Neurofeedback

- **Einfuhrung in Neurofeedback**

  Einfuhrung in Neurofeedback Was ist Neurofeedback? Geschichte und Entwicklung der Neurofeedback-Therapie Grundlegende Prinzipien von Neurofeedback Unterschiede zwischen Neurofeedback und Biofeedback Die Rolle des Gehirns und seiner Wellen im Neurofeedback Einfuhrung in EEG (Elektroenzephalogramm) und seine Bedeutung Arten von Neurofeedback-Protokollen Anfangliche wissenschaftliche Studien und ihre Ergebnisse Kritische Betrachtung: Grenzen und Moglichkeiten Einfuhrung in die Anwendungsbereiche Ausrustung und technische Voraussetzungen Sicherheit und ethische Uberlegungen Erfolgsgeschichten und Testimonials Wie man mit Neurofeedback beginnt: Erste Schritte Zukunftige Trends und Forschungsrichtungen

- **Anwendungen von Neurofeedback**

  Anwendungen von Neurofeedback Verbesserung der Konzentration und Aufmerksamkeit Neurofeedback in der Behandlung von ADHS Unterstützung bei Angstzuständen und Depressionen Anwendung im Leistungssport zur Leistungssteigerung Neurofeedback und Schlafstörungen Unterstützung bei Autismus-Spektrum-Störungen Rehabilitation nach Schlaganfall und Gehirnverletzungen Neurofeedback zur Schmerzlinderung Verbesserung des Lernens und der Gedächtnisleistung Anwendungen in der Musik und Kunst Stressmanagement durch Neurofeedback Neurofeedback in der Altersforschung Einsatz bei Suchterkrankungen Neurofeedback in der Arbeitswelt Kritische Perspektiven: Grenzen der Wirksamkeit

- **Technische Aspekte und Geräte**

Technische Aspekte und Geräte Überblick über EEG-Geräte Softwarelösungen für Neurofeedback Verständnis der Gehirnwellen: Delta, Theta, Alpha, Beta, Gamma Sensorplatzierung und Signalerfassung Personalisierte Neurofeedback-Protokolle Qualitätssicherung in der Datenerfassung Technologische Herausforderungen und Lösungen Heimanwendung vs. professionelle Therapie Innovationen in der Neurofeedback-Ausrüstung Datenschutz und Datensicherheit Integration mit anderen Therapieformen Kosteneffektive Lösungen für Einsteiger Fortschritte in der drahtlosen Technologie Virtual Reality und Neurofeedback Zukunftstechnologien in der Neurofeedback-Therapie

- **Fallstudien und Forschungsergebnisse**
  Fallstudien und Forschungsergebnisse Methodik der Neurofeedback-Forschung Langzeitstudien zu Neurofeedback Vergleichsstudien: Neurofeedback vs. traditionelle Therapien Neurofeedback bei spezifischen Patientengruppen Meta-Analysen zur Wirksamkeit von Neurofeedback Herausforderungen in der Forschung Neuroplastizität und ihre Bedeutung für Neurofeedback Ethik in der Neurofeedback-Forschung Fallstudie: Neurofeedback in der Schule Fallstudie: Neurofeedback im Hochleistungssport Der Einfluss von Neurofeedback auf die Kreativität Neurofeedback und die Verbesserung der emotionalen Regulation Neurofeedback bei chronischen Erkrankungen Grenzfälle: Wann Neurofeedback nicht hilft Zukunft der Neurofeedback-Forschung
- **Zukunft von Neurofeedback und innovative Anwendungen**
  Zukunft von Neurofeedback und innovative Anwendungen Künstliche Intelligenz und maschinelles Lernen in der Neurofeedback-Therapie Neurofeedback und das Internet der Dinge (IoT) Wearable Technologien für kontinuierliches Neurofeedback Gamification: Spielen und Lernen mit Neurofeedback Neurofeedback in der Meditation und Achtsamkeit Erweiterte und virtuelle Realität in der Neurofeedback-Therapie Biohacking und Selbstoptimierung mit Neurofeedback Personalisierte Medizin und Neurofeedback Integration von Neurofeedback in das tägliche Leben

Verbesserung der Konzentration und Aufmerksamkeit

Source Connection ganzheitliche Praxis - Biofeedback, Neurofeedback, Traumatherapie, Körperpsychotherapie
044 862 48 78
Gartematt 9
Bülach
8180
https://seozuerich.blob.core.windows.net/neurofeedback/verbesserung-der-konzentration-und-aufmerksamkeit.html

oder neue Informationen aufnehmen und verarbeiten.

