

**WORK REPORT 2016**  
**SLEEP & INSOMNIA RESEARCH AT THE DEPARTMENT OF CLINICAL PSYCHOLOGY AND PSYCHOPHYSIOLOGY/ CENTRE FOR MENTAL DISORDERS/ MEDICAL FACULTY/ UNIVERSITY OF FREIBURG**



**Head of Department:** Dieter Riemann, PhD, Professor of Clinical Psychophysiology, Dipl. Psych., Somnologist (Germany/Europe), Psychological Psychotherapist, Clinical Supervisor for Behavioral Therapy

**Deputy Head:** Kai Spiegelhalter, MD, PhD (Senior Lecturer in Psychology)

**Medical Head:** Christoph Nissen, MD (Professor of Psychiatry & Psychotherapy)

**Technical Director:** Bernd Feige, PhD

**Post-Doc Researchers:** Chiara Baglioni, PhD (Professor of Clinical Psychology, Rome Telematics University), Elisabeth Hertenstein, PhD

**Affiliated researchers:** Lukas Frase, MD, Elias Wolf, MD, Roza Umarova, MD

**PhD candidates:** Verena Hirscher-Reiss (DP), Anna Johann (BSc (Hons) MSc), Marion Kuhn (DP), Nina Landmann (DP), Jonathan Maier (DP), Svetoslava Nanovska (MSc), Nicola Thiel (DP)

**MD candidates:** Benedict Bier, Aliza Bredl, Jan Bürklin, Laura Cabrera, Sarah Diemers, Deviana Ettine, Veronika Fritschi, Sarah Funk, Stephanie Guo, Anne Herlan, Stephanie Kass, Lukas Krone, Elisabeth Kuhnen, Sarah Maywald, Anip Mbah, Valentina Müller, Katharina Nachtsheim, Maximilian Quellmalz, Hanna Schmid, Peter Selhausen, Markus Siegel, Juliana Vochem, Björn Wagenmann, Peter Weil, Eirini Xeni

**Master students:** Lena Maier, Christine Strobel, Dora Meyer, Blanda Wielandt

**Bachelor students:** Marita Würker, Saman Azizi, Catharina Hehn

**Student researchers:** Zarina Bostanova, Inna Shara, Mathieu Pinger, Florian Holub

Designed by Remus von Lucadou

**Clinical staff:** John Doerr, MD (Neurologist/ Psychiatrist; till January, 31, 2016;), Roza Umarova, MD (Neurologist, since February 1, 2016 - June 2016); Susanne Bartels, (Neurologist; MD, July 2016; Annette Baumgartner, (Neurologist, MD, since September 2016); Elisabeth Hertenstein, PhD, Judit Kelbert, DP.

**Nursing team:** Stefanie Enderle (Head), Remus von Lucadou, Patrick Anjard, Claudine Heinrich, Heike Franz, Sebastian Schura, I. Schmitt

**Technical staff:** Annette Frohn

**Clinical and research interns:** Florian Weiss (Psychology), 05.10.2015 - 31.03.2016; Raphael Dressle (Psychology), 20. 02. - 20. 04. 2016; Martin Ruf (BOGY), 04. 04. - 08. 04. 2016; Raphael Blum (Psychology) 01.04. - 30.06.2016; Nicole Leineweber (Psychology), 24. 04. - 07.05.2016; Alastair McGinness (Neurosciences, Surrey), 04.09.2016 – 30.06.2017; Simone Heilmann.(Psychology), 14.11.2016 – 31.03.2017

**IT/ technical issues:** Bernd Tritschler

**Student night technicians:**

**Work groups:**

1. **Clinical Neurophysiology** (B. Feige)
2. **Sleep and Plasticity** (C. Nissen)
3. **Sleep, Insomnia and Mental Disorders** (D. Riemann)
4. **Pathophysiology of Insomnia** (K. Spiegelhalder)

