Neurofeedback



Neurofeedback i Tårnby – en ny mulighed for borgerne?

I Tårnby Listen ønsker vi at styrke borgernes mentale sundhed og trivsel. Derfor arbejder vi for, at Neurofeedback bliver et tilbud i vores kommune.

Hvad er Neurofeedback?
Neurofeedback er en ikke-medicinsk træningsmetode, hvor hjernen lærer at regulere sig selv. Det er en internationalt anerkendt metode, som tilbydes i flere danske kommuner på vidt forskellige områder som f.eks. familieafdeling, jobcenter, hjemmetræning m.fl.

Neurofeedback anvendes især som indsats mod ufrivilligt skolefravær og mistrivsel blandt børn og unge. Metoden kan blandt andet mindske stress, angst, uro, samt styrke koncentration og søvn.

Metoden er en ikke-kravstillende indsats, som kan hjælpe et bredt udsnit af befolkningen. De mennesker, der har størst effekt af træningen har typisk symptomer på ADHD, PTSD, OCD og andre psykiske udfordringer, men en diagnose er ikke nødvendig for at opnå effekt af træningen.

Hvorfor i Tårnby?
Mange borgere oplever i dag lange ventetider på udredning og behandling.

Neurofeedback kan være et forebyggende supplement, som giver hurtigere hjælp.

Metoden er skånsom og uden bivirkninger.
Det kan skabe nye muligheder for børn, unge og voksne, der ellers risikerer at falde mellem systemets tilbud.

Vores vision:
Tårnby skal være en kommune, hvor borgerne får adgang til moderne og virksomme tilbud – uden at det altid handler om medicin eller diagnoser.

Med Neurofeedback ønsker vi at tilbyde et redskab, der giver flere mennesker mulighed for at leve et liv med bedre balance, større overskud og mere trivsel.