

State-of-the-Art-Behandlung psychischer Störungen

Schlafstörungen behandeln	
Kurzbeschreibung	<p>Schlafstörungen werden häufig unterschätzt. Von den Betroffenen selbst, weil sie glauben schlecht zu schlafen sei normal und von Behandler*innen, weil sie konzentriert sind auf vermeintlich schwerwiegendere Symptome. Dabei nehmen Schlafstörungen stetig zu und treten gehäuft bei den meisten psychischen Erkrankungen auf wie z. B. bei Depressionen, Angststörungen, Psychosen und der Posttraumatischen Belastungsstörung. Schlafstörungen stellen ein Risiko für die Entwicklung einer psychischen Störung, ein schlechteres Ansprechen auf Behandlung und für Rückfälle dar.</p> <p>In diesem Seminar geht es um wissenschaftliche Grundlagen des gesunden und gestörten Schlafs sowie der Chronobiologie. Daraus abgeleitete Interventionen, unter anderem die Stimuluskontrolle und Schlafrestriktion, werden vorgestellt. Ein interaktiver Vortrag mit Fallbeispielen und Übungen hält die Teilnehmer*innen wach.</p>
Zielgruppe	Psychotherapeut*innen, Psycholog*innen, Mediziner*innen
Lernziele	Erwerb von Kompetenzen zur Diagnostik und Behandlung der primären Insomnie
Wesentliche Inhalte/Themen	<ul style="list-style-type: none"> • der gesunde Schlaf (Schlafstadien, Schlafarchitektur, Schlafzyklus, biologische Rhythmen), • der gestörte Schlaf (Epidemiologie, Diagnostik, Komorbiditäten), • Interventionen (Schlafprotokolle, Schlafhygiene, Stimuluskontrolle, Schlafrestriktion)
Methoden	Interaktiver Vortrag, Fallbeispiele, Übungen, Selbsterfahrung, Gruppenarbeit
Referent*in	Tanja Dörner, Dipl.-Psych., psychologische Psychotherapeutin; Hamburg
Kursnummer	65748
Veranstaltungsort	Hamburg
Termin	01. Oktober 2022

Information und Anmeldung

Deutsche Gesellschaft für Verhaltenstherapie (DGVT) e. V. Fort- und Weiterbildung
 Postfach 13 43, 72003 Tübingen; ☎ 07071 94 34-34 📠 07071 94 34-35
 E-Mail: fortbildung@dgvt.de; Internet: www.dgvt-fortbildung.de
 Sprechzeiten: Di. und Do.: 09:00 – 12:00 Uhr; Di. und Mi.: 14:00 – 15:30 Uhr

Umfang	Das Themenseminar umfasst 8 Unterrichtseinheiten (UE).
Zeiten	Samstag: 10:00 Uhr – 17:30 Uhr
Teilnahmegebühren	146,- Euro DGVT-Mitglied Frühbucherpreis bis 03. September 2022: 136,- Euro 165,- Euro (Nicht-Mitglied) Frühbucherpreis bis 03. September 2022: 150,- Euro
Stichwort	Schlafstörungen Hamburg 22

Information und Anmeldung

Deutsche Gesellschaft für Verhaltenstherapie (DGVT) e. V. Fort- und Weiterbildung
 Postfach 13 43, 72003 Tübingen; ☎ 07071 94 34-34 📠 07071 94 34-35
 E-Mail: fortbildung@dgvt.de; Internet: www.dgvt-fortbildung.de
 Sprechzeiten: Di. und Do.: 09:00 – 12:00 Uhr; Di. und Mi.: 14:00 – 15:30 Uhr