## 1. PUBLICATIONS

### 1.1. ORIGINAL PUBLICATIONS IN PEER-REVIEWED JOURNALS

- Landmann N, Kuhn M, Maier JG, Feige B, Spiegelhalder K, Riemann D, Nissen C.: Sleep strengthens but does not reorganize memory traces in a verbal creativity task. *SLEEP*, 2016, 39, 705-713 (**IF: 4.793**).
- Baglioni C, Schweinoch A, Nissen C, Riemann D, Spiegelhalder K, Berger M, Weiller C, Sterr A: Polysomnographic characteristics of sleep in stroke - a meta-analysis. *PlosOne*. March 7, 2016, DOI: 10.1371/journal.pone.0148496. (**IF: 3.057**).
- Wassing, R, Benjamins, JS, Dekker, K, Moens, S, Spiegelhalder, K, Feige, B, Riemann, D, Van der Sluis, S, Van der Werf, Y, Talamini, LM; Walker, MP, Schalkwijk, F, van Someren, E.: Slow dissolving of emotional distress contributes to hyperarousal. *PNAS*, 2016, 113, 2538–2543. (**IF: 9.423**).
- Palagini L, Faraguna, U, Mauri, M, Gronchi, A, Morin, C, Riemann, D.: Association between stress related sleep reactivity and cognitive processes in insomnia disorder and insomnia subgroups: preliminary results. *Sleep Medicine*, 2016, 19, 101-107 (**IF: 3.339**).
- Spiegelhalder, K, Regen, W, Nissen, C, Feige, B, Baglioni, C, Riemann, D, Hennig, J, Lange, T: Magnetic resonance spectroscopy: a repeated measurement study in insomnia. *PlosOne*, 2016, 11(6):e0156771; 6; - DOI: 10.1371/journal.pone.0156771. (**IF: 3.057**).
- Kuhn M, Wolf E, Maier JG, Mainberger F, Feige B, Schmid H, Bürklin J, Maywald S, Mall V, Jung NH, Reis J, Spiegelhalder K, Klöppel S, Sterr A, Riemann D, Normann C, Nissen C.: Sleep recalibrates homeostatic and associative synaptic plasticity in the human cortex. *Nature Communications* Aug 23; 7:12455. doi: 10.1038/ncomms12455. (**IF: 11.329**).
- Baglioni C, Nanovska S, Regen W, Spiegelhalder K, Feige B, Nissen C, Reynolds CF, Riemann D: Sleep and mental disorders: a meta-analysis of the last 20 years of polysomnographic research. *Psychological Bulletin* DOI: 10.1037/bul000053, 2016, 142, 969-990 (**IF: 14.839**).
- Palagini L, Cellini, N, Gronchi A, Mauri M, Mazzei I, Simpraga, S, dell'Osso, L, Linkenkaer-Hansen K, Riemann D.: Multiple phenotypes of resting-state cognition is altered in insomnia disorder: a pilot study. *Sleep Health*, 2, 239-245, 2016
- Palagini L, Mauri, M; Faraguna, U, Carli, L, Tani, C, Dell'Osso, L, Mosca, M, Riemann D. Insomnia symptoms, perceived stress and coping strategies in subjects with systemic lupus erythematosus: insomnia symptoms may play a modulating role. *Lupus*, 2016, 25, 988-996 (**IF: 2.118**).
- Regen W, Kyle S, Feige B, Nissen C, Baglioni C, Hennig J, Riemann D, Spiegelhalder K: Objective sleep disturbances are associated with increased default mode network. *Journal of Psychiatry and Neuroscience*, 2016, 41, 295-303 (**IF: 5.570**).
- Frase L, Piosczyk H, Zittel, S, Jahn F, Selhausen P, Krone L, Feige B, Mainberger F, Normann C, Sterr A, Spiegelhalder K, Riemann D, Nitsche M, Nissen C.: The modulation of arousal and sleep continuity by transcranial direct current stimulation (tDCS). *Neuropsychopharmacology*, 2016, 41, 2577-2586. (**IF: 6.399**).

- Sobanski E, Alm B, Hennig O, Riemann D, Feige B, Schredl M: Daytime sleepiness in adults with ADHD: a pilot trial with a multiple sleep latency test. *Journal of Attention Disorders*, 20, 1023-1029 (IF: 3.384).
- Palagini, L, Mauri, M, Dell'Osso, L, Riemann, D, Drake, CL: Trait- and pre-sleep-state-dependent arousal in primary insomnia: what role may sleep reactivity and sleep-related metacognitions play? *Sleep Medicine*, 2016, 25, 42-48 (IF:3.339)
- Palagini, L, Bruno, RM, Paolo, T, Caccavale, L, Gronchi, A, Mauri, M, Riemann, D, Drake, CL: Association between stress-related sleep reactivity and metacognitive beliefs about sleep in insomnia disorder: preliminary results. *Behavioral Sleep Medicine*, 2016, 14, 639-649 (IF: 2.485)
- Kuhn, MA, Mainberger, F, Feige, B, Maier, J, Mall, V, Jung, NH, Reis, J, Klöppel, S, Normann, C, Nissen, C: State-dependent partial occlusion of cortical LTP-like plasticity in major depression. *Neuropsychopharmacology*, 2016, 41, 1521-1529 (IF: 6.399).
- Lahr, J, Peter, J, Minkova, L, Lauer, E, Reis, J, Heimbach, B, Hüll, M, Normann, C, Nissen, C, Klöppel, S: No difference in paired associative stimulation induced cortical neuroplasticity between patients with mild cognitive impairment and elderly controls. *Clinical Neurophysiology*, 2016, 127, 1254-1260 (IF: 3.426).
- Umarova, RM, Nitschke, K, Kaller, CP, Klöppel, S, Beume, L, Mader, I, Martin, M, Hennig, J, Weiller, C: Predictors and signatures of recovery from neglect in acute stroke. *Annals of Neurology*, 2016, 79, 673-686 (IF: 9.638).