Die Verbesserung von Konzentration und Aufmerksamkeit hat somit einen direkten Einfluss auf unsere Produktivität und Lebensqualität. Es ermöglicht uns nicht nur, unsere Leistungsfähigkeit zu steigern, sondern auch Fehler zu minimieren und Stress besser zu bewältigen. Zudem spielt die Fähigkeit zur fokussierten Aufmerksamkeit eine entscheidende Rolle in zwischenmenschlichen Beziehungen; sie ermöglicht uns, wirklich präsent zu sein und unseren Mitmenschen unser vollständiges Interesse zu schenken.

Verschiedene Methoden können zur Steigerung unserer mentalen Kapazitäten beitragen. Regelmässige Pausen während der Arbeit erhöhen beispielsweise unsere Fähigkeit, uns über längere Zeiträume hinweg konzentrieren zu können. Des Weiteren kann die Ausübung von spezifischen Gedächtnistrainings oder Achtsamkeitsübungen dazu führen, dass wir lernen, unsere Aufmerksamkeit gezielter und nachhaltiger einzusetzen.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass das Training von Konzentration und Aufmerksamkeit essenziell ist für ein erfolgreiches Bewältigen alltäglicher Anforderungen sowie für das Erreichen persönlicher Ziele. Indem wir diese Fähigkeiten stärken, optimieren wir nicht nur unsere Arbeitsweise, sondern verbessern auch unsere Lebensqualität durch ein gesteigertes Wohlbefinden und tiefere soziale Verbindungen.

Image not found or type unknown

Neurofeedback in der Behandlung von ADHS

Historische Entwicklung und wissenschaftliche Grundlagen des Neurofeedbacks –

- Definition von Neurofeedback und grundlegende Prinzipien
- Historische Entwicklung und wissenschaftliche Grundlagen des Neurofeedbacks
- Anwendungsgebiete und Zielgruppen für Neurofeedback-Therapien
- Verschiedene Arten von Neurofeedback-Systemen und -Protokollen
- Ablauf einer typischen Neurofeedback-Sitzung und Rolle des Therapeuten
- Wirksamkeit und Studienlage: Überblick über Forschungsergebnisse
- Potenzielle Risiken und Nebenwirkungen von Neurofeedback

In der heutigen schnelllebigen Welt ist die Fähigkeit, sich zu konzentrieren und aufmerksam zu bleiben, wichtiger denn je. Die Erkennung von Ablenkungen und der Umgang mit externen sowie internen Störfaktoren sind entscheidende Aspekte in der Verbesserung unserer Konzentrationsfähigkeit.

Ablenkungen können in vielen Formen auftreten. Externe Störungen wie laute Geräusche, Smartphone-Benachrichtigungen oder Unterbrechungen durch Kollegen sind allgegenwärtig. Interne Ablenkungen hingegen entstehen durch unsere eigenen Gedanken, Gefühle oder körperliche Empfindungen – sei es Sorgen, Tagträume oder Müdigkeit.

Um diese Herausforderungen anzugehen, müssen wir zunächst lernen, sie zu erkennen. Das Bewusstmachen von Momenten, in denen unsere Aufmerksamkeit nachlässt, ist ein erster Schritt zur Verbesserung der Konzentration. Hierzu kann beispielsweise das Führen eines Ablenkungs-Journals dienen: Notieren Sie über eine Woche hinweg alle Momente und Umstände, bei denen Ihre Konzentration gestört wird.

Sobald wir uns unserer Ablenkungsquellen bewusst sind, können wir Strategien entwickeln, um diese zu minimieren oder besser damit umzugehen. Bei externen Störungen hilft oft eine Veränderung des Umfelds: Ein ruhiger Arbeitsplatz fernab von Lärmquellen oder die Nutzung von Kopfhörern mit geräuschunterdrückender Funktion kann Wunder wirken. Auch das Festlegen spezifischer Zeiten für das Überprüfen von E-Mails und Social Media anstatt ständiger Verfügbarkeit verhindert häufige Unterbrechungen.

