

Dozentinnen und Dozenten

Dr. phil. Vivien Bromundt

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

Dr. phil. Simone Duss

Psychologin, Universitätsklinik für Neuro-
logie, Bern

Dr. phil. Elisabeth Hertenstein

Psychologin und wissenschaftliche Mitar-
beiterin, Universitätsklinik für Psychiatrie
und Psychotherapie, Bern

Dipl.-psych. Anna Johann

Psychologin und wissenschaftliche Mitar-
beiterin, Universitätsklinik für Psychiatrie
und Psychotherapie, Freiburg i. Br.

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. Wolfgang Schmitt

Oberarzt und Leiter der Schlafsprech-
stunde, Universitätsklinik für Psychiatrie
und Psychotherapie, Bern

Dr. med. Christoph Schneider

Oberarzt, 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 Anzahl der Teilnehmenden ist auf
20 Personen beschränkt. Die Registrierung
erfolgt erst nach Eingang der Teilnahme-
gebühr.

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 KURS

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

Freitag, 28. und Samstag, 29. Februar 2020
Haus der Universität Bern
Schlösslistrasse 5, 3012 Bern

Liebe Kolleginnen und Kollegen

Ich freue mich, Sie zu unserem neuen Kurs Kognitive Verhaltenstherapie für Insomnie (KVT-I) nach Bern 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.

Um die Weiterbildungsmöglichkeiten zu verbessern, haben wir den aktuellen Kurs zusammengestellt. Der Kurs wird durch Expertinnen und Experten im Bereich der Insomniebehandlung gestaltet und zielt darauf ab, praxisnah Grundlagenfertigkeiten von KVT-I zu vermitteln.

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
- Datum: Freitag, 28.02.2020 und Samstag, 29.02.2020
- Ort: Haus der Universität Bern, Schösslistrasse 5, 3012 Bern www.mensa.unibe.ch → Standorte
- Maximal 20 Teilnehmende
- Kurssprache deutsch
- Kosten für Teilnehmende CHF 400.– Die Kosten beinhalten die Teilnahme am Zweitageskurs sowie Verpflegung mit Kaffeepausen und Mittagessen (Dreigänge-Menü) an beiden Kurstagen
- Fortbildungspunkte werden vergeben (16 Credits der SGPP)
- Die Aktivität ist auf der Linie der European CBT-I Academy, ein Zertifikat kann vergeben werden (European CBT-I practitioner, foundation level)
- Der Kurs ist für den Fähigkeitsausweis Schlafmedizin anrechenbar (12 Credits der SGSSC)

Programm Freitag, 28. Februar 2020

| | |
|--------------------------------|--|
| 9.00 Uhr | Begrüssung und Einführung |
| 9.15 Uhr | Gestörter Schlaf: aktuelle leitliniengerechte Diagnostik- und Behandlung Prof. Dr. med. Christoph Nissen |
| 10.45 Uhr | Kaffeepause |
| 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 Dipl.-psych. Anna Johann |
| 15.00 Uhr | Kaffeepause |
| 15.30 Uhr bis 17.00 Uhr | Kognitive Verhaltenstherapie der Insomnie: Aufbaumodul Dr. phil. Simone Duss |

Programm Samstag, 29. Februar 2020

| | |
|--------------------------------|---|
| 9.00 Uhr | Integration von chronotherapeutischen Verfahren in die KVT-I: Grundlagen und praktische Umsetzung Dr. phil. Vivien Bromundt |
| 10.30 Uhr | Kaffeepause |
| 10.45 Uhr | Acceptance and Commitment Therapy (ACT): aktuelle Entwicklungen für Insomnie Dr. phil. Elisabeth Hertenstein |
| 12.15 Uhr | Mittagspause |
| 13.15 Uhr | Behandlung von Albträumen (Imagery Rehearsal Therapie) Dr. med. Christoph Schneider |
| 14.45 Uhr | Kaffeepause |
| 15.00 Uhr bis 16.30 Uhr | Kognitive Verhaltenstherapie der Insomnie: Fallvorstellungen und schwierige Therapiesituationen Dr. med. Wolfgang Schmitt |