#### In press:

- Spiegelhalder K, Regen W, Siemon F, Kyle SD, Baglioni C, Feige B, Nissen C, Riemann D: Your place or mine? Does the sleep location matter in young people? *Behavioral Sleep Medicine*. (IF: 2.485).
- Feige, B, Spiegelhalder, K, Kiemen, A, Bosch, OG, Tebartz van Elst, L, Hennig, J, Seifritz, E, Riemann, D.: Distinctive time-lagged resting-state networks revealed by simultaneous EEG-fMRI. *Neuroimage* (IF: 5.463).
- Spiegelhalder, K, Baglioni, C, Regen, W, Kyle, SD, Nissen, C, Hennig, J, Doerr, JP, Feige, B, Riemann, D. Brain reactivity and selective attention to sleep-related words in patients with insomnia. *Behavioral Sleep Medicine* (IF: 2.485)

#### Submitted /under review:

- Kyle, SD, Sexton, CE, Rutter, M, Feige, B, Luik, A, Lane, JM, Saxena, R, biobank group, Espie, CA, Foster, RG, Riemann, D, Spiegelhalder, K.: Insomnia symptoms are not independently associated with impaired cognitive performance: data from the UK biobank. *SLEEP* (IF: 4.793)
- Johann, AF, Hertenstein, E, Kyle, SD, Baglioni, C, Feige, B, Nissen, C, Riemann, D, Spiegelhalder, K: How did I do last night? High levels of perfectionism are associated with polysomnographically determined markers of poor sleep in the adaptation night. *Journal of Sleep Research*. (IF: 3.098)
- Ballesio, A, Aquino, MRJ, Feige, B, Johann, A, Kyle, SD, Spiegelhalder, K, Lombardo, C, Rücker, G, Riemann, D, Baglioni, C. The effectiveness of standard psychological and cognitive behavioral therapies for insomnia on symptoms of depression and fatigue symptoms: A systematic review and network meta-analysis. *Sleep Medicine Reviews* (IF: 7.341)
- Palagini, L, Moretto, U, Riemann, D.: The mediating role of sleep-related cognitive and meta-cognitive processes in trait- and pre-sleep state hyperarousal regulation in insomnia disorder. *Behavioral Sleep Medicine* (IF: 2.485).
- Maier, JG, Piosczyk, H, Holz, J, Landmann, N, Deschler, C, Frase, L, Kuhn, M, Klöppel, S, Spiegelhalder, K, Sterr, A, Riemann, D, Feige, B, Voderholzer, U, Nissen, C: Brief periods of NREM sleep do not promote early offline gains but subsequent on-task performance in motor skill learning. *Neurobiology of Learning and Memory*.
- Kuhn, M, Hertenstein, E, Feige, B, Landmann, N, Spiegelhalder, K, Baglioni, C, Hemmerling, J, Durand, D, Frase, L, Klöppel, S, Riemann, D, Nissen, C.: Learning as a model of synaptic plasticity in primary insomnia. *Journal of Sleep Research* (IF: 3.098).
- Frase, L, Doerr, JP, Feige, B, Rechenbach, M, Fiebich, BL, Riemann, D, Nissen, C, Voderholzer, U: Endocrine responses of an evening dose of amitriptyline, escitalopram and placebo: a double-blind, randomized repeated-measures trial in healthy participants. TBD

#### In preparation:

- Zurbier LA, Ikram A, Vernooij MW, Hofman A, Spiegelhalder K, van Someren E, Tiemeier H. Gray matter, white matter and hippocampal volume in middle-aged and older adults with insomnia: a population-based study. *SLEEP* (IF: 4.793).
- Johann, AF, Hertenstein, E, Kyle, SD, Baglioni, C, Feige, B, Nissen, C, Riemann, D, Spiegelhalder, K: Insomnia with objective sleep duration is associated with longer duration of illness in the Freiburg In

somnia Cohort, but not with type II diabetes and hypertension. PLoS One (IF: 3.057).

- Hertenstein, E, Spiegelhalder, K, Nissen, C, Johann, A, Umarova, R, Riemann, D, Baglioni, C, Voderholzer, U, Feige, B.: Polysomnographic and subjective sleep for two consecutive nights in healthy adults. Journal of Sleep research (IF: 3.098)
- Feige, B., Nanovska, S., Baglioni, C, Bier, B, Cabrera, L, Diemers, L, Quellmalz, M, Siegel, M, Xenig, I, Doerr, JP, Feige, B, Riemann, D.: Insomnia - perchance a dream? Results from a NonREM/ REM sleep awakening study in good sleepers and patients with insomnia. PLOS Medicine (IF: 14)
- Schennach, R, Riemann, D, Heuser, J, Voderholzer, U: An analysis of the impact of subjective sleep quality in 7956 acutely ill psychiatric patients. TBD
- Maier, JG, Piosczyk, H, Holz, J, Landmann, N, Deschler, C, Frase, L, Kuhn, M, Klöppel, S, Riemann, D, Feige, B, Voderholzer, U, Nissen, C: Brief periods of NREM sleep do not promote early offline gains but subsequent on-task performance in motor skill learning. Neurobiology of Learning and Memory (IF: )

