

Тренажер для внимания или...

БЕЗЛЕКАРСТВЕННОЕ И ЭФФЕКТИВНОЕ ЛЕЧЕНИЕ [ADHD](#) В ФОРМЕ ИГРЫ!



Уникальная программа - тренажер для развития внимания и интеллектуальных способностей.

Зачем вниманию тренажер?

И так ли необходимо его тренировать? Почему ребенок может часами сидеть за компьютером или смотреть телевизор, конструировать и рисовать, словом, без проблем концентрироваться на том, что ему интересно, но при этом не может сосредоточиться на уроках?

Ответ есть, и ключевое слово тут - **ИНТЕРЕС!** Внимание включается в ответ на сигнал "интересно!" Причем, включается само по себе, без наших усилий. А в ответ на сигнал "скучно" - не включается. Уроки, за редким

исключением, являются для ребенка скучным занятием, поэтому и внимание у него самостоятельно не включается. А это значит, что его, внимание, требуется включить собственным усилием воли. И не только включить, но и удержать включенным необходимое время.

Проблема в том, что получается это сделать далеко не у каждого. Ведь не у каждого от природы внимание развито настолько, чтобы включать его произвольно и на полную катушку в любых обстоятельствах, чем бы вы ни занимались, и каким бы скучным ни казалось вам это занятие.

Без специальной практики внимание не развивается.

Внимание, как мышца, которую надо тренировать.

А теперь представьте себе ситуацию: вам необходимо поднять вес тяжестью 100 кг и подержать в руках минут десять.

Для штангиста это не проблема, но для большинства из нас без специальной тренировки все же непосильная задача. Примерно также оценивает мозг неинтересную и объемную работу по отношению к слабо развитому вниманию. Отсюда и нежелание садиться за уроки, и низкая эффективность работы. Причем, чем слабее внимание, тем больше желание улизнуть от необходимости делать уроки, а у взрослого это проявляется в постоянном "откладывании на потом" больших и скучных дел.

Но если внимание натренировать, то ситуация в корне поменяется. Это вовсе не означает, что у ребенка появится интерес к скучным урокам (хоть такое случается), просто ему больше не надо будет совершать над собой сверхусилий для того чтобы сосредоточиться на них. Он гораздо спокойнее и без лишних уговоров сядет и выполнит весь необходимый объем заданий и выиграет при этом массу времени для любимых занятий.

Как натренировать внимание? Есть ли какая-нибудь простая техника?

Есть достаточно большое количество всевозможных упражнений и игр "на внимание", как полезных так и не очень, но большинство из них направлены на развитие не внимания, а памяти и восприятия, в основном зрительного. Проблема еще и в том, что такие занятия чаще всего носят эпизодический характер, к тому же невозможно отследить динамику развития, если конечно не задаться целью и не разработать системный подход... Говоря о внимании, мы чаще всего подразумеваем способность концентрироваться, что является несомненно важным, но далеко не единственным свойством такого сложного психического процесса, как внимание.

Итак, основные свойства:

- 1. Сосредоточенность (концентрация) – выделение сознанием объекта и направление на него внимания.**
- 2. Устойчивость – большая сопротивляемость отвлечениям, благодаря чему человек длительное время может быть сосредоточен на каком-нибудь предмете или действии.**
- 3. Объем внимания – количество объектов воспринимаемых одновременно.**
- 4. Распределение – умение одновременно следить за несколькими предметами или за выполнением различных действий.**
- 5. Переключение – сознательное перемещение внимания на новый объект.**

А теперь представьте, что у ребенка недостаточно развиты переключение и распределение внимания. А ведь это как раз те свойства, которые необходимы ему для переписывания с доски или учебника. Вот и получается, что при достаточно хорошей концентрации внимания у школьника невысокая успеваемость.

Все свойства внимания необходимо планомерно развивать!

И поможет вам в этом специально разработанный тренинг ФОКУШАРИКИ

, который содержит все необходимые "тренажеры" для всех свойств внимания! С помощью

ФОКУШАРИКОВ

вы не только разовьете внимание, но и улучшите память, ускорите мышление, повысите самооценку и успеваемость. Кроме того, в ФОКУШАРИКАХ

ведется

статистика продвижения, где можно видеть все полученные оценки во всех упражнениях. Вы сами обнаружите сильные и слабые стороны своего внимания, а главное, получите возможность их натренировать! И тогда любые горы станут вам по плечу!

Что это значит?

Ребенок обретает способность включать свое внимание и удерживать его столько, сколько потребуется; фокусировать внимание на нескольких вещах одновременно, или сосредотачиваться на чем-то одном.

-

В мозгу у ребенка появляются устойчивые связи, которых не было или они были нарушены.

-

В процессе занятий у ребенка формируются новые устойчивые познавательные навыки, которые распространяются на все области его деятельности.

-

Улучшаются память, внимание, поведение и взаимоотношения с окружающими, повышается самооценка и успеваемость.

-

Развивается способность быстро и точно решать любую задачу.

