



# KLAUS-GRAWE-INSTITUT FÜR PSYCHOLOGISCHE THERAPIE

## Kursinhalt

Obwohl gestörter Schlaf eine sehr verbreitete Beschwerde darstellt (in den Industrienationen leiden 20-30% der Bevölkerung daran), wird diese Störung meist randständig behandelt. Schlafstörungen werden selten systematisch abgeklärt und werden oft als Symptom einer anderen Störung betrachtet. Dabei wird übersehen, dass sich gerade bei Schlafstörungen eine starke Eigendynamik aufrecht-erhaltender Bedingungen einstellt, welche durch gezielte Interventionen zu unterbrechen sind. Durch diese inadäquate Behandlungspraxis chronifizieren Schlafstörungen bei vielen Patienten über Jahre und Jahrzehnte, oft begleitet von Hypnotika-abhängigkeit und einer deutlich reduzierten Lebensqualität.

In dem Kurs wurden differentialdiagnostische Kenntnisse, die Exploration von Patienten mit Schlafstörungen, sowie spezifische schlafbezogene Interventionen anhand praktischer Fallbeispiele vermittelt.

## Kursleitung

Dr. Daniel Gassmann

Praxisgemeinschaft für Psychotherapie, Bundesgasse 16, 3011  
Bern

## Weiterbildung Psychotherapie mit kognitiv behavioralem und interpersonalem Schwerpunkt

# Johanna Aubry

hat 8 Stunden des 8-stündigen Kurses

## Schlafstörungen

mit den nebenstehenden Inhalten besucht.

Sandra Hefti, Koordinatorin der Weiterbildung

Zürich, 8. März 2024



# KLAUS-GRAWE-INSTITUT FÜR PSYCHOLOGISCHE THERAPIE

## Kursinhalt

Obwohl gestörter Schlaf eine sehr verbreitete Beschwerde darstellt (in den Industrienationen leiden 20-30% der Bevölkerung daran), wird diese Störung meist randständig behandelt. Schlafstörungen werden selten systematisch abgeklärt und werden oft als Symptom einer anderen Störung betrachtet. Dabei wird übersehen, dass sich gerade bei Schlafstörungen eine starke Eigendynamik aufrecht-erhaltender Bedingungen einstellt, welche durch gezielte Interventionen zu unterbrechen sind. Durch diese inadäquate Behandlungspraxis chronifizieren Schlafstörungen bei vielen Patienten über Jahre und Jahrzehnte, oft begleitet von Hypnotika-abhängigkeit und einer deutlich reduzierten Lebensqualität.

In dem Kurs wurden differentialdiagnostische Kenntnisse, die Exploration von Patienten mit Schlafstörungen, sowie spezifische schlafbezogene Interventionen anhand praktischer Fallbeispiele vermittelt.

## Kursleitung

Dr. Daniel Gassmann

Praxisgemeinschaft für Psychotherapie, Bundesgasse 16, 3011  
Bern

## Weiterbildung Psychotherapie mit kognitiv behavioralem und interpersonalem Schwerpunkt

# Julia Batliner

hat 8 Stunden des 8-stündigen Kurses

## Schlafstörungen

mit den nebenstehenden Inhalten besucht.

Sandra Hefti, Koordinatorin der Weiterbildung

Zürich, 8. März 2024



# KLAUS-GRAWE-INSTITUT FÜR PSYCHOLOGISCHE THERAPIE

## Kursinhalt

Obwohl gestörter Schlaf eine sehr verbreitete Beschwerde darstellt (in den Industrienationen leiden 20-30% der Bevölkerung daran), wird diese Störung meist randständig behandelt. Schlafstörungen werden selten systematisch abgeklärt und werden oft als Symptom einer anderen Störung betrachtet. Dabei wird übersehen, dass sich gerade bei Schlafstörungen eine starke Eigendynamik aufrecht-erhaltender Bedingungen einstellt, welche durch gezielte Interventionen zu unterbrechen sind. Durch diese inadäquate Behandlungspraxis chronifizieren Schlafstörungen bei vielen Patienten über Jahre und Jahrzehnte, oft begleitet von Hypnotika-abhängigkeit und einer deutlich reduzierten Lebensqualität.