## 1.2. REVIEW PAPERS

- Wolf E, Kuhn M, Normann C, Biber K, van Calker D, Riemann D, Nissen C: Sleep and plasticity: potential mechanisms of therapeutic sleep deprivation in major depression. Sleep Medicine Reviews, 2016, 30, 53-62 (IF: 7.341).
- Bernstein, CJ, Ellard, DR, Davies, G, Hertenstein, E, Tang, N: Behavioural interventions for people living with adult-onset primary dystonia: a systematic review. BMC Neurology, 2016, 16:40. Doi: 10.1186/s12883-016-0562-y. (IF: 1.961)
- Landmann, N, Kuhn, M, Nissen, C: Schlafbezogene Interventionen zur Augmentation von Psychotherapie. Somnologie, 2016, 20, 30-36.
- Ebajemito J, Furlan L, Nissen C, Sterr A. Application of Transcranial Direct Current Stimulation in Neurorehabilitation: The Modulatory Effect of Sleep. Frontiers in Neurology, 2016, 7, 54; doi:10.3389/fneur.2016.00054.
- Nissen, C, Frase, L: Schlafmedizin in der Praxis: Allgemeine diagnostische und therapeutische Aspekte. Connexi, 2016, 4, 56-57.
- Hertenstein, E, Johann, A, Baglioni, C, Spiegelhalder, K, Riemann, D: Treatment of insomnia . a preventive strategy for cardiovascular and depressive disorders. Mental Health and Prevention, 2016, 4, 96-103.
- Frase, L.; Hertenstein, E.; Nissen, C.: Neue Studien zu Schlafstörungen. In: DNP-Der Neurologe und Psychiater (2016)17 (4), S. 20–21.
- Hertenstein, E, Doerr, JP, Riemann, D.: Schlafstörungen. MMW, 2016, 158, 54-63.
- Hertenstein, E, Tang, N, Bernstein, C, Nissen, C, Underwood, M: Sleep in patients with dystonia: a systematic review. Sleep Medicine Reviews, 2016, 26, 95-107 (IF: 7.341)
- Bostanova, Z., Feige, B., Riemann, D., Baglioni, C.: Polysomnographische Befunde bei Insomnie und anderen psychischen Störungen. Schlaf, 2016, 3, 114-122.
- Spiegelhalder, K.: Zur Neurobiologie der Insomnie. Schlaf, 2016, 3, 108-113.
- Hertenstein, E, Riemann, D, Johann, AF, Nissen, C: Achtsamkeitsbasierte Therapie für Patienten mit Insomnie. Schlaf, 2016, 3, 130-135.
- Nissen, C., Frase, L.: Schlafmedizin in der Praxis: Allgemeine diagnostische und therapeutische Aspekte. Der Allgemeinarzt
- Frase, L, Selhausen, P, Zittel, S, Jahn, F, Nissen, C: Nicht invasive Gehirnstimulation zur Beeinflussung von Wacheit und Schlaf. Neurotransmitter, 2016, 27, 46-49.
- Umarova, R: Adapting the concepts of brain and cognitive reserve to post-stroke cognitive deficits: implications for understanding neglect. Cortex (IF:4.314 )

### In press:

- Krone L, Frase L, Piosczyk H, Kuhn, M, Selhausen P, Zittel S, Jahn F, Feige B, Riemann D, Spiegelhalder K, Sterr A, Nissen C. Top-down control of arousal and sleep and potential clinical implications. Sleep Medicine Reviews (IF: 7.341)

### Under review/submitted/ in preparation:

- Frase L, Nissen C, Schäfer L: Schlafregulation verstehen - Schlaf selbst steuern. Zeitschrift der dt. Gesellschaft für Bipolare Störungen.
- Meerlo, P, Benedetti, F, xx, Riemann, D, Steiger, A.: Chronically restricted or disturbed sleep as a causal factor in the development of depression. TBD.
- Pigeon, W, Perlis, ML, Bishop, T, Ellis, J, Riemann, D.: Why treat insomnia? TBD.
- Hertenstein, E, Riemann, D: Schlaflosigkeit und ihre Folgen für die Arbeitsfähigkeit. ASU-Arbeitsmedizin

- Khazaie, H, Veronese, M, Noori, K, Emamian, F, Zarei, M, Ashkan, K, Leschziner, G, Eickhoff, C, Eickhoff, S, Morrell, M, Spiegelhalder, K, Van Someren, E, Tahmasian, M, Rosenzweig, I: Functional reorganisation in obstructive sleep apnea and insomnia: a systematic review of the resting-state functional neuroimaging. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*.
- Frase, L; Selhausen, P.; Krone, L.; Zittel, S.; Jahn, F.; Feige, B.; Maier, J.G.; Mainberger, F.; Piosczyk, H.; Kuhn, M.; Klöppel, S.; Sterr, A.; Baglioni, C.; Spiegelhalder, K.; Riemann, D; Nitsche, M.A.; Nissen, C. Transcranial direct current stimulation (tDCS) in insomnia disorder.

