



Curriculum

Kompaktausbildung zum/r BiofeedbacktherapeutIn/ trainerIn

(Stand: März 2021)

Kontakt:

Sina Kropfreiter

Europäische Biofeedbackakademie
Steglandweg 5
5400 Hallein
ÖSTERREICH

Tel.: +43(0)676/5229714

Fax: +43(0) 6245-70488

E-Mail: bfa@insight.co.at

www.biofeedback-akademie.com

Inhalt

Vorwort	3
Kompaktausbildung Biofeedbacktherapie	4
Intensivwoche: Modulübersicht	6
Detailprogramm Intensivwoche*	7

Vorwort

Die Europäische Biofeedback Akademie (BFA) bietet seit 1995 eine kompakte Ausbildung zum/r Biofeedback-TherapeutIn bzw. -TrainerIn an. Unser Fortbildungsangebot richtet sich an alle Personen, die psychophysiologische Therapie, Training und Forschung in ihre tägliche Arbeit integrieren oder integrieren möchten. Die Ausbildung ist seit 2016 als Universitätslehrgang an der Sigmund Freud Privatuniversität akkreditiert.

Unser Kundenkreis umfasst bisher ExpertInnen aus Medizin, Psychologie, Psychotherapie, Ergotherapie, Pädagogik und mehr, aus verschiedensten Anwenderbereichen (z.B. Allgemeinmedizin, Psychiatrie, Neurologie, Urologie, Anästhesie, Gynäkologie, Pädiatrie, Physikalische Medizin & Rehab, Psychotherapie und viele mehr).

Eindrücke

"...Nach dem Seminar fühle ich mich dazu in der Lage, Erstgespräche mit Patienten durchzuführen, eine aussagekräftige Stressdiagnostik durchzuführen, Sensoren und Software zu bedienen und zu erklären, eigene Sitzungsabläufe zu gestalten und verschiedenste Symptome und Beschwerdebilder erfolgreich zu behandeln. Dazu konnte ich bis heute anhaltende Kontakte und Verbindungen knüpfen..."

Tobias Volland
Absolvent der BFA

Kompaktausbildung Biofeedbacktherapie

Die Kompaktausbildung Biofeedbacktherapie ist modular aufgebaut und besteht aus einer sechstägigen Intensivwoche (Theorieausbildung) inklusive praxisnaher Kleingruppenübungen, fünf Einheiten Supervision, einer Falldokumentation von mindestens zehn selbständig durchgeführten Biofeedback-Sitzungen und einer Abschlussprüfung.

Übersicht des Zeitinvestments

	Einheiten
Theoriefortbildung	48
Literaturstudium	35
Praxis I: Selbständiges Üben von Therapieprotokollen am Biofeedbackgerät	20
Praxis II: Selbstständig durchgeführte Biofeedbacksitzungen	20
Supervision	5
Falldokumentation	20
Abschlussprüfung	2

Aufbau der Intensivwoche

Die gesamte Intensivwoche dauert sechs Tage und ist aufbauend konzipiert. Sie gliedert sich in drei Module:

- Modul B1: Grundlagen der Biofeedbacktherapie (2 Tage)
- Modul B2: Therapie- & Sitzungsgestaltung, Stresstherapie und –diagnostik mit Biofeedback (2 Tage)
- Modul B3: Biofeedback in der Psychosomatik (2 Tage)

Im Rahmen des „Modul B1 - Grundlagen der Biofeedbacktherapie“ erhalten Sie das gesamte Biofeedback -Basiswissen und üben Ableitung und Interpretation aller psychophysiologischen Parameter. Die Bedienung eines Biofeedbackgeräts wird so geübt, dass jede/r TeilnehmerIn nach Abschluss der Seminare fähig ist das Gerät zu bedienen und einzusetzen. Das „Modul B2: Therapie- & Sitzungsgestaltung, Stresstherapie und –diagnostik mit Biofeedback“ und das „Modul B3: Biofeedback in der Psychosomatik“ dienen der Vertiefung in bestimmte Anwendungsbereiche. Sie beinhalten Theorie- und Therapiegrundsätze: indikationsspezifische praktische Anwendung und Aufbau von Biofeedbacksitzungen in der täglichen Praxis.

