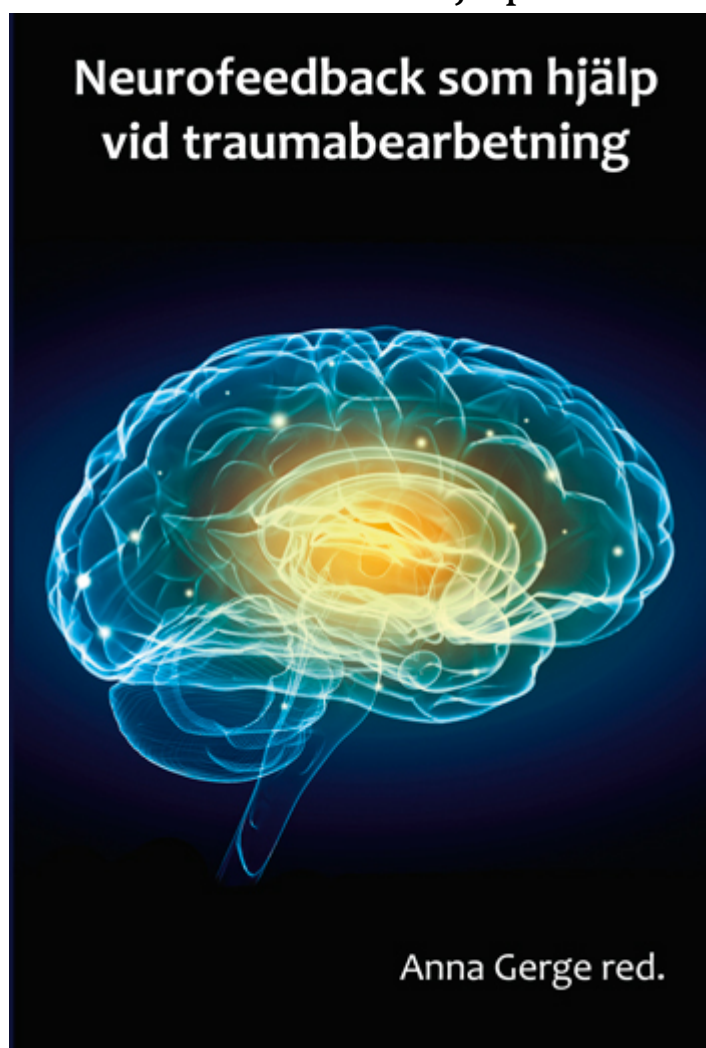


Neurofeedback som hjälp vid traumabearbetning



Neurofeedback — biofeedback genom EEG-återkoppling

Via EEG-elektroder registreras hjärnans elektriska aktivitet i olika frekvensband. Hjärnans aktivitetsmönster belönas visuellt, auditivt och taktilt. Förmågan att lugna sig och självreglera ökas. Det bidrar bland annat till ökad koncentration, fokus och förbättrad sömn.

Erfarna psykologer och psykoterapeuter berättar om hur behandling med neurofeedback bidrar till ökad psykisk hälsa och bättre självreglering hos komplext traumatiserade och dissociativa patienter. Gemensamt för bokens författare är erfarenheten att neurofeedbackterapi, NFT, för traumatiserade patienter tycks vara en skonsam och effektiv metod för stabilisering och bearbetning. Metoden beskrivs och förklaras med många kliniska exempel. Vi visar hur symptom som exempelvis problem med sömn, koncentration, känsloreglering och flashbacks lindras samt hur det kan förstås utifrån neurovetenskap, anknytningsteori och psykoterapiforskning.

Huvuddelen av boken har skrivits av Anna Gerge, fil.dr, leg. psykoterapeut (redaktör). Medförfattare är Marianne Alenius, leg. psykolog, Magdalena Bluhme, socionom och leg. psykoterapeut, Anna Lannér Swensson, leg. psykolog och leg. psykoterapeut, Anna-Karin Lindgren, leg. psykolog och leg. psykoterapeut och Kenjiro Sato, leg. psykolog och leg. psykoterapeut.

Boken riktar sig i första hand till psykoterapeuter och andra behandlare.

Boken går att beställa i bok- och näthandeln eller här på [hemsidan](#). ISBN 978-91-983733-4-9

