



Schlafuhr Gro-Clock

Leuchtdisplay für Tag & Nacht

Details: Tastensperre, regulierbare Bildschirmhelligkeit, geräuschloser Betrieb, Schlummer und Energiespar-Tagesmodus, optionale Digitaluhr- und Weckfunktion, Netzanschluss, 230 V.

Produktmerkmale: 13 x 15 x 5 cm.

Kosten: ab 38,95 EUR

Wann ist es Zeit, aufzustehen?

Die „Gro-clock“ zeigt den Unterschied zwischen Tag und Nacht. Wann ist es Zeit, zum Schlafen gehen? Wann darf ich aufstehen? Mit der Schlafuhr Gro-clock werden schon die kleinsten Kinder bald eine Antwort haben. Abends zeigen die schlafende Sterne auf dem Leuchtbildschirm, dass es Zeit wird zum schlafen gehen. Im Laufe der Stunden werden diese immer weniger, bis die Sonne aufgeht und es damit Zeit zum Aufstehen wird. Das ermutigt Kinder gerne ins Bett zu gehen und morgens länger im Bett zu bleiben.



„... und um mich kümmert sich keiner!“

Die Situation der Geschwister behindertener und chronisch kranker Kinder

Mit einem Geleitwort von
Waltraud Hackenberg

5., aktual. Auflage 2013. 192 Seiten.
(ISBN 978-3-497-02373-8) kt
€ [D] 17,90 / € [A] 18,40 / SFr 22,90In

Kurztext

Wenn in einer Familie Kinder mit und ohne Behinderung miteinander aufwachsen, sind auch die Geschwister gefordert. Sie nehmen Rücksicht und tragen früh einen Teil der Verantwortung für den Bruder oder die Schwester mit Behinderung. Die Belastungen für die Geschwister können schwer wiegen, sie können aber auch eine Chance sein. Ilse Achilles beschreibt, wie sich die Geschwister der Kinder mit einer Behinderung entwickeln. Sie erklärt, welche Chancen und Risiken mit der besonderen Familienkonstellation verbunden sind. Und sie zeigt an vielen Beispielen, wie Eltern und soziales Umfeld die Entwicklung der Geschwister unterstützen und Gefährdungen vermeiden oder verringern können.



Besonderes Glück?

Einbandart: Kartoniert /Broschiert
152 Seiten, Mabuse-Verlag 2011

ISBN: 9783863210069

Inhaltsbeschreibung:

Wenn Eltern von der geistigen Behinderung ihres Kindes erfahren, bricht häufig eine Welt zusammen. Im Sog der Ereignisse bleiben viele persönliche Fragen unbeantwortet: Was ist mit unseren Bedürfnissen? Wohin mit der Trauer? Wie mit der großen Herausforderung umgehen? Dieser einzigartige Ratgeber bietet Hilfe.

Unzählige Bücher behandeln die Entwicklung und Förderung geistig behinderter Kinder. „Besonderes Glück?“ widmet sich ganz den Gefühlen und emotionalen Bedürfnissen der Eltern. Betroffene Väter und Mütter haben in ausführlichen Gesprächen dazu beigetragen. Das Buch richtet sich in erster Linie an Familien mit einem geistig behinderten Kind. Professionellen Helfern wie Hebammen, Therapeuten, Pädagogen und Ärzten ermöglicht es einzigartige Einblicke in deren Lebenswelt.

„Von seinem Partner kann man sich trennen, wenn es nicht mehr so läuft. Den Job kann man hinschmeißen, wenn man nicht mehr möchte, und sich was Neues suchen. Aber dein Kind, das kannst du nicht aus deinem Leben streichen. Das ist natürlich mit allen Kindern so, ob behindert oder nicht, aber ein behindertes Kind zeigt dir die Konsequenzen noch viel deutlicher auf.“

Jirina Prekop

Hättest du mich festgehalten ...

