

영재 만드는 뉴로피드백

뇌 훈련과 뇌 학습법!

Panaxtos 통합 뇌 센터에서 개발한 단계별 뉴로피드백 훈련 프로그램은 체계적이고 과학적인 뇌 훈련으로 뇌를 활성화시켜 두뇌 기능을 놀라울 정도로 증진 시킵니다.

뉴로하모니 S 를 사용하는 뉴로피드백 훈련은 뇌 신경망을 발달시켜 뇌기능을 조화롭게 하여 전체적인 균형과 건강을 증진 시키는 **최적 수행 (Optimal Performance)** 훈련과 **최대 성취 (Peak Achievement)** 훈련의 두 가지 기법을 모두 사용하여 영재성 개발, IQ 향상, 기억력 과 집중력 개선, 치매 예방 및 개선, 우울증 및 불면증 개선, 게임 중독증 개선, 학습능력 향상 등 놀라운 효과를 경험하게 됩니다.



(주) 파낙토스는 한국 내 최초 뉴로피드백 전문 뇌 기업으로 세계 최초 휴대용 뉴로피드백 시스템 뉴로하모니를 개발하였고, 17년간 뉴로피드백 뇌 훈련 상담과 뇌 학습 클래스를 운영해 오고 있습니다.

1. 뉴로피드백 훈련이란

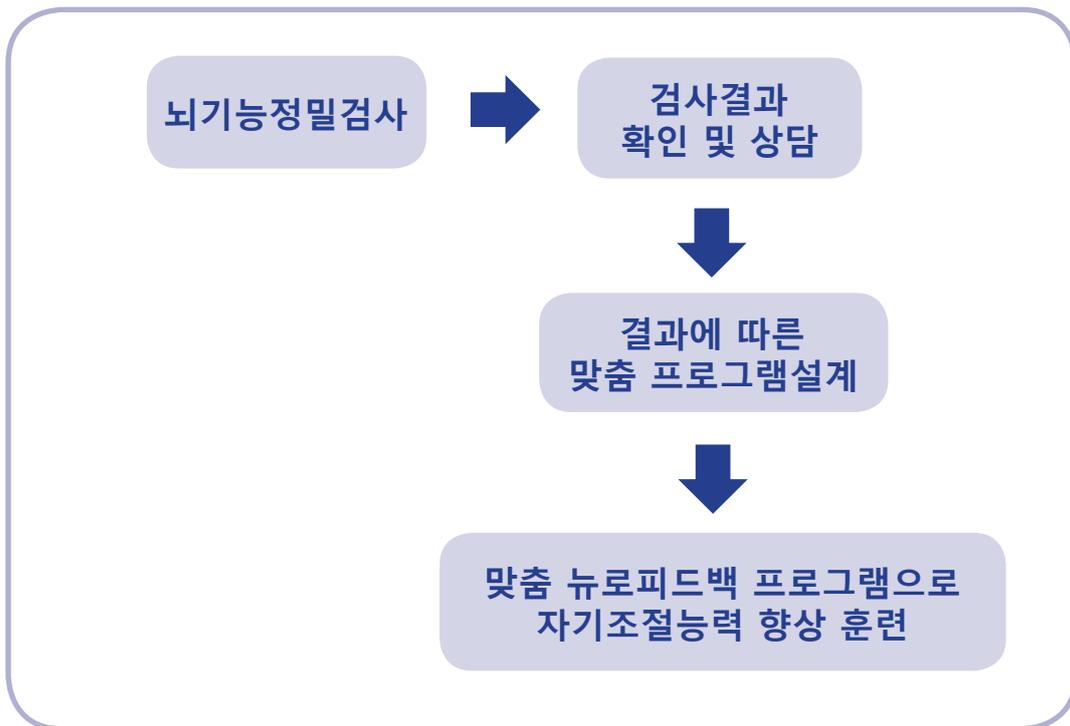
Neurobiofeedback is a type of biofeedback that uses real-time displays of brain activity—most commonly electroencephalography (EEG)—to teach self-regulation of brain function.

뉴로 피드백은 원래 ADHD, 발달 장애, 불면증 개선 등의 치료 목적으로 개발되어 지금도 병원에서 사용되고 있는 기술입니다.

현재는 훈련을 통한 학습 능력 향상 효과가 입증 되어 학습 용으로 많이 사용되고 있습니다.

뉴로피드백은 뇌의 특정 부위에 뇌파 신호를 주고 받아 활성화, 최적화 시키는 원리로 먼저 뇌 정밀 검사를 통해 정확히 진단 후, 필요 부위에 훈련을 진행합니다.

즉 뇌파 신호를 이용한 뇌 기능 향상 훈련으로 부작용이 없는 과학적 훈련이며 효과는 한시적이 아니고 거의 영구적입니다.



뉴로피드백 훈련은 컴퓨터 게임을 통해 아이들이 쉽고 재미 있게 훈련을 할 수 있게 프로그램 되어 있습니다.

