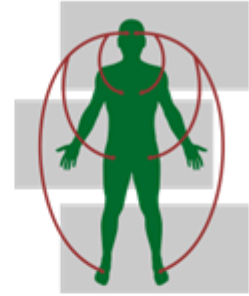


# DEUTSCHE GESELLSCHAFT FÜR BIOFEEDBACK e.V.



11.07.2024

## **Innovative Therapieform für zahlreiche „Volksleiden“: Biofeedback für die Zukunft - von der Evidenz bis zur praktischen Anwendung**

**Die 23. Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Biofeedback (DGBfb e.V.) am 27. und 28.09. in Hamburg / Umfassendes Programm mit wissenschaftlichen Vorträgen und Workshops / Erstmals auch Info-Veranstaltung für Medienvertreter und Fachpublikum am 27.09.**

Wer hat davon noch nicht geträumt: Fliegen, rein mit der Kraft der eigenen Gedanken; technische Geräte steuern, Games spielen oder Videos starten, ohne dabei auch nur einen Finger zu rühren. Was klingt wie Zukunftsvisionen der Entertainmentbranche, hat einen sehr realen therapeutischen Hintergrund: Biofeedback und Neurofeedback heißen zwei innovative Therapieformen, bei denen Signale aus Gehirn und Körper gemessen und in Echtzeit visualisiert werden können, beispielsweise auf einem Bildschirm. Das Prinzip: Durch das „Feedback“, also das Sichtbarmachen dieser eigentlich unsichtbaren Vorgänge, lernen Patienten, wichtige körpereigene Prozesse nachzuvollziehen und aktiv zu beeinflussen. Ob typische Volkskrankheiten wie Schmerzsyndrome, Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems, psychische und psychosomatische Beschwerden oder ADHS - das Spektrum der Einsatzmöglichkeiten der Methode ist breit. Und die Visualisierung endet längst nicht mehr bei Linien, Balken und Diagrammen auf dem Bildschirm: Möglich ist alles, was die Technik hergibt, vom Flugsimulator bis hin zu 3D-Games - die Steuerung der körpereigenen Prozesse findet ihre Entsprechung in der Steuerung auf dem Screen.

Am 27. und 28. September trifft sich die Deutsche Gesellschaft für Biofeedback in Hamburg zu ihrer 23. Jahrestagung, um den aktuellen Stand zu diskutieren und Entwicklungen zu beleuchten. „Biofeedback für die Zukunft - von der Evidenz bis zur praktischen Anwendung“ lautet die Überschrift der diesjährigen Tagung, und zwischen Evidenz und praktischer Anwendung gibt es Vieles zu berichten.

*„Biofeedback ist eine evidenzbasierte und nicht-invasive therapeutische Methode, die sich in der Behandlung verschiedener körperlicher und psychischer Störungen bereits seit vielen Jahren bewährt hat“*, so **Prof. Dr. Jennifer Schmidt**, Professorin für Gesundheitspsychologie und Forschungsmethoden an der FH Münster und Vizepräsidentin der DGBfb.

[www.dgbfb.de](http://www.dgbfb.de)

### **Sekretariat:**

Monika König  
Petra Dumat  
Rosenstr. 6a  
83229 Aschau  
Tel.: (49) 8052-6779425-0  
Fax: (49) 8052-6779425-9  
sekretariat@dgbfb.de

### **Präsident:**

Dr. Axel Kowalski  
Neurofit GmbH  
Therapie- und Trainings-  
Akademie  
Heinrich-Horten-Str. 35  
47906 Kempen  
Tel.: (49) 2152-8096642  
praesident@dgbfb.de

### **Vizepräsident:**

Prof. Dr. Jennifer Schmidt  
FH Münster  
University of Applied Sciences  
Johann-Krane-Weg 21  
48149 Münster  
Tel.: (49) 251-8365902  
vizepraesident@dgbfb.de

### **Generalsekretär:**

Martin Boncek  
FA für Psychosomat. Med.  
und Psychotherapie  
Kaiserstraße 15  
58840 Plettenberg  
Tel.: (49) 2391-149889  
generalsekretaer@dgbfb.de

### **Schatzmeisterin:**

Mechthild Stephan  
Privatärztliche Praxis  
Marktstraße 9  
76870 Kandel  
Tel.: (49) 7275-9898936  
schatzmeister@dgbfb.de