In dem Kurs wurden differentialdiagnostische Kenntnisse, die Exploration von Patienten mit Schlafstörungen, sowie spezifische schlafbezogene Interventionen anhand praktischer Fallbeispiele vermittelt.

## Kursleitung

Dr. Daniel Gassmann

Praxisgemeinschaft für Psychotherapie, Bundesgasse 16, 3011  
Bern

## Weiterbildung Psychotherapie mit kognitiv behavioralem und interpersonalem Schwerpunkt

# Marco Erni

hat 8 Stunden des 8-stündigen Kurses

## Schlafstörungen

mit den nebenstehenden Inhalten besucht.

Sandra Hefti, Koordinatorin der Weiterbildung

Zürich, 8. März 2024



# KLAUS-GRAWE-INSTITUT FÜR PSYCHOLOGISCHE THERAPIE

## Kursinhalt

Obwohl gestörter Schlaf eine sehr verbreitete Beschwerde darstellt (in den Industrienationen leiden 20-30% der Bevölkerung daran), wird diese Störung meist randständig behandelt. Schlafstörungen werden selten systematisch abgeklärt und werden oft als Symptom einer anderen Störung betrachtet. Dabei wird übersehen, dass sich gerade bei Schlafstörungen eine starke Eigendynamik aufrecht-erhaltender Bedingungen einstellt, welche durch gezielte Interventionen zu unterbrechen sind. Durch diese inadäquate Behandlungspraxis chronifizieren Schlafstörungen bei vielen Patienten über Jahre und Jahrzehnte, oft begleitet von Hypnotika-abhängigkeit und einer deutlich reduzierten Lebensqualität.

In dem Kurs wurden differentialdiagnostische Kenntnisse, die Exploration von Patienten mit Schlafstörungen, sowie spezifische schlafbezogene Interventionen anhand praktischer Fallbeispiele vermittelt.

## Kursleitung

Dr. Daniel Gassmann

Praxisgemeinschaft für Psychotherapie, Bundesgasse 16, 3011  
Bern

## Weiterbildung Psychotherapie mit kognitiv behavioralem und interpersonalem Schwerpunkt

# Alessia Faliti

hat 8 Stunden des 8-stündigen Kurses

## Schlafstörungen

mit den nebenstehenden Inhalten besucht.

Sandra Hefti, Koordinatorin der Weiterbildung

Zürich, 8. März 2024



# KLAUS-GRAWE-INSTITUT FÜR PSYCHOLOGISCHE THERAPIE

## Kursinhalt

Obwohl gestörter Schlaf eine sehr verbreitete Beschwerde darstellt (in den Industrienationen leiden 20-30% der Bevölkerung daran), wird diese Störung meist randständig behandelt. Schlafstörungen werden selten systematisch abgeklärt und werden oft als Symptom einer anderen Störung betrachtet. Dabei wird übersehen, dass sich gerade bei Schlafstörungen eine starke Eigendynamik aufrecht-erhaltender Bedingungen einstellt, welche durch gezielte Interventionen zu unterbrechen sind. Durch diese inadäquate Behandlungspraxis chronifizieren Schlafstörungen bei vielen Patienten über Jahre und Jahrzehnte, oft begleitet von Hypnotika-abhängigkeit und einer deutlich reduzierten Lebensqualität.

In dem Kurs wurden differentialdiagnostische Kenntnisse, die Exploration von Patienten mit Schlafstörungen, sowie spezifische schlafbezogene Interventionen anhand praktischer Fallbeispiele vermittelt.