-

А так же за считанные секунды приводить свой мозг в рабочее состояние, активировать свою память и извлекать из нее всю необходимую информацию.

-

Быстро выбирать из миллиона возможных единственно правильное решение.

[НАЧАТЬ ТРЕНИНГ](#)

Почему тренинг дает такие поразительные результаты?

Механизм действия этого интеллектуального тренажера на мозг можно сравнить с нанотехнологиями. Вы влияете на тончайшие процессы, протекающие в вашем головном мозге, включая в работу те резервы, которые большинство людей не используют в повседневной жизни.

По данным самых последних научных исследований, для того чтобы использовать наш мозг на все сто процентов для решения задачи и добиваться максимального успеха в решении любого вопроса, необходимо:

- 1. Усилить кровоток в определенных зонах мозга (лобных долях). Это обеспечит максимальную работоспособность всех интеллектуальных процессов, которые протекают в коре головного мозга во время процесса принятия решений.**
- 2. Мобилизовать память так, чтобы вся информация, относящаяся к решаемому вопросу, вышла из хранилища долговременной памяти в память оперативную. То есть буквально разбудить ассоциативные связи, которые относятся к вопросу. Это позволит не тратить драгоценные секунды на припоминание, так как вся необходимая информация будет «лежать на поверхности».**
- 3. Правильно сосредоточиться на решаемой задаче. Одна задача требует концентрации, чтобы в буквальном смысле слова ничего не видеть и не слышать, кроме нее. Другая – переключения внимания, третья – одновременного обращения к нескольким информационным полям. Иными словами, каждая задача требует активизации определенной стороны внимания, чтобы оптимально подключить нужные интеллектуальные ресурсы для эффективного решения нужной нам задачи.**

Как же предлагаемый тренинг «одним махом» решает все эти вопросы?

Поскольку тренинг направлен именно на активизацию **лобных долей** коры головного

мозга, давайте поговорим о них чуть подробнее.

Этот отдел полушарий головного мозга в процессе эволюции был сформирован довольно поздно. И если у хищников он был едва намечен, то у приматов получил уже достаточно заметное развитие. У современного человека лобные доли занимают около 25% общей площади больших полушарий мозга.

Нейрофизиологи склонны говорить о том, что сейчас эта часть нашего мозга находится на вершине своего развития. А ведь еще в начале 20-го столетия исследователи нередко называли эти зоны бездействующими, так как не могли уяснить – какова их функция.

В тот момент никак не удавалось связать деятельность этой части мозга с какими-то внешними проявлениями.

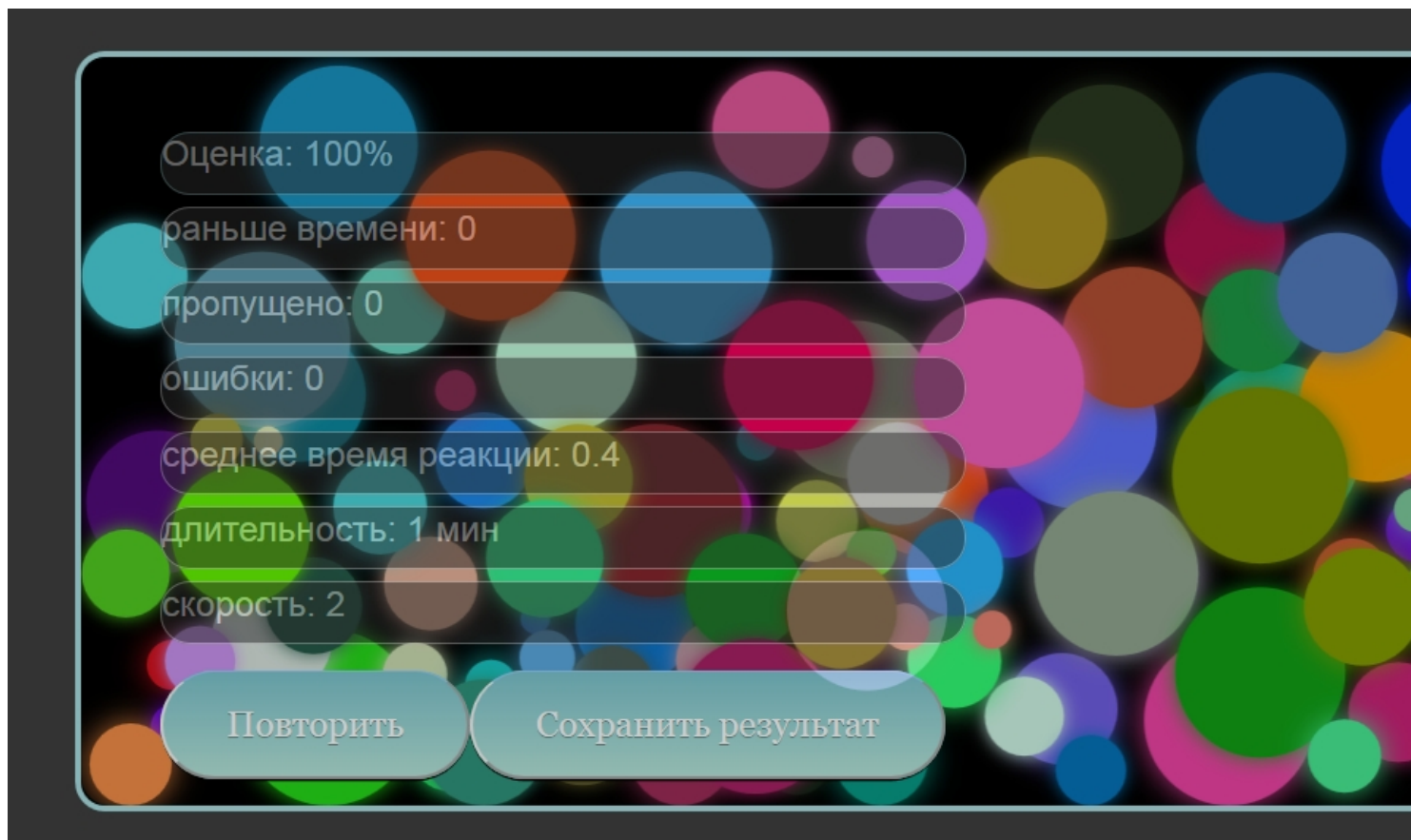
Зато сейчас лобные доли коры головного мозга человека получили название «дирижера», «координатора» – учеными бесспорно доказано, что именно они оказывают огромное влияние на согласование множества нейронных структур в головном мозге человека и отвечают за то, чтобы все «инструменты» в этом «оркестре» звучали гармонично.

