

뉴로하모니 S20 사용설명서

[훈련 프로그램 및 뇌훈련 관리]

www.panaxtos.com



훈련 프로그램

1. 트레이닝 프로토콜

“Training Protocol” 은 뉴로피드백 훈련을 위해 자신의 뇌에 필요한 뇌파 대역에 대한 뇌파조절 기법을 의미하며, 훈련 모드는 휴식, 주의력, 집중력 3가지를 지원하고 있습니다.

● 주의사항

1) 상태에 맞는 훈련모드를 사용해야 합니다.

2) 훈련모드 설정 시 주의사항

훈련모드는 일단 정해지면 함부로 바꾸면 안 됩니다. 따라서 훈련모드를 설정할 때는 가급적 신중하고 정확하게 해야 합니다. 가능한 자신의 상태가 정상적일 때 하는 것이 좋습니다. 또한 뇌파는 환경의 영향에도 민감하기 때문에 측정 환경이 조용하고 쾌적한 것이 좋습니다. 훈련모드 측정을 할 때는 다음과 같은 준비가 필요합니다.

- 측정 전날에 과음이나 과식을 하지 않는다.
- 잠을 충분히 잔다.
- 측정 전에 운동을 하거나 다투는 등 흥분된 상태를 만들지 않는다.
- 커피나 녹차 등 카페인 음료를 마시지 않는다.
- 가능하면 약 복용을 일시적으로 하지 않는다.
- 식사 직후에 하지 않는다.
- 잠에서 깬 직후나 잠들기 직전에 하지 않는다.
- 소음과 진동이 심한 곳에서 하지 않는다.
- 습하거나 지나치게 건조하거나, 너무 덥거나 추운 곳에서 하지 않는다.
- 사람이 많은 곳에서 하지 않는다.
- 전자 제품 바로 옆이거나 전자제품이 많은 곳에서 하지 않는다.

3) 훈련모드 재설정

- (1) 훈련을 해도 변화가 잘 안 나타나는 사람
- (2) 훈련을 하면 두통이나 기타 다른 이상이 나타나는 사람

이 두가지 경우는 뇌파모드를 재검사할 필요성이 있습니다. 이 경우에는 “Training Protocol” 을 다시 실행하여 “훈련모드를 아십니까?” 메뉴에서 “NO”를 선택하여 재검사를 해야 합니다. 결과가 기존의 훈련모드와 동일하게 나오면 훈련 시간이 부족했거나 훈련자세나 기타 다른 원인을 생각해 봐야 합니다.

(1)의 경우는 정기적으로 꾸준히 하지 않았을 가능성이 큼니다. 매일 또는 2일이 한 번씩 최소 20분 이상을 꾸준히 한다면 변화가 나타납니다.

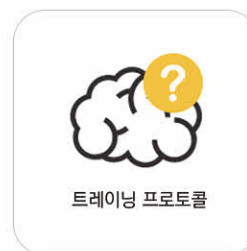
(2)의 경우에서 두통이 생기는 경우는 일반적으로 뇌가 작든 큰 손상을 당했을 가능성이 있습니다. 기억하지 못하거나 또는 잊어버렸을 수 있는 손상으로, 물리적 충격이나 약물과용, 고열, 지나친 스트레스, 심리적인 충격, 화학적인 중독이나 손상 등 다양한 원인들이 있습니다. 이런 경우 훈련에 의해 신경망이 새롭게 발달하면서 손상 부위가 회복되는 과정에서 두통이 발생하는 것으로 꾸준히 훈련을 하면 두통이 사라집니다.

훈련 프로그램

● 트레이닝 프로토콜 사용 방법

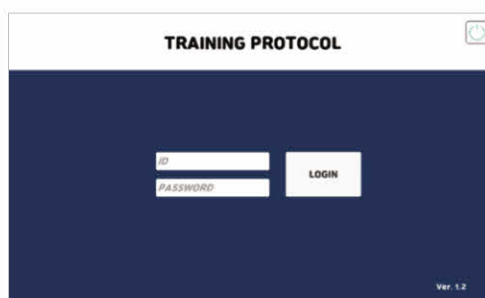
1) “트레이닝 프로토콜” 접속

“트레이닝 프로토콜” 앱에 접속합니다.



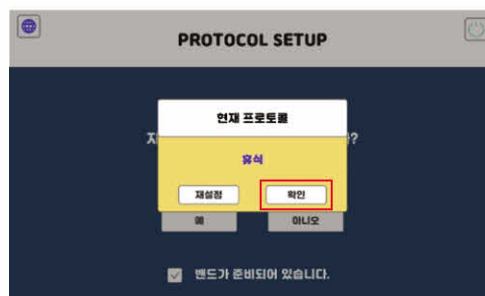
2) 로그인

아이디와 비밀번호를 입력합니다.

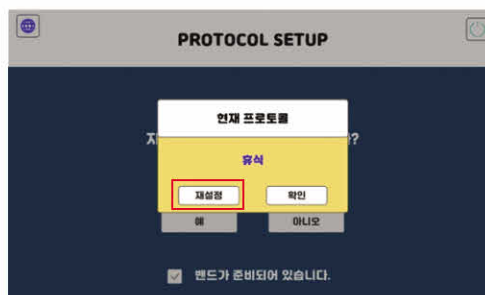


3) 프로토콜 설정

(1) 회원의 프로토콜이 설정값 “휴식”과 동일할 경우 “확인”을 선택합니다.



(2) 회원의 프로토콜을 변경해야하는 경우 “재설정”을 선택합니다.



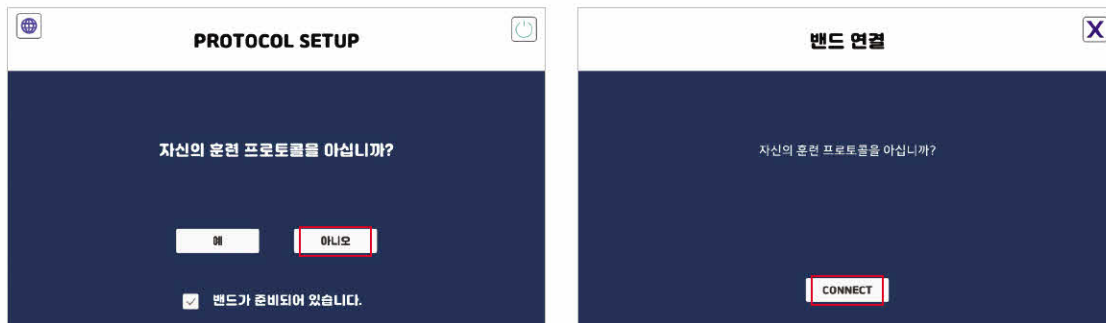
(3) 회원의 프로토콜을 아는 경우 “예”를 선택합니다. 프로토콜 3가지 중에서 회원의 프로토콜을 선택합니다.



