



## KVT-I (Kognitive Verhaltenstherapie für Insomnie) in der Neuropsychologie

### Dr. Gudrun Hübner

Schlafberatung Hübner, Dillingen an der Donau

#### Kursinhalte

Neuropsychologische Erkrankungen sind oft mit Schlaf-Wach-Störungen assoziiert. In diesem Kurs geht es darum, welche Schlaf-Wach-Störungen für welche neurologische Erkrankung typisch sind, wie sie diagnostiziert werden können und wie in der alltäglichen Praxis damit umgegangen werden kann. Oft ist eine medikamentöse Behandlung nicht zu vermeiden. Jedoch können verhaltenstherapeutische Ansätze bei der Therapie der Schlafstörung genutzt werden.

In diesem Seminar lernen Sie die kognitive Verhaltenstherapie für Insomnie (KVT-I) kennen, die nach der S3-Leitlinie „Nicht erholsamer Schlaf/ Schlafstörungen“ der Deutschen Gesellschaft für Schlafforschung und Schlafmedizin (DGSM) in der Behandlung von Ein- und Durchschlafstörungen an erster Stelle steht. Auch bei anderen Schlaf-Wach-Störungen kann sie als nicht medikamentöser Ansatz eine Ergänzung darstellen.

Fallbeispiele der Teilnehmer:innen sind herzlich willkommen!

**Als persönliches Benefit erhalten Sie drei Wochen vor Beginn ein Schlaftagebuch, das Sie bis zum Kurs führen und im Kurs mit mir zusammen auswerten und interpretieren können.**

**Für den Besuch der Fortbildung werden den Teilnehmer:innen entsprechende Fortbildungseinheiten gemäß FSP-Regelung gutgeschrieben.**

#### Literatur

- Th. Pollmächer, T.C. Wetter, C.L.A. Basetti, B. Högl, W. Randerath, A. Wiater (Hrsg.): Handbuch Schlafmedizin, Elsevier GmbH, München, 2020
- A. Batra, F. Hohagen (Hrsg.) Hertenstein, Spiegelhalder, Johann, Riemann: Prävention und Psychotherapie der Insomnie, Verlag W. Kohlhammer GmbH, Stuttgart, 2015
- K. Spiegelhalder, J. Backhaus, D. Riemann: Schlafstörungen, Hofgrefe Verlag GmbH, Göttingen, 2011
- T. Crönlein, Primäre Insomnie, Hofgrefe Verlag GmbH, Göttingen, 2013

#### Zur Person:

Dr. Gudrun Hübner ist seit über 20 Jahren in der Schlafmedizin tätig. Sie ist selbstständig in eigener Praxis und hat sowohl im ambulanten als auch im stationären Bereich in verschiedenen Schlaflaboren gearbeitet. Sie hält Vorträge und Seminare rund um das Thema Schlaf und ist Vorreiterin in der ambulanten Patientenversorgung bei Ein- und Durchschlafstörungen.

**Kursnummer:** FB250214E  
(Bitte bei der Anmeldung angeben)

**Termin:**  
Freitag 14.02.2025 09:00 - 18:00 Uhr  
Samstag 15.02.2025 09:00 - 16:00 Uhr

**Zeitungfang:** 16 Stunden à 45 Minuten

**Ort:** Schweizerische Epilepsie-Stiftung  
EPI-Park Seminar  
Südstrasse 120  
8008 Zürich  
Schweiz

**Didaktik:** Vortrag, interaktiver Workshop, Fallbeispiele, Übungen, Diskussion

**Zielgruppen:** Psycholog:innen, Neuropsycholog:innen, PP und KJP

**Teilnehmendenzahl:** max. 28 Personen

**Kursgebühr:** 480,00 €

**Inklusiveleistungen:**  
Unser Geschenk an Sie, das Buch "Warum wir schlafen" von Vorster (2019). In der Kursgebühr sind außerdem warme und kalte Tagungsgetränke und Snacks inbegriffen. Ein Mittagessen können Sie im EPI-Restaurant auf eigene Kosten einnehmen. Sie erhalten in Vorbereitung vier Wochen vor Seminarbeginn ein Schlaftagebuch zum führen.

Zugelassene Weiterbildungsstätte der PTK  
Bayern für Klinische Neuropsychologie

