

## Cazul IB

### Date subiective

#### MARTURIE

Cand am inceput antrenamentele de bio-neurofeedback la indemnul domnului profesor, am privit acest lucru ca pe o sansa sa imi imbunatatesc starea mentala care, la momentul respectiv, nu era tocmai buna. De mica fusesem o persoana agitata, neatenta si, in general, cu o capacitate mica de concentrare, toate aceste aspecte imbunatatindu-se vizibil din momentul in care am inceput antrenamentele, urmand ca la finalizarea acestora starea mea sa fie cu totul deosebita.

Am invatat pe parcursul acestora sa constientizez si sa-mi controlez impulsurile, sa intru intr-o stare benefica de relaxare, sa respir cum trebuie pentru a facilita performanta creierului meu si a intregului organism, lucruri care mi-au intrat in reflex cu timpul, iar datorita acestora, viata mea a devenit mult mai usoara si am reusit sa amplific beneficiile antrenamentelor cu noua atitudine pozitiva dobandita.

Consider ca antrenamentele au avut cel mai mare impact asupra situatiei mele academice care inainte era dezastruoasa. De curand, am terminat prima sesiune de examene fara nici o restanta, am reusit sa ma concentrez foarte usor asupra studiului, lucru care imi era aproape imposibil inainte. E un progres uimitor si am tinut sa mentionez acest lucru fiind cel mai bun exemplu practic pe care il pot da. Sesiunile de bio-neurofeedback au avut insa efecte pozitive asupra tuturor aspectelor din viata de zi cu zi, implicit asupra relatiilor cu prietenii si familia care sunt acum mult mai armonioase, dar si asupra somnului de noapte care e mult mai odihnitor.

Acestea fiind spuse, tin sa ii multumesc inca o data domnului profesor Liviu Dragomirescu pentru aceasta extraordinara oportunitate si timpul si efortul depus in acest proiect, cat si masterandei sale, Diana Vlad, de ajutorul careia am beneficiat pe parcursul celor 20 de antrenamente. Va multumesc din suflet!

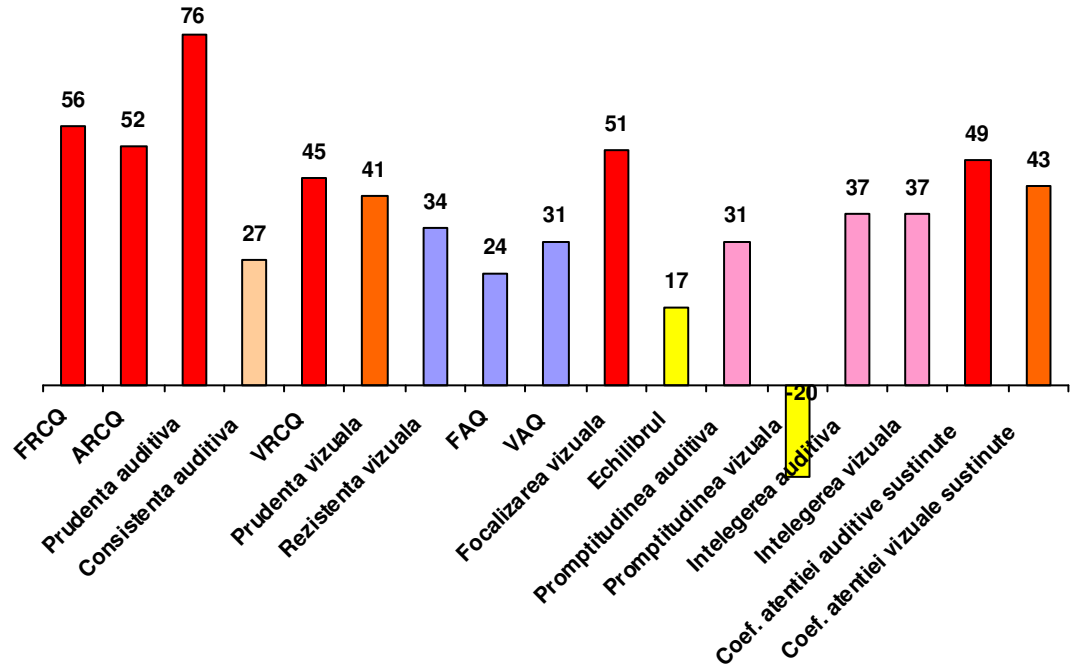
[irina.butcaru@yahoo.com](mailto:irina.butcaru@yahoo.com)