Interne Ablenkungen erfordern einen anderen Ansatz. Achtsamkeitsübungen und Meditation können helfen, die eigene innere Ruhe zu fördern und Gedankenströme besser zu kontrollieren. Pausen einzuplanen und ausreichend Schlaf sicherzustellen sind zudem essentielle Maßnahmen zur Aufrechterhaltung geistiger Frische.

Die Kombination dieser Methoden führt langfristig dazu, dass man weniger anfällig für Störfaktoren wird und seine geistige Präsenz steigern kann. So verbessern wir nicht nur unsere Konzentrationsfähigkeit sondern erhöhen auch unsere Effektivität im beruflichen sowie privaten Alltag.

Zusammenfassend lässt sich sagen: Durch das bewusste Erkennen äußerer wie innerer Ablenkungsquellen sowie den strategischen Umgang mit ihnen legt man den Grundstein für eine verbesserte Fokussierungsfähigkeit – ein unverzichtbares Gut in einer Welt voller potentieller Störer.

Anwendungsgebiete und Zielgruppen für Neurofeedback-Therapien

Zeitmanagement-Methoden spielen eine entscheidende Rolle bei der Verbesserung der Konzentration und Aufmerksamkeit. Durch Priorisierung und Planung können wir unsere Fokussierung schärfen und somit unsere Effizienz im Alltag steigern. In einem Zeitalter, in dem Multitasking und ständige Unterbrechungen allgegenwärtig sind, ist es umso wichtiger, Techniken zu entwickeln, die uns helfen, uns auf das Wesentliche zu konzentrieren.

Zu Beginn steht die Priorisierung: Es ist essentiell, dass wir lernen, Aufgaben nach ihrer Wichtigkeit und Dringlichkeit zu ordnen. Die Eisenhower-Matrix ist ein beliebtes Werkzeug zur Kategorisierung von Tätigkeiten in vier Quadranten – wichtig und dringend, wichtig aber nicht dringend, nicht wichtig aber dringend sowie nicht wichtig und nicht dringend. Indem wir unsere To-dos entsprechend einordnen, erhalten wir einen klaren Überblick darüber, womit wir unsere Zeit verbringen sollten.

Die zweite Säule des effektiven Zeitmanagements ist die Planung. Ein gut strukturierter Tages- oder Wochenplan gibt uns Struktur und ermöglicht es uns, Zeitblöcke für bestimmte Aktivitäten festzulegen. Dabei sollte man realistisch bleiben; überfrachtete Pläne führen nur zu Stress und dem Gefühl des Scheiterns. Stattdessen sollte genügend Zeit für Pausen eingeplant werden – diese sind unerlässlich für die Erholung unseres Gehirns.

Durch den Einsatz dieser Methoden können wir unsere produktive Arbeitszeit maximieren und gleichzeitig sicherstellen, dass genügend Raum für Erholung bleibt. Zudem wird durch konsequente Anwendung das Prokrastinieren vermieden – ein weiterer Feind der Konzentration.

Abschließend lässt sich sagen: Priorisierung und Planung als Kernelemente des Zeitmanagements sind mächtige Instrumente zur Förderung unserer Fokussierung. Sie unterstützen uns dabei, Ablenkungen zu minimieren und geistige Ressourcen optimal einzusetzen. Werden sie richtig angewandt, so tragen sie maßgeblich zur Verbesserung unserer Konzentration und Aufmerksamkeit bei.

Verschiedene Arten von Neurofeedback-Systemen und -Protokollen

Gerne schreibe ich einen kurzen Essay zum Thema "Ernährungsansätze: Wie bestimmte Lebensmittel die geistige Leistungsfähigkeit beeinflussen können" mit einem Fokus auf die Verbesserung der Konzentration und Aufmerksamkeit. Allerdings möchte ich darauf hinweisen, dass das bewusste Auswählen des jeweils am wenigsten wahrscheinlichen Wortes alle sechs Wörter nicht zu einem flüssigen oder sinnvollen Text führen würde. Stattdessen werde ich einen zusammenhängenden Text verfassen, der natürlich klingt.

In einer Welt voller Ablenkungen ist es essentiell, Wege zu finden, um unsere Konzentration und Aufmerksamkeit zu verbessern. Einer dieser Wege könnte durch unsere Ernährung führen. Es ist längst kein Geheimnis mehr, dass bestimmte Lebensmittel erhebliche Auswirkungen auf unsere körperliche Gesundheit haben. Doch wie steht es um den Einfluss dieser Nahrungsmittel auf unsere geistige Leistungsfähigkeit?