훈련 프로그램

(4) 회원의 프로토콜을 모를 경우 “아니오”를 선택합니다.

- S20 밴드 전원을 켜서 프로토콜 앱과 연결 시킵니다.



회원의 프로토콜 검사 3분(휴식:1분 / 주의력:1분 / 집중력:1분) 진행합니다.



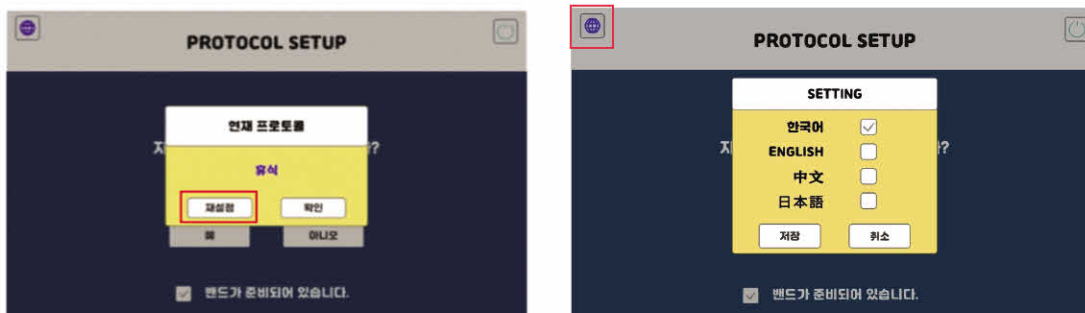
측정결과에서 "저장"을 선택합니다.



4) 언어 설정

트레이닝 프로토콜 접속 후 “재설정”을 선택합니다.

좌측 상단에 지구 모양 아이콘을 선택하시면 언어 설정을 할 수 있습니다.



훈련 프로그램

● S20 밴드 켜기

뉴로하모니 S20 밴드의 전원을 켭니다. 전원이 켜지면 적색등과 녹색등이 같이 표시됩니다.



● 뉴로하모니 훈련 앱 선택

회원에게 필요한 훈련 앱을 선택합니다.

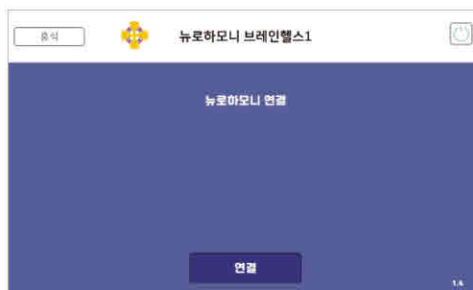


● S20 밴드와 훈련 앱 연결

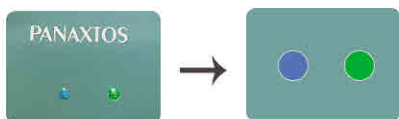
훈련 앱에서 아이디와 비밀번호를 입력하여 로그인 합니다.



훈련 앱에서 “연결” 를 선택합니다.
연결이 완료되면 적색등이 청색등으로 바뀝니다.



* 청색등은 데이터 전송 시작시(훈련시작시) 깜박깜박 거립니다.



훈련 프로그램

1) 호흡

(1) 호흡 자세

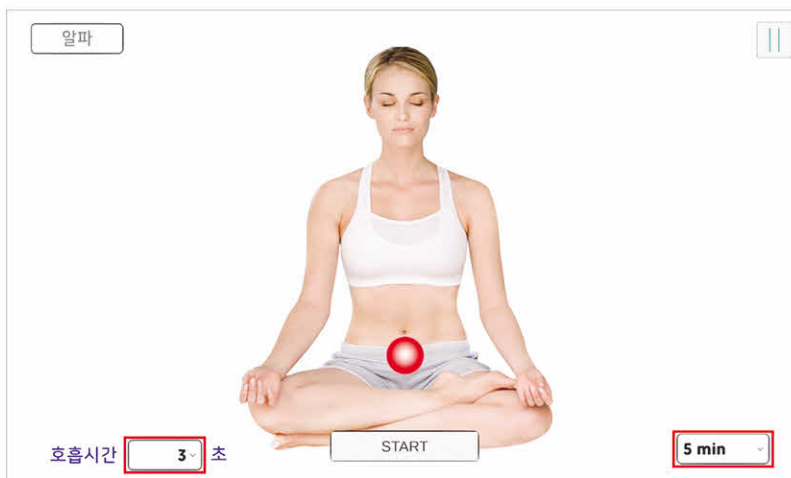
호흡 자세는 몸과 마음의 긴장을 풀고 편안한 자세를 취합니다. 허리를 곧게 펴지 않아도 됩니다. 앉거나, 눕거나 서서 해도 괜찮습니다. 중요한 것은 편안한 자세입니다. 그렇다고 허리를 너무 숙이거나 자세를 뒤로 젖히거나 옆으로 구부리거나 하면 숨이 깊게 들어가지 않기 때문에 반듯한 자세로 허리를 편안하게 펴는 것이 좋습니다. 코로 숨을 천천히 들이마시고 코로 천천히 내쉽니다. 처음에는 3초 들이쉬고 3초 내쉽니다. 중간에 끊어지지 않도록 해야 합니다. 절대로 숨을 가득 들이쉬고 완전히 내쉬지 않아야 합니다. 무리하게 아랫배를 움직여 숨을 쉬지 말고 평소에 숨을 쉬듯이 편안하게 숨을 쉽니다.

(2) 훈련 변화

평소 무의식적으로 하는 호흡보다 더 길게 들이쉬고 내쉬으로써 산소를 충분히 들이쉬고 이산화탄소를 더 많이 배출하게 됩니다. 이에 따라 조식 호흡을 하면서 몸에 조금씩 변화가 나타납니다. 제일 먼저 뇌가 피곤하거나 노화된 사람은 졸리게 됩니다. 건강한 사람은 반대로 머리가 맑고 깨끗해지는 것을 느낍니다. 계속하면 다음에 나타나는 것은 입에 침이 고이기 시작합니다. 침이 나오는 양이 점점 많아지고 소화력도 증가합니다. 계속하다 보면 트림과 가스가 배출되면서 위장이 튼튼해집니다. 그리고 머리가 점점 더 맑아지고 기억력도 좋아지고 학습 능력도 증가합니다. 혈액이 맑아지고 혈액순환도 좋아져서 순환계통에 관련 병들이 호전됩니다. 계속하면 아랫배도 튼튼해지고 허리에 힘도 생겨 체력도 증가하게 됩니다. 꾸준히 호흡을 계속하면 점점 호흡의 길이도 늘어나고 마음도 깊이 안정되어 육체적으로 정신적으로 건강과 능력이 향상됩니다.