### 1.3. SHORT COMMUNICATIONS

- Riemann, D, Hertenstein, E, Schramm, E: Mindfulness-based cognitive therapy for depression (Letter). *Lancet*, 2016, 387, 1054 (IF: 45.217)
- Spiegelhalder, K, Wiegand, M (Editorial): Insomnien. *Schlaf*, 2016, 3, 105

### 1.4. CONTRIBUTIONS TO BOOKS

- Perlis ML, Ellis J, Kloss J, Riemann D: The etiology of insomnia. In: Kryger MM, Roth T, Dement W (Hrsg.): *Principles and practice of sleep medicine*, 6th. Edition. Elsevier, Philadelphia, 2016, 769-784.
- Spiegelhalder K, Riemann D.: *Psychotherapie bei Schlafstörungen*. In: S. Herpertz, Kasper, Lieb (Hrsg.): *Störungsspezifische Psychotherapie*. Elsevier, 2016, 515-524..

### In press:

- Riemann D: Chronic insomnia - a disorder of hyperarousal? In: Paiva T (Hrsg.) *Portuguese Brazilian handbook on sleep disorders*.
- Carl C, Riemann D: 14. Insomnien. In: Vaitl R (Hrsg.) *Handbuch der Entspannungsverfahren*, 3. Auflage
- Riemann, D, Baglioni, C, Hertenstein, E, Feige, B, Spiegelhalder, K: *Schlaf, Schlaflosigkeit und psychische Erkrankungen*. In: K. Lieb, F. Hohagen, Riemann, D (Hrsg.) *Psychiatrie und Psychotherapie 2.0*. Elsevier, München.
- Spiegelhalder, K, Nissen, C, Riemann, D: Clinical sleep-wake disorders II: focus on insomnia and circadian rhythm sleep disorders. In: HP Landolt, DJ Dijk (Eds.). *Sleep and wakefulness*.
- Freiermuth A, Riemann, D. *Schlafstörungen*. In: E. Leibing, W. Hiller, S. Sulz (Hrsg.): *Lehrbuch der Psychotherapie Bd. 3: Verhaltenstherapie*.
- Hertenstein E, Nissen C, Riemann D: Pharmacologic and non-pharmacologic treatments of insomnia. In Ferrini-Strambi R (Hrsg.): *Sleep disorders*. Oxford textbooks in neurology.
- Hertenstein E, Voinescu B, Riemann D: *Insomnia*. *Psychotherapy Handbook*.
- Spiegelhalder K, Hajak G, Riemann D: *Schlafstörungen*. In: Voderholzer U, Hohagen F (Hrsg.). *Therapie psychischer Erkrankungen - State of the art*.
- Nissen, C: *Schlaf und Plastizität*. In: K. Lieb, F. Hohagen, Riemann, D (Hrsg.) *Psychiatrie und Psychotherapie 2.0*. Elsevier, München.
- Spiegelhalder, K: *Schlaf und Schlafstörungen*. In Bengel J, Mittag O (Hrsg.). *Psychologie in der medizinischen Rehabilitation*. Berlin: Springer.
- Hertenstein E, Nissen, C, Riemann, D. *Schlafstörungen*. In: *Praxishandbuch Verhaltenstherapie* (Hrsg. EL Brakemeier).
- Kuhn, M, Nissen, C, Riemann, D, Berger, M.: 19. *Praxis der Wachtherapie*. In: K. Konrad (Hrsg.): *Praxis der Depressionsbehandlung*.
- Frase, L, Nissen, C, Riemann, D, Bassetti, C: *Schlafstörungen*. In: Klöppel, S, Jessen, F (Hrsg.): *Therapiehandbuch Gerontopsychiatrie und – psychotherapie*. Elsevier.

### 1.5. BOOKS

- Riemann, D: *Ratgeber Schlafstörungen*, 2. überarbeitete Auflage. Hogrefe, Göttingen, 2016.
- Lieb, K, Hohagen, F, Riemann, D (Hrsg.): *Psychiatrie und Psychotherapie 2.0*. Elsevier, München, 2016.

### 1.6. PUBLISHED ABSTRACTS (CHRONOLOGICAL)

### 2. ORAL PRESENTATIONS & POSTER (ALPHABETICAL)

- A. Balesio, Aquino MRJ, Feige B, Johann AF, Kyle SD, Spiegelhalder K, Lombardo C, Riemann D, Rücker G & Baglioni C. The effectiveness of cognitive behavioral therapy for insomnia on fatigue: A network meta-analysis. *SLEEP Meeting 2016, Denver, 11.06. - 15.06.2016*.