Grundlagen und Anwendungen der Festhalte-Therapie



Hättest du mich festgehalten ...

Grundlagen und Anwendungen der Festhalte-Therapie

Taschenbuch – 14. Juli 2006

von Jirina Prekop

Festhalten heißt, jemanden, der in seelischer Not ist, so lange mit Liebe zu umarmen, bis er seine Wut und seinen Kummer ausgeweint hat und sich wieder frei fühlt. Die führende Vertreterin der Methode beschreibt die kontrovers diskutierte Festhalte-Therapie und ihre Anwendungsmöglichkeiten. Eindrucksvolle Fallbeispiele zeigen, daß Festhalten darüber hinaus eine Lebensform ist, mit der Kinder der Bindungslosigkeit der heutigen Zeit entgegen lernen.

Über die Autorin:

Dr. Jirina Prekop, geboren 1929, ist Diplompsychologin und arbeitete viele Jahre in der Abteilung für Entwicklungsstörungen im Olgahospital in Stuttgart. Neben ihrer regen Vortrags- und Seminartätigkeit zum Thema „Festhalten als Lebensform“ hat sie zahlreiche erfolgreiche Bücher veröffentlicht, die in über 15 Sprachen übersetzt wurden.

Neurofeedback

Neurofeedback, das man auch unter dem Namen EEG Biofeedback oder Neurotherapie kennt, ist ein Verfahren, das dem Gehirn hilft, sich selbst besser zu regulieren. Von diesem effektiven Verfahren profitieren bereits seit über 30 Jahren Patienten auf der ganzen Welt.

Neurofeedback kann als eine persönliche Trainingseinheit für das Gehirn betrachtet werden: Das Gehirn dazu zu trainieren, dass es sein Potential besser ausnutzt und stabiler funktioniert. Dies ist ähnlich der Methode, den Körper zu trainieren und ihn in Form zu halten.

Weitere Informationen und Therapeuten unter: www.eeginfo-neurofeedback.de

Wozu ist eine Neurofeedback-Behandlung gut?

Eine Neurofeedback-Behandlung kann bei einer Vielzahl von Störungen hilfreich sein.

Eine Neurofeedback-Behandlung kann bei einer Vielzahl von Störungen hilfreich sein. Dazu gehören u.a.:

- Angststörungen
- Aufmerksamkeitsstörungen (ADS/ADHS)
- Autismus
- Depression
- Epilepsie
- Migräne
- Schlafstörungen

Speziell bei Kindern kann Neurofeedback auch günstig wirken auf verschiedene schlafbezogene Störungen wie:

- Alpträume
- Bettnässen
- Nachtschrecken
- Schlafwandeln
- Zähneknirschen

Es wird angenommen, dass vielen Störungen eine Fehlregulierung der Gehirnfunktion zugrunde liegt. Ziel einer Neurofeedbackbehandlung ist, das Gehirn zu trainieren, seine Funktion zu verbessern. Durch mehrmalige

Wiederholung dieses Neurofeedback-Trainings soll sich die Gehirnfunktion dauerhaft umstellen und Symptome der zu behandelnden Störungen können vermindert oder vollständig zum Verschwinden gebracht werden. So berichten ehemalige Migräne Patienten, dass sie nach den (typisch) 15 Sitzungen jahrelang keine Migräne mehr bekommen haben. Diese Menschen werden jedoch eine Prädisposition für Migräne behalten. In wissenschaftlichen Studien konnte gezeigt werden, dass mit einer Neurofeedback-Behandlung von Aufmerksamkeitsstörungen (ADS/ADHS) vergleichbare Resultate erzielt werden können wie mit dem Medikament Methylphenidat, auch bekannt als Ritalin.

In den letzten Jahren wird viel in der Anwendung von Neurofeedback im ganzen Spektrum der psychischen Störungen geforscht, teilweise mit erstaunlichen Ergebnissen (siehe auch Literatur).

