



## Kompetenzreihe „Schlaf“ – Die Behandlung der Insomnie – Was Psychotherapeuten unbedingt wissen sollten!

**Dr. Dipl.-Psych. Hans-Günter Weeß**

Interdisziplinäres Schlafzentrum Pfalzkrankenhaus, Klingenmünster

### Inhalt:

Insomnien sind häufig und weit verbreitet. 6-10 Prozent der Bevölkerung leiden an behandlungsbedürftigen Insomnien. Insomnien treten komorbid bei psychischen und körperlichen Erkrankungen auf und deren Behandlung wirkt sich auch häufig positiv auf den Behandlungsverlauf der zugrundeliegenden Erkrankung aus. Die Kognitive Verhaltenstherapie der Insomnie gilt als First-Line-Therapie zur Behandlung der Insomnie und zeigt auch bei komorbiden Insomnien eine gute Wirksamkeit. Medikamentöse Ansätze gelten in der Insomniebehandlung als symptomatisch und haben zwischenzeitlich nur noch den Stellenwert einer Second-Line-Therapie.

In dem Seminar werden folgende Inhalte vermittelt:

- Epidemiologie und Klinik der Insomnien
- Erklärungsmodelle von (komorbiden) Insomnien
- Methoden und Bausteine der Kognitiven Verhaltenstherapie für Insomnie (KVT-I)

**Literaturvorschlag:** wird im Seminar vermittelt!

Weitere Seminare zur „Kompetenzreihe Schlaf“ finden Sie hier in der Übersicht:

17.11.2027, 18:00-19:45 Uhr: [Kompetenzreihe „Schlaf“ – Was im Schlaflabor passiert](#)

15.12.2027, 18:00-19:45 Uhr: [Schlafwandeln, Gewaltschläfer, Alpträume und andere nächtliche Laster](#)

### Zur Person:

**Dr. Hans-Günter Weeß** beschäftigt sich seit mehr als 25 Jahren mit dem Schlaf und seinen Störungen. Er ist Autor von wissenschaftlichen Publikationen, Fach- und Lehrbüchern. In seinem aktuellen Buch „Schlaf wirkt Wunder“ beschreibt er den Schlaf als das schönste Drittel des Lebens und liebt auch privat sein Bett.

**Kursnummer:** FB271020A  
(Bitte bei der Anmeldung angeben)

**Termin:**  
Mittwoch 20.10.2027 17:30 - 21:00 Uhr

**Zeitung:** 4 Stunden à 45 Minuten

**Diese Veranstaltung findet online statt.**

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

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

**Teilnehmendenzahl:** max. 25 Personen

**PTK-Punkte:** beantragt (analog anerkannt bei der Ärztekammer)

**GNP-Akkreditierung:**  
Curr. 2017: 4 Stunden zu Spezielle Neuropsychologie: Störungsspezifische Kenntnisse

**Kursgebühr:** 130,00 €

Zugelassene Weiterbildungsstätte der PTK  
Bayern für Klinische Neuropsychologie