(3) 훈련 방법

- 호흡 시간은 기본 3초로 설정이 되어 있으며 빨간 공이 올라오는 시간이 3초, 내려가는 시간이 3초입니다.
 - 시작하면 1초마다 땡땡 소리가 나다가 3초가 되면 약간 높은 음으로 땡 소리가 납니다. 높은 땡 소리에 맞춰 숨을 들이쉬고 내쉬기를 반복합니다.
 - 눈을 감고 땡 소리만 들으면서 호흡을 해도 좋습니다. 다만 처음에는 화면을 보면서 하는 것이 자신의 몸에서 숨이 들어가고 나가는 모습을 생생하게 상상하기가 쉽습니다. 익숙해지면 소리만 듣고 하는 것이 더 편안합니다. 자신에게 맞는 방법을 찾아 하기 바랍니다.
- 빨간 공이 위로 올라올 때 숨을 내쉬고, 빨간 공이 아래로 내려갈 때 숨을 들이마십니다. 빨간공이 자신의 몸에 그대로 위치하고 있다고 상상하면서 호흡을 하세요. 그러면 훈련의 변화를 빨리 느낄 수 있습니다.
- 우측하단의 시간은 호흡앱을 진행하는 총시간 설정입니다.
 - 호흡시간은 3초부터 10초까지 조절이 가능하며, 훈련시간은 5분부터 30분까지 조절이 가능합니다.



훈련 프로그램

2) 기본

(1) 훈련 방법

이 프로그램은 사용자가 자신의 뇌파를 보면서 피드백 음을 듣고 뇌를 훈련시키는 뉴로피드백 훈련입니다. 이것은 게임의 형태가 아니라 피드백 되는 소리에 의한 뉴로피드백 훈련이기 때문에 반드시 화면을 쳐다보지 않고 다른 일을 하면서도 훈련할 수 있습니다.

자신의 훈련모드에 해당하는 상태가 뇌에서 만들어지면 땡 소리가 나면서 작은 원이 점점 커집니다.

그렇지 않으면 땡 소리가 나지 않고 원도 커지지 않습니다. 이 훈련은 시간제한이 없습니다.

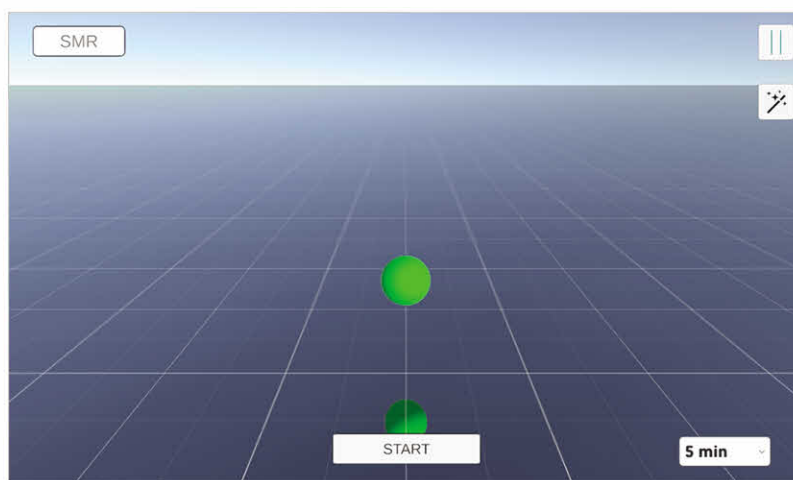
- 회원의 훈련 시간에 맞게 시간(5~20분)을 설정할 수 있습니다.
- 우측 상단에 마법봉 아이콘을 선택하여 "배경 훈련 모드" 체크를 하시면 훈련시간(5~20분)없이 사용할 수 있습니다.

(2) 훈련 변화

화면을 보고 집중해서 하는 것과 화면을 보지 않고 소리만 들으면서 하는 경우에 변화 차이가 있습니다.

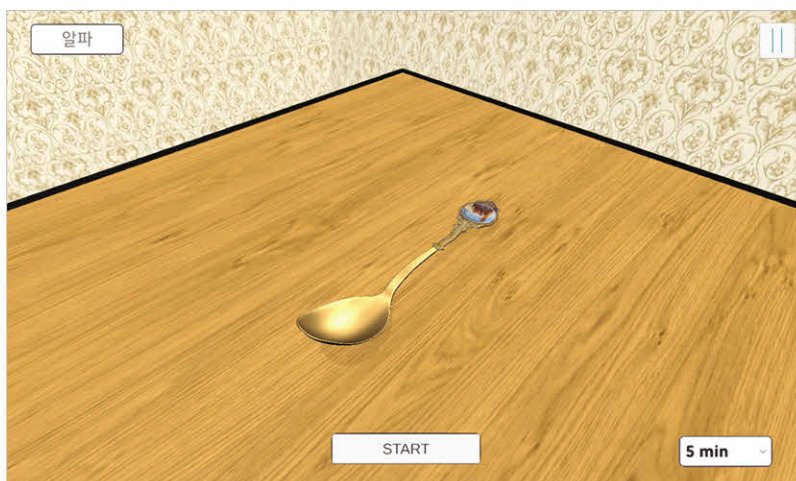
가능하면 집중해서 하는 것이 변화가 더 크게 나타납니다. 편안히 이완하고 자신이 뇌를 프로그램에 맡긴다는 마음가짐으로 해야 하므로 뇌가 이완되면서 탄력성이 높아집니다. 뇌의 기본적인 신경망(Default Mode Network)이 발달하게 되어 편안한 상태에서 각성을 이루도록 유도하여 뇌 발달에 도움이 됩니다.

시간제한이 없이 할 수 있어 움직임이 적은 TV를 보거나 책을 읽거나 침을 맞은 상태나 침대에서 편안히 누워있는 상태에서 훈련을 받을 수 있습니다.