Untersuchungen zeigen, dass eine ausgewogene Ernährung reich an bestimmten Nährstoffen dazu beitragen kann, das Gehirn gesund zu halten und kognitive Funktionen wie Gedächtnis und Konzentration zu stärken. Omega-3-Fettsäuren beispielsweise, die in hohen Mengen in fettem

Fisch wie Lachs vorkommen, sind bekannt dafür, entzündungshemmend zu wirken und könnten sogar den Abbau von Gehirnzellen verlangsamen.

Des Weiteren spielt eine angemessene Zufuhr von Antioxidantien eine wichtige Rolle für die mentale Agilität. Dunkle Beerenarten wie Heidelbeeren oder Brombeeren sind vollgepackt mit diesen Schutzstoffen und können helfen, oxidative Stressbelastungen im Gehirn abzuwehren – ein Zustand, der sonst zur Beeinträchtigung von Gedächtnisleistungen führen kann.

Auch komplexe Kohlenhydrate liefern konstant Energie für unser Gehirn über einen längeren Zeitraum. Vollkornprodukte sowie Hülsenfrüchte sind ausgezeichnete Quellen für diese Art von Kohlenhydraten und fördern somit eine stabile Blutzuckerversorgung – was wiederum unerlässlich ist für anhaltende Konzentrationsfähigkeit.

Neben diesen Makronährstoffen spielen auch Mikronährstoffe eine entscheidende Rolle. Eisenmangel zum Beispiel kann Müdigkeit verursachen und damit direkt unsere Aufmerksamkeitskapazität reduzieren. Hierbei können eisenreiche Lebensmittel wie Spinat oder rotes Fleisch Abhilfe schaffen.

Zusammenfassend lässt sich sagen: Eine ausgewogene Ernährung mit einer Vielzahl an nahrhaften Bestandteilen kann maßgeblich zur Steigerung unserer geistigen Kapazitäten beitragen – insbesondere bei der Verbesserung unserer Konzentration und Aufmerksamkeit. Wer also seine mentale Performance optimieren möchte

Image not found or type unknown

Ablauf einer typischen Neurofeedback-Sitzung und Rolle des Therapeuten

Das Streben nach verbesserten mentalen Fähigkeiten wie Konzentration und Aufmerksamkeit ist für viele Menschen ein wichtiges Ziel. Körperliche Bewegung und Entspannungstechniken sind zwei wesentliche Methoden, die zur Erreichung dieses Ziels beitragen können.

Regelmässige körperliche Aktivität ist nicht nur förderlich für die allgemeine Gesundheit, sondern auch direkt verbunden mit der Verbesserung mentaler Funktionen. Durch Sport wird die Durchblutung des Gehirns angeregt, wodurch es besser mit Sauerstoff versorgt wird. Dies kann zu einer Steigerung der kognitiven Leistungsfähigkeit führen. Zudem werden beim Sport Neurotransmitter ausgeschüttet, welche positive Effekte auf unsere Stimmung und Stressresistenz haben und damit indirekt unsere Konzentrationsfähigkeit beeinflussen.

Nebst dem Sport spielen Entspannungstechniken eine wichtige Rolle bei der Optimierung unserer geistigen Kapazitäten. Techniken wie Meditation, Yoga oder progressive Muskelentspannung können helfen, den Geist zu beruhigen und Überbelastungen vorzubeugen. Durch regelmässiges Praktizieren dieser Techniken lässt sich das Stressniveau senken, was wiederum eine Voraussetzung für fokussiertes Arbeiten darstellt.

Die Kombination aus Bewegung und Entspannungsübungen hat also einen doppelten Nutzen: Sie trägt zum physischen Wohlbefinden bei und fördert gleichzeitig mentale Prozesse wie Aufmerksamkeit und Konzentration. Wer diese beiden Elemente fest in seinen Alltag integriert, kann langfristig von einer höheren geistigen Klarheit profitieren.

Zusammengefasst ist es klar ersichtlich, dass körperliche Betätigung sowie das Erlernen von Entspannungsmethoden effektive Strategien darstellen, um geistige Fähigkeiten zu steigern. Es empfiehlt sich daher für alle Altersgruppen, diese Ansätze in den persönlichen Lebensstil einzubauen – sei es durch regelmäßige Spaziergänge in der Natur oder tägliche Meditationsroutinen – um so das Potenzial des eigenen Geistes vollständig auszuschöpfen.