Особенно важно, что именно в лобных долях находится тот центр, который служит регулятором сложных форм человеческого поведения.

Другими словами, эта часть головного мозга отвечает за то, насколько хорошо мы оказываемся способны организовывать свои мысли и действия в соответствии с теми целями, которые стоят перед нами. Также полноценное функционирование лобных долей дает каждому из нас возможность сопоставлять свои действия с теми намерениями, для осуществления которых мы их совершаем, выявлять несоответствия и исправлять ошибки.

Эти области головного мозга считаются средоточием процессов, лежащих в основе произвольного внимания.

Но для того, чтобы эти зоны коры справлялись с задачами, которые встают перед ними, их нужно развивать и регулярно тренировать. Нейрофизиологи своими исследованиями подтверждают – заметная активизация этих участков стабильно наблюдается при решении интеллектуальных задач.



Какая разница между [ФОКУШАРИКАМИ](#) и обычными компьютерными играми?

Разница огромная! Компьютерные игры, несмотря на то, что они требуют высокий уровень концентрации, не способны решить проблему нарушения внимания. Дело в том, что компьютерные игры включают большое количество сильных раздражителей одновременно, что создает высокое эмоциональное напряжение у пользователя. Большинство детей и взрослых, страдающих ADHD, способны прекрасно концентрироваться в ситуации с высоким уровнем раздражителей. Программа же наоборот, предъявляет раздражители низкого уровня, эмоционально ненасыщенного. Как например в процессе изучения нового материала, чтения, письма, и конечно на уроке, когда необходимо слушать учителя... Программа имитирует ситуацию со слабыми раздражителями, так что продвигаясь в тренинге, пациент начинает гораздо лучше справляться с ежедневными ситуациями.

РЕЗУЛЬТАТ УЖЕ ЧЕРЕЗ НЕСКОЛЬКО НЕДЕЛЬ!

Вы начинаете тренироваться каждый день, по 10-20 минут и уже через несколько недель чувствуете первые результаты. Ребенок (или взрослый) начинает с удивлением замечать, что учиться стало легче, потому что появилась способность слушать, понимать и запоминать! Ведь программа развивает не только внимание, но и память во всех ее аспектах : зрительная, слуховая, моторная, кратковременная (рабочая или оперативная), долговременная и т.д.

Более того, появляется стремление все делать вовремя, ваш ребенок начинает больше успевать!

Через несколько недель регулярных занятий создается впечатление, будто ребенок «вдруг повзрослел». Это потому, что у него появилось больше контроля над собой - он становится спокойнее, терпеливее, усидчивее.

Улучшается настроение, повышается мотивация к учебе.

Нормализуются отношения со сверстниками, так как уменьшается импульсивность, свойственная СДВГ (ADHD), и формируются желательные поведенческие навыки – умение выслушать, пойти на компромисс.

[НАЧАТЬ ТРЕНИНГ](#)

Для дополнительной информации и записи на консультацию обращайтесь по телефону: 0508160331

О программе:

Программа построена по принципу [биофидбека](#) (но без электродов), и основана на электромагнитной активности мозга. Метод формирует способность эффективно работать на трех уровнях волновых частот мозга:

Alpha, Beta 1 и Beta 2

(спокойное созерцание, сосредоточение, и готовность к напряженной умственной работе), быстро переходить от одного состояния к другому, и в особенности извлекать **волны Beta 1**

, что позволяет улучшить кровоснабжение лобных долей мозга, а также доставку допамина.