Bei Patienten, die wegen spezifischer Störungen Medikamente einnehmen, kann durch die Neurofeedback-Behandlung eine Reduktion der Medikamentendosis oder gar ein Absetzen der Medikamente notwendig werden. Keinesfalls jedoch ist Neurofeedback als ein Allheilmittel zu sehen und kann Medikation nicht immer ersetzen.

Neben der eher medizinischen Anwendung wird Neurofeedback auch für Tiefentspannung und Meditation eingesetzt. Menschen, die bereits sehr gut auf ihrem Gebiet sind, wollen oft noch besser werden (Musiker, Spitzensportler, Manager). Diese stoßen immer häufiger auf Neurofeedback für Spitzenleistungstraining (Peak Performance Training).

Bei alternden Menschen kann eine gute Gehirnfunktion idealerweise durch regelmäßiges Neurofeedback-Training unterstützt werden. Fast jedes Gehirn, unabhängig davon in welchem Ausgangszustand es sich befindet, kann zu besserer Funktion trainiert werden.

Nebenwirkungen einer Neurofeedbacktherapie

Neurofeedback-Training kann, wenn nicht korrekt durchgeführt, unerwünschte Nebenwirkungen haben wie solche im Zusammenhang mit unangepasster Aktivierung, also z.B. Erregtheit, Angstzustände, Benommenheit, Schlafstörungen, Depressionen oder epileptische Anfälle. Solche Effekte sollten von kurzer Dauer sein, es sei denn falsches Training wird über längere Zeit fortgesetzt. Falsches Training kann Symptome verstärken anstatt zu lindern. Eine Neurofeedbacktherapie sollte daher ausschließlich von ausgebildetem Fachpersonal durchgeführt werden.

Ablauf einer Sitzung:

Die einzelnen Sitzungen beginnen jeweils mit einer Abklärung der bisherigen Neurofeedback Effekte. Dazu ist eine gute Zusammenarbeit zwischen Patient (evtl. Eltern des Patienten) und Therapeut erforderlich, um das Neurofeedback-Training von Sitzung zu Sitzung zu optimieren.

Für die meisten Neurofeedback-Anwendungen genügen 3 Elektroden, die mit einer Paste auf der Kopfhaut befestigt werden. Mit den Elektroden werden die Schwankungen des elektrischen Potentials gemessen, die durch das Gehirn erzeugt werden. Für die erste Sitzung wird meist mit einer Elektrodenpositionierung begonnen, im Verlauf des Trainings können dann weitere, spezifische Elektrodenplatzierungen hinzugenommen werden. Der Neurofeedback Therapeut entscheidet, über welchen Gehirnbereichen die Elektroden angebracht werden und welche Frequenzbereiche aus dem elektrischen Signal herausgefiltert und dem Patienten zurückgemeldet werden.

Der Patient darf aus einer Vielzahl von Möglichkeiten ein angenehmes Feedback auswählen und bekommt dann über den Monitor visuelles, über die Lautsprecher auditives und eventuell über ein vibrierendes Stofftier zusätzlich kinästhetisches Feedback. Das Feedback ist in modernen Neurofeedback-Systemen recht vielfältig, z.B. können in Computerspielen mehrere Eigenschaften im Spiel gleichzeitig von der Hirnwellenanalyse in Echtzeit gesteuert werden. In einigen Computerspielen werden bis zu 17 Parameter durch die Hirnwellen gesteuert. In manchen Fällen mag ein entspanntes und ruhiges Feedback sinnvoller sein. So können beispielsweise verschiedene Videos durch das Feedback verändert werden, indem sie etwas vernebelt, verpixelt oder kleiner und größer werden. So werden dem Gehirn auf ganz verschiedene Art und Weise wichtige Informationen über die inneren Zustandsänderungen gespiegelt.

Ab welchem Alter und mit welchem Rezept ein Kind angemeldet werden kann, sollte bei der ausgewählten Praxis vor Ort abgeklärt werden.