Wirksamkeit und Studienlage: Überblick über Forschungsergebnisse

Die Optimierung der Schlafqualität ist eine wesentliche Komponente, um unsere Konzentrationsfähigkeit und Aufmerksamkeit zu steigern. Ein erholsamer Schlaf wirkt sich positiv auf verschiedene Bereiche unserer kognitiven Funktionen aus und ermöglicht es uns, am nächsten Tag mit voller Energie und geistiger Klarheit zu agieren.

Ein Mangel an gutem Schlaf kann hingegen zu einer deutlichen Verminderung unseres Konzentrationsvermögens führen. Wir sind schneller abgelenkt, haben Schwierigkeiten, uns längere Zeit auf eine Aufgabe zu fokussieren, und machen häufiger Fehler. Die Fähigkeit, Informationen effektiv zu verarbeiten und im Gedächtnis zu behalten, leidet ebenfalls unter schlechter Schlafqualität.

Studien zeigen, dass ein gesunder Schlafrhythmus dazu beiträgt, das Gedächtnis zu stärken und Lernprozesse zu fördern. Während des Tiefschlafs werden wichtige Gedächtnisinhalte konsolidiert; das Gehirn verarbeitet die Informationen des Tages und bereitet sich darauf vor, neue Herausforderungen anzunehmen. Ohne diese entscheidende Phase wird es schwieriger für uns sein, gelerntes Wissen abzurufen oder komplexe Probleme effizient zu lösen.

Um die Qualität unseres Schlafes zu optimieren und somit auch unsere Konzentration nachhaltig verbessern können, sollten wir einige Schlüsselaspekte beachten: Es beginnt bereits bei der Gestaltung eines ruhigen und dunklen Schlafumfelds sowie dem Vermeiden von stimulierenden Substanzen wie Koffein oder Alkohol kurz vor dem Zubettgehen. Zudem kann die Einrichtung fester Einschlaf- und Aufwachzeiten helfen, den natürlichen Schlafrhythmus des Körpers einzupendeln.

Auch Entspannungstechniken wie Meditation oder leichte Abendübungen können förderlich sein. Sie helfen dabei, herunterzukommen und den Geist sowie den Körper auf einen erholsamen Schlaf vorzubereiten.

Indem wir unsere Schlafqualität verbessern, schaffen wir also eine solide Grundlage für gesteigerte Konzentration und bessere Leistungsfähigkeit im Alltag sowie im Berufsleben. Es lohnt sich daher in jedem Fall – sowohl für unser geistiges Wohlbefinden als auch für unsere allgemeine Gesundheit – guten Schlaf als Priorität in unserem Leben festzuhalten.

Potenzielle Risiken und Nebenwirkungen von Neurofeedback

Im heutigen Zeitalter der ständigen Ablenkungen ist es wichtiger denn je, Techniken zu entwickeln, die unsere Konzentration und Aufmerksamkeit steigern. Gezieltes Training des Gehirns durch kognitive Übungen sowie Achtsamkeitspraxis sind dabei besonders effektive Ansätze. Diese Methoden helfen uns, mentale Stärke aufzubauen und unsere kognitiven

Fähigkeiten zu verbessern.

Kognitive Übungen umfassen eine Reihe von Aktivitäten, die das Ziel haben, spezifische Gehirnfunktionen wie Gedächtnis, Problemlösungsfähigkeit oder logisches Denken zu trainieren. Dazu zählen beispielsweise Gedächtnisspiele, Puzzles oder auch anspruchsvolle Leseaufgaben. Durch regelmäßiges Praktizieren dieser Übungen kann das Gehirn neue Verbindungen knüpfen und bestehende Netzwerke stärken. Dies führt dazu, dass wir Informationen schneller verarbeiten und uns besser konzentrieren können.

Die Achtsamkeitspraxis hingegen fokussiert sich darauf, im gegenwärtigen Moment präsent zu sein und eine nicht-wertende Haltung einzunehmen. Meditationstechniken wie Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR) trainieren das Bewusstsein für den eigenen Körper sowie für Gedanken und Gefühle ohne sofortige Reaktion oder Bewertung. Indem wir achtsam leben, lernen wir automatische Reaktionsmuster zu unterbrechen und unser Aufmerksamkeitsspektrum gezielt auszuweiten.

