

## **Unsere 24. Jahrestagung in Fulda - zwei Tage voller Impulse, lebendiger Diskussionen und wertvoller Begegnungen.**

Schon die Eröffnungsvorträge machten deutlich, wie vielfältig und dynamisch sich Biofeedback und Neurofeedback entwickeln. Prof. Gudrun Goßrau zeigte anhand ihrer Forschungsergebnisse, wie Kopfschmerzen bei Kindern und Jugendlichen zunehmen und wie sehr Biofeedback, Entspannung und kreative Therapieansätze die Lebensqualität verbessern können. Informativ war die Präsentation von Katrin Rieger und Dr. Andy Schumann aus Jena: Sie belegten, dass HRV-Biofeedback nicht nur die Herzratenvariabilität steigert, sondern auch unsere Fähigkeit stärkt, innere Körpersignale wahrzunehmen, ein echter Brückenschlag zwischen Körper und Psyche. Dr. Beatrix Barth führte in die aktuellen Entwicklungen des fNIRS-Neurofeedbacks ein und machte deutlich, wie wichtig Motivation, Flow und eine saubere Methodik für valide Ergebnisse sind und wie Zukunftsvisionen wie Neurostimulation die Forschung weiter vorantreiben können.

Der zweite Tag knüpfte nahtlos an: Dr. Silvia Noetzel berichtete über 24-Stunden -2 Kanal-EDA-Messungen, die seit vielen Jahren tiefe Einblicke in Stress, Schlaf und Fatigue eröffnen. Dr. Axel Kowalski zeigte anhand eines eindrucklichen Fallbeispiels, wie Neurofeedback Patientinnen und Patienten mit Traumafolgestörungen Stabilität zurückgeben kann. Ein Highlight für alle, die sich für Prävention interessieren, war der Vortrag von Prof. Thomas Mengden: Schon kurzes, langsames Atmen senkt messbar den Blutdruck und moderne Sensorik macht diese Effekte sichtbar. Ergänzt wurde das Programm durch ein Poster von Markus Stefka zur Hemoenzephalographie, das aufzeigte, wie vielseitig Biofeedback bei ADHS, Migräne und Depression eingesetzt werden kann.

Doch unsere Tagung war weit mehr als Wissenschaft: Workshops, Mitgliederversammlung, der Gesellschaftsabend und die offene, herzliche Atmosphäre in Fulda machten den Austausch zu einem besonderen Erlebnis. Alte Bekannte trafen sich wieder, neue Kontakte wurden geknüpft, Ideen für gemeinsame Projekte entstanden. So wurde auch ein Arbeitskreis „Innovation“ ins Leben gerufen, der künftig neue Impulse in die DGBfb einbringen wird.

Ein weiterer Höhepunkt war die Mitgliederversammlung: Wir wählten den Vorstand neu und freuen uns, dass Dr. Axel Kowalski als kommissarischer Präsident, Dr. Paul Hüsing als stellvertretender Präsident, Mechthild Stephan als Schatzmeisterin und Martin Boncek als Generalsekretär die Arbeit der DGBfb weiterführen. Gleichzeitig danken wir Prof. Jennifer Schmidt herzlich für ihr großes Engagement in den vergangenen Jahren.

Die Tagung hat einmal mehr gezeigt, wie lebendig, praxisnah und zukunftsweisend Biofeedback und Neurofeedback sind. Wer diesmal nicht dabei war, hat wirklich etwas verpasst und wir laden schon jetzt herzlich ein, beim nächsten Mal mitzuerleben, wie Wissenschaft, Praxis und Gemeinschaft zusammenkommen.