موج گاما : ( فرکانس 42 – 35 هرتز )

موج گاما بیشترین فرکانس را در مقایسه با سایر امواج مغزی دارد و افزایش دامنه ی آن جهت فرایند یادگیری در ارتباط با مسائل پیچیده و چند وجهی ضرورت دارد.

V.‎ Gamma- گاما (۳۰ > Hz) :γهرتز مربوط به حالت هوشیاری و انجام فعالیت زمانی که یک تصور ذهنی انجام شود ایجاد میگردد.

سازمان دهنده مغز و هماهنگ کننده و یکپارچه کننده اطلاعات از قسمت‌های مختلف بدن است. غلبه این موج با حافظه خوب، سرعت انتقال زیاد اطلاعات، پردازش سطوح بالای اطلاعات و یادگیری مسائل پیچیده همراه است.

ـ گاما )38 هرتز به باال(: موج گاما، سازمان دهنده مغز و هماهنگکننده و یكپارچه کننده اطالعات از قسمتهای مختلف بدن است. غلبه این موج با حافظه خوب، سرعت انتقال زیاد اطالعات، پردازش سطوح باالی اطالعات و یادگیری مسائل پیچیده همراه است

.

موج تتا : ( فرکانس 8 – 4 هرتز)

موج تتا در خلاقیت و درک شهودی و حسی، تمرکز درونی و حافظه نقش مهمی دارد. در افراد مبتلا به اختلال بیش فعالی- کم توجهی ، افزایش غیر طبیعی دامنه ی موج تتا منجر به زمان واکنش کند و ناتوانی در یادگیری می شود.

امواج تتا : امواج تتا، با فرکانس 4تا 7 هرتز، به عمیق ترین تجارب مدیتیشن و خلاقیت مرتبط می باشند. امواج تتا، از آلفا و بتا آرامترند و دامنه بزرگتری دارند. دستیابی به امواج تتا معمولا در زمان خواب ممکن می شود.

بین 8-4 می باشند.در کودکان تا سن 13 سالگی در حالت بیداری هم دیده می‌شوند. ولی در بزرگسالان پس از وارد شدن به خواب ظاهر می‌گردد. در بعضی از[مراقبه](http://www.drgilaki.com/2016/04/25/%d8%aa%da%a9%d9%86%db%8c%da%a9-%d9%87%d8%a7%db%8c-%d9%85%d8%b1%d8%a7%d9%82%d8%a8%d9%87-%d8%b1%d9%88%db%8c-%d9%85%d9%88%d8%b6%d9%88%d8%b9-%d9%87%d8%a7%db%8c-%d8%ae%d8%a7%d8%b5/) های عمیق همانند تکنیک آدمک مغزی این امواج نمایان می‌شوند. این امواج در ناحیه گیجگاهی ظاهر می‌شود.

ـ تتا )7-4 هرتز(: یادگیری عالی، احساس سكون و آرامش، پذیرندگی زیاد، برنامهریزی مجدد ذهن، خیالپردازی، تفكر بدون خودسانسوری و خالقانه، فراخوانی خاطرات ناراحتکننده و رنجآور ذخیره شده در حافظه کارکردهای موج تتا هستند.