



Stymulacja i wspomaganie rozwoju człowieka w biegu życia

Ogólnopolska Interdyscyplinarna Konferencja Naukowa

mgr Dariusz Tuchowski

Biomed

Wpływ treningu HEG Biofeedback i HRV Biofeedback na proces uczenia się

Efektywne uczenie się jest min. możliwe dzięki odpowiedniej aktywności kory mózgowej w lokalizacji czołowej, gdzie mieszczą się funkcje pamięci operacyjnej oraz dzięki emocjom, które towarzyszą procesowi uczenia się.

Mój warsztat to połączenie techniki oddechowej i aktywności sercowo-naczyniowej z aktywnością korową w lokalizacji czołowej w chwili wykonywania zadań umysłowych.

To propozycja, a jednocześnie próba połączenia dwóch technik treningowych HRV Biofeedback oraz HEG Biofeedback w celu uzyskania optymalnego stanu psychofizjologicznego, korzystnego dla procesu uczenia się.