## Kursleitung

Dr. Daniel Gassmann

Praxisgemeinschaft für Psychotherapie, Bundesgasse 16, 3011  
Bern

## Weiterbildung Psychotherapie mit kognitiv behavioralem und interpersonalem Schwerpunkt

# Jennifer Fierla

hat 8 Stunden des 8-stündigen Kurses

## Schlafstörungen

mit den nebenstehenden Inhalten besucht.

Sandra Hefti, Koordinatorin der Weiterbildung

Zürich, 8. März 2024



# KLAUS-GRAWE-INSTITUT FÜR PSYCHOLOGISCHE THERAPIE

## Kursinhalt

Obwohl gestörter Schlaf eine sehr verbreitete Beschwerde darstellt (in den Industrienationen leiden 20-30% der Bevölkerung daran), wird diese Störung meist randständig behandelt. Schlafstörungen werden selten systematisch abgeklärt und werden oft als Symptom einer anderen Störung betrachtet. Dabei wird übersehen, dass sich gerade bei Schlafstörungen eine starke Eigendynamik aufrecht-erhaltender Bedingungen einstellt, welche durch gezielte Interventionen zu unterbrechen sind. Durch diese inadäquate Behandlungspraxis chronifizieren Schlafstörungen bei vielen Patienten über Jahre und Jahrzehnte, oft begleitet von Hypnotika-abhängigkeit und einer deutlich reduzierten Lebensqualität.

In dem Kurs wurden differentialdiagnostische Kenntnisse, die Exploration von Patienten mit Schlafstörungen, sowie spezifische schlafbezogene Interventionen anhand praktischer Fallbeispiele vermittelt.

## Kursleitung

Dr. Daniel Gassmann

Praxisgemeinschaft für Psychotherapie, Bundesgasse 16, 3011  
Bern

## Weiterbildung Psychotherapie mit kognitiv behavioralem und interpersonalem Schwerpunkt

# Iunna Golshtein

hat **8** Stunden des 8-stündigen Kurses

## Schlafstörungen

mit den nebenstehenden Inhalten besucht.

Sandra Hefti, Koordinatorin der Weiterbildung

Zürich, 8. März 2024



# KLAUS-GRAWE-INSTITUT FÜR PSYCHOLOGISCHE THERAPIE

## Kursinhalt

Obwohl gestörter Schlaf eine sehr verbreitete Beschwerde darstellt (in den Industrienationen leiden 20-30% der Bevölkerung daran), wird diese Störung meist randständig behandelt. Schlafstörungen werden selten systematisch abgeklärt und werden oft als Symptom einer anderen Störung betrachtet. Dabei wird übersehen, dass sich gerade bei Schlafstörungen eine starke Eigendynamik aufrecht-erhaltender Bedingungen einstellt, welche durch gezielte Interventionen zu unterbrechen sind. Durch diese inadäquate Behandlungspraxis chronifizieren Schlafstörungen bei vielen Patienten über Jahre und Jahrzehnte, oft begleitet von Hypnotika-abhängigkeit und einer deutlich reduzierten Lebensqualität.

In dem Kurs wurden differentialdiagnostische Kenntnisse, die Exploration von Patienten mit Schlafstörungen, sowie spezifische schlafbezogene Interventionen anhand praktischer Fallbeispiele vermittelt.

## Kursleitung

Dr. Daniel Gassmann

Praxisgemeinschaft für Psychotherapie, Bundesgasse 16, 3011  
Bern

## Weiterbildung Psychotherapie mit kognitiv behavioralem und interpersonalem Schwerpunkt

# David Haag

hat **8** Stunden des 8-stündigen Kurses

## Schlafstörungen

mit den nebenstehenden Inhalten besucht.

