

Biofeedback und Neurofeedback

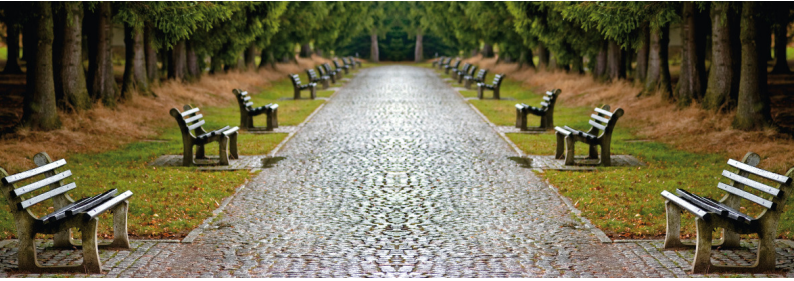


Individuelles Stressmanagement

präventive Gesunderhaltung

- Biofeedbacktraining gegen permanenten Stress und Burnout
- Wirksame Methode bei chronischen Kopfschmerzen (Spannungskopfschmerz, Migräne) und Tinnitus
- Effektive neue Strategien bei chronischen Rückenschmerzschmerzen
- Umfassende Angebote für eine effiziente und präventive Gesunderhaltung.

Neue Wege einschlagen



- Stärkung der Selbstwahrnehmung stressrelevanter körperlicher Prozesse.
- Erlernen der willentlichen Beeinflussung dieser Prozesse in eine für den Organismus günstige Richtung.
- Dauerhafte Übertragung des Gelernten in den Alltag zur aktiven Stressprävention.
- Hohe Flexibilität in der Trainingsgestaltung erlaubt die ganz individuelle Anpassung an die Klientenbedürfnisse.
- Nachgewiesene Wirksamkeit bei unterschiedlichen Beschwerdebildern.
- Erkennen und Verstehen der engen Zusammenhänge zwischen Denken, Fühlen und Körper.
- Erschließen eines Instruments für die erfolgreiche präventive Gesunderhaltung.

Weitere Informationen:

Dipl.-Psych. / Dipl. Infwiss. Klaus Hug

Tel: 08341 / 90 82 291

✉ info@biofeedbackzentrum-allgaeu.de

🌐 www.biofeedbackzentrum-allgaeu.de