Die Seminare werden von ReferentInnen geleitet, die im jeweiligen Fachgebiet langjährige praktische und didaktische Erfahrung in Biofeedback-Therapie und Forschung haben. Dies erleichtert den AbsolventInnen den routinierten Einstieg in die Biofeedback –Therapie.

Literaturstudium

Ergänzend zur Theoriefortbildung wird grundlegende und aktuelle vertiefende Literatur empfohlen, welche im begleitenden Selbststudium bearbeitet wird. Die Begleitung erfolgt im Rahmen der Supervision oder per Email-Kontakt. Die Wissensüberprüfung findet im Rahmen der Abschlussprüfung statt.

Abschlussprüfung

In der Abschlussprüfung werden Inhalte der Intensivwoche und des Literaturstudiums überprüft. Die positive Absolvierung der Abschlussprüfung ist Voraussetzung für die Zertifizierung. Die Abschlussprüfung findet außerhalb der Intensivwoche statt. Den Teilnehmern stehen mehrere Termine pro Jahr zur Verfügung.

Praxis I: Selbstständiges Üben von Therapieprotokollen am Bio- & Neurofeedbackgerät

Zur Verfestigung der in der Intensivwoche erlernten praktischen Kenntnisse sollen einige Therapieprotokolle am Bio- & Neurofeedback Gerät geübt werden. Dies festigt den Umgang mit dem Gerät sowie mit der Software und soll die TeilnehmerInnen optimal auf die Therapie mit PatientInnen oder das Training mit KlientInnen vorbereiten.

Praxis II: Selbstständig durchgeführte Bio- & Neurofeedback-Sitzungen

Die erworbenen Kenntnisse der Intensivwoche sollen in zumindest 10 selbstständig durchgeführten Bio- & Neurofeedback-Sitzungen praktisch geübt und vertieft werden. Die Dokumentation erfolgt im Rahmen der Falldokumentation.

Begleitende Supervision

Begleitend zur Praxis I und II ist Supervision zu besuchen, die den selbstständigen praktischen Einstieg in die Biofeedbacktherapie oder in das Biofeedbacktraining erleichtert bzw. die Möglichkeit für einen fortgeschrittenen Austausch in Ihrem jeweiligen Fachgebiet bietet. Für die Zertifizierung sind mindestens fünf Supervisionseinheiten verpflichtend.

Falldokumentation

Die Falldokumentation dient dem Nachweis der Praxiserfahrung und muss mindestens zehn Sitzungen beinhalten, von denen zumindest eine Diagnostik-Sitzung sein muss. Diese Sitzungen,

dessen Interpretation und die daraus abgeleiteten Therapiemaßnahmen sollen ausführlich und nachvollziehbar beschrieben werden.

Zertifizierung zum/r Biofeedback-TherapeutIn bzw. Biofeedback-TrainerIn

Nach Absolvierung der Intensivwoche, dem Literaturstudium, der Abschlussprüfung, der Praxis I und II, der Supervision und der Verfassung der Falldokumentation kann die Zertifizierung eingereicht werden. Dafür wird die Abschlussarbeit sowie die Bestätigung über die Supervisionseinheiten an die BFA übermittelt. Anschließend werden diese von einer Fachperson begutachtet und ein Feedback rückgemeldet. Nach positiver Begutachtung der Abschlussarbeit und Überprüfung der Supervisionsbestätigung wird das Zertifikat ausgestellt.