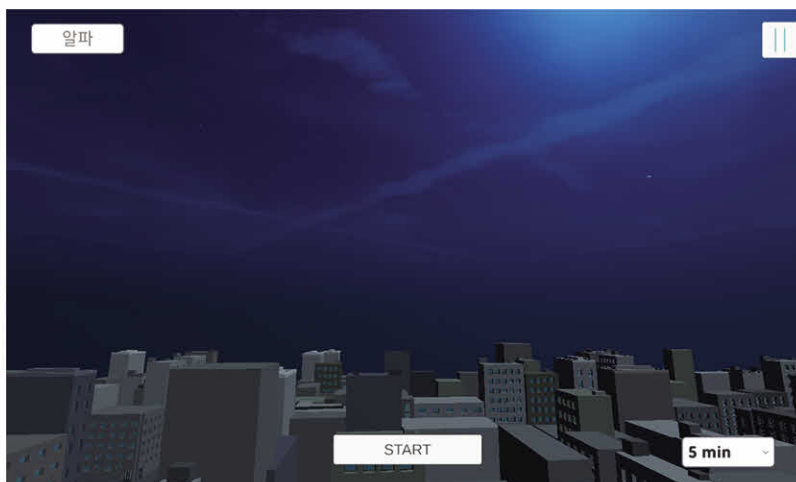


훈련 프로그램

3) 명상-이완 1



4) 명상-이완 2



(1) 훈련 효과

뇌 이완 훈련은 뇌에 쌓여 있는 피로와 스트레스를 풀어주면서 뇌의 탄력과 생명력을 높여주는 프로그램입니다. 편안한 자세로 아무 생각 없이 화면을 쳐다보면서 정신을 훈련에 집중하세요. 이 훈련은 전두엽과 간뇌의 시상, 시상하부, 뇌간의 확산 조절계 등을 발달시켜줍니다. 이 훈련을 하는 중에 뇌의 피로가 풀리면서 졸음이 올 수 있는데 가능하면 졸지 않는 것이 좋지만, 굳이 억지로 졸지 않기 위해 노력할 필요는 없습니다. 편안히 잠이 들어도 좋습니다.

(2) 훈련 방법

뇌 이완 훈련을 하는 방법은 잘 하려는 생각을 버리고 프로그램에 뇌를 맡기고 몸과 마음을 편안하게 이완하고 아무 생각 없이 지켜만 보면서 소리에 집중하는 것입니다. 이렇게 뇌를 맡기면 프로그램에 의해 뇌의 신경망이 새롭게 조직되는 속도가 빠르게 일어납니다.

- 회원의 훈련 시간에 맞게 시간(5~20분)을 설정할 수 있습니다.

훈련 프로그램

5) 명상 1

(1) 훈련 변화

이 훈련은 화가 나거나, 흥분, 긴장, 극심한 피로, 스트레스, 허약 체질 등으로 기운이 없고 상기되는 것을 막아주면서 몸의 기운을 정상 상태로 조절해 주기 때문에 몸과 마음을 편안하게 해주며 피로를 풀어주고 혈압을 낮춰주면서 건강을 증진시켜 주는 변화를 가져옵니다. 허약한 사람이나 피곤한 사람, 혈압이 높은 사람, 스트레스가 높은 사람, 화가 많이 쌓여 있는 사람에게 좋은 변화를 가져옵니다.

(2) 훈련 방법

편안한 자세에서 화면을 바라보고 태양이 내 머릿속으로 들어와 목과 가슴을 지나 아랫배까지 내려가는 것을 상상합니다. 그냥 화면만 쳐다보는 것이 아니고 반드시 화면에 나오는 대로 내 몸에서 태양이 움직인다는 강한 상상을 해야 합니다.

- 화면에 태양의 움직임에 따라 상상합니다.

6) 명상 2

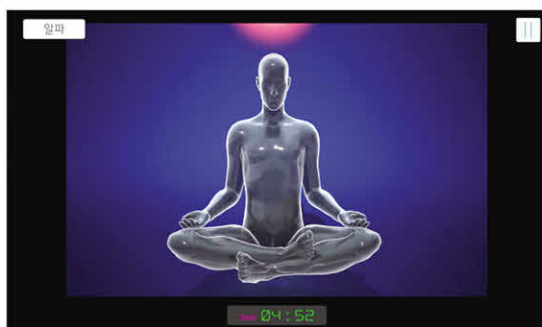
(1) 훈련 변화

이 훈련은 깊은 의식 상태를 경험하게 만들고 몸과 마음의 조화를 이루어 완전한 건 강과 높은 수준의 의식 각성을 이루어줍니다. 정기적으로 꾸준히 훈련하면 뇌와 몸의 건강이 크게 증진되는 변화를 가져옵니다. 잠이 안 오거나, 머리가 아프고, 기운이 상기되어 머리가 무겁고, 귀에서 소리가 나고, 코가 막히거나 가슴이 답답하고, 혈압이 높거나, 스트레스로 몸이 무겁고 피곤할 때 등 건강이 좋지 않고 허약하고 마음이 산만하고 어지러울 때 훈련을 하면 좋습니다. 또한 마음을 고요히 하여 깊은 의식 상태의 명상을 체험할 수도 있습니다.

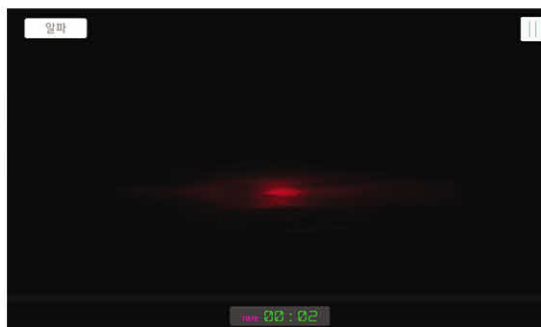
(2) 훈련 방법

긴장을 풀고 편안한 자세로 안내음의 지시에 따라 태양이 내 몸속에서 움직인다는 것을 강하고 생생하게 상상하면서 훈련해야 합니다. 땡 소리가 자주 나면 태양의 움직임이 빨라지고 안 나면 태양이 멈추게 됩니다.

태양이 움직이지 않으면 호흡을 고르거나 몸의 긴장을 풀면서 편안한 마음을 가지도록 노력해야 합니다.



