

## Formation Neurofeedback Dynamique NeurOptimal®

Le neurofeedback dynamique est une technique qui utilise l'électroencéphalographie (EEG) pour mesurer l'activité cérébrale et fournir des informations en temps réel sur le fonctionnement du cerveau. Cette forme de neurofeedback permet aux individus de modifier leur activité cérébrale afin d'améliorer leur fonctionnement mental, émotionnel et physique. L'entraînement cérébral est une méthode simple et efficace, non invasive et sans effet indésirable qui contribue au bien-être. Avec le Neurofeedback dynamique, devenez plus flexible et résilient grâce au développement de votre plasticité cérébrale, et devenez Trainer.

- Amélioration des performances mentales : Le neurofeedback dynamique peut aider à améliorer la concentration, la mémoire, la clarté mentale et la performance cognitive en général. En régulant leur propre activité cérébrale, les individus peuvent atteindre un état de fonctionnement optimal.
- Gestion du stress et des émotions : Le neurofeedback dynamique peut être utilisé pour aider à réduire le stress, l'anxiété et d'autres problèmes émotionnels. En identifiant les schémas d'activité cérébrale associés à des états de stress ou d'anxiété, l'entraînement cérébral permet une meilleure autorégulation et favorise des états de calme et de relaxation.
- Développement personnel : Le neurofeedback dynamique peut également être utilisé pour le développement personnel et la croissance personnelle. En entraînant son propre fonctionnement cérébral, une personne peut mieux modifier ses schémas de pensée, ses réactions émotionnelles et ses comportements, ce qui peut conduire à des changements positifs dans sa vie.
- Le neurofeedback dynamique est utilisé pour l'amélioration de divers troubles neurologiques et psychiatriques tels que l'hyperactivité, l'autisme, la dépression, les troubles du sommeil et les traumatismes cérébraux. En formant des particuliers ou les professionnels de la santé à cette technique, ils peuvent offrir un outil efficace.

Il convient de noter que la pratique du neurofeedback dynamique nécessite une formation spécifique pour comprendre les principes fondamentaux de cette technique, et guider les individus dans leur apprentissage de la régulation cérébrale. Il est donc recommandé de suivre une formation appropriée auprès de professionnels qualifiés avant de pratiquer le neurofeedback dynamique.

Cette formation permet aux praticiens de développer une compréhension plus approfondie des principes théoriques et techniques du Neurofeedback Dynamique, ainsi que de perfectionner leurs compétences dans l'application pratique. Il est important de noter que la formation comporte un niveau basique deux jours et avancé deux jours.

*Avec la formation complète de Neurofeedback dynamique, gagnez-en compétences.*

Format de la formation : présentiel ou distanciel par ZOOM

Nature de l'action : action de formation

Durée : 4 jours, 14 heures (4 journées de formation)

Horaires : 9h00 -17h00 (pauses matin & après-midi 10 mn - pause déjeuner 1h 12h30 – 13h30)

Tarifs : 1400,00€

Modalités : inscription par téléphone au 06.50.13.04.31 ou sur le site internet [www.bestofbrain.fr](http://www.bestofbrain.fr) (bulletin d'inscription à télécharger)

Délais d'accès : Une semaine

Cibles :

- Personnes qui se destinent à un métier d'accompagnement
- Reconversion professionnelle
- Praticiens en thérapies brèves déjà en exercice,
- Praticiens en recherche d'outils complémentaires
- Toute personne ayant une appétence pour l'accompagnement et l'aide à la personne.

# Organisme de Formation



**Nombre de personnes** Minimum 1 Maximum 8

**Lieu de la formation** Si Présentiel au 5, Avenue du Grand Cavalier 06600 Antibes  
Si Distanciel par ZOOM

**Prérequis** Pas de prérequis

**Intervenant** Sandrine Teboul

- DFSSU “Pratiques de la psychothérapie et psychopathologie clinique” Université Paris 8
- Certification canadienne Instructeur de Neurofeedback Dynamique
- Certification avancée Traîné Neurofeedback Dynamique

## Méthodes pédagogiques utilisées

### Les moyens pédagogiques

- ➔ Support PowerPoint pour le cours théorique
- ➔ Vidéos
- ➔ Mise en situation avec jeux de rôle pour un apprentissage et une mise en pratique.
- ➔ Échanges des participants et retour d’expériences avec le groupe

