

# Primjena neurofeedbacka u tretmanu emocionalne disregulacije, impulzivnosti i burnih emocionalnih reakcija

Kristina Živković, mag.psych.  
MANAS, obrt za savjetovanje, poduku i usluge  
info@manasmind.hr

## Sažetak:

Neurofeedback je terapijska metoda bazirana na praćenju električne aktivnosti mozga (EEG-a) i davanju povratne informacije o toj aktivnosti na perceptivno prepoznatljiv način (zvuk, slika, animacija, taktilni feedback). Cilj metode je utjecati na unutarnje regulatorne mreže mozga, postupnim procesom učenja. Jedno od područja primjene ove računalno potpomognute metode, upravo je regulacija emocija i reakcija. Prikazom slučaja iz savjetodavne prakse, opisana je primjena neurofeedbacka u tretmanu emocionalne disregulacije, impulzivnosti i burnih emocionalnih reakcija.

Ključne riječi: neurofeedback, emocionalna regulacija, burne emocionalne reakcije, impulzivnost

## Prikaz iz prakse:

Dječak u dobi od 10 godina, visoko iznadprosječnih sposobnosti, s poremećajem pažnje i koncentracije te nedruštvenošću kao poremećajem ponašanja, nakon inicijalnog je razgovora uključen u savjetodavni tretman uz primjenu neurofeedbacka.

## INICIJALNA PROCJENA

Procjenom općeg funkcioniranja, ometajućim simptomima i stanjima, koji su intenzitetom ili učestalošću u većoj mjeri ometali dječakovo funkcioniranje, pokazale su se impulzivnost, burne emocionalne reakcije, opozicionalno ponašanje, distraktibilnost pažnje, otežano praćenje upute, nagle promjene raspoloženja te negativne misli. Dječakovo spavanje majka opisuje kao nemirno, uz prisutan bruksizam te povremene noćne more. Primjena testa kontinuirane izvedbe (QIK-test) pokazuje teškoće održavanja pažnje i kontrole reakcija u situacijama manjeg interesa te situacijama izvođenja pod „pritiskom“ (vremenska ograničenost testa).



Podaci o dječakovom funkcioniranju, te roditeljska procjena ometajućih stanja, smjernice su za razumijevanje disregulacije moždane aktivnosti.

Neurofeedback tretman bio je usmjeren na prvotno postizanje fizičkog smirivanja napetosti, povećanje svijesti o tijelu i tijela u prostoru i olakšano usnivanje. Potom su u tretman uključene i frontalne pozicije, povezane s emocionalnom reaktivnošću i opozicionalnim ponašanjem.

## TIJEK TRETMANA

S ciljem regulacije pobuđenosti, početna pozicija tretmana bila je T4-P4. Na poziciji je napravljeno 15 tretmana. Posljednjih 5 tretmana, uz početnu je poziciju uključena i frontalna pozicija T4-Fp2. Dječak je tijekom tri mjeseca završio ciklus od 20 pojedinačnih neurofeedback tretmana, u trajanju od 20 do 40 min.

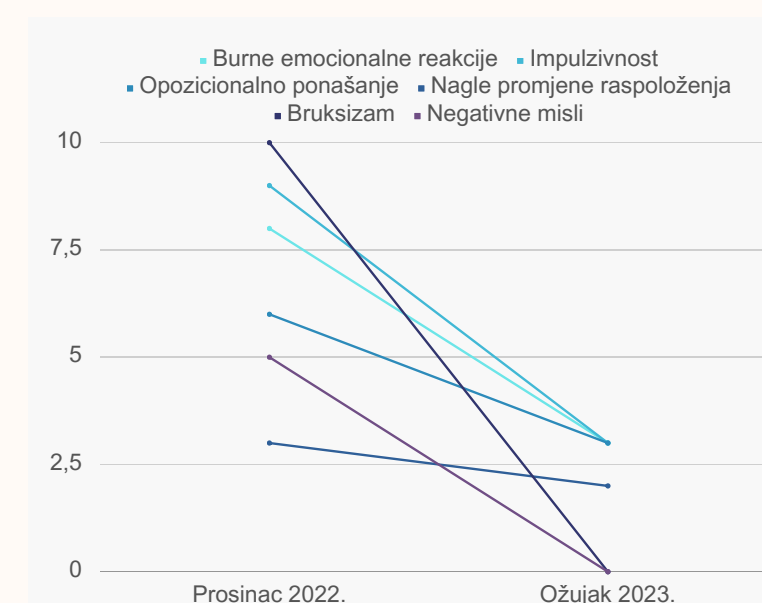
Tijekom tretmana, od velike je važnosti bila suradnja i povratna informacija roditelja, obitelji i škole, kao i praćenje promjena tijekom i nakon tretmana- spavanje, raspoloženje, opće funkcioniranje. Nakon početnih tretmana i traženja odgovarajuće trening frekvencije, postupni pomaci u vidu lakšeg usnivanja, veće socijalne otvorenosti i uspješne kontrole reakcije tijekom situacije u razredu, pozitivne povratne informacije iz škole.

## ZAVRŠNA PROCJENA

Nakon završenog ciklusa, ponovljena je procjena stanja. Kako je vidljivo iz grafičkog prikaza, bruksizam i negativne misli potpuno izostaju, dok su burne emocionalne reakcije i impulzivnost po završetku tretmana procijenjene s 3 (početna procjena bila je 8 i 9).

## NAKON TRETMANA

Tri mjeseca nakon tretmana, pozitivne promjene u ponašanju vidljive su u školi te odnosu s vršnjacima. Majka primjećuje veću povezanost dječaka s članovima obitelji, izraženiju empatiju i te samoinicijativno sudjelovanje u obiteljskim aktivnostima.



Grafički prikaz procjene simptoma na početku i na kraju neurofeedback ciklusa

Emocionalne reakcije primjerenijeg su intenziteta i trajanja, učestalost burnih reakcija znatno niža. Dječak uspješnije prihvaća dogovore, prkos i protivljenje osjetno manje prisutni u ponašanju.

## ZAKLJUČNO

Kroz savjetodavni rad s obiteljima djece s teškoćama u razvoju, kao i djece urednog razvoja s izazovima emocionalne regulacije, primjena neurofeedbacka pokazala se izrazito korisnom. Iako je podučavanje socio-emocionalnim vještinama, kao i psihoedukacija roditelja, od velike važnosti, neurofeedback uvelike pridonosi emocionalnoj regulaciji te smanjenju ometajućih simptoma.

