



Introduktion til temadag om EEG-træning

10. nov.
2016

EEG-træning også kaldet neurofeedback har vist sig at kunne øge koncentrationsevnen og styrke den psykiske robusthed for såvel børn som voksne, hvilket ofte også medfører at sociale kompetencer forbedres markant.

EEG-træning er hjernetræning, som har udviklet sig igennem de sidste 30 år på baggrund af ny computerteknologi og neurovidenskabelige landvindinger.

Selve træningen består af målinger via elektroder, som måler hjernes aktivitet bestemte steder. Disse målinger samles op i computerprogram bearbejdes og anvendes til at drive feedback programmer, der kun kører, når personens hjerneaktivitet er på en bestemt måde. Vi har alle brug for en afstemt hjerneaktivitet for at kunne holde koncentration og fokus samt kunne regulere temperament og adfærd. Ved at træne bestemte tilstande med EEG-træning optrænes hjernes funktioner og selvregulering, og derved kan der igangsættes en naturlig hjerneudvikling uden bivirkninger. Dette er fastslået i en række rapporter fra bl.a. London University og Bergen sygehus. Det danske forsvar er ved at undersøge muligheder for at anvende træningsformen på veteraner; derudover har der kørt en række mindre projekter i Danmark bl.a. med unge kontanthjælpsmodtagere ved Kolding kommune og på en specialskole i Århus. Disse projekter har tilsvarende gode resultater som de udenlandske studier.

Kursusbeskrivelse

Introduktionskurset består af:

- En indføring i hvad EEG-træning konkret er
- Hvad EEG-træning bygger på ren neuropsykologisk
- Hvordan træningen fungerer i praksis
- Hvilke kompetencer kan vi styrke hos dem, der modtager EEG-træning
- Hvordan kan det passes ind i kursus- eller skoleforløb

Kurset gennemføres af **Conni Krarup Andersen**, indehaver af firmaet **EEGTRAINING**, som har arbejdet med træningsmetoden i 6 år; bl.a. har Conni trænet borgere for kommunale jobcentre med det formål at øge unge borgers uddannelseschancer.

Program

- Kl. 09.30 – 10.00 Ankomst, kaffe/te og morgenbrød
- Kl. 10.00 – 10.15 Indledning og velkomst
- Kl. 10.15 – 12.00 EEG-træning – teoretisk og praktisk
v. Connie Andersen,
EEG-træningsskolen i Århus
- kl. 12.00 – 13.00 Frokost
- kl. 13.00 – 15.00 EEG-træning – teoretisk og praktisk
v. Connie Andersen,
EEG-træningsskolen i Århus
- kl. 15.00 – 15.30 Afslutning
v. Kirsten Christensen og Tina Bøge-
have, Uddannelsesforbundet samt
kaffe, kage og netværkssnak

Praktiske oplysninger

Tid: Torsdag den 10. november 2016
kl. 09.30 – 15.30

Sted: Syddansk Erhvervsskole
Petersmindevej 1F
5000 Odense C

Pris: Medlemmer: 500 kr.
Ikke-medlemmer: 700 kr.

Frist: Tilmelding senest den 20. oktober 2016