### Moyens utilisés

- ➔ Ordinateur Mac (formateur)
- ➔ Vidéoprojecteur
- ➔ Systèmes de Neurofeedback Dynamique NeurOptimal® mis à disposition pour la pratique.
- ➔ Stylos - Gel Hydro alcoolique
- ➔ Salle de formation - Connexion Internet
- ➔ Espace détente avec bouteilles d’eaux - Café - Thés - Tisane - Gâteaux mis à disposition

### Documents pédagogiques

- ➔ Support papier pédagogique transmis par mail avant la formation (si visioconférence) ou le jour de la formation (si présentiel).
- ➔ Documents pédagogiques transmis par mail avant la formation (si visioconférence) pendant et après la formation.

### Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Nos formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap PSH.

Nous vous conseillons de nous contacter en amont de la formation afin qu’une étude soit réalisée en fonction des besoins. Sandrine Teboul pourra ainsi adapter la formation en fonction de vos difficultés et besoins.

### Objectifs pédagogiques

A l’issue de la formation, les participants seront en capacité de :

- ➔ Faire la différence entre la méthode linéaire et dynamique.
- ➔ Connaître le Neurofeedback dynamique et son fonctionnement
- ➔ Comprendre la dynamique du cerveau

- S'imprégner du fonctionnement de la méthode pour être un meilleur Trainer
- Faire fonctionner la machine et poser les capteurs
- Utiliser les supports d'aide et les outils à la disposition du Trainer.
- Se familiariser avec l'ordinateur et le logiciel de Neurofeedback Dynamique
- Développer leur entreprise de Neurofeedback Dynamique
- Connaître les approches les plus récentes du Neurofeedback Dynamique
- Comprendre la science derrière NeurOptimal®
- Comprendre les concepts de base des systèmes Dynamiques
- Développer les connaissances du Neurofeedback Dynamique et son fonctionnement
- Connaître la psychologie derrière NeurOptimal®
- Développer ses connaissances du Neurofeedback Dynamique et la psychologie
- Développer ses connaissances du Neurofeedback Dynamique et sa philosophie
- Savoir Mesurer les changements. Appliquer S.O.R.T avec les DIFS
- Développer votre entreprise et créer un rapport efficace avec vos clients
- Maîtriser les bases du succès dans la création de votre entreprise NeurOptimal®
- Développer des stratégies pour soutenir vos clients

## Evaluation

- *Les connaissances et compétences des participants sont évaluées à la fin de chaque module (27 modules au total) par un quizz ; des exercices d'applications, des travaux de groupe, des ateliers pratiques sont également réalisés en cours de formation.*
- *A l'issue de la formation, QCM de 40 questions sont envoyés en ligne au participant.*
- *Il faut 90% de bonnes réponses pour valider.*
- *La satisfaction des participants est également évaluée après la formation.*
- *Un Certificat de réalisation de formation est délivré à l'issue de la formation.*

## Contenu de la formation et méthodes pédagogiques

Méthodes pédagogiques utilisées :

- Méthode affirmative (apport théorique de l'expert), Méthode interrogative (sessions de questions-réponses), Méthode expérimentielle (démonstration par l'expert et mise en application).

Ces méthodes alterneront les unes avec les autres tout au long de la formation.

### Jour 1

09h00 – 12h30

**Module 1 (1h) :** Comprendre la dynamique du cerveau

Méthodes pédagogiques utilisées : Méthode affirmative - Méthode interrogative

#### La Philosophie et la théorie du Neurofeedback dynamique NeurOptimal®

- Les Connaissances de base sur le cerveau I
- Le cerveau, un système dynamique
- Le fonctionnement dynamique du cerveau
- La variabilité des processus
- Le système nerveux central (SNC)
- Qu'est-ce qu'un système en bonne santé
- *Questions et discussion : un temps pour réviser le module 1*

**Module 2 (1h) :** Faire la différence entre la méthode linéaire et dynamique

Méthodes pédagogiques utilisées : Méthode affirmative - Méthode interrogative

#### Les fondements du Neurofeedback dynamique NeurOptimal®

- Qu'est-ce que le Neurofeedback ?