- A. Balleisio, Aquino MRJ, Feige B, Johann AF, Kyle SD, Spiegelhalder K, Lombardo C, Riemann D, Rücker G & Baglioni C. Network meta-analysis on the effectiveness of cognitive behavioral therapies for insomnia on daytime depression and fatigue. 23<sup>rd</sup>. ESRS congress, Bologna, 13.09. - 16.09.2016
- C. Baglioni: The link between disturbed sleep, emotional reactivity and mental disorders. 23<sup>rd</sup>. ESRS congress, Bologna, 13.09. - 16.09.2016
- B. Feige: Schlaf und Schlafstörungen, FZI Health Care Tag, Karlsruhe, 12.04.2016.
- L. Frase: Speaker und Tutor: Interdisciplinary late-summer school on non-invasive brain stimulation (NIBS), Freiburg 2016.
- L. Frase: German Center for Brain Stimulation - GCBS, 2nd Late Summer Workshop, Freiburg, October 13-14, 2016.
- L. Frase, H. Piosczyk, P. Selhausen, S. Zittel, F. Jahn, L. Krone, B. Feige, J.G. Maier, D. Riemann, M.A. Nitsche, C. Nissen. Bi-frontal transcranial direct current stimulation does not modulate sleep continuity in patients with insomnia, Düsseldorf, 16. - 19.03.2016.
- L. Frase, W. Regen, C. Baglioni, B. Feige, D. Riemann, C. Nissen, K. Spiegelhalder. The influence of medial prefrontal cortex density on sleep related memory consolidation is mediated by age, but not by slow wave activity. European Sleep Research Society (ESRS) Congress 2016, Bologna, 13.09. - 16.09.2016.
- L. Frase, L.; H. Piosczyk, F. Jahn, S. Zittel, L. Krone, P. Selhausen, B. Feige, J. G. Maier, D. Riemann, M. A. Nitsche und C. Nissen: Bi-frontal transcranial direct current stimulation does modulate sleep, but does not affect sleep-related memory consolidation. 6th International Conference on Transcranial Brain Stimulation 2016, Göttingen, 07.09. - 10.09.2016.
- E. Hertenstein: Akzeptanz und Commitment Therapie für Insomnien. FFAP Workshop Schlaf und Schlafstörungen, 21.10.2016.
- E. Hertenstein, Spiegelhalder, K, Baglioni, C, Nissen, C, Johann, AF, Umarova, R, Riemann, D, Feige, B: Polysomnographie und subjektiver Schlaf für zwei aufeinanderfolgende Nächte bei gesunden Erwachsenen. DGSM Kongress, Dresden, 02.12.2016 .
- A.F. Johann, Hertenstein E, Kyle SD, Baglioni C, Feige B, Nissen C, Riemann D & Spiegelhalder K. Insomnia with objective short sleep duration is associated with longer duration of illness in the Freiburg Insomnia Cohort, but not with type 2 diabetes or hypertension. SLEEP Meeting 2016, Denver, 11.06. - 15.2016.
- A. F. Johann Diagnostik von Schlafstörungen. FFAP Workshop Schlaf und Schlafstörungen, 21.10.2016.
- A. F. Johann: Verhaltensmedizinische Behandlung von Insomnien. FFAP Workshop Schlaf und Schlafstörungen, 21.10.2016.
- M. Kuhn, Wolf E, Maier JG, Mainberger F, Feige B, Schmid H, Bürklin J, Maywald S, Mall V, Jung NH, Reis J, Spiegelhalder K, Klöppel S, Sterr A, Riemann D, Normann C, Nissen C.: Sleep recalibrates homeostatic and associative synaptic plasticity in the human cortex. 23<sup>rd</sup>. ESRS congress, Bologna, 13.09. - 16.09.2016.
- C. Nissen: Freiburg Sleep Research Day, Workshop Sleep and Plasticity, Freiburg, 29.01.2016. C. Nissen: Geheilte Rhythmus - geheilte Psyche; Pharmakotherapie gestörter Biorhythmik bei psychischen Erkrankungen - 5. St. Galler Symposium zu Schlaf, Depression und Chronobiologie. 08.03.2016.
- C. Nissen: Sleep and plasticity - mechanisms and therapeutic implications Scientific Conference UPD Bern, 23.03.2016.
- C. Nissen: Schlaf und Schlafstörungen - aktuelle Diagnostik und neue Behandlungsperspektiven Göttingen, 13.04.2016.
- C. Nissen: Non-24 - Schlafstörungen bei blinden Menschen. Maimarkt Mannheim - Gemeinsam stark sein. Mannheim, 04.05.2016.
- C. Nissen: Synaptic mechanisms of therapeutic sleep deprivation in major depression SLEEP 2016, Denver, 15.06.2016.
- C. Nissen: Sleep-related interventions to augment psychotherapy Plenum session SFB-Tr 654. 14.04.2016, Tübingen.
- C. Nissen: New and old therapies of insomnia in major depression: a synaptic perspective. 11 Minutes of Sleep. Pisa, 24.07.2016.
- C. Nissen: Verhaltensmedizin bei Hypersomnien. 1. Narkolepsie. FFAP Workshop Schlaf und Schlafstörungen, 21.10.2016.
- C. Nissen: Verhaltensmedizin bei Hypersomnien. 2. Schlafapnoe-syndrom. FFAP Workshop Schlaf und Schlafstörungen, 21.10.2016.
- C. Nissen, D. Riemann: REM Schlaf Instabilität bei Insomnien. DGPPN Kongress, Berlin, 24.11.2016.
- C. Nissen, Riemann, D.: Schlafstörungen - state of the art. DGPPN-Kongress, Berlin, 26.11.2016.
- D. Riemann: Das Hyperarousalmodell der Insomnien. Wissenschaftliches Seminar der Klinik für Psy