Sandra Hefti, Koordinatorin der Weiterbildung

Zürich, 8. März 2024



# KLAUS-GRAWE-INSTITUT FÜR PSYCHOLOGISCHE THERAPIE

## Kursinhalt

Obwohl gestörter Schlaf eine sehr verbreitete Beschwerde darstellt (in den Industrienationen leiden 20-30% der Bevölkerung daran), wird diese Störung meist randständig behandelt. Schlafstörungen werden selten systematisch abgeklärt und werden oft als Symptom einer anderen Störung betrachtet. Dabei wird übersehen, dass sich gerade bei Schlafstörungen eine starke Eigendynamik aufrecht-erhaltender Bedingungen einstellt, welche durch gezielte Interventionen zu unterbrechen sind. Durch diese inadäquate Behandlungspraxis chronifizieren Schlafstörungen bei vielen Patienten über Jahre und Jahrzehnte, oft begleitet von Hypnotika-abhängigkeit und einer deutlich reduzierten Lebensqualität.

In dem Kurs wurden differentialdiagnostische Kenntnisse, die Exploration von Patienten mit Schlafstörungen, sowie spezifische schlafbezogene Interventionen anhand praktischer Fallbeispiele vermittelt.

## Kursleitung

.....  
Dr. Daniel Gassmann

Praxisgemeinschaft für Psychotherapie, Bundesgasse 16, 3011  
Bern

## Weiterbildung Psychotherapie mit kognitiv behavioralem und interpersonalem Schwerpunkt

# Simon Hüni

hat 8 Stunden des 8-stündigen Kurses

## Schlafstörungen

mit den nebenstehenden Inhalten besucht.

.....  
Sandra Hefti, Koordinatorin der Weiterbildung

Zürich, 8. März 2024



# KLAUS-GRAWE-INSTITUT FÜR PSYCHOLOGISCHE THERAPIE

## Kursinhalt

Obwohl gestörter Schlaf eine sehr verbreitete Beschwerde darstellt (in den Industrienationen leiden 20-30% der Bevölkerung daran), wird diese Störung meist randständig behandelt. Schlafstörungen werden selten systematisch abgeklärt und werden oft als Symptom einer anderen Störung betrachtet. Dabei wird übersehen, dass sich gerade bei Schlafstörungen eine starke Eigendynamik aufrecht-erhaltender Bedingungen einstellt, welche durch gezielte Interventionen zu unterbrechen sind. Durch diese inadäquate Behandlungspraxis chronifizieren Schlafstörungen bei vielen Patienten über Jahre und Jahrzehnte, oft begleitet von Hypnotika-abhängigkeit und einer deutlich reduzierten Lebensqualität.

In dem Kurs wurden differentialdiagnostische Kenntnisse, die Exploration von Patienten mit Schlafstörungen, sowie spezifische schlafbezogene Interventionen anhand praktischer Fallbeispiele vermittelt.

## Kursleitung

Dr. Daniel Gassmann

Praxisgemeinschaft für Psychotherapie, Bundesgasse 16, 3011  
Bern

## Weiterbildung Psychotherapie mit kognitiv behavioralem und interpersonalem Schwerpunkt

# Malic Kuhn

hat 8 Stunden des 8-stündigen Kurses

## Schlafstörungen

mit den nebenstehenden Inhalten besucht.

Sandra Hefti, Koordinatorin der Weiterbildung

Zürich, 8. März 2024



# KLAUS-GRAWE-INSTITUT FÜR PSYCHOLOGISCHE THERAPIE

## Kursinhalt

Obwohl gestörter Schlaf eine sehr verbreitete Beschwerde darstellt (in den Industrienationen leiden 20-30% der Bevölkerung daran), wird diese Störung meist randständig behandelt. Schlafstörungen werden selten systematisch abgeklärt und werden oft als Symptom einer anderen Störung betrachtet. Dabei wird übersehen, dass sich gerade bei Schlafstörungen eine starke Eigendynamik aufrecht-erhaltender Bedingungen einstellt, welche durch gezielte Interventionen zu unterbrechen sind. Durch diese inadäquate Behandlungspraxis chronifizieren Schlafstörungen bei vielen Patienten über Jahre und Jahrzehnte, oft begleitet von Hypnotika-abhängigkeit und einer deutlich reduzierten Lebensqualität.