Zertifikate zur/zum BiofeedbacktherapeutIn werden vergeben, wenn Sie einen therapeutischen Grundberuf in Medizin, Psychologie (klinische/therapeutische Zusatzausbildung), Psychotherapie oder Physiotherapie erlernt haben. BiofeedbacktrainerIn sind jene Seminarabsolventen, die anderen Berufsgruppen angehören.

Intensivwoche: Modulübersicht

Modul B1: Grundlagen der Biofeedbacktherapie

Dieses Einstiegsmodul vermittelt anhand theoretischer und praktischer Inhalte eine ausführliche Grundausbildung. Die KursteilnehmerInnen lernen die relevanten psychophysiologischen Parameter und die Grundlagen der Biofeedbacktherapie kennen. Sie erlernen die Einsatzmöglichkeiten der Methode sowie die Handhabung der verschiedenen Sensoren. Weiteres werden Sie in die Biofeedback-Software eingeführt und erarbeiten eigene Sitzungsprotokolle.

Inhalte:

- Grundlagen von Biofeedback
- Psychophysiologische Parameter und deren Anwendung in der Biofeedbacktherapie: Hautleitwert, Puls, Durchblutung, Hauttemperatur, EMG, Atem, EEG
- Technische Grundlagen der Biofeedbackgeräte und der dazugehörigen Software
- Praxisorientierte Gruppenarbeiten mit dem Biofeedbackgerät

Modul B2: Therapie- & Sitzungsgestaltung, Stresstherapie und –diagnostik mit Biofeedback

In diesem Modul wird praxisnah ein fundiertes psychophysiologisches Wissen erarbeitet um die Parameter in Reaktion auf Stressoren richtig interpretieren zu können. Auf Basis der im Seminar erworbenen Kenntnisse sind die TeilnehmerInnen imstande psychophysiologische

Stressdiagnostik durchzuführen, die Daten zu interpretieren, und darauf aufbauend ein individuelles Behandlungsprogramm (Diagnostiksituation bis Abschlussituation) zu entwickeln. Einzelne Sitzungen können mithilfe von Therapiebibliotheken oder manueller Einstellungen abwechslungsreich gestaltet werden.

Inhalte:

- Grundlagen der Stresstheorie – akuter vs. chronischer Stress
- Vegetative Reagibilität physiologischer Parameter
- Vegetative Reaktionsbereitschaft und deren Auswirkung auf die Therapie
- Psychophysiologische Stressdiagnostik – Aufzeichnung und Interpretation
- Therapieplanung bei unterschiedlichen Indikationen
- Gestaltung einzelner Sitzungen
- Praxisorientierte Gruppenarbeiten mit dem Biofeedbackgerät

Modul B3: Biofeedback in der Psychosomatik

Die Modul B3 baut auf dem Grundlagenwissen über Geräte und Methode aus den Modulen B1 und B2 auf und dient der Vertiefung. Es beinhaltet Theorie- und Therapiegrundsätze, indikationsspezifische praktische Anwendung und den Aufbau von Biofeedbacksitzungen in der täglichen Praxis. Durch Fallbeispiele, Übungen am Biofeedbackgerät und praxisnahen Rollenspielen wird sowohl praktische Kompetenz für den Umgang mit Patienten erworben sowie die Interpretation von psychophysiologischen Parametern unter fachlicher Anleitung geübt.

Biofeedbacktherapie bei Kopf- und Rückenschmerzen

Praktisches Vorgehen in der Biofeedback-Behandlung der Indikationen Migräne, Spannungskopfschmerz, chronischer Rückenschmerz, Torticollis spasmodicus und Bruxismus.

HRV-Biofeedback und die Behandlung von psychosomatischen Störungen

Es werden mögliche Einsatzgebiete von Biofeedback zur Unterstützung bei der Behandlung von Essentieller Hypertonie, Tinnitus, Schmerzstörungen, Burnout und Angststörungen sowie anderen psychosomatischen Störungen vorgestellt. Inhaltlichen Schwerpunkt bildet das HRV-Biofeedback zur Erhöhung der Herzratenvariabilität und biofeedbackgestütztes Entspannungstraining.