Best of Brain® 5, Avenue du Grand Cavalier 06600 ANTIBES  
Tél : +33 (0)6 50 13 04 31 - Web : [www.bestofbrain.fr](http://www.bestofbrain.fr) - Courriel : [contact@bestofbrain.fr](mailto:contact@bestofbrain.fr)  
EI - SIREN 519.462.733 - SIRET 519.462.733.00089 - Code APE 8559B - NDA 93 06 99445 06 Provence Alpes Côte d'Azur

- Le Neurofeedback - 2 domaines - Le Neurofeedback linéaire - Le Neurofeedback® Dynamique
- Que fait le Neurofeedback et comment fonctionne-t-il ?
- Comment le neurofeedback peut-il aider ?
- Tout n'est pas du Neurofeedback
- *Questions et discussion : un temps pour réviser le module 2*

*Pause 10 mn*

**Module 3 (1h20) :** Connaître le Neurofeedback dynamique et son fonctionnement  
Méthodes pédagogiques utilisées : Méthode affirmative - Méthode interrogative

### **L'histoire du Neurofeedback dynamique NeurOptimal®**

- La mission du Neurofeedback dynamique NeurOptimal®
- L'historique du Neurofeedback
- L'historique de Neurofeedback dynamique NeurOptimal® de 1993 à nos jours
- *Questions et discussion : un temps pour réviser le module 3*

*Pause Déjeuner 1h*

**13h30 – 17h00**

**Module 4 (1h40) :** Connaître le Neurofeedback dynamique et son fonctionnement  
Méthodes pédagogiques utilisées : Méthode affirmative - Méthode interrogative

### **Comment fonctionne le Neurofeedback dynamique**

- Qu'est-ce que le système Neurofeedback dynamique NeurOptimal® ?
- Les systèmes dynamiques non linéaires
- Neurofeedback dynamique NeurOptimal®, un entraînement cérébral
- Que fait le Neurofeedback dynamique NeurOptimal® ?
- Un Système d'autorégulation du cerveau
- *Questions et discussion : un temps pour réviser le module 4*

*Pause 10 mn*

**Module 5 (1h40) :** S'imprégner du fonctionnement de la méthode pour être un meilleur Trainer, faire fonctionner la machine et poser les capteurs  
Méthodes pédagogiques utilisées : Méthode affirmative - Méthode interrogative

### **Les aspects techniques du système**

- Les composants du système Neurofeedback dynamique NeurOptimal®
- La configuration du système Neurofeedback dynamique NeurOptimal®
- L'installation du système Neurofeedback dynamique NeurOptimal®
- *Questions et discussion : un temps pour réviser le module 5*

**Jour 2**

**09h00 – 12h30**

**Module 6 (1h40) :** S'imprégner du fonctionnement de la méthode pour être un bon praticien, faire fonctionner la machine et poser les capteurs  
Méthodes pédagogiques utilisées : Méthode affirmative - Méthode interrogative - Méthode expérientielle

## Exécution d'une session de Neurofeedback dynamique NeurOptimal®

- La prise en main du système NeurOptimal®
- Le branchement du client
- Le lancement du système de Neurofeedback dynamique NeurOptimal®
- L'entraînement cérébral
- *Questions et discussion : un temps pour réviser le module 6*

*Pause 10 mn*

**Module 7 (50 mn) :** Utiliser les supports d'aide et les outils à la disposition du Trainer  
Méthodes pédagogiques utilisées : Méthode affirmative - Méthode interrogative - Méthode expérientielle

## Le rôle du Traîné (praticien)

- Être un détective pour identifier avec le client les changements
- Libérer et gérer les attentes du client
- Éduquer les Clients
- Répondre aux questions des clients
- Le Suivi de leurs changements
- *Questions et discussion : un temps pour réviser le module 7*

**Module 8 (50 mn) :** Utiliser les supports d'aide et les outils à la disposition du praticien  
Méthodes pédagogiques utilisées : Méthode affirmative - Méthode interrogative

## Outils de suivis et d'analyse

- Le Suivi des progrès
- Les préoccupations du client
- Les souhaits du client
- L'introspection des changements
- *Questions et discussion : un temps pour réviser le module 8*

*Pause Déjeuner 1h*

**13h30 – 17h00**

**Module 9 (1h30) :** Se familiariser avec l'ordinateur et le logiciel de Neurofeedback®  
Méthodes pédagogiques utilisées : Méthode affirmative - Méthode interrogative - Méthode expérientielle

## L'aspect technique

- Les mises à jour du système
- Zen Connect : l'assistance en ligne
- *Questions et discussion : un temps pour réviser le module 9*