[명상1]



[명상2]

훈련 프로그램

7) 성장

(1) 훈련 변화

뉴로피드백 기술을 통해 성장 관련 뇌 기능과 신경계를 발달시켜 성장 호르몬의 분비를 촉진하고 성장판을 활성화시켜 아동의 키 성장에 도움을 줍니다. 아동의 키 성장을 위해서는 뇌의 성장호르몬 분비가 원활해야 합니다. 뉴로피드백 기술을 통한 뇌신경 발달과 뇌세포의 활성화로 호르몬 분비를 조절하고 이미지 요법과 자기최면요법을 통해 말초신경계와 자율신경계를 자극하여 신경 전달 촉진에 도움을 줍니다.

(2) 훈련 방법

긴장을 풀고 편안한 자세로 안내음의 지시에 따라 태양이 내 몸속에서 움직인다는 것을 강하고 생생하게 상상하면서 시술해야 합니다. 땡 소리가 자주 나면 태양의 움직임이 빨라지고 안 나면 태양이 멈추게 됩니다. 태양이 움직이지 않으면 호흡을 고르거나 몸의 긴장을 풀면서 편안한 마음을 가지도록 노력해야 합니다.



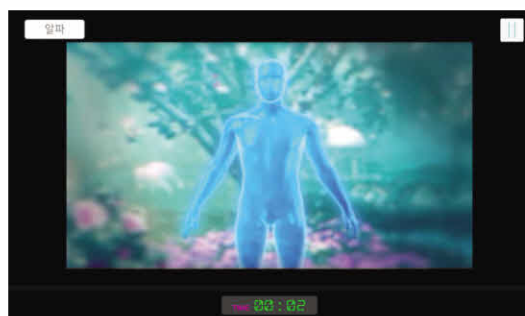
8) 호르몬

(1) 훈련 변화

뉴로피드백 기술과 이미지 요법을 통해 내분비계 호르몬의 밸런스를 높여주어 건강증진의 도움을 줍니다. 이미지 테라피와 자기최면요법을 적용하여 더욱 효과를 높였습니다. 내분비계에서 호르몬의 균형은 건강을 유지하는데 매우 중요합니다. 호르몬 밸런스 프로그램은 내분비계 호르몬의 주요 장소인 뇌하수체, 갑상샘, 부신피질, 생식샘의 호르몬 밸런스를 높여주어 면역력과 신체기능 향상에 도움을 줍니다.

(2) 훈련 방법

긴장을 풀고 편안한 자세로 안내음의 지시에 따라 태양이 내 몸속에서 움직인다는 것을 강하고 생생하게 상상하면서 시술해야 합니다. 땡 소리가 자주 나면 태양의 움직임이 빨라지고 안 나면 태양의 멈추게 됩니다. 태양이 움직이지 않으면 호흡을 고르거나 몸의 긴장을 풀면서 편안한 마음을 가지도록 노력해야 합니다.



훈련 프로그램

9) 집중력 1

(1) 훈련 변화

집중력 훈련은 양궁 게임의 형식으로 되어 있습니다.

이것은 과녁에 정신을 집중하게 하여 한 가지에 몰입하는 능력을 강화시키는 훈련입니다.

또한 땡 소리가 나자마자 화면을 눌러서 화살을 쏘야 하기 때문에 뇌의 순발력과 주의력, 지구력도 함께 발달하게 됩니다. 뇌의 전두엽과 전두연합령, 운동피질, 기저핵, 소뇌 등이 발달하게 됩니다.

(2) 훈련 방법

자신의 훈련 모드 상태가 얼마나 잘 만들어졌느냐에 따라 화살이 과녁에 맞는 위치가 달라지게 됩니다.

잘 만들어지면 질수록 가운데에 맞게 됩니다.

편안한 마음으로 긴장을 풀고 프로그램에 맡기는 것이 좋습니다.

- 땡 소리가 날 때 "SHOOT" 버튼을 누릅니다.
- 땡 소리에 "SHOOT(순발력)"을 늦게 누르면 화살이 빗나가게 됩니다.
- 환자의 치료시간에 맞게 시간(5~20분)을 설정할 수 있습니다.



훈련 프로그램

10) 집중력 2

(1) 훈련 변화

집중력 훈련은 대포 게임의 형식으로 되어 있습니다.

이것은 목표물에 정신을 집중하게 하여 한 가지에 몰입하는 능력을 강화시키는 훈련입니다.

또한 땡 소리가 나자마자 화면에 목표물을 눌러서 대포를 쏘야 하기 때문에 뇌의 순발력과 주의력, 지구력도 함께 발달하게 됩니다.

뇌의 전두엽과 전두연합령, 운동피질, 기저핵, 소뇌 등이 발달하게 됩니다.

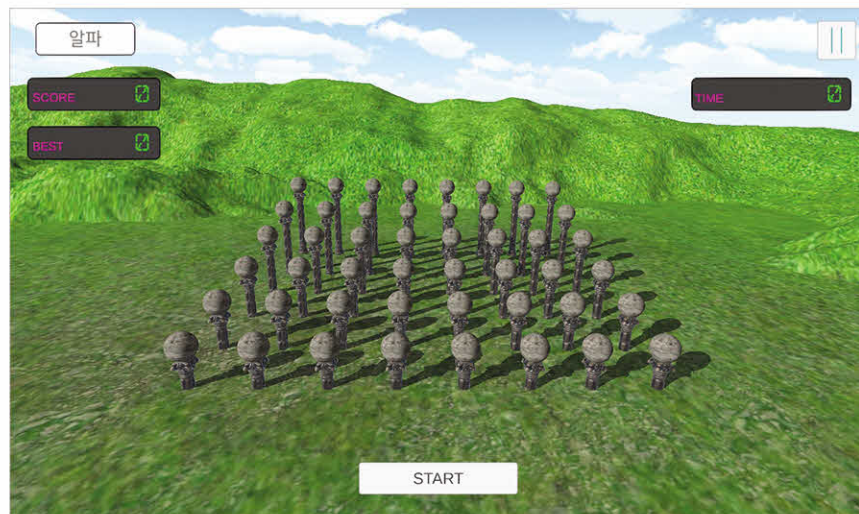
(2) 훈련 방법

자신의 훈련 모드 상태가 얼마나 잘 만들어졌느냐에 따라 대포가 목표물에 맞는 위치가 달라지게 됩니다.

잘 만들어지면 질수록 가운데에 맞게 됩니다.

편안한 마음으로 긴장을 풀고 프로그램에 맡기는 것이 좋습니다.

- 땡 소리가 날 때 원하는 목표물을 터치합니다.
- 땡 소리에 화면을 늦게 누르면 대포가 빗나가게 됩니다.



