

Dozentinnen und Dozenten

Dr. phil. Vivien Bromundt

Fachpsychologin und Somnologin,
Schlaf-Wach-Epilepsie-Zentrum,
Universitätsklinik für Neurologie, Bern

Dr. phil. Simone Duss

Psychologin, Schlaf-Wach-Epilepsie-Zentrum,
Universitätsklinik für Neurologie, Bern

Dr. phil. Elisabeth Hertenstein

Psychologin und wissenschaftliche Mitarbeiterin,
Universitätsklinik für Psychiatrie und
Psychotherapie, Bern

Anna Johann BSc (Hons) MSc

Psychologin und wissenschaftliche Mitarbeiterin,
Universitätsklinik für Psychiatrie und
Psychotherapie, Freiburg i. Br.

Dr. med. Jurka Meichtry

Oberarzt, Schlaf-Wach-Epilepsie-Zentrum,
Universitätsklinik für Neurologie, Bern

Prof. Dr. med. Christoph Nissen

Chefarzt und stv. Direktor, Universitätsklinik
für Psychiatrie und Psychotherapie, Bern

Prof. Dr. phil. Dieter Riemann

Professor für Psychophysiologie, Leiter der
Abteilung Klinische Psychologie und Psycho-
physiologie, Universitätsklinik für Psychiatrie
und Psychotherapie, Freiburg i. Br.

Dr. med. Christoph Schneider

Oberarzt, Schlaf-Wach-Epilepsie-Zentrum,
Universitätsklinik für Psychiatrie und
Psychotherapie, Bern

ANMELDUNG UND KONTAKT

UNIVERSITÄRE PSYCHIATRISCHE DIENSTE BERN (UPD)

Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie Bern

Sekretariat Prof. Nissen

Sandra Carrabetta
Bolligenstrasse 111
3000 Bern 60
Telefon 031 930 9545
E-Mail: sandra.carrabetta@upd.ch

Die Registrierung erfolgt erst nach Eingang
der Teilnahmegebühr.

IBAN: CH06 0900 0000 3000 2676 1
Universitäre Psychiatrische Dienste Bern
(UPD) AG
Bolligenstrasse 111
3000 Bern 60
Mitteilung: 9060011 Kognitive Verhaltens-
therapie

UNIVERSITÄRE PSYCHIATRISCHE DIENSTE BERN (UPD) AG

Bolligenstrasse 111
3000 Bern 60
Telefon 031 930 91 11
www.upd.ch



UNIVERSITÄRE PSYCHIATRISCHE DIENSTE BERN (UPD) Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie Bern

EINLADUNG ZUM ONLINE-KURS
Freitag, 5. und Samstag, 6. Februar 2021

Einführung in die Kognitive Verhaltenstherapie der Insomnie (KVT-I)

Liebe Kolleginnen und Kollegen

Ich freue mich, Sie zu unserem zweiten Kurs Kognitive Verhaltenstherapie für Insomnie (KVT-I) einzuladen.

Insomnie ist ein häufiges Störungsbild im klinischen Alltag. Aktuelle Leitlinien weisen KVT-I als Behandlung der Wahl aus. Allerdings sind die Möglichkeiten der KVT-I aktuell nicht ausreichend genutzt.

Der Kurs wird durch Expertinnen und Experten im Bereich der Insomniebehandlung gestaltet und zielt darauf ab, praxisnah Grundlagenfertigkeiten von KVT-I zu vermitteln.

Nach einem ersten erfolgreichen Kurs in Bern im Frühjahr 2020, kurz vor Beginn der Coronakrise, haben wir den Kurs für das Frühjahr 2021 als Online-Kurs konzipiert.

Ich hoffe, dass der Kurs für alle Teilnehmenden gewinnbringend ist und zu einer Verbesserung der Behandlungsmöglichkeiten von Insomnie beiträgt.

Im Namen des interdisziplinären Schlaf-Wach-Epilepsie-Zentrums (SWEZ)
www.schlaf-wach-epilepsie-zentrum.insel.ch



Prof. Dr. med. Christoph Nissen

Chefarzt und stv. Direktor, Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Bern

Ziel des Kurses

Praxisnahe Vermittlung von Grundlagenfertigkeiten im Bereich der KVT-I

Zielgruppe

Ärztinnen und Ärzte verschiedener Fachgebiete sowie Psychologinnen und Psychologen in allen Ausbildungs-, Weiterbildungs- und Fortbildungsstufen

Format

- Zweitageskurs
- Daten: Freitag, 5. Februar 2021 und Samstag, 6. Februar 2021
- Online-Kurs (Zugangsdaten werden mitgeteilt)
- Kurssprache deutsch
- Kosten für Teilnehmende CHF 300.– Die Kosten beinhalten die Teilnahme am Zweitageskurs sowie Handouts zu allen Beiträgen
- Der Kurs ist von der European CBT-I Academy anerkannt (Zertifikat European CBT-I practitioner, foundation level)
- Als Fortbildungspunkte werden 16 Credits der SGPP vergeben
- Der Kurs ist für den Fähigkeitsausweis Schlafmedizin anrechenbar (12 Credits der SGSSC)

Programm Freitag, 5. Februar 2021

9.00 Uhr	Begrüssung und Einführung
9.15 Uhr	Gestörter Schlaf: aktuelle leitliniengerechte Diagnostik und Behandlung Prof. Dr. med. Christoph Nissen
10.45 Uhr	Pause
11.00 Uhr	Insomnie: Klinische Manifestation und Pathophysiologie Prof. Dr. phil. Dieter Riemann
12.30 Uhr	Mittagspause
13.30 Uhr	Kognitive Verhaltenstherapie der Insomnie: Grundlagenmodul Anna Johann BSc (Hons) MSc
15.00 Uhr	Pause
15.30 Uhr bis 17.00 Uhr	Kognitive Verhaltenstherapie der Insomnie: Aufbaumodul Dr. phil. Simone Duss

Programm Samstag, 6. Februar 2021

9.00 Uhr	Integration von chronotherapeutischen Verfahren in die KVT-I: Grundlagen und praktische Umsetzung Dr. phil. Vivien Bromundt
10.30 Uhr	Pause
10.45 Uhr	Schlaf-Wachstörungen bei neurologischen Erkrankungen – differentialdiagnostische Überlegungen und Therapieansätze Dr. med. Jurka Meichtry
12.15 Uhr	Mittagspause
13.15 Uhr	Behandlung von Albträumen (Imagery Rehearsal Therapy) Dr. med. Christoph Schneider
14.45 Uhr	Pause
15.00 Uhr bis 16.30 Uhr	Acceptance and Commitment Therapy (ACT): aktuelle Entwicklungen für Insomnie Dr. phil. Elisabeth Hertenstein