



chTP

SCHWEIZER FACHVERBAND
TRAUMAPÄDAGOGIK

MITGLIEDERVERSAMMLUNG & FACHNACHMITTAG

WENN SCHLAF NICHT VON SELBST KOMMT. ZUSAMMENSPIEL SCHLAF UND TRAUMA

Mittwoch, 13. Mai, 13.30 Uhr | Alterszentrum Hottingen, Zürich

Schlaf ist ein zentraler Baustein für Entwicklung, Regulation und Gesundheit. Das Einschlafen nach dem Wachsein ist ein natürlicher Übergang, in dem Körper und Verhalten allmählich vom Schutzmodus in einen Zustand von Ruhe und Erholung wechseln dürfen.

Für Kinder mit belastenden Erfahrungen ist dieser Übergang oft erschwert: Verknüpfte Erlebnisse, innere Alarmzustände und Schutzreaktionen lassen sich abends selten einfach abschalten. Schlafprobleme zeigen sich dabei häufig als komplexer Ausdruck von Belastungen – und wirken sich ihrerseits wieder auf Entwicklung, Selbstregulation und Interaktion am Tag aus.

Das Inputreferat lädt dazu ein, Schlafregulation im Verlauf der kindlichen Entwicklung besser zu verstehen. In der anschliessenden Diskussion bringen Sie Ihre fachliche Erfahrung und Ihre Fragen ein, um gemeinsam Haltungen und Interventionen zu stärken, die Kindern mehr Sicherheit und erholsamen Schlaf ermöglichen.

Dr. med. Miriam Gerstenberg ist Leitende Ärztin an der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich im Bereich Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie. Sie leitet zudem eine Junior Research Group zum Thema EEG und Schlaf. Fachlich engagiert ist sie unter anderem in den Special Interest Groups «Sleep and Mental Health» und «Pediatric Sleep» sowie im Verein Trialog und Antistigma Schweiz.

Wir freuen uns am anschliessenden Apéro gemeinsam Zeit und Raum für Begegnung und Austausch zu haben.

Veranstaltungsort:

Alterszentrum Hottingen
Freiestrasse 71
8032 Zürich

Kontakt und Anmeldung:

info@chtp.ch / www.chtp.ch
[Hier online anmelden!](#)

Kosten Fachreferat:

Mitglieder chTP & FVTP: Fr. 40.–
Nicht-Mitglieder: Fr. 55.–

PROGRAMM

13.30	Begrüssung und Mitgliederversammlung
14.30	Pause
14.45	Fachreferat «Wenn Schlaf nicht von selbst kommt. Zusammenspiel Schlaf und Trauma» Dr. med. Miriam Gerstenberg
17.00	Apéro Gemeinsames Ausklingen lassen