#### Nota stare generala:

- la inceputul antrenementului 6
- final antrenament (dupa 20 sesiuni) 10

### Date OBIECTIVE (diferente dupa 20 de sesiuni)

**16 Diferente DIF (= POST – PRE) IMBUNATATITE, de caracteristici ale controlului raspunsului la stimuli vizuali si auditivi si ale atentiei vizuale si auditive (masurate prin testul IVA CPT). Promtitudinea vizuala usor redusa (-20), dar pastrata la nivel exceptional (133 > 130).**



#### LEGENDA

FRCQ = Full scale Response Control Quotient  
 ARCQ = Auditory Response Control Quotient  
 VRCQ = Visual Response Control Quotient  
 FAQ = Full scale Attention Quotient  
 VAQ = Visual Attention Quotient

Modificare (Crestere / Scadere)	Valoare a diferentei DIF	Culoare
nesemnificativa	<15	
usoara	15-22	Galben
usoara catre Moderata	23-29	Portocaliu
Moderata	30-37	Pink
Moderata catre INSEMNATA	38-44	Portocaliu inchis
INSEMNATA	45+	Rosu

Numarul de parametri imbunatatiti mai mare cu 22 decat numarul celor redusi.

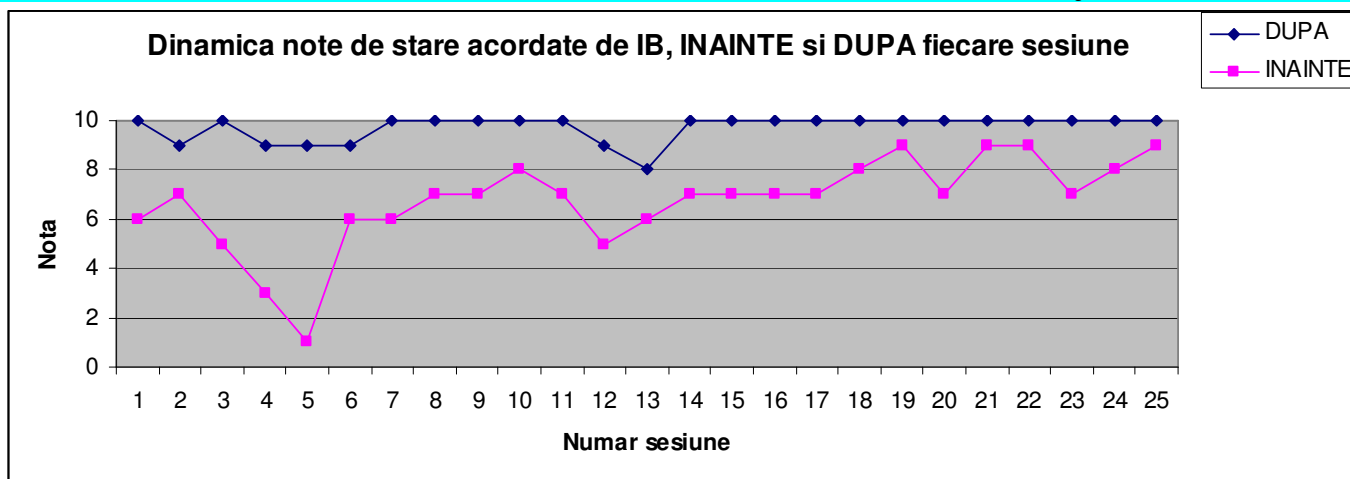
In total, cu 693 puncte mai multe imbunatatiri decat reduceri.