In dem Kurs wurden differentialdiagnostische Kenntnisse, die Exploration von Patienten mit Schlafstörungen, sowie spezifische schlafbezogene Interventionen anhand praktischer Fallbeispiele vermittelt.

## Kursleitung

Dr. Daniel Gassmann

Praxisgemeinschaft für Psychotherapie, Bundesgasse 16, 3011  
Bern

## Weiterbildung Psychotherapie mit kognitiv behavioralem und interpersonalem Schwerpunkt

# Sira Löpfe

hat **8** Stunden des 8-stündigen Kurses

## Schlafstörungen

mit den nebenstehenden Inhalten besucht.

Sandra Hefti, Koordinatorin der Weiterbildung

Zürich, 8. März 2024



# KLAUS-GRAWE-INSTITUT FÜR PSYCHOLOGISCHE THERAPIE

## Kursinhalt

Obwohl gestörter Schlaf eine sehr verbreitete Beschwerde darstellt (in den Industrienationen leiden 20-30% der Bevölkerung daran), wird diese Störung meist randständig behandelt. Schlafstörungen werden selten systematisch abgeklärt und werden oft als Symptom einer anderen Störung betrachtet. Dabei wird übersehen, dass sich gerade bei Schlafstörungen eine starke Eigendynamik aufrecht-erhaltender Bedingungen einstellt, welche durch gezielte Interventionen zu unterbrechen sind. Durch diese inadäquate Behandlungspraxis chronifizieren Schlafstörungen bei vielen Patienten über Jahre und Jahrzehnte, oft begleitet von Hypnotika-abhängigkeit und einer deutlich reduzierten Lebensqualität.

In dem Kurs wurden differentialdiagnostische Kenntnisse, die Exploration von Patienten mit Schlafstörungen, sowie spezifische schlafbezogene Interventionen anhand praktischer Fallbeispiele vermittelt.

## Kursleitung

Dr. Daniel Gassmann

Praxisgemeinschaft für Psychotherapie, Bundesgasse 16, 3011  
Bern

## Weiterbildung Psychotherapie mit kognitiv behavioralem und interpersonalem Schwerpunkt

# Mattia Mantovani

hat 8 Stunden des 8-stündigen Kurses

## Schlafstörungen

mit den nebenstehenden Inhalten besucht.

Sandra Hefti, Koordinatorin der Weiterbildung

Zürich, 8. März 2024



# KLAUS-GRAWE-INSTITUT FÜR PSYCHOLOGISCHE THERAPIE

## Kursinhalt

Obwohl gestörter Schlaf eine sehr verbreitete Beschwerde darstellt (in den Industrienationen leiden 20-30% der Bevölkerung daran), wird diese Störung meist randständig behandelt. Schlafstörungen werden selten systematisch abgeklärt und werden oft als Symptom einer anderen Störung betrachtet. Dabei wird übersehen, dass sich gerade bei Schlafstörungen eine starke Eigendynamik aufrecht-erhaltender Bedingungen einstellt, welche durch gezielte Interventionen zu unterbrechen sind. Durch diese inadäquate Behandlungspraxis chronifizieren Schlafstörungen bei vielen Patienten über Jahre und Jahrzehnte, oft begleitet von Hypnotika-abhängigkeit und einer deutlich reduzierten Lebensqualität.

In dem Kurs wurden differentialdiagnostische Kenntnisse, die Exploration von Patienten mit Schlafstörungen, sowie spezifische schlafbezogene Interventionen anhand praktischer Fallbeispiele vermittelt.

## Kursleitung

Dr. Daniel Gassmann

Praxisgemeinschaft für Psychotherapie, Bundesgasse 16, 3011  
Bern

## Weiterbildung Psychotherapie mit kognitiv behavioralem und interpersonalem Schwerpunkt

# Natalie Müllner

hat 8 Stunden des 8-stündigen Kurses

## Schlafstörungen

mit den nebenstehenden Inhalten besucht.