*Pause 10 mn*

**Module 10 (1h) :** développer leur business Neurofeedback®  
Méthodes pédagogiques utilisées : Méthode affirmative - Méthode interrogative

## Création de votre entreprise

- *Questions et discussion : un temps pour réviser le module 10*

**Module 11 (50 mn) :** développer leur business Neurofeedback®  
Méthodes pédagogiques utilisées : Méthode affirmative - Méthode interrogative

## La maintenance du système

- *Questions et discussion : un temps pour réviser le module 11 Conclusion*

## **Jour 3**

**09h00 – 12h30**

**Module 12 (30 mn):** Connaître les approches les plus récentes du Neurofeedback Dynamique  
Méthodes pédagogiques utilisées : Méthode affirmative - Méthode interrogative

### **La science derrière NeurOptimal®**

- Le langage du cerveau pour communiquer avec lui-même
- Dynamique du cerveau / Variabilité des processus
- Activité permanente et auto-régulation
- Le SNC détecte les changements : DIFC
- NeurOptimal® communique avec le snc comme le snc communique sur lui-même.
- *Questions et discussion : un temps pour réviser le module 1*

**Module 13 (15 mn):** Comprendre la science derrière NeurOptimal®  
Méthodes pédagogiques utilisées : Méthode affirmative - Méthode interrogative

### **Entraînement versus traitement**

- NeurOptimal® reflète le SNC
- *Questions et discussion : un temps pour réviser le module 2*

**Module 14 (1h15) :** Comprendre les concepts de base des systèmes Dynamiques  
Méthodes pédagogiques utilisées : Méthode affirmative - Méthode interrogative – Méthode expérientielle

### **Les mathématiques**

- Signal électrique EEG cohérent – persistant
- Le cerveau se réoriente vers le présent
- L'élégance de la mesure du battement d'ailes de l'EEG
- Débruitage adaptatif
- Que fait le cerveau avec ces informations ?
- Tout est dans les mathématiques
- Application des capteurs
- Ciblage avec les enveloppes temps-fréquences
- *Questions et discussion : un temps pour réviser le module 3*

**Pause 10 mn**

**Module 15 (1h20) :** Comprendre les concepts de base des systèmes Dynamiques  
Méthodes pédagogiques utilisées : Méthode affirmative - Méthode interrogative

### **Un système dynamique Non-Linéaire**

- Caractéristiques d'un système dynamique non linéaire
- L'effet papillon
- Dépendance sensible aux conditions initiales
- Les 4 procédures de contrôle dynamique non linéaires
- Les contraintes extrinsèques
- *Questions et discussion : un temps pour réviser le module 4 •*

**Pause Déjeuner 1h**

**13h30 – 17h00**

**Module 16 (1h20):** Comprendre les concepts de base des systèmes Dynamiques  
Méthodes pédagogiques utilisées : Méthode affirmative - Méthode interrogative

## Retour aux Mathématiques

- La JTFA et les NDS
- Différence entre EEG et bruit de ligne
- Entraînement Neurofeedback non linéaire Dynamique
- Le principe de Heseinberg
- L'attracteur de Lorenz
- *Questions et discussion : un temps pour réviser le module 5*

**Module 17 (1h):** Savoir Mesurer les changements  
Méthodes pédagogiques utilisées : Méthode affirmative - Méthode interrogative – Méthode expérientielle

## Le suivi des changements et les outils

- Suivi des changements
- Les outils de suivi de progrès
- *Questions et discussion : un temps pour réviser le module 6*

**Module 18 (1h) :** Développer votre entreprise et créer un rapport efficace avec vos clients  
Méthodes pédagogiques utilisées : Méthode affirmative - Méthode interrogative – Méthode expérientielle

## Le succès en tant que Traînéur NeurOptimal®

- Entraînez-vous vous-même !
- *Questions et discussion : un temps pour réviser le module 7*

### Jour 4

9h00 – 12h30

**Module 19 (45 mn):** Développer des stratégies pour soutenir vos clients  
Méthodes pédagogiques utilisées : Méthode affirmative - Méthode interrogative – Méthode expérientielle

## Relation avec le client

- Travailler avec des clients
- Consentement éclairé – Respect essentiel
- Confidentialité – Confiance essentielle
- *Questions et discussion : un temps pour réviser le module 8*