훈련 프로그램

11) 집중력 3

(1) 훈련 변화

집중력 훈련은 다트 게임의 형식으로 되어 있습니다. 이것은 과녁에 정신을 집중하게 하여 한 가지에 몰입하는 능력을 강화시키는 훈련입니다. 또한 땡 소리가 나자마자 화면을 눌러서 다트 핀을 쏘야 하기 때문에 뇌의 순발력과 주의력, 지구력도 함께 발달하게 됩니다. 뇌의 전두엽과 전두 연합령, 운동피질, 기저핵, 소뇌 등이 발달하게 됩니다.

(2) 훈련 방법

자신의 훈련 모드 상태가 얼마나 잘 만들어졌느냐에 따라 다트 핀이 과녁에 맞는 위치가 달라지게 됩니다. 잘 만들어지면 질수록 가운데에 맞게 됩니다. 편안한 마음으로 긴장을 풀고 프로그램에 맡기는 것이 좋습니다.

- 땡 소리가 날 때 화면을 터치합니다.
- 땡 소리에 화면을 늦게 누르면 다트 핀이 빗나가게 됩니다.



12) 주의력

두더지가 올라왔을 때 올라온 두더지를 터치하여 두더지를 잡으며 점수를 획득합니다.

무작위로 튀어 오르는 두더지들 중에서 선물을 들고 있는 두더지를 찾아서 잡아야 합니다. 여러 대상들 중에서 특정 대상을 골라야 하는 것으로 주의 집중력을 발달시켜주는 프로그램입니다. 뇌파가 제대로 조절이 되면 두더지가 오래 머물지만 그렇지 않으면 금방 사라집니다. 속도가 빠르기 때문에 집중하지 않으면 맞추기 어렵습니다.

- 선물을 들고 있는 두더지를 우선으로 잡습니다.
 - 선물 두더지 10점
 - 일반 두더지 5점
 - 폭탄 두더지 -10점



훈련 프로그램

13) 기억력 1

(1) 훈련 변화

기억력 훈련은 행성의 출현 순서를 기억하여 맞추는 게임으로 기억력을 강화시키는 훈련입니다. 이것은 작업 기억을 담당하는 전두엽뿐만 아니라 기억 기능의 중추적 역할을 하는 해마까지 발달시키는 훈련 프로그램입니다. 정기적으로 지속적인 훈련을 하면 기억력이 놀라울 정도로 향상됩니다.

(2) 훈련 방법

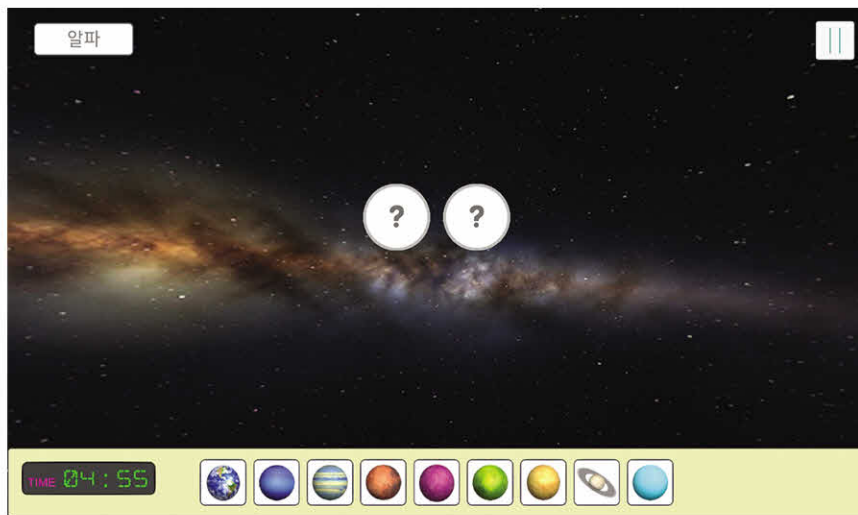
자신의 의식 상태가 훈련 모드 상태가 되면 땡 소리가 나면서, 행성들이 처음에 2개가 순차적으로 나옵니다. 행성이 나온 순서를 기억하여 행성 배열판에서 나온 순서대로 맞추는 것입니다. 2개의 순서를 맞추면 3개로 늘어납니다. 만일 맞추지 못하면 다시 2개가 나옵니다. 이렇게 순차적으로 늘어나 최종적으로는 9개까지 늘어납니다. 9개의 행성이 나오는 순서를 기억했다 행성 배열판에서 나온 순서대로 맞춥니다.

1단계에서는 행성이 나올 때 배열판을 보면서 행성의 순서를 외우게 됩니다. 이렇게 해서 9개까지 다 맞추게 되면 2단계로 자동으로 진행됩니다. 2단계에서는 행성이 나올 때 배열판이 나타나지 않습니다. 다 나온 다음에 배열판이 나오고 행성을 맞추는 방식으로 합니다. 배열판을 보면서 기억하는 것은 쉽지만 보지 않고 기억하는 것은 어렵습니다.

행성을 이미지로 기억하는 것이 중요합니다. 행성이 다 나오고 나면 눈을 감고 행성의 이미지를 떠올려 본 다음 맞추도록 하세요. 이것은 포토 메모리 기능을 강화시키는 효과가 있습니다.

뇌파가 훈련 모드에 맞게 잘 조절이 되면 행성이 오래 머물고 그렇지 않으면 금방 사라집니다.

- 행성이 나온 뒤 물음표가 나왔을 때 배열판에서 터치하여 순서를 맞춥니다.



훈련 프로그램

14) 기억력 2

(1) 훈련 변화

기억력 훈련은 두더지의 출현 순서를 기억하여 맞추는 게임으로 기억력을 강화시키는 훈련입니다.
 이것은 작업 기억을 담당하는 전두엽뿐만 아니라 기억 기능의 중추적 역할을 하는 해마까지 발달시키는 훈련 프로그램입니다.
 정기적으로 지속적인 훈련을 하면 기억력이 놀라울 정도로 향상됩니다.

(2) 훈련 방법

두더지가 나온 순서를 기억하여 순서대로 맞추는 것입니다.
 성공했을 경우 두더지가 나타나는 개수가 늘어나며, 실패했을 경우 동일한 개수의 두더지가 나타납니다.
 두더지를 이미지로 기억하는 것이 중요합니다.
 두더지가 다 나오고 나면 눈을 감고 두더지의 이미지를 떠올려 본 다음 맞추도록 하세요.
 이것은 포토 메모리 기능을 강화시키는 효과가 있습니다.

