

Psih. Clin., Psihoterapeut Integrativ,  
Drd. în Psihologie, Terap. Neurofeedback,  
Hipnoterapeut, Sexolog

**Alina Robu**

Medic homeopat, Psihoterapeut  
Integrativ, Drd. în Psihologie, Terap.  
Neurofeedback, Hipnoterapeut

**Alina Diana Nemes**

# NEUROFEEDBACK PLUS

## TERAPII SINERGICE ȘI COMPLEMENTARE PENTRU TRATAREA DEPRESIEI

- Studii de Caz -

## Cuprins

Prefață .....	7
<b>Introducere</b> .....	<b>13</b>
Studiul de Caz 1 .....	19
Studiul de Caz 2 .....	47
Studiul de Caz 3 .....	79
Studiul de Caz 4 .....	107
Studiul de Caz 5 .....	145
Studiul de Caz 6 .....	175
Studiul de Caz 7 .....	207
Studiul de Caz 8 .....	235
Studiul de Caz 9 .....	261
Concluzii finale .....	279
Test de Evaluare a Depresiei .....	282



## Studiu de caz 1

*De ce v-am preluat toată suferința?*

Pacient: NAA  
Vârstă: 5,3 ani  
Sex: băiețel

## Capitolul 1 Introducere

NAA, un băiețel în vârstă de 5 ani și 3 luni, a întâmpinat dificultăți semnificative în dezvoltarea sa timpurie. Vorbind abia după vârsta de 2 ani, el s-a luptat nu doar cu formarea propozițiilor, dar și cu purtarea conversațiilor, semne ale unei întâzieri notabile în dezvoltare. Aceste provocări au fost exacerbate de un mediu familial încordat, dominat de starea de sănătate mentală a mamei sale. Suferind de depresie post-partum nediagnosticată, starea ei emoțională a avut o influență profundă asupra dezvoltării emoționale și comportamentale a lui NAA.

Depresia mamei lui NAA nu a fost doar o prezență tăcută în viața lor de zi cu zi, ci a avut un impact direct și palpabil asupra băiețelului. NAA a început să reflecte sentimentele mamei, manifestând tristețe și schimbări bruște de dispoziție, care au fost mai mult decât simple manifestări ale unei copilării tipice. Aceste stări emoționale au fost mai mult decât o oglindă a mediului său - ele au devenit o parte integrantă a experienței sale de viață, influențând profund modul în care interacționa cu lumea din jurul său.

Evaluările inițiale ale lui NAA, inclusiv un BrainMap detaliat, au dezvăluit un nivel de supraactivare în diferite

arii ale creierului său. Acest fapt nu a fost doar o constatare clinică - a fost o reflectare a luptei interioare pe care o ducea NAA în încercarea sa de a procesa și de a răspunde adecvat lumii înconjurătoare. Această supraactivare nu era doar o anomalie neurologică; era un semnal de alarmă, un indiciu că NAA avea nevoie de mai mult decât doar terapie de vorbire sau intervenții educaționale tipice.

De-a lungul celor 150 de ședințe de terapie, NAA a parcurs un drum lung, de la un copil ce lupta să se exprime și să se conecteze cu ceilalți, la unul care începe să-și găsească vocea și locul în lume. Cu fiecare ședință, fiecare moment de terapie, el a făcut pași mici, dar siguri, către o existență în care nu era doar spectator la propria viață, ci un participant activ și vibrant.

Progresul lui NAA nu a fost doar un triumf al terapiei, ci și o mărturie a rezilienței umane. Copilăria lui, marcată de întârzieri și dificultăți, a devenit un teren fertil pentru creștere și dezvoltare. Prin fiecare interacțiune, fiecare joc și fiecare cuvânt, NAA a demonstrat că, chiar și în cele mai dificile circumstanțe, există întotdeauna speranță și posibilitatea de schimbare.



## Capitolul 2

### Istoric și contextul inițial

Înainte de a explora îndeaproape progresele și provocările lui NAA în timpul terapiei sale, este esențial să înțelegem contextul familial și influențele care au jucat un rol semnificativ în viața sa. Familia lui NAA a fost marcată de o serie de provocări și tensiuni care au avut un impact profund asupra dezvoltării sale emoționale și comportamentale.

La vârsta de 5 ani și 3 luni, NAA a avut de înfruntat dificultăți semnificative în procesul său de dezvoltare timpurie. Încă de la început, mediul familial în care a crescut a fost tensionat și complicat. Mama sa a suferit de depresie post-partum, o afecțiune care a afectat profund relația lor și modul în care a putut să își îndeplinească rolul de părinte. Această lipsă de sprijin emoțional și implicare din partea mamei sale a avut un impact palpabil asupra lui NAA, care a început să reflecte sentimentele și starea ei emoțională, manifestând tristețe și schimbări bruște de dispoziție încă de la o vârstă fragedă.

