche Beschwerden – etwa Aufmerksamkeitsstörungen, Autismus, Ängste, Depressionen, Migräne, Schlafprobleme oder chronische Überlastung – stehen im Zusammenhang mit einer Fehlregulierung der Gehirnfunktion. Ziel des Trainings ist es, die Selbstregulation des Gehirns zu verbessern, sodass Symptome nachhaltig verringert oder ganz aufgelöst werden können.

Wie funktioniert Neurofeedback?

Die Therapie ist angenehm und entspannend. Neurofeedback basiert auf der Messung der Gehirnaktivität mittels Elektroenzephalogramms (EEG). Elektroden auf der Kopfhaut übermitteln die elektrische Aktivität des Gehirns in Echtzeit an eine Software, die diese analysiert und dem Gehirn visuelles und akustisches Feedback gibt – zum Beispiel durch Musik oder einen Animationsfilm.

Für das Gehirn ist dieses Feedback wie ein Spiegel. Es erkennt, welche Aktivitäten angepasst werden müssen, und setzt den Prozess der Selbstregulation in Gang – ein zentraler Mechanismus zur nachhaltigen Verbesserung neurophysiologisch bedingter Beschwerden.

- 1 EEG-Messung: Elektroden erfassen Gehirnaktivität.
- 2 Signalübertragung: Daten werden an Software gesendet.
- 3 Analyse: Gehirnsignale werden ausgewertet.
- 4 Feedback: Es kommt zu einer visuellen und akustischen Rückmeldung.
- 5 Selbstwahrnehmung: Gehirn erkennt Optimierungsbedarf.
- 6 Selbstregulation: Aktivität wird nachhaltig angepasst.



Elektroden messen die elektrische Aktivität des Gehirns und senden sie an eine Software. Diese reagiert – über einen Bildschirm – in Echtzeit mit einem visuellen und akustischen Feedback. Das Gehirn lernt so, effektiver zu arbeiten.



Klinische Anwendungsgebiete von Neurofeedback

- AD(H)S
- Ablenkbarkeit
- Aggressivität
- Angst
- Autismus (ASS)
- chronische Schmerzen
- Depressionen/Burn-out/Überlastungssymptome
- Impulsivität
- innere Unruhe
- Konzentrationsprobleme
- Legasthenie und Dyskalkulie
- Migräne
- Schlafstörungen
- Stottern
- Sucht
- Tinnitus
- Traumafolgestörungen