Detailprogramm Intensivwoche*

*Änderungen und Abweichungen vorbehalten

Programm: Modul B1 – Einführung in die Biofeedbacktherapie - Tag 1 (Montag):

14.00-16.00 Uhr: Grundlagen Biofeedback:

- Das Biofeedback-Prinzip, Biofeedback – Komponenten, Wirkungsweise von Biofeedback
- Historischer Überblick & Evidenz
- Hardware, Sensoren & Software

16.00– 16.30 Uhr: Pause

16.30-18.30 Uhr: Parameter PULS

- Messtechnik, Physiologie und Psychophysiologie
- Kennwerte der Pulsplethysmografie (Pulskurve, Pulsfrequenz, Pulsamplitude)
- Wirkmechanismus des Pulsfeedbacktrainings
- Therapeutische Ziele des Pulsfeedbacktrainings
- Anwendungsmöglichkeiten des Pulsfeedbacks
- Übungen Pulsfeedback

18.30 – 19.00 Uhr: Pause

19.00 - 21.00 Uhr: Parameter HAUTLEITWERT

- Messtechnik, Physiologie und Psychophysiologie
- Kennwerte des Hautleitwert
- Wirkmechanismus des Hautleitwertstrainings
- Therapeutische Ziele des Hautleitwertstrainings
- Anwendungsmöglichkeiten des Hautleitwertfeedbacks
- Übungen Hautleitwert

Programm: Modul B1– Einführung in die Biofeedbacktherapie - Tag 2 (Dienstag):

09.00 – 10.30 Uhr: Parameter Temperatur

- Messtechnik, Physiologie und Psychophysiologie
- Kennwerte der Temperatur
- Wirkmechanismus des Temperaturfeedbacks
- Therapeutische Ziele des Temperaturfeedbacks
- Anwendungsmöglichkeiten des Temperaturfeedbacks
- Übungen Temperatur

10.30 – 11.00 Uhr: Pause

11.00 – 12.30 Uhr: Parameter Muskelentspannung

- Messtechnik, Physiologie und Psychophysiologie
- Kennwerte der Muskelspannung
- Wirkmechanismus des EMG-Feedbacks
- Therapeutische Ziele des EMG-Feedbacks
- Anwendungsmöglichkeiten des EMG-Feedbacks

- Übungen Muskelspannung (EMG)

12.30 – 14.00 Uhr: Pause

14.00-17.00 Uhr: Parameter Atmung

- Messtechnik, Physiologie und Psychophysiologie
- Kennwerte der Atmung
- Wirkmechanismus des Atemfeedbacks
- Therapeutische Ziele des Atemfeedbacks
- Anwendungsmöglichkeiten des Atemfeedbacks
- Übungen Atmung

Modul B2 – Therapie- & Sitzungsgestaltung - Tag 1 (Mittwoch):

09.00 – 10.30 Uhr: Aufbau eines Biofeedbacktrainings

- Diagnostik & Implikationen für das Training
- Planung der Therapieeinheiten bei verschiedenen Indikationen

10.30 – 11.00 Uhr: Pause

11.00 – 12.30 Uhr: Übung Interpretation psychophysiologischer Stressprofile und Therapieplanung

- Angeleitete Übung in Kleingruppen mit Ergebnispräsentation

12.30 – 14.00 Uhr: Pause

14.00-17.00 Uhr: Hinweise zu einzelnen Therapieeinheiten

- Hinweise zur 1. Therapiesitzung
- Hinweise zur 2. Therapiesitzung
- Hinweise zur 3. Therapiesitzung
- Hinweise zur 4. Therapiesitzung
- Hinweise zur 5. Therapiesitzung
- Hinweise zur 6.+ 7. Therapiesitzung
- Hinweise zur letzten Therapiesitzung & Hinweise zu Follow-up Sitzungen