Relația dificilă a lui NAA cu mama sa și mediul familial tensionat au complicat și mai mult procesul său de dezvoltare. Lipsa de sprijin emoțional și afectiv a afectat stima de sine și încrederea sa în sine, făcându-l să se

lupte în interacțiunile sale cu lumea din jurul său. Astfel, mediul familial în care a crescut NAA a fost unul plin de provocări și tensiuni, care au influențat profund parcursul său de dezvoltare.

Analizând contextul familial al lui NAA, putem înțelege mai bine modul în care aceste influențe au modelat experiența sa de viață și au contribuit la dificultățile sale emoționale și comportamentale. Prin explorarea acestor aspecte, putem identifica nevoile sale individuale și elabora strategii terapeutice eficiente pentru a-l sprijini în călătoria sa de creștere și recuperare.



### Capitolul 3 Evaluarea BrainMap

În cadrul evaluării inițiale a lui NAA prin intermediul BrainMap, un instrument avansat de analiză a activității cerebrale, s-a constatat o supraactivare în diverse arii ale creierului său. Această supraactivare a fost interpretată ca fiind un indicator al unor dificultăți neurologice, care contribuiau la manifestările comportamentale și emoționale ale lui NAA. Descoperirile făcute în această etapă au fost cruciale pentru înțelegerea profundă a nevoilor sale și pentru elaborarea unui plan terapeutic adecvat, personalizat și eficient. Prin identificarea acestor modele de supraactivare, am putut dezvolta strategii și tehnici terapeutice specifice, adaptate în mod precis situației și nevoilor individuale ale lui NAA. Această evaluare inițială a oferit, astfel, un punct de plecare solid pentru procesul de tratament al lui NAA, asigurând o abordare bazată pe dovezi și orientată către obținerea rezultatelor optime în îmbunătățirea calității vieții sale.

Supraactivarea în ariile cerebrale, în special în zonele asociate cu reglarea emoțiilor și comportamentul social, a oferit o perspectivă nouă asupra dificultăților lui NAA. Această supraactivare putea fi corelată cu comportamentele sale de tip hiperactiv și cu dificultățile de

concentrare, precum și cu problemele sale emoționale, cum ar fi sensibilitatea excesivă și fluctuațiile de dispoziție.

Aceste descoperiri au influențat în mod direct planul terapeutic pentru NAA. Terapia a trebuit să fie multidimensională, abordând atât aspectele neurologice, cât și cele emoționale și comportamentale. A fost clar că intervenția trebuia să fie personalizată, adaptându-se la nevoile specifice ale lui NAA și la contextul său familial unic.

Un aspect cheie al planului terapeutic a fost abordarea depresiei mamei lui NAA. Conștienți de impactul profund pe care starea mamei îl avea asupra lui NAA, specialiștii au inclus în plan consiliere și sprijin pentru mamă. Acest lucru era esențial nu doar pentru bunăstarea mamei, ci și pentru a crea un mediu familial mai stabil și susținător pentru NAA.

Terapia lui NAA a inclus, de asemenea, tehnici de Neurofeedback, menite să ajute la reglarea supraactivității cerebrale detectate. Această abordare a fost complementată de terapie comportamentală și emoțională, pentru a-l ajuta pe NAA să își dezvolte abilitățile de comunicare și interacțiune socială.

Impactul depresiei asupra dezvoltării lui NAA nu poate fi subestimat. Acest caz evidențiază cât de interconectate sunt sănătatea mintală a părinților și dezvoltarea copiilor lor. Prin abordarea acestei probleme într-o manieră holistică, echipa de specialiști a sperat nu doar să îmbunătățească starea de bine a lui NAA, dar și să ofere o fundație mai solidă pentru întreaga familie.

## Planul de Terapie și Intervenție

NAA a fost supus unui tratament intensiv de neuroterapie, un regim terapeutic inovator denumit Neurofeedback Plus. Această terapie, extrem de specializată, a fost implementată în două faze distincte, fiecare cu obiective și metode specifice.

Terapia Neurofeedback Plus reprezintă o abordare terapeutică completă și inovatoare, care combină trei tehnici terapeutice sinergice: Neurofeedback, fotobiomodulația și coerența inimă-creier. Aceste trei componente sunt integrate în mod activ în tratamentul lui NAA pentru a îmbunătăți funcționarea sa cognitivă și emoțională într-un mod holistic și personalizat.

