

dem Biofeedback bei ADHS, aber auch Angststörungen, Bluthochdruck und Kopfschmerzen attestiert.

## Stressoren sichtbar machen

„Aufgrund der Tatsache, dass beim Biofeedback nicht wahrnehmbare und nicht bewusste körperliche Vorgänge beinahe in Echtzeit wahrnehmbar und bewusst gemacht werden können, kann Biofeedback - adäquat eingesetzt - die Erkennung zum Beispiel muskulärer Dysbalancen, unbewusster Stressoren und Belastungen erleichtern“, erklärt Richard Crevenna, Vorstand der Uniklinik für Physikalische Medizin, Rehabilitation und Arbeitsmedizin in Wien und Präsident der österreichischen Gesellschaft für Biofeedback und Psychophysiologie. In weiterer Folge könne man „gemeinsam mit subjektiven Schilderungen der Klienten ein ganzheitliches bio-psycho-soziales Bild von auslösenden und aufrechterhaltenden Faktoren des Krankheitsgeschehens entwickeln und einen Therapieplan entwerfen, dessen Erfolg durch die laufende objektive Messung sichtbar wird“, ergänzt Bettina Seitlinger, psychologische Leiterin des Universitätslehrgangs zum Biofeedback-Therapeuten. EEG-Biofeedback wurde in den 1960er-Jahren entwickelt und „ist seit vielen Jahren fester Bestandteil interdisziplinärer Therapien sowohl bei psychischen Störungen als auch bei körperlichen und psychosomatischen Erkrankungen“, weiß Norman Schmid, Leiter des Lehrgangs Biofeedback an der Akademie für Psychologie.

Die Ausbildung wird seit 2016 von der Sigmund-Freud-Universität in Kooperation mit der europäischen Biofeedback-Akademie (BFA) angeboten.

## Theorie und Supervision

Der Universitätslehrgang umfasst eine Intensivwoche inklusive Abschlussprüfung und gliedert sich in drei Module: Einführung in die Biofeedbacktherapie, Stresstherapie und -diagnostik mit Biofeedback, Therapie und Sitzungsgestaltung sowie eine psychosomatische Vertiefung. Dazu kommen fünf Einheiten Supervision sowie das Verfassen einer Abschlussarbeit. Der Biofeedback-Lehrgang bei der österreichischen Gesellschaft für Biofeedback und Psychophysiologie ist in sieben Lernheiten aufgeteilt, die theoretische Grundlagen, Gruppenselbsterfahrung und Supervision beinhalten.

Eine weitere Möglichkeit ist die Teilnahme an einem Biofeedback-Lehrgang an der Akademie für Psychologie.

# Körperliche Zustände sichtbar machen



Biofeedback ermöglicht mittels objektiver Messungen die Durchführung und Kontrolle von Therapien bei verschiedensten Erkrankungen und Stresszuständen. (c) Dr. Dieter Kropfreiter

20.05.2022 um 17:48

---

**Diese wissenschaftlich untersuchte Methode kann die Gesundheit und die Gesundung unterstützen. Eine entsprechende Weiterbildung empfiehlt sich vor allem für bereits therapeutisch tätige Berufsgruppen.**

Bei der Biofeedback-Methode - nicht zu verwechseln mit der Bioresonanz-Therapie - werden Sensoren am Körper angebracht, die die Muskelspannung oder die Aktivität der Schweißdrüsen messen. Die Messwerte werden von einem Computer ausgewertet und visualisiert. Auf dem Bildschirm können Patienten somit Informationen über die körpereigenen Abläufe und entsprechende Messwerte bekommen, um so etwa den Grad der eigenen Entspannung nachzuvollziehen. Diese Methode wird von zahlreichen Studien gestützt. Eine hohe Wirksamkeit wird

bietet die Akademie für Psychologie mit einem insgesamt 145 Einheiten umfassenden Lehrgang, wovon 23 Einheiten in Biofeedback-Selbsterfahrung und Supervision von den Teilnehmern selbst zu organisieren sind. Diese kommen meist aus Berufen im klinischen Bereich wie Psychologen, Ärzte und Psychotherapeuten. Auch Arbeits- und Organisationspsychologen können mit Biofeedback ihre Expertise erweitern. „Für alle Berufsgruppen ist eine einschlägige Ausbildung wichtig, um Biofeedback professionell anwenden zu können. Die Anschaffung eines Biofeedback-Systems allein mit einer kurzen Einschulung ist auf jeden Fall zu wenig. Das ist vergleichbar mit einem Computertomografen, der ohne entsprechende Ausbildung auch nicht korrekt bedient werden kann“, sagt Schmid. (DAB)

Web: <https://biofeedback-akademie.com>,  
[www.austria-biofeedback.at](http://www.austria-biofeedback.at), [www.psychologieakademie.at](http://www.psychologieakademie.at)

("Die Presse", Print-Ausgabe, 21.05.2022)