뇌파가 훈련 모드에 맞게 잘 조절이 되면 두더지가 오래 머물고 그렇지 않으면 금방 사라집니다.



훈련 프로그램

15) 공간지각

(1) 훈련 변화

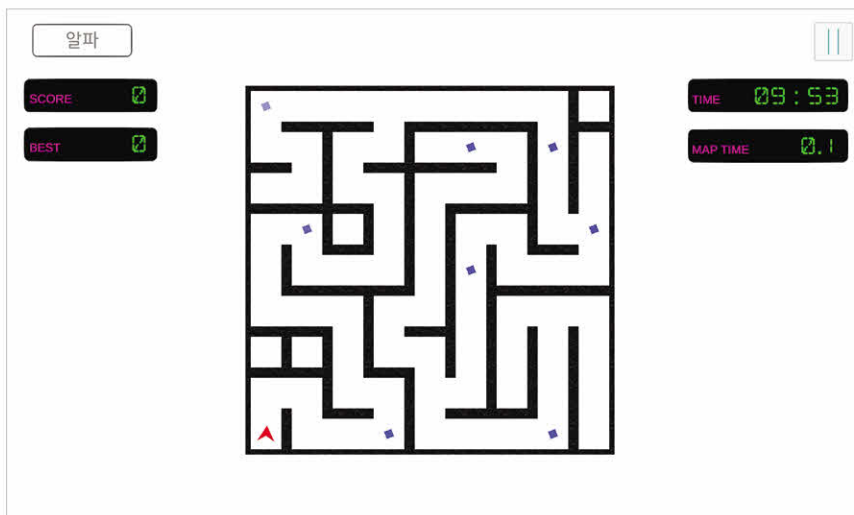
3차원 미로 찾기 게임을 이용한 공간지각 능력을 발달시키는 훈련입니다. 일반적인 2차원적인 미로 찾기와 다르게 3차원 공간에서의 미로 찾기는 실생활에서 우리가 느끼는 감각을 그대로 발달시켜줍니다.

뇌에서 공간지각 영역은 후두정연합영역으로 시각 정보와 촉각 정보가 통합되는 부위입니다.

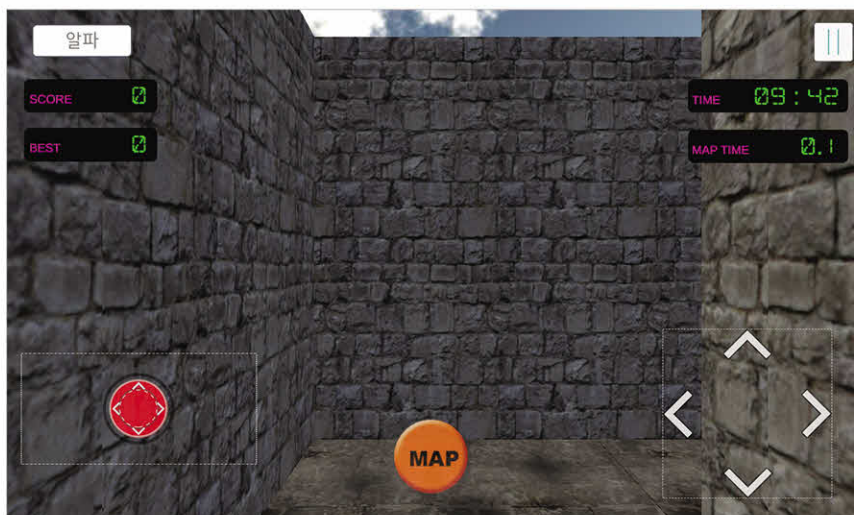
공간상에서 나의 위치 감각을 의미하는 것으로 길 찾거나 3차원 도형인지, 공간 회전 감각들을 발달시켜줍니다.

(2) 훈련 방법

- 2차원 평면도가 나타납니다.
- 2차원 평면도의 길과 파랑색 아이템의 위치를 기억합니다.



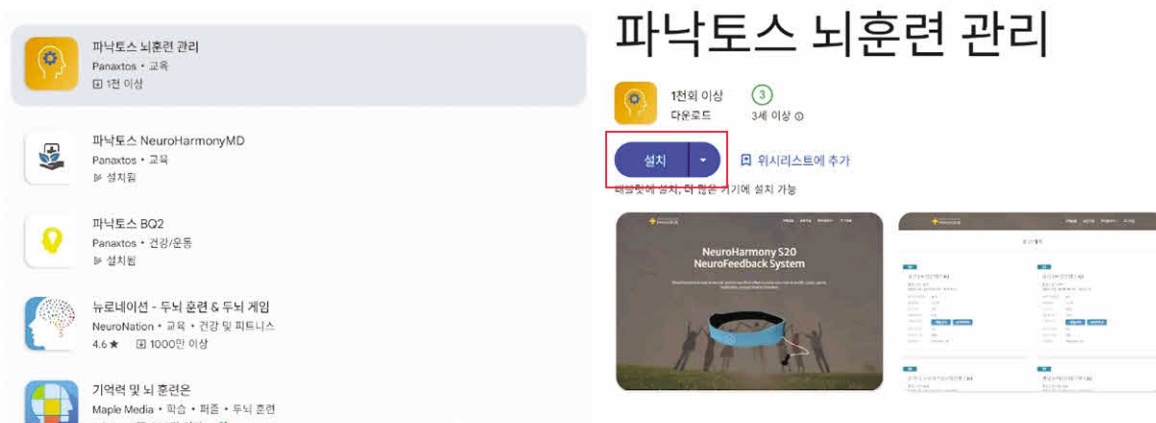
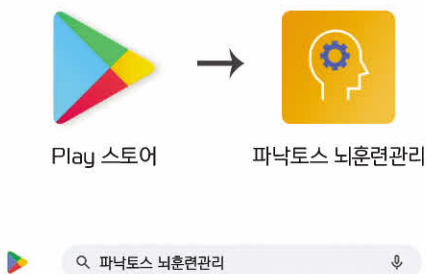
- 3차원 공간에서 길을 찾으며 파란색 아이템을 획득합니다.
양 손을 사용하여 한 손가락으로는 방향을 회전시키고 다른 손가락으로는 앞으로 전진하도록 합니다.