**Neurofeedback** monitorizează și reglează activitatea cerebrală a lui NAA în timp real, oferindu-i feedback cu privire la modelele sale de activitate cerebrală și ajutându-l să își regleze propriile reacții și comportamente. Acest lucru contribuie la îmbunătățirea abilităților cognitive și emoționale, cum ar fi concentrarea și gestionarea stresului.

**Fotobiomodulația** utilizează lumină cu intensitate redusă pentru a stimula activitatea celulară și a promova vindecarea și regenerarea țesuturilor. În cazul lui NAA, fotobiomodulația sprijină sănătatea creierului și a sistemului nervos, contribuind la îmbunătățirea funcționării cognitive și a stării de spirit.

**Coerența inimă-creier** implică sincronizarea ritmurilor cardiace și cerebrale pentru a îmbunătăți starea de sănătate generală și binele. Această tehnică ajută pe NAA să regleze ritmurile cardiace și să reducă nivelul de stres

și anxietate, având un impact pozitiv asupra funcționării cognitive și emoționale.

Prin integrarea acestor trei terapii sinergice, terapia Neurofeedback Plus îi oferă lui NAA un tratament complet și eficient, care abordează diferitele aspecte ale funcționării sale cognitive și emoționale. Această abordare holistică maximizează oportunitățile de învățare și dezvoltare pentru NAA și asigură că progresele sale sunt susținute și consolidate în toate aspectele vieții sale.

În prima fază, NAA a participat la 150 de ședințe de Neurofeedback. Aceste ședințe au avut ca scop principal normalizarea activității cerebrale. Prin intermediul Neurofeedback Plus, s-a intervenit pentru a regla supraactivitatea detectată în ariile cerebrale ale lui NAA. Această terapie a fost esențială pentru a aborda direct problemele neurologice și a pune bazele unei recuperări eficiente. Prin această abordare, s-a observat o îmbunătățire semnificativă în starea generală a lui NAA, cu reducerea simptomelor de tristețe și depresie.

Următoarea etapă a terapiei a constat în alte 300 de ședințe, cu un accent pe reconstrucția și consolidarea structurilor neuronale. În această fază, scopul a fost de a construi și întări noi conexiuni neuronale, îmbunătățind astfel funcționarea cerebrală pe termen lung. Această etapă a fost crucială pentru a asigura nu doar recuperarea, ci și menținerea pe termen lung a progresului lui NAA.

Aceste ședințe au contribuit la dezvoltarea capacităților lui NAA în mai multe domenii, inclusiv în vorbire, concentrare și gestionarea emoțiilor. Prin Neurofeedback

Plus, NAA a reușit să depășească multe dintre dificultățile inițiale și să se apropie de un nivel de funcționare optim.

Tratamentul intensiv al lui NAA prin Neurofeedback Plus este un exemplu elocvent al modului în care terapiile personalizate și inovatoare pot avea un impact profund și pozitiv asupra dezvoltării unui copil. Această abordare a permis nu doar tratarea simptomelor, ci și adresarea cauzelor de bază ale problemelor lui NAA, deschizând calea către o viață mai echilibrată și fericită.



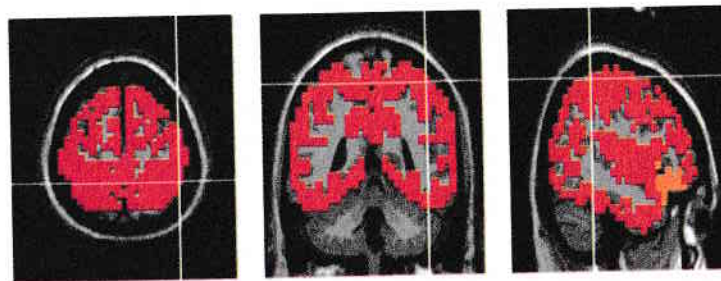
## Capitolul 4

## Progresul și rezultatele Terapiei

Pe parcursul terapiei, NAA a făcut progrese remarcabile. A arătat îmbunătățiri constante și semnificative în mai multe domenii esențiale, inclusiv în memorie, motivație, comunicare și socializare. Aceste progrese au fost monitorizate și evaluate la fiecare etapă importantă a terapiei, la 30, 60, 90, 120 și 150 de ședințe, oferind o imagine clară a evoluției sale.

Fiecare etapă de evaluare a marcat un pas înainte semnificativ pentru NAA. De la îmbunătățirea capacității sale de memorare, la creșterea motivației și la dezvoltarea abilităților de comunicare și socializare, fiecare progres a contribuit la creșterea generală a încrederii și a bunăstării lui NAA.

Aceste îmbunătățiri au fost esențiale nu doar pentru dezvoltarea sa individuală, ci și pentru integrarea sa mai eficientă în contextele sociale și educaționale. Progresul constant al lui NAA a oferit speranță și a subliniat eficacitatea abordării terapeutice adoptate.



