

Schlafstörungen

Als interdisziplinäres Arbeitsfeld betrachtet die moderne Schlafmedizin die Entstehung und Aufrechterhaltung von Schlafstörungen im Kontext eines biopsychosozialen Erklärungsmodells. Im Verlauf der Erkrankung entwickeln viele Patienten mit Schlafstörungen Verhaltensweisen und Überzeugungen, die mit gutem Schlaf nicht kompatibel sind und zur Aufrechterhaltung der Schlafstörung beitragen. Die kognitive Verhaltenstherapie für Insomnie (KVT-I) ist gemäß internationaler Leitlinien die Methode der Wahl zur Behandlung der Insomnie.

Workshop

Im Rahmen der dreitägigen Veranstaltung wird nach der Behandlung schlafmedizinischer Grundlagen die kognitive Verhaltenstherapie für Insomnie (KVT-I) theoretisch und praktisch vermittelt. Dies umfasst sowohl die klassischen Bausteine der KVT-I (Psychoedukation, Entspannungstechniken, Schlafrestriktion, Stimuluskontrolle, kognitive Therapie) als auch neuere Ansätze wie die Akzeptanz- und Commitment-Therapie. Insgesamt umfasst der Kurs 17 UE.

Donnerstag	6. November 2025	15:00–18:45 Uhr
Freitag	7. November 2025	09:00–17:00 Uhr
Samstag	8. November 2025	09:00–12:45 Uhr

Zielgruppe

Die Veranstaltung richtet sich an das Personal der psychologischen und ärztlichen Psychotherapie (inklusive Personen in Aus- und Weiterbildung).

CME-Punkte

Die Zertifizierung der Fortbildung wird bei der Landesärztekammer Baden-Württemberg beantragt. Im vergangenen Jahr wurde die Fortbildung mit 16 Fortbildungspunkten (FP) in Kategorie A für das Fortbildungszertifikat anerkannt.

Organisatorisches

Wichtige Links

- [Anmeldung](#)
- [Homepage](#)

Veranstaltungsort

Die Veranstaltung findet online statt.

Registrierungsgebühren

Workshop 500 EUR

Die Veranstaltung ist auf max. 50 Teilnehmer begrenzt. Die Mindestteilnehmerzahl beträgt 15 Personen. Die Teilnahmegebühr umfasst die Workshopgebühr, Handouts und CME-Punkte.

Allgemeine Bedingungen

Die Anmeldung muss bis spätestens zwei Wochen vor der Veranstaltung erfolgt sein. Ein Rücktritt von der Teilnahme ist bis zum 9. Oktober 2025 unter einer Bearbeitungsgebühr von 50 EUR möglich. Nach diesem Datum ist die volle Gebühr zu entrichten. Bei Ausfall der Veranstaltung wird den Teilnehmern die volle Gebühr erstattet.

Organisation des wissenschaftlichen Programms

Prof. Dr. Dieter Riemann
Universitätsklinik Freiburg Klinik für
Psychiatrie und Psychotherapie

Tagungsorganisation

Conventus Congressmanagement & Marketing GmbH
Jessica Kolb
Tel. +49 3641 31 16-341
jessica.kolb@conventus.de

Fort- und Weiterbildung im Rahmen der DGSM



Kognitive Verhaltenstherapie für Insomnie (KVT-I)

6.–8. November 2025 | Freiburg im Breisgau



Deutsche Gesellschaft
für Schlafforschung und
Schlafmedizin (DGSM) e.V.

Dozenten



Prof. Dr. rer. soc. Dipl.-Psych. Dieter Riemann
Emeritierter Leiter der Abteilung für Klinische Psychologie und Psychophysiologie/Schlafmedizin in der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Universitätsklinikum Freiburg, Psychologischer Psychotherapeut, Supervisor für Verhaltenstherapie, Somnologe (DGSM, ESRS)



Prof. Dr. phil. Dr. med. Kai Spiegelhalder
Leiter der Sektion für Psychiatrische Schlafforschung und Schlafmedizin, Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Universitätsklinikum Freiburg, Psychologischer Psychotherapeut, Supervisor für Verhaltenstherapie, Somnologe (DGSM)



PD Dr. med. Lukas Frase
Oberarzt in der Klinik für Psychosomatik und Psychotherapie, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie, Universitätsklinikum Freiburg



Dr. phil. Anna Johann, M.Sc.
Psychologin in der Sektion für Psychiatrische Schlafforschung und Schlafmedizin, Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Universitätsklinikum Freiburg, Psychologische Psychotherapeutin



PD Dr. phil. Dipl.-Psych. Elisabeth Hertenstein
Psychologin der Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Universität Genf, Schweiz, Psychologische Psychotherapeutin

Programm

Donnerstag, 6. November 15:00–18:45 Uhr	
15:00	Begrüßung und Einführung Dieter Riemann, Kai Spiegelhalder, Anna Johann, Lukas Frase, Elisabeth Hertenstein
15:30	Grundlagen der Schlaf-Wach-Regulation Dieter Riemann
17:00–17:15	Pause
17:15	Epidemiologie und Ätiologie Dieter Riemann

Freitag, 7. November 09:00–17:00 Uhr	
09:00	Diagnostik und Differentialdiagnostik Kai Spiegelhalder
10:30–10:45	Pause
10:45	Schlafrestriktion und Stimuluskontrolle Anna Johann
12:15–13:45	Mittagspause
13:45	Psychoedukation, Entspannungstechniken, Kognitive Therapie Kai Spiegelhalder
15:15–15:30	Pause
15:30	Akzeptanz- und Commitment-Therapie Elisabeth Hertenstein

Samstag, 8. November 09:00–12:30 Uhr	
09:00	Pharmakotherapie der Insomnie Lukas Frase
10:30–10:45	Pause
10:45	Therapie der Insomnien bei komorbiden Erkrankungen Anna Johann
12:15	Abschluss und Formales Anna Johann



Spiegelhalder K, Backhaus J, Riemann D:
Schlafstörungen, Hogrefe-Verlag; 2.
überarbeitete Auflage 2011.



Hertenstein E, Spiegelhalder K, Johann A,
Riemann D: Die Freiburger Schlafschule.
Kohlhammer Verlag; 2015.