2. 훈련 기간

훈련기간

최소 **3개월**이면 효과가 나타나기 시작하며, 기본적으로 **6개월**, 일반적으로 **1년** 뇌파 변화 상태에 따라 연장

훈련시간

최소 **15분**, 길게는 **1시간 30분**
한 번에 길게 하는 것이 효과적

3. 훈련 순서

1. 뇌체조 (약 10 분 ~ 20분)
2. 호흡 훈련 (약 5분 ~ 10분)
3. 튼튼 뇌훈련 (20분 ~ 50분)

4. 훈련 대상

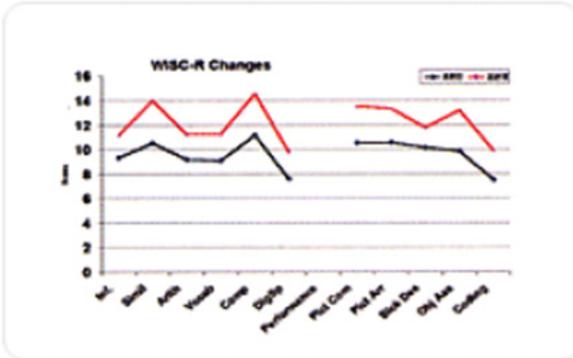
뉴로피드백 훈련은 평균 이상의 좋은 뇌파를 소유한 사람들에게 향상효과가 훨씬 빠르게 나타나며 그 결과는 지속적 입니다. 하지만 아래와 같은 사람들은 뉴로피드백 훈련이 꼭 필요한 대상자들 입니다.

어떤 사람에게 뇌훈련이 필요한가요?

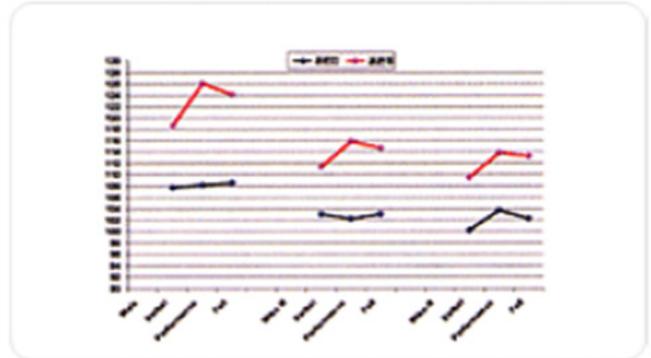
- 게임중독이나 알콜중독을 약물없이 뇌기능 개선
- 학습장애 (ADD), 과잉행동장애 (ADHD), 틱장애, 기억력 감퇴
- 뇌노화의 원인으로 치매를 염려하는 분
- 우울증, 과도한 긴장이있는 분
- 불면증으로 약물도움을 받고있는 분
- 산만하여 책을 읽을 수 없는 분
- 감정기복이 심하고 자기조절이 되지 않는 분
- 아는 것을 조리있게 표현하기 어려운 분
- 눈을 감아도 머리가 복잡하여 편안하지 않은 분
- 심리적 불안 증상을 보이는 분
- 스트레스를 심하게 받아 힘들어 하는 분

5. 뇌 훈련 효과에 대한 연구 결과

주의집중력 향상으로 학습장애아를 우등생으로



Tansey M. (1991)
Australian Journal of Psychology vol. 43
IQ 15점 향상

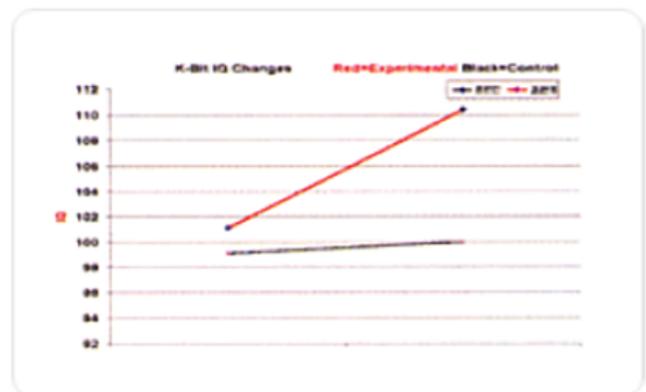


캐나다 토론토 ADD 센터 톰슨 박사
IQ 12점 향상 및 학습장애 치료

- 테네시 대학교 심리학과 조엘 루바 (Joel Lubar) 교수
- 뉴욕 엔디코드빈센트 모나스트라 (Vincent Monastra) 심리학 박사
- 캐나다 토론토 ADD 센터 마이클 톰슨 (Michael Thompson) 박사와 린다 톰슨 (Lynda Thompson) 박사
- 시카고 뉴비전학교 밥 드보아 (Bob DeBoer) 교수
- 남가주대학교 아드레인 레인 (Adrain Raine) 교수

