

Press release

Julius-Maximilians-Universität Würzburg

Robert Emmerich

04/13/2010

<http://idw-online.de/en/news363890>

Transfer of Science or Research
Psychology
transregional, national



Schlafstörungen bei Kindern und Jugendlichen behandeln

Behandlungsprogramme für Kinder und Jugendliche mit Schlafstörungen bietet das Institut für Psychologie der Universität Würzburg an. Die Programme basieren auf Ergebnissen aus der klinisch-psychologischen Forschung und beinhalten hypno- und verhaltenstherapeutische Elemente.

"Diese Kombination hat sich in zahlreichen Studien als sehr wirkungsvoll erwiesen", sagt Diplom-Psychologin Barbara Schwerdtle. Die Programme unterstützen Kinder und Jugendliche beim Erlernen von Techniken, um besser schlafen zu können. Gemeinsam mit den Eltern erarbeiten die Psychologen zudem Erziehungsmethoden, die den Schlaf der Kinder und das familiäre Miteinander positiv beeinflussen.

Weitere Informationen gibt es im Internet unter www.in.psychologie.uni-wuerzburg.de/kinderschlaf