Sandra Hefti, Koordinatorin der Weiterbildung

Zürich, 8. März 2024



# KLAUS-GRAWE-INSTITUT FÜR PSYCHOLOGISCHE THERAPIE

## Kursinhalt

Obwohl gestörter Schlaf eine sehr verbreitete Beschwerde darstellt (in den Industrienationen leiden 20-30% der Bevölkerung daran), wird diese Störung meist randständig behandelt. Schlafstörungen werden selten systematisch abgeklärt und werden oft als Symptom einer anderen Störung betrachtet. Dabei wird übersehen, dass sich gerade bei Schlafstörungen eine starke Eigendynamik aufrecht-erhaltender Bedingungen einstellt, welche durch gezielte Interventionen zu unterbrechen sind. Durch diese inadäquate Behandlungspraxis chronifizieren Schlafstörungen bei vielen Patienten über Jahre und Jahrzehnte, oft begleitet von Hypnotika-abhängigkeit und einer deutlich reduzierten Lebensqualität.

In dem Kurs wurden differentialdiagnostische Kenntnisse, die Exploration von Patienten mit Schlafstörungen, sowie spezifische schlafbezogene Interventionen anhand praktischer Fallbeispiele vermittelt.

## Kursleitung

Dr. Daniel Gassmann

Praxisgemeinschaft für Psychotherapie, Bundesgasse 16, 3011  
Bern

## Weiterbildung Psychotherapie mit kognitiv behavioralem und interpersonalem Schwerpunkt

# Svenja N'Guessan

hat 8 Stunden des 8-stündigen Kurses

## Schlafstörungen

mit den nebenstehenden Inhalten besucht.

Sandra Hefti, Koordinatorin der Weiterbildung

Zürich, 8. März 2024



# KLAUS-GRAWE-INSTITUT FÜR PSYCHOLOGISCHE THERAPIE

## Kursinhalt

Obwohl gestörter Schlaf eine sehr verbreitete Beschwerde darstellt (in den Industrienationen leiden 20-30% der Bevölkerung daran), wird diese Störung meist randständig behandelt. Schlafstörungen werden selten systematisch abgeklärt und werden oft als Symptom einer anderen Störung betrachtet. Dabei wird übersehen, dass sich gerade bei Schlafstörungen eine starke Eigendynamik aufrecht-erhaltender Bedingungen einstellt, welche durch gezielte Interventionen zu unterbrechen sind. Durch diese inadäquate Behandlungspraxis chronifizieren Schlafstörungen bei vielen Patienten über Jahre und Jahrzehnte, oft begleitet von Hypnotika-abhängigkeit und einer deutlich reduzierten Lebensqualität.

In dem Kurs wurden differentialdiagnostische Kenntnisse, die Exploration von Patienten mit Schlafstörungen, sowie spezifische schlafbezogene Interventionen anhand praktischer Fallbeispiele vermittelt.

## Kursleitung

Dr. Daniel Gassmann

Praxisgemeinschaft für Psychotherapie, Bundesgasse 16, 3011  
Bern

## Weiterbildung Psychotherapie mit kognitiv behavioralem und interpersonalem Schwerpunkt

# Damaris Okle

hat 8 Stunden des 8-stündigen Kurses

## Schlafstörungen

mit den nebenstehenden Inhalten besucht.

Sandra Hefti, Koordinatorin der Weiterbildung

Zürich, 8. März 2024



# KLAUS-GRAWE-INSTITUT FÜR PSYCHOLOGISCHE THERAPIE

## Kursinhalt

Obwohl gestörter Schlaf eine sehr verbreitete Beschwerde darstellt (in den Industrienationen leiden 20-30% der Bevölkerung daran), wird diese Störung meist randständig behandelt. Schlafstörungen werden selten systematisch abgeklärt und werden oft als Symptom einer anderen Störung betrachtet. Dabei wird übersehen, dass sich gerade bei Schlafstörungen eine starke Eigendynamik aufrecht-erhaltender Bedingungen einstellt, welche durch gezielte Interventionen zu unterbrechen sind. Durch diese inadäquate Behandlungspraxis chronifizieren Schlafstörungen bei vielen Patienten über Jahre und Jahrzehnte, oft begleitet von Hypnotika-abhängigkeit und einer deutlich reduzierten Lebensqualität.