# Dinamica invatarii autoreglarii coerentei batailor inimii

(coerenta definita de [Institute of HeartMath](#) producatorul Freeze Framer)

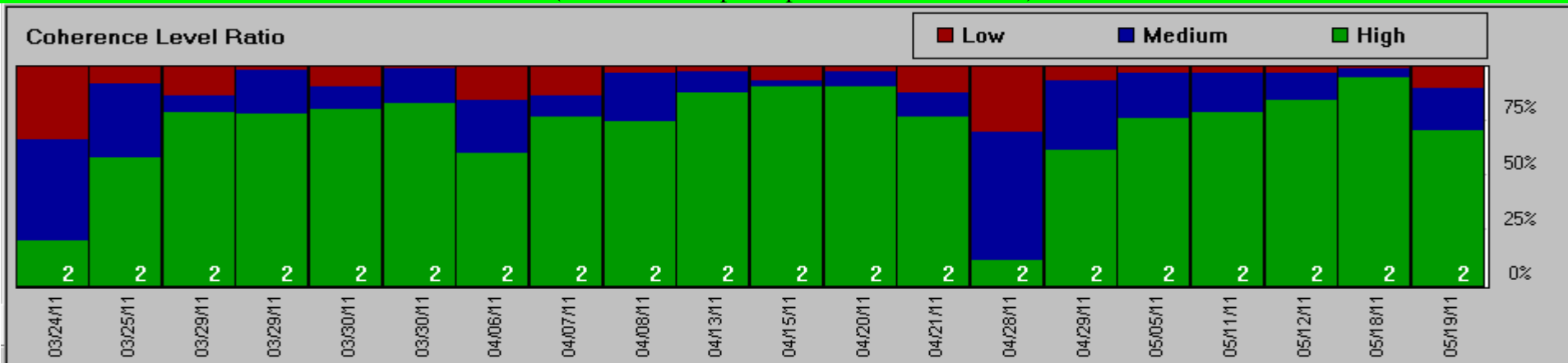
## Date subiective

(note acordate de subiect fara a cunoaste datele obiective de mai jos)



## Date obiective

(recoltate in timp real prin Freeze Framer FF)



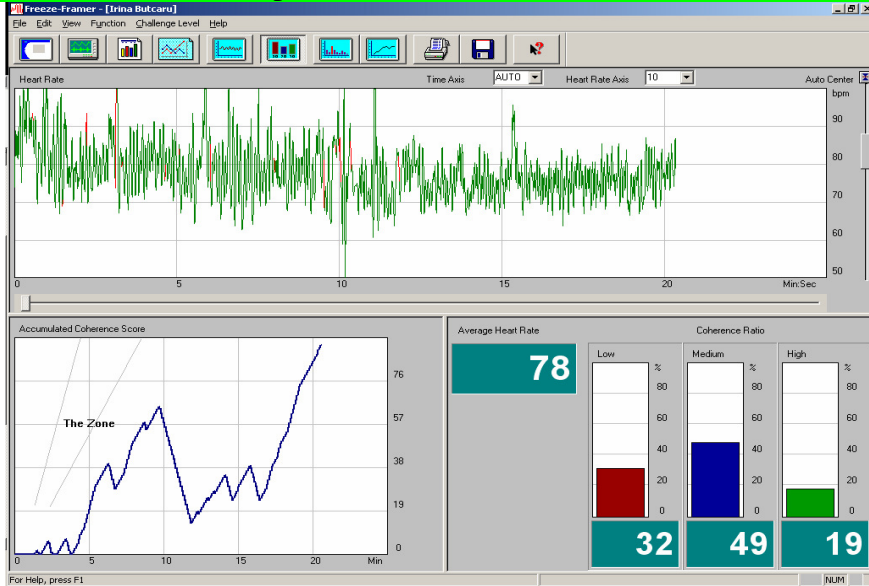
### Minime locale:

- 6 apr. 11. Dupa o pauza mai mare pentru ca a fost acasa in alta localitate.
- 28 apr 11. Rezultat prost din cauza respiratiei ingreunate de nas infundat. A racit la mare + pauza de lenevit.