뇌훈련 관리 앱

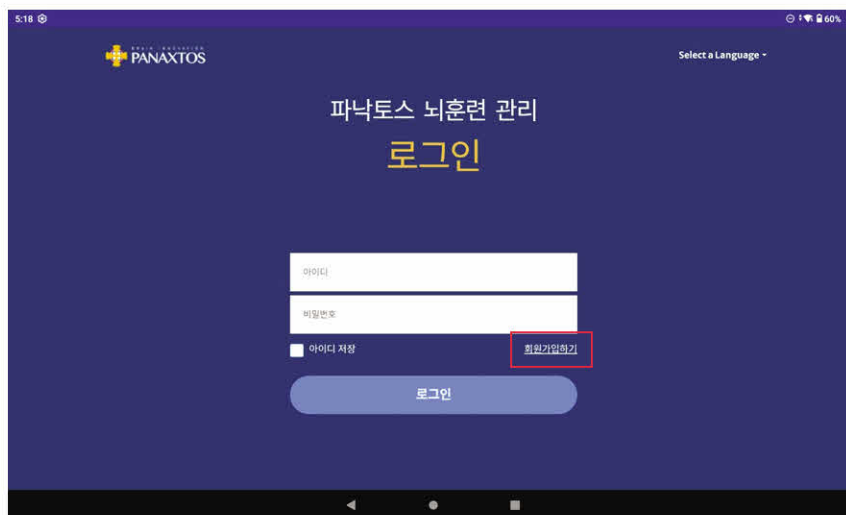
● 파낙토스 뇌훈련 관리 앱 다운로드

태블릿PC에서 Play 스토어에 접속한 후 “파낙토스 뇌훈련관리” 를 검색하여 설치합니다.



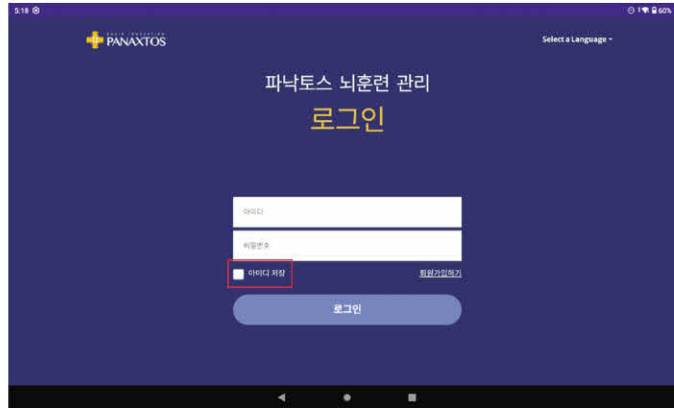
● “회원가입하기”를 선택하여 회원가입을 진행합니다.

회원가입은 파낙토스 홈페이지에서도 할 수 있습니다.

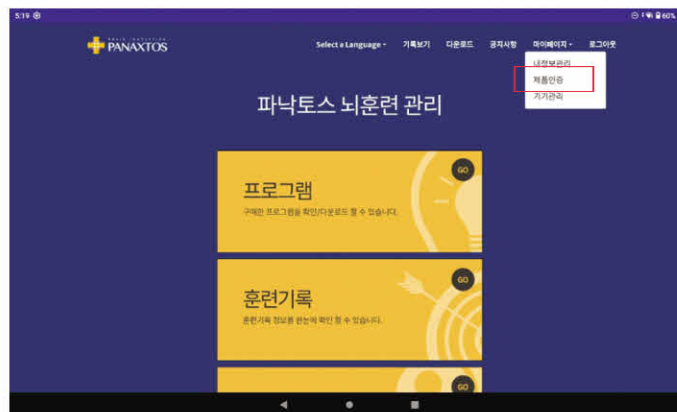


뇌훈련 관리 앱

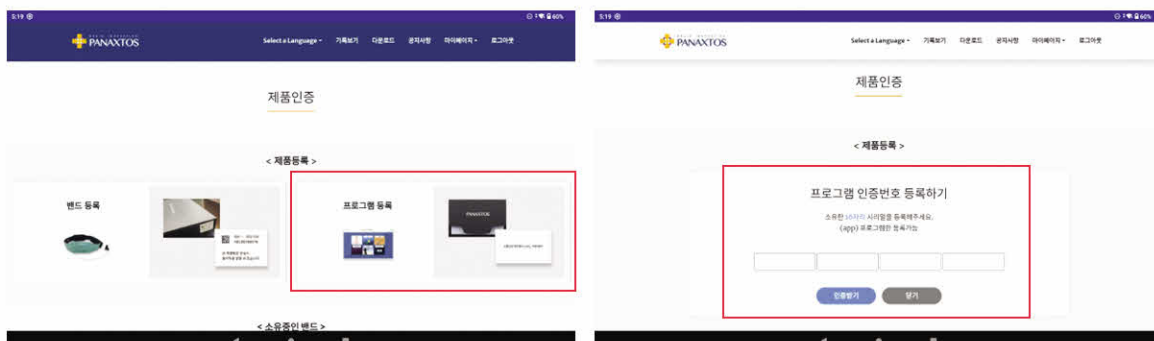
- 아이디와 비밀번호를 입력 후 뇌훈련 관리앱에 접속합니다.
향후 편리한 접속을 위해 아이디 저장 박스란을 선택합니다.



- 마이페이지에서 “제품인증”을 선택합니다.

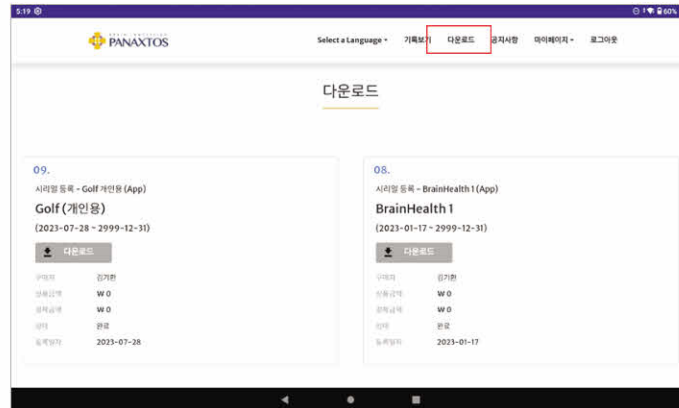


- “프로그램 등록”을 선택합니다. 구매하신 시리얼키(프로그램 인증번호)를 등록합니다.



뇌훈련 관리 앱

- “다운로드” 창을 선택합니다. 구매하신 앱을 “다운로드” 합니다.



- 기기변경하는 방법

마이페이지에서 “기기관리” 선택합니다. 삭제하고자 하는 기기를 “기기삭제”를 선택합니다.

* 파낙토스 앱은 최대 2대 기기에서 사용 가능합니다.