1.1 Supraactivarea la ședința 0, înainte de a începe terapiile Neurofeedback Plus

### Să examinăm evoluția lui NAA din 30 în 30 de ședințe:

În primele 30 de ședințe de terapie, progresele lui NAA au fost substanțiale, marcând o tranziție semnificativă de la un copil care se confrunta cu numeroase dificultăți în comunicare și interacțiune socială la unul care începea să-și descopere vocea și să-și găsească locul în lumea din jurul său. Această perioadă inițială a terapiei a fost caracterizată de îmbunătățiri evidente în mai multe aspecte ale comportamentului și dezvoltării sale emoționale.

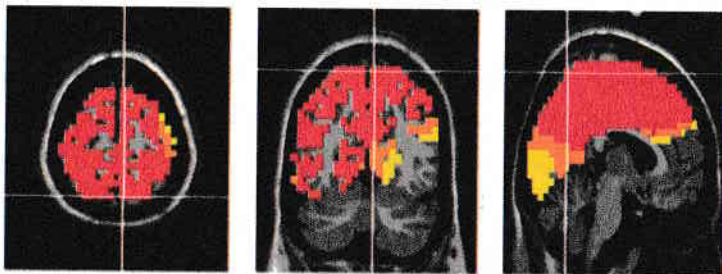
Unul dintre aspectele majore care au cunoscut o îmbunătățire notabilă a fost memoria lui NAA. În timp ce înainte avea dificultăți în a-și aminti informații și detalii importante, în primele 30 de ședințe a început să arate o capacitate îmbunătățită de a-și reține și recupera informațiile. Acest lucru a fost evident în interacțiunile sale de zi cu zi și în modul în care răspundea la sarcinile și exercițiile propuse în cadrul terapiei.

În plus, motivația lui NAA a cunoscut o creștere semnificativă. În loc să se simtă descurajat sau lipsit de interes

în fața provocărilor, el a devenit mai dornic să participe și să se angajeze în activități. Această schimbare a fost vitală pentru progresul său general, deoarece motivația este un factor cheie în îndeplinirea obiectivelor terapeutice și în depășirea dificultăților.

Pe lângă aceste aspecte, s-au observat și îmbunătățiri în comportamentul lui NAA în timpul terapiei. Înainte, avea tendința de a fi mai retras și de a evita interacțiunea socială. Cu toate acestea, în primele 30 de ședințe, a început să fie mai deschis și mai dispus să interacționeze cu terapeuții și cu ceilalți copii din grup. Această creștere în sociabilitate a fost un semn clar al progresului său în depășirea anxietății și în dezvoltarea abilităților sociale.

În ansamblu, primele 30 de ședințe au reprezentat o perioadă crucială în parcursul lui NAA prin terapie. Progresele sale notabile în memorie, motivație și interacțiune socială au pus bazele pentru transformările ulterioare și au demonstrat că, cu sprijinul adecvat și angajamentul său, este posibil să depășească dificultățile și să se dezvolte în mod semnificativ.



1.2 Supraactivarea la ședința 30

### Următoarele 30 de ședințe (60 în total):

În următoarele 30 de ședințe de terapie, NAA a făcut pași importanți în direcția îmbunătățirii comunicării și socializării. Această perioadă a fost crucială pentru dezvoltarea sa, marcând o tranziție semnificativă către o interacțiune mai fluidă și mai deschisă cu ceilalți. În această etapă, NAA a început să-și manifeste dorința de a comunica mai mult și mai deschis, exprimându-și gândurile și sentimentele într-un mod mai clar și mai coerent. În plus, a început să-și dezvolte abilități sociale importante, cum ar fi luarea de rânduri și împărtășirea, care sunt esențiale pentru interacțiunile sale cu colegii și membrii familiei.

Un alt aspect semnificativ al progresului lui NAA în această perioadă a fost creșterea motivației sale. El a devenit mai activ și mai implicat în activitățile propuse în cadrul terapiei, manifestând un interes sporit față de jocuri și exerciții. Această creștere a motivației nu numai că a contribuit la îmbunătățirea abilităților sale de comunicare, dar a avut și un impact pozitiv asupra încrederii în sine.

Aceste schimbări pozitive în comportamentul lui NAA au fost rezultatul direct al terapiei și al eforturilor constante ale terapeuților și ale familiei de a-l susține. Prin intermediul unui mediu terapeutic stimulat și suportiv, NAA a avut oportunitatea de a-și exprima și de a-și dezvolta potențialul, demonstrând capacitatea sa de adaptare și învățare.

În ansamblu, a doua etapă de 30 de ședințe a reprezentat un moment crucial în parcursul lui NAA prin terapie, evidențiind progresele semnificative în comunicare,