- chiarie und Psychotherapie der Universitätsklinik Wien, 14.01.2016.
- D. Riemann: Die Freiburger Schlafschule. Angellschule, Freiburg, 23.20.2016.
  - D. Riemann: Update Insomnia - causes, diagnosis and treatment. International conference: Clinical Update Sleep 2016, Royal College of Physicians, London, 26.02.2016.
  - D. Riemann: Sleep, insomnia and mental illness. Nuffield Department of Clinical Neurosciences, Oxford University, Oxford, 16.03.2016.
  - D. Riemann: Insomnia. Edinburgh Sleep Medicine Course, Edinburgh, 18.03.2016.
  - D. Riemann: Schlaf, Schlaflosigkeit und psychische Erkrankungen. Keynote Lecture, 34. Symposium der Fachgruppe Klinische Psychologie und Psychotherapie der DGPs, Bielefeld, 07.05.2016.
  - D. Riemann: Schlaf, Schlaflosigkeit und psychische Erkrankungen. HochRheinKolloquium, Rhein Jura Klinik, 15.06.2016.
  - D. Riemann: Die Freiburger Schlafschule. Gesundheitstag Berufliche Schulen Wolfach, 22.07.2016.
  - D. Riemann: Gesunder und gestörter Schlaf - warum Schlaf wichtig für unsere körperliche und psychische Gesundheit ist. Symposium Seelische Gesundheit, Berolina Klinik, Bad Oeynhausen, 04.08.2016.
  - D. Riemann: Schlechter Schlaf - was kann ich selber tun? Symposium Seelische Gesundheit, Berolina Klinik, Bad Oeynhausen, 04.08.2016.
  - D. Riemann: Auswirkungen von Schlaflosigkeit auf die Psyche - Einfluss der Psyche auf den Schlaf: ein circulus vitiosus? Pressekonferenz Tag der inneren Balance 2016. München, 07.09.2016.
  - D. Riemann: Sleep medicine as a transdiagnostic speciality - Psychology. 23<sup>rd</sup>. ESRS congress, Bologna, 13.09. - 16.09.2016.
  - D. Riemann: Publishing in sleep medicine/ sleep research – editorial advice. 23<sup>rd</sup>. ESRS congress, Bologna, 13.09. - 16.09.2016.
  - D. Riemann, Nanovska, S, Balioni, C, Feige, B: Perception of sleep in insomnia disorder: a nonREM/REM sleep awakening study. 23<sup>rd</sup>. ESRS congress, Bologna, 13.09. - 16.09.2016
  - D. Riemann: Treasurer report - membership assembly. 23<sup>rd</sup>. ESRS congress, Bologna, 13.09. - 16.09.2016.
  - D. Riemann: Schlafstörungen I, Curriculum Psychiatrie und Psychotherapie, UKLFR, 22.09.2016.
  - D. Riemann: D. Riemann: Die Freiburger Schlafschule. Relevanz für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik. Campus Stillachhaus, Leipzig, 08.10.2016.
  - D. Riemann: Schlafstörungen II, Curriculum Psychiatrie und Psychotherapie, UKLFR, 11.10.2016
  - D. Riemann: Vorstellung einer neuen PET-Studie bei Insomnien. Journalclub, PUK FR, 13.10.2016.
  - D. Riemann: Insomnie – ein Phänomen unserer Zeit? Diagnostik und Behandlungsstrategien. 5. Schlafmedizinisches Symposium, München, 14.10.2016.
  - D. Riemann: Grundlagen des normalen und gestörten Schlafs. FFAP Workshop Schlaf und Schlafstörungen, 21.10.2016.
  - D. Riemann: Parasomnien. FFAP Workshop Schlaf und Schlafstörungen, 21.10.2016.
  - D. Riemann: Schlafstörungen. FAVT Seminar, Freiburg, 18.11.2016.
  - D. Riemann: Schlaf, Schlaflosigkeit und psychische Erkrankungen. DGSM Kongress, Dresden, 03.12.2016.
  - K. Spiegelhalter: Research Domain oriented Criteria: die NIMH-Forschungsförderung. Forschungskonferenz der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Freiburg, 15.01.2016.
  - K. Spiegelhalter: Schlecht geschlafen - Sie sind nicht der/die Einzige. Vortrag Rathaus Freiburg, 24.02.2016.
  - K. Spiegelhalter: Grundlagen und Behandlung von Schlafstörungen. Hallenser Gespräche, Halle, 26.02.2016.
  - K. Spiegelhalter: Schlafstörungen. Ausbildungsseminar für Psychotherapeuten, Klagenfurt, Österreich, 0403. - 05.03.2016.
  - K. Spiegelhalter: Schlafstörungen. Ausbildungsseminar für Psychotherapeuten, Brixen, Italien, 12.03.2016.
  - K. Spiegelhalter: Neurobiology and Neuroimaging of chronic insomnia. Keynote lecture auf dem Kongress der Spanischen Gesellschaft für Schlafmedizin. Valladolid, 02.04.2016.
  - K. Spiegelhalter: The future of sleep medicine. Beitrag zur Podiumsdiskussion auf dem Kongress der Spanischen Gesellschaft für Schlafmedizin. Valladolid, 02.04.2016.
  - K. Spiegelhalter: Update Schlafmedizin. Kongress der Saarländisch-Pfälzischen Internisten Gesellschaft. Neustadt an der Weinstraße, 22.04.2016.
  - K. Spiegelhalter: Schlaf und Schlafstörungen. Rehpsychologisches Kolloquium, Institut für Psychologie, Universität Freiburg, 11.05.2016.
  - K. Spiegelhalter: Schlafstörungen als Stressfolge und als Stressor. Oberwaid-Klinik, Schweiz, 12.05.2016.

