





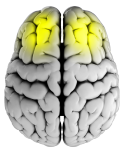






Breintoestanden				
	Theta	Alpha	Beta	High beta
	Onderactivatie	Remming	Activatie	Overactivatie

Voorbeeld algemene alertheid met ogen open				
--	---	---	---	---

Chronische moeheid en/of burn-out				
--------------------------------------	---	---	---	---





40  
sessies

Stress				
--------	---	---	---	---







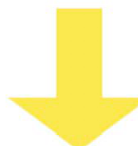
20  
sessies

Angststoornis (asymmetrie rechts)				
--------------------------------------	---	---	---	---






40  
sessies

Depressie (asymmetrie links)				
---------------------------------	---	---	---	---



40  
sessies

Impulsief / hyper				
-------------------	---	---	---	---



40  
sessies



Theta

Alpha

Beta

High beta

<p>Concentratie- en geheugenproblemen tijdens taak</p>					<p>↓ 40 sessies</p>
<p>Of beta trainen indien theta laag is en beta niet groener wordt tijdens een taak.</p>					<p>↑ 20 sessies</p>
<p>Meetinstrument: Theta/beta-ratio bij concentratie- en geheugenproblemen, ADHD en ADD.</p> <p>Meer beta ten opzichte van theta: het getal van de ratio wordt kleiner.</p>					<p>Links: 2.15 Rechts: 2.28</p>
					<p>Links: 1.27 Rechts: 1.30</p>
					<p>↓ ↑</p>
<p>Peak performance (is geen klacht, altijd eerst theta/beta-ratio trainen)</p>					<p>↓ 20 sessies</p>
<p>Zoveel smaken zijn er niet.</p>	<p>Inhibitie</p> <p>↓</p>	<p>Inhibitie</p> <p>↓</p>	<p>Stimulatie</p> <p>↑</p>	<p>Inhibitie</p> <p>↓</p>	