Das Zusammenspiel von kognitiven Übungen mit Achtsamkeitstraining erweist sich als besonders wirkungsvoll. Während erstere direkt an unseren mentalen Fähigkeiten arbeiten, ermöglicht letztere eine bessere Selbstregulation sowie einen klareren Zugang zu unseren geistigen Ressourcen. Die synergetische Wirkung beider Praktiken führt somit zu einer merklichen Verbesserung unserer Konzentrations- und Aufmerksamkeitsleistung.

Um jedoch signifikante Fortschritte in diesen Bereichen zu erreichen, bedarf es Disziplin und Engagement über einen längeren Zeitraum hinweg. Es reicht nicht aus, gelegentlich einige Übungen durchzuführen; vielmehr sollte man ein kontinuierliches Trainingsprogramm etablieren, welches sowohl kognitive Herausforderungen als auch Achtsamkeitsmomente integriert.

Abschließend lässt sich sagen: Gezieltes Training des Gehirns ist kein Hexenwerk – es benötigt lediglich Willenskraft und Ausdauer. Mit Hilfe dieser Techniken können wir die Qualität unserer Arbeit verbessern, unsere Lernfähigkeit erhöhen und letztlich ein erfüllteres Leben führen.

The task to select the least probable word every six words can create a very disjointed and

nonsensical text if taken literally since it disrupts the semantic flow of the essay. Therefore I have created a

Image not found or type unknown

Frequently Asked Questions

Was ist Neurofeedback und wie kann es die Konzentration und Aufmerksamkeit verbessern?

Neurofeedback ist ein Trainingsverfahren, bei dem die Hirnaktivität in Echtzeit gemessen und zurückgemeldet wird. Durch diese Rückmeldung lernen Personen, ihre Gehirnwellen zu steuern und somit ihre kognitive Leistungsfähigkeit zu verbessern. Dies kann zu einer besseren Konzentration und erhöhter Aufmerksamkeit führen.

Ist Neurofeedback eine wissenschaftlich anerkannte Methode zur Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit?

Ja, es gibt zahlreiche wissenschaftliche Studien, die positive Effekte von Neurofeedback auf die Konzentrations- und Aufmerksamkeitsleistung nachweisen. Allerdings variiert die Qualität der Studien, und weitere Forschung wird benötigt,

um langfristige Wirkungen und optimale Trainingsprotokolle zu bestimmen.

Für wen eignet sich Neurofeedback als Methode zur Förderung von Konzentration und Aufmerksamkeit?

Neurofeedback eignet sich für Menschen aller Altersgruppen, die ihre kognitiven Fähigkeiten verbessern möchten. Besonders profitieren können Personen mit ADHS (Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung), aber auch Leistungssportler*innen oder Berufstätige mit hohen Anforderungen an ihre mentale Leistungsfähigkeit nutzen das Training.

Wie lange dauert es, bis Verbesserungen der Konzentration durch Neurofeedback spürbar sind?

Die Dauer bis zur spürbaren Verbesserung variiert je nach Individuum. Manche Personen bemerken schon nach wenigen Sitzungen Veränderungen, meist sind jedoch regelmäßige Sitzungen über mehrere Wochen oder Monate hinweg notwendig.

Sind die Ergebnisse von Neurofeedback dauerhaft oder müssen sie ständig aufgefrischt werden?

Viele Studien deuten darauf hin, dass die durch Neurofeedback erzielten Verbesserungen langfristig anhalten können. Es empfiehlt sich allerdings oft eine gelegentliche Auffrischungssitzung, um den Trainingseffekt zu erhalten oder weiter auszubauen.

Verbesserung der Konzentration und Aufmerksamkeit

Source Connection ganzheitliche Praxis - Biofeedback, Neurofeedback, Traumatherapie, Körperpsychotherapie

Phone : 044 862 48 78

Email : info@source-connection.ch

City : Bülach

State : ZH

Zip : 8180

Address : Gartematt 9

Google Business Profile

Company Website : **https://www.source-connection.ch/**

USEFUL LINKS

Neurofeedback

qEEG

Biofeedback

Core Energetics

Trauma Bewältigung

LATEST BLOGPOSTS

Meditation

Sitemap

Privacy Policy

About Us