In dem Kurs wurden differentialdiagnostische Kenntnisse, die Exploration von Patienten mit Schlafstörungen, sowie spezifische schlafbezogene Interventionen anhand praktischer Fallbeispiele vermittelt.

## Kursleitung

Dr. Daniel Gassmann

Praxisgemeinschaft für Psychotherapie, Bundesgasse 16, 3011  
Bern

## Weiterbildung Psychotherapie mit kognitiv behavioralem und interpersonalem Schwerpunkt

# Michelle Palermo

hat 8 Stunden des 8-stündigen Kurses

## Schlafstörungen

mit den nebenstehenden Inhalten besucht.

Sandra Hefti, Koordinatorin der Weiterbildung

Zürich, 8. März 2024



# KLAUS-GRAWE-INSTITUT FÜR PSYCHOLOGISCHE THERAPIE

## Kursinhalt

Obwohl gestörter Schlaf eine sehr verbreitete Beschwerde darstellt (in den Industrienationen leiden 20-30% der Bevölkerung daran), wird diese Störung meist randständig behandelt. Schlafstörungen werden selten systematisch abgeklärt und werden oft als Symptom einer anderen Störung betrachtet. Dabei wird übersehen, dass sich gerade bei Schlafstörungen eine starke Eigendynamik aufrecht-erhaltender Bedingungen einstellt, welche durch gezielte Interventionen zu unterbrechen sind. Durch diese inadäquate Behandlungspraxis chronifizieren Schlafstörungen bei vielen Patienten über Jahre und Jahrzehnte, oft begleitet von Hypnotika-abhängigkeit und einer deutlich reduzierten Lebensqualität.

In dem Kurs wurden differentialdiagnostische Kenntnisse, die Exploration von Patienten mit Schlafstörungen, sowie spezifische schlafbezogene Interventionen anhand praktischer Fallbeispiele vermittelt.

## Kursleitung

Dr. Daniel Gassmann

Praxisgemeinschaft für Psychotherapie, Bundesgasse 16, 3011  
Bern

## Weiterbildung Psychotherapie mit kognitiv behavioralem und interpersonalem Schwerpunkt

# Carmen Romer

hat 8 Stunden des 8-stündigen Kurses

## Schlafstörungen

mit den nebenstehenden Inhalten besucht.

Sandra Hefti, Koordinatorin der Weiterbildung

Zürich, 8. März 2024



# KLAUS-GRAWE-INSTITUT FÜR PSYCHOLOGISCHE THERAPIE

## Kursinhalt

Obwohl gestörter Schlaf eine sehr verbreitete Beschwerde darstellt (in den Industrienationen leiden 20-30% der Bevölkerung daran), wird diese Störung meist randständig behandelt. Schlafstörungen werden selten systematisch abgeklärt und werden oft als Symptom einer anderen Störung betrachtet. Dabei wird übersehen, dass sich gerade bei Schlafstörungen eine starke Eigendynamik aufrecht-erhaltender Bedingungen einstellt, welche durch gezielte Interventionen zu unterbrechen sind. Durch diese inadäquate Behandlungspraxis chronifizieren Schlafstörungen bei vielen Patienten über Jahre und Jahrzehnte, oft begleitet von Hypnotika-abhängigkeit und einer deutlich reduzierten Lebensqualität.

In dem Kurs wurden differentialdiagnostische Kenntnisse, die Exploration von Patienten mit Schlafstörungen, sowie spezifische schlafbezogene Interventionen anhand praktischer Fallbeispiele vermittelt.