Programm: Modul B2 – Stressdiagnostik und -therapie mit Biofeedback (Donnerstag):

09.00 – 10.30 Uhr: Stressdiagnostik

- Wie reagiert der Mensch körperlich auf Belastungen?
- Autonome unspezifische Stressreaktion
- Psychophysiologische Stressdiagnostik

10.30 – 11.00 Uhr: Pause

11.00 – 12.30 Uhr: Theorie Stressdiagnostik & Interpretation

- Anamnesegespräch (Ressourcen & Zielformulierung)
- Information über Biofeedback und Anlegen der Sensoren
- Demonstration (SCL, Muskelspannung)
- Aufklärung über Profilverlauf
- Anleitung der einzelnen Phasen
- Phasenkennzeichnung durch Marker setzen
- Beobachtung/Aufzeichnung des Verhaltens
- Reflexion

12.30 – 14.00 Uhr: Pause

14.00 - 17.00 Uhr: Übung Stressdiagnostik & Interpretation

- Umsetzung der Theorie in Kleingruppenübungen
- Gemeinsame Interpretation der erarbeiteten Stressprofile und gemeinsame Interpretation

Programm: Modul B3 – Biofeedbackbehandlung von Kopf- und Rückenschmerzen (Freitag):

09.00 – 10.30 Uhr: Einführung

- Modelle chronischer Schmerzen, Definitionen

10.30 – 10.45 Uhr: Pause

10.45 – 11.30 Uhr: Migräne

- Klinisches Bild, Ätiologie, Pathogenese, Typologie, Psychophysiologische Therapiegrundlagen und Parameter, Sitzungsplanung und Durchführung, Elektrodenplatzierung
- Biofeedbacktherapie bei Migräne: Praktische Übungen in Kleingruppen

11.30 – 12.30 Uhr: Pause

12.30 – 14.00 Uhr: Spannungskopfschmerz

- Klinisches Bild, Ätiologie, Pathogenese, Typologie, Psychophysiologische Therapiegrundlagen und Parameter, Sitzungsplanung und Durchführung, Elektrodenplatzierung
- Biofeedbacktherapie bei Spannungskopfschmerz: Praktische Übungen in Kleingruppen

14.00 – 14.15 Uhr: Pause

14.15 – 15.45 Uhr: Rückenschmerz

- Klinisches Bild, Ätiologie, Pathogenese, Typologie, Psychophysiologische Therapiegrundlagen und Parameter, Sitzungsplanung und Durchführung, Elektrodenplatzierung

- Biofeedbacktherapie bei Rückenschmerz: Praktische Übungen in Kleingruppen

15.45 – 16.00 Uhr: Pause

16.00 – 17.00 Uhr: Torticollis spasmodicus, Bruxismus

- Klinisches Bild, Ätiologie, Pathogenese, Typologie, Psychophysiologische Therapiegrundlagen und Parameter, Sitzungsplanung und Durchführung, Elektrodenplatzierung
- Biofeedbacktherapie bei Torticollis spasmodicus und Bruxismus: Praktische Übungen in Kleingruppen

Programm: Modul B3 – HRV-Biofeedback und Behandlung psychosomatischer Beschwerden (Samstag):

09.00 – 10.30 Uhr: Herzratenvariabilität (HRV)

- Grundlagen der HRV
- HRV und Depression
- Praktische Übung am Biofeedbackgerät
- Präsentation von Gruppenbiofeedback am Best Practice Beispielen

10.30 – 11.00 Uhr: Pause

11.00 – 12.30 Uhr: Tinnitus

- Grundlagen Tinnitus
- Einsatzmöglichkeiten von Biofeedback
- Praktische Übung am Biofeedbackgerät

12.30 – 14.00 Uhr: Pause

14.00 – 17.00 Uhr: Angststörungen

- Grundlagen Angststörungen
- Einsatzmöglichkeiten von Biofeedback
- Praktische Übung am Biofeedbackgerät