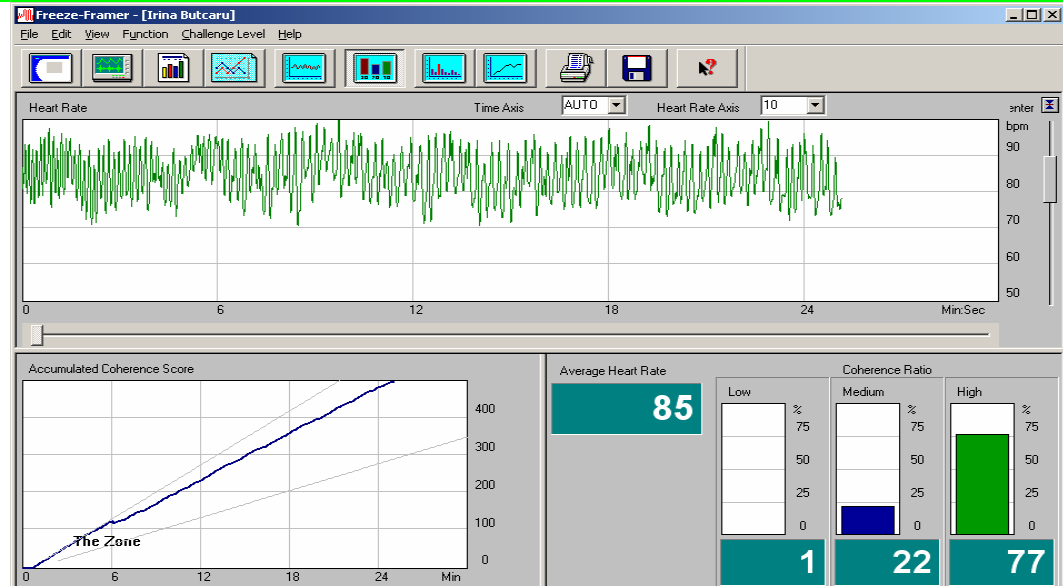
**Grafice FF ale dinamicii pulsului (frestrele superioare) si coerenței (ferestrele stanga jos)**  
 (batonul verde = coerența inalta, cel albastru = medie, cel rosu = joasa)

In prima sesiune (fara nicio instruire)

In sesiunea nr. 20



Nota inainte de sesiune: **5**  
 Nota dupa sesiune: **10**



Nota inainte de sesiune: **7**  
 Nota dupa sesiune: **10**

**Note importante:**

- Cele 10 minute / sesiune alocate exercitiului cu RESPRATE, i-au consolidat deprinderea de a respira abdominal, respiratie nefiziologica la sexul feminin, dar exersata de subiect, anterior antrenamentelor, la inot.
- Testul IVA CPT PREantrenamente indica cu probabilitatea 89% (\*) diagnosticul de **ADHD, Predominately Hyperactive-Impulsive Type**, iar testul POSTantrenamente indica cu probabilitatea de 93% (\*\*) diagnosticul **No ADHD Diagnosis Supported**.

(\*) The Positive Predictive Power (the proportion of test positives that have ADHD) of IVA was 89% and

(\*\*) the Negative Predictive Power (the proportion of test negatives that do not have ADHD) was 93%.

(Joseph A. Sanford, Ph.D. & Ann Turner, M.D. 2004. IVA - Integrated Visual and Auditory Continuous Performance Test. Interpretation Manual. © 1994-2004, BrainTrain, Inc.)

[Procentele de mai sus sunt valabile daca in populatia din Romania ADHD-ul are aproximativ aceeasi prevalenta (frecventa relativa) ca in SUA.]

**Meritul principal revine subiectului** care a fost motivat prin (a) faptul ca a recunoscut ca ar putea avea o problema, (b) dorinta sincera de a rezolva problema respectiva, (c) increderea in propriul creier si in antrenament si (d) seriozitatea cu care a urmat antrenamentele.

In concluzie, acest subiect ar putea fi considerat atat un **caz de crestere de performanta cat si un caz probabil de ADHD, rezolvat** prin protocolul combinat de bio-neurofeedback (neinvaziv si fara efecte secundare adverse) imaginat si in curs de testare pe cat mai multi subiecti.