## Kursleitung

Dr. Daniel Gassmann

Praxisgemeinschaft für Psychotherapie, Bundesgasse 16, 3011  
Bern

## Weiterbildung Psychotherapie mit kognitiv behavioralem und interpersonalem Schwerpunkt

# Elisa Walter

hat 8 Stunden des 8-stündigen Kurses

## Schlafstörungen

mit den nebenstehenden Inhalten besucht.

Sandra Hefti, Koordinatorin der Weiterbildung

Zürich, 8. März 2024



# KLAUS-GRAWE-INSTITUT FÜR PSYCHOLOGISCHE THERAPIE

## Kursinhalt

Obwohl gestörter Schlaf eine sehr verbreitete Beschwerde darstellt (in den Industrienationen leiden 20-30% der Bevölkerung daran), wird diese Störung meist randständig behandelt. Schlafstörungen werden selten systematisch abgeklärt und werden oft als Symptom einer anderen Störung betrachtet. Dabei wird übersehen, dass sich gerade bei Schlafstörungen eine starke Eigendynamik aufrecht-erhaltender Bedingungen einstellt, welche durch gezielte Interventionen zu unterbrechen sind. Durch diese inadäquate Behandlungspraxis chronifizieren Schlafstörungen bei vielen Patienten über Jahre und Jahrzehnte, oft begleitet von Hypnotika-abhängigkeit und einer deutlich reduzierten Lebensqualität.

In dem Kurs wurden differentialdiagnostische Kenntnisse, die Exploration von Patienten mit Schlafstörungen, sowie spezifische schlafbezogene Interventionen anhand praktischer Fallbeispiele vermittelt.

## Kursleitung

Dr. Daniel Gassmann

Praxisgemeinschaft für Psychotherapie, Bundesgasse 16, 3011  
Bern

## Weiterbildung Psychotherapie mit kognitiv behavioralem und interpersonalem Schwerpunkt

# Fabienne Wehrli

hat 8 Stunden des 8-stündigen Kurses

## Schlafstörungen

mit den nebenstehenden Inhalten besucht.

Sandra Hefti, Koordinatorin der Weiterbildung

Zürich, 8. März 2024



# KLAUS-GRAWE-INSTITUT FÜR PSYCHOLOGISCHE THERAPIE

## Kursinhalt

Obwohl gestörter Schlaf eine sehr verbreitete Beschwerde darstellt (in den Industrienationen leiden 20-30% der Bevölkerung daran), wird diese Störung meist randständig behandelt. Schlafstörungen werden selten systematisch abgeklärt und werden oft als Symptom einer anderen Störung betrachtet. Dabei wird übersehen, dass sich gerade bei Schlafstörungen eine starke Eigendynamik aufrecht-erhaltender Bedingungen einstellt, welche durch gezielte Interventionen zu unterbrechen sind. Durch diese inadäquate Behandlungspraxis chronifizieren Schlafstörungen bei vielen Patienten über Jahre und Jahrzehnte, oft begleitet von Hypnotika-abhängigkeit und einer deutlich reduzierten Lebensqualität.

In dem Kurs wurden differentialdiagnostische Kenntnisse, die Exploration von Patienten mit Schlafstörungen, sowie spezifische schlafbezogene Interventionen anhand praktischer Fallbeispiele vermittelt.

## Kursleitung

Dr. Daniel Gassmann

Praxisgemeinschaft für Psychotherapie, Bundesgasse 16, 3011  
Bern

## Weiterbildung Psychotherapie mit kognitiv behavioralem und interpersonalem Schwerpunkt

# Sarah Wüthrich

hat 8 Stunden des 8-stündigen Kurses

## Schlafstörungen

mit den nebenstehenden Inhalten besucht.

Sandra Hefti, Koordinatorin der Weiterbildung

Zürich, 8. März 2024