

Obsah

0.0 Předmluva	9
0.1 Úvod	12
1.0 Mozek a život	14
2.0 Bioneuroanatomie a naše smysly	25
2.1 Homeostáza a stres	31
2.11 Soubory příznaků stresem podmíněných poruch	38
3.0 Potrava pro mozek	43
3.1 Chytré pipulky	48
4.0 Úvod do neurotechnologických pojmů	55
4.1 Aplikace neurotechnologických metod	60
4.21 Biofeedback	62
4.22 Jednotlivé modalities biofeedback	63
4.23 Klinická a samoučivatelská praxe	73
4.3 Audiovizuální stimulace	77
4.4 Přístrojové vybavení AVS z hlediska vývoje	80
4.5 Přehled uživatelských zásad u AVS	97
4.61 Návčik relaxační reakce a psychofyziologický trénink	102
4.62 Návčik a užívání změněných stavů vědomí	104
4.63 Klinický přístup a aplikace	118
4.64 Programování audiovizuálních přístrojů	122
5.0 Ostatní neurotechnologické metody	123
6.0 Závěrečný komentář	129
7.0 Slovníček pojmů	132
8.0 Seznam odborné literatury	134
9.0 Seznam přístrojů AVS	143
10.0 Chronologie	145
11.0 Doslov	151