*“Dazu gehört zum Beispiel die nicht-medikamentöse Behandlung von ADHS. Für viele Betroffene, gerade Kinder und Jugendliche, ist mit gehirnbasiertem Neurofeedback eine effektive Symptomlinderung ohne Medikamente möglich. Auch bei Migräne, Spannungskopfschmerz und vielen funktionelle Störungen sind die Effekte evidenzbasiert, daher ist Biofeedback auch Bestandteil der Behandlungsleitlinien. In den letzten Jahren ist vor allem die Behandlung psychischer Störungen und die Förderung der psychischen Gesundheit durch Biofeedback vermehrt in den Fokus gerückt.“*

**Dr. Axel Kowalski**, Diplom-Psychologe, Bio- und Neurofeedback-Therapeut und Präsident der DGBfb: *„Bio- und Neurofeedback sind längst nicht mehr nur Spezialdisziplinen im Bereich der Psychologie oder alternativer medizinischer Behandlungsformen. Die Einsatzmöglichkeiten werden immer breiter, beispielsweise durch den Einsatz in der Verhaltenstherapie, in Ergotherapiepraxen oder in der betrieblichen Gesundheitsvorsorge. Durch die rasante technische Entwicklung sind zudem immer bessere Wearables verfügbar, die bei entsprechender fachlicher Begleitung auch ein qualifiziertes Heimtraining möglich machen. Was wiederum neue Möglichkeiten bietet: Für junge Menschen, die vielleicht weniger gern zur klassischen Therapie kommen wollen - oder ältere Personen, deren Mobilität eingeschränkt ist. ‘Games zocken’ in der ADHS-Therapie, und dem eigenen Gehirn damit deutlich machen, dass sich der PC auch für sinnvolle Dinge einsetzen lässt. Das hat für einige Menschen sicher etwas Verlockendes - genauso wie für andere der virtuelle Waldspaziergang per VR-Brille, bequem vom eigenen Sofa aus. Über den rein therapeutischen Ansatz hinaus sind Bio- und Neurofeedback mittlerweile aber auch wichtige Werkzeuge in ganz anderen Bereichen des Lebens, etwa im Business-Coaching und, ganz besonders, für zahlreiche Athleten und Verbände im Spitzensport.“*

Die diesjährige Tagung der DGBfb bietet einen wissenschaftlichen Teil, Workshops sowie eine Poster-Ausstellung. Zudem findet am 27. September von 9:30 Uhr bis 10:30 Uhr erstmals auch eine allgemeine Info-Veranstaltung zu den Themen Bio- und Neurofeedback statt, die sich insbesondere an interessierte Therapeut\*innen, Ärzt\*innen, Coaches und Journalist\*innen richtet. Im Rahmen dieser Veranstaltung besteht die Möglichkeit, verschiedene Systeme in Augenschein zu nehmen sowie mit Experten und auch Anbietern von Biofeedback-Technologie ins Gespräch zu kommen. Der Besuch der Info-Veranstaltung ist kostenfrei, eine Anmeldung per E-Mail an die DGBfb aus Platzgründen aber erforderlich.

**Programm und weitere Informationen unter:**

<https://dgbfb.de/die-dgbfb/jahrestagungen/>

### **Über Bio- und Neurofeedback**

Bio- und Neurofeedback sind innovative, auf empirischer Wissenschaft beruhende Therapiemethoden. Mittels Messung und visueller oder akustischer Rückmeldung werden Vorgänge innerhalb des Körpers (Biofeedback) bzw. des Gehirns (Neurofeedback) in Echtzeit sichtbar gemacht, so dass Patient\*innen lernen können, ebendiese Vorgänge aktiv zu steuern. Die Wirksamkeit der Methoden ist mittlerweile in vielfältigen Einsatzgebieten belegt, etwa in der Behandlung von Schmerzsyndromen, Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems, psychischen und psychosomatischen Beschwerden oder ADHS; die Methoden werden zudem erfolgreich in Bereichen wie Coaching oder Peak-Performance-Training angewendet.

### **Über die DGBfb**

Die Deutsche Gesellschaft für Biofeedback (DGBfb e.V.) ist die einzige unabhängige Fachgesellschaft für die Methode des Bio- und Neurofeedbacks in Deutschland. Sie versteht sich als gemeinnütziger, wissenschaftlich orientierter und multiprofessioneller Mittler zwischen universitärer Forschung und therapeutischer Praxis in einem stark an Bedeutung gewinnenden Fachgebiet. Derzeit sind etwa 600 Mitglieder in der Gesellschaft organisiert, insbesondere aus den Bereichen Psychologie, Psychotherapie, Medizin und weiteren Gesundheitsberufen.