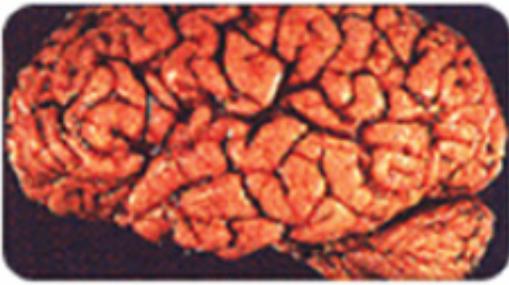
IQ를 최고 20점 향상

- 테네시 대학의 조엘 루바 교수는 평균 10점에서 15점 가량 향상
- 오쓰머 (Siegfried Othmer) 박사와 막스 (Clifford Marks) 박사는 평균 23점 향상
- 뉴로하모니로 5세에서 7세 아동들의 IQ가 3개월 만에 평균 10점 향상



오쓰머 (Siegfried Othmer) 박사와
막스 (Clifford Marks) 박사는 **평균 23점 향상**

알코올중독과 마약중독 등 중독성 정신질환을 정상적인 두뇌로



정상인 뇌

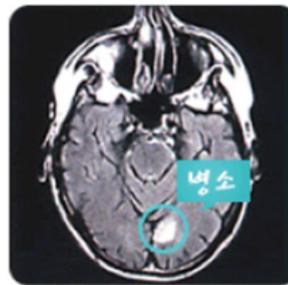


치매환자의 뇌

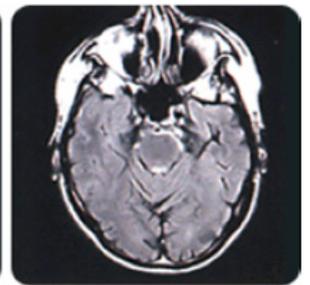
- Southern Colorado 대학교의 페니스톤 (Eugene Peniston) 박사와 쿨코스키 (Paul J. Kulkosky) 박사 알코올중독자와 마약중독자 치료
- Life Sciences Institute of Mind Body Health의 팰리온 (Steve Falrion) 박사 캔사스주립교도소에 수감된 알코올 중독자를 치료
- 로저 워홀츠 (Roger Werholtz)는 국립치료감호소의 109명을 치료
- 뉴욕 맨하탄의 정신과의사 쿤 (Daniel Kuhn) 박사는 인지장애 치료
- 아담 크레인 (Adam Crane) 박사 악성 만성 습관을 교정
- University of North Texas의 데이비스 (E. B. Davis) 교수는 소년 범죄자들의 정신훈련
- Montana주 Missoula의 주정부판사인 존 라슨 (John Larsen)은 소년원의 정신훈련

간질, 자폐증, 우울증, 불안, 스트레스, 치매, 만성두통, 수면장애 등 치료

- UCLA의 배리 스테먼 교수는 37명의 간질환자를 1년 만에 치료
- Hollywood Presbyterian Hospital에서 간질환자 치료 용으로 사용
- 로버트 레이놀드 (Robert Reynolds) 심리학 박사 간질환자를 치료
- Ontario Correctional Institute의 퀵 (Douglas A. Quirk) 박사도 간질환자 치료
- 로스만 (Steve Rothman) 박사 자폐증과 알코올 중독증 치료
- 정신과 의사 알란 쿡 (J. Alan Cook) 박사는 우울증 환자 치료
- 프린스턴 대학교의 웨버 (Paul Webber) 박사는 고통, 불안, 스트레스, 불면 치료에 사용
- Biocybernaut Institute의 하트 (Jim Hardt) 박사는 스트레스 치료
- 노스웨스턴 대학교의 로젠펠드 (J. Peter Rosenfeld) 교수는 우울증 치료에 적용
- 워싱턴 대학교의 토마스 버진스키 (Thomas Budzynski) 교수는 노인들의 기억력 향상



간질환자(치료전)



간질환자(치료후)

명상, 잠재의식 강화, 각성, 삼매 등의 정신적 깨달음



그린 (Elmer Green) 박사 명상실험

- 그린 (Elmer Green) 박사 명상과 전생체험 등 성공
- 뉴욕주립대의 페미 (Lester Fehmi) 박사는 Open Focus 라는 명상 기법 개발
- 빌 스콧 (Bill Scott)은 잠재의식을 깨워 마음의 상처나 기억을 치유

운동선수, 예술가, 경영자 등의 능력향상 (Peak Achievement)

- 커네티컷의 하트학교 (Hartt School)의 태턴바움 (Rae Tettenbaum) 교수는 사진작가, 운동선수, 배우, 스피드 스케이터, 체조선수, 오페라 성악가 등의 능력 향상에 성공
- 캐나다 토론토 York 대학교 체육학과 비타 윌슨 (Vieta Sue Wilson) 교수는 양궁선수, 농구, 육상, 레슬링, 사격, 기타 운동선수들의 불안감 해소를 통한 경기력 향상에 성공
- EEG Spectrum 뉴로요법사 스콧 (Bill Scott) 은 프로 골퍼 훈련 및 CEO들의 스트레스 관리
- UCLA 스테먼 박사는 공군조종사의 정신집중 훈련
- NASA 포프 (Alan T. Pope) 박사는 우주선 조종사 집중력 향상