**Module 20 (30 mn) :** Développer les connaissances du Neurofeedback et son fonctionnement  
Méthodes pédagogiques utilisées : Méthode affirmative - Méthode interrogative

## L'approche dynamique Non-Linéaire

- Qu'est-ce qu'une approche non linéaire ?
- La dynamique non linéaire dans la transformation
- *Questions et discussion : un temps pour réviser le module 9*

**Module 21 (45 mn) :** Connaître la psychologie derrière NeurOptimal®  
Méthodes pédagogiques utilisées : Méthode affirmative - Méthode interrogative

## Les nœuds

- Délier les nœuds
- L'inconscient ne perçoit pas le sens de la négation
- Un nouveau sens linguistique

- *Questions et discussion : un temps pour réviser le module 10*

**Pause 10 mn**

**Module 22 (1h20):** Développer ses connaissances du Neurofeedback Dynamique et la psychologie  
Méthodes pédagogiques utilisées : Méthode affirmative - Méthode interrogative

### **La vie change et se transforme**

- Le changement invite à changer
- La nature fondamentale de toute chose est le changement
- Solution et problème
- Résilience et Flexibilité : deux fonctions essentielles
- Qu'est-ce qu'un trouble ?
- Qu'est-ce que la transformation personnelle ?
- *Questions et discussion : un temps pour réviser le module 11*

**Pause Déjeuner 1h**

**13h30 – 17h00**

**Module 23 (30 mn):** Appliquer S.O.R.T avec les DIFS  
Méthodes pédagogiques utilisées : Méthode affirmative - Méthode interrogative - Méthode expérientielle

### **S.O.R.T Les D.I.F.S**

- Chercher la différence
- S.O.R.T dans les D.I.F.S
- Transformation rapide orientée solution
- *Questions et discussion : un temps pour réviser le module 12*

**Module 24 (30 mn):** Appliquer S.O.R.T avec les DIFS  
Méthodes pédagogiques utilisées : Méthode affirmative - Méthode interrogative

### **Solutions et problèmes**

- Différences entre solutions et problèmes
- Pourquoi la méthode S.O.R.T est importante pour nous ?
- *Questions et discussion : un temps pour réviser le module 13*

**Module 25 (30 mn):** Développer votre entreprise et créer un rapport efficace avec vos clients  
Méthodes pédagogiques utilisées : Méthode affirmative - Méthode interrogative

### **Le Traînéur NeurOptimal®**

- En tant que Traînéur
- La relation Traînéur – Client
- A bas les mythes
- Les outils de suivi des clients
- *Questions et discussion : un temps pour réviser le module 14*

**Pause 10 mn**

**Module 26 (1h) :** Développer ses connaissances du Neurofeedback Dynamique et sa philosophie  
Méthodes pédagogiques utilisées : Méthode affirmative - Méthode interrogative - Méthode expérientielle

### **La philosophie sous-jacente de NeurOptimal®**

- Comprendre la philosophie sous-jacente
- Karma : la loi de cause à effet
- La réponse d'orientation

- Signaux
- La réponse de relaxation
- Interrompt le processus de recréation du traumatisme
- Le rôle du Dharma
- *Questions et discussion : un temps pour réviser le module 15*

**Module 27 (50 mn) :** Développer ses connaissances du Neurofeedback Dynamique et sa philosophie  
Méthodes pédagogiques utilisées : Méthode affirmative - Méthode interrogative

### **Présence d'esprit et transformation**

- Ce qui est ...maintenant et dans le moment présent
- Comment percevoir à nouveau
- Qu'est-ce que le désordre ?
- Nos capacités intrinsèques d'auto-organisation et d'auto-régulation
- La vie est aussi simple
- *Questions et discussion : un temps pour réviser le module 16*
- Félicitations

### **Conclusion**

Mise en situation avec jeux de rôle pour un apprentissage et une mise en pratique."

Partage des expériences en tant que Traîné depuis 2012.

Possibilité de faire venir des praticiens pour partager leurs expériences avec le groupe"

Échanges des participants et feedback sur la formation.

Quizz en ligne pour validation formation

### **Bibliographie**

- [www.bestofbrain.fr/memoire](http://www.bestofbrain.fr/memoire)
- [www.neuroptimal.com](http://www.neuroptimal.com)
- Le Neurofeedback Dynamique, livre de Corinne Fournier et Pierre Bohn