- K. Spiegelhalder: Insomnia disorder: understudied and underfunded. 23<sup>rd</sup>. ESRS congress, Bologna, 13.09. - 16.09.2016.
- K. Spiegelhalder: Bidirektionale Zusammenhänge zwischen Schlafstörungen und psychischen Erkrankungen. DGPs Kongress, Leipzig, 20.09.2016.
- K. Spiegelhalder: Hyperarousal in insomnia DGPs Kongress, Leipzig, 20.09.2016.
- K. Spiegelhalder: How to write a good research paper. Nachwuchswissenschaftlertreffen, DGSM Kongress, Dresden, 01.12.2016.
- K. Spiegelhalder: Insomnien - Neues aus Theorie und Praxis. Landratsamt und Sparkasse Waldshut, 16.11.2016.
- K. Spiegelhalder: Angst im Schlaf - immer nur Pavor? DGSM Kongress, Dresden, 02.12.2016.
- K. Spiegelhalder: Computerunterstützung in der kognitiven Verhaltenstherapie für Insomnien. DGSM Kongress, Dresden, 03.12.2016.
- R. Wassing, Bernjamins, JS, Dekker, K, Moens, S, Spiegelhalder, K, Feige, B, Riemann, D, van Someren, E: Insomnia: restless REM sleep promotes nocturnal mentation and hyperarousal in interfering with the resolution of emotional distress. 23<sup>rd</sup>. ESRS congress, Bologna, 13.09. - 16.09.2016.
- R. Wassing, Benjamins, JS, Dekker, K, Moens, S, Spiegelhalder, K, Feige, B, Riemann, D, Van der Sluis, S, Van der Werf, Y, Talamini, LM; Walker, MP, Schalkwijk, F, van Someren, E.: Restless REM sleep contributes to hyperarousal by interfering with the resolution of emotional distress. DGSM Kongress, Dresden, 03.12.2016.

### 3. CHAIR(S) AT SYMPOSIA/ MEETINGS & ORGANIZATION OF MEETINGS

- C. Nissen (Chair and organization): Freiburg Sleep and Neuroplasticity Meeting, 29.01.2016
- D. Riemann (member of ESRS board): 23<sup>rd</sup>. ESRS congress, Bologna, September 12-16, 2016.
- C. Bassetti/ D. Riemann: Sleep medicine as a transdisciplinary speciality. 23<sup>rd</sup>. ESRS congress, Bologna, 13.09. – 16.09.2016
- D. Riemann: Insomnia diagnosis and treatment - complicated cases. 23<sup>rd</sup>. ESRS congress, Bologna, 13.09. – 16.09.2016
- D. Riemann( E. van Someren: The European insomnia network - an update. 23<sup>rd</sup>. ESRS congress, Bologna, 13.09. – 16.09.2016
- J. Schwarz/ D. Riemann: Sleep less – stress more? 23<sup>rd</sup>. ESRS congress, Bologna, 13.09. - 16.09.2016
- D. Riemann: FFAP Workshop Schlaf und Schlafstörungen, 21.10. - 22.10. 2016.
- D. Riemann/ S. Gais. Klinisch-psychologische und psychotherapeutische Aspekte von Schlafstörungen. DGSM Kongress, Dresden, 03.12.2016.
- T. Crönlein/ K. Spiegelhalder: Nutzen und Schaden neuer und alter Technologien für die Insomnie. DGSM Kongress, Dresden, 03.12.2016.

### 4. RESEARCH PROJECTS

#### Ongoing:

- |    |                |   |
|----|----------------|---|
| 1. | Title:         | Sleep and stroke  |
|    | Investigators: | A. Sterr, B. Feige, D. Riemann  |
|    | Duration:      | 01.07.2012 - 30.06.2016   |
|    | Funding:       | Intramural  |
| 2. | Title:         | Sleep and synaptic plasticity   |
|    | Investigators: | C. Nissen/ M. Kuhn,   |
|    | Duration:      | 01.01.2014 - 31.12.2016   |
|    | Funding:       | Fazitstiftung   |
|    | Amount:        | 36.000 € + 2.550€ von der Wiss.Gesellschaft der Uni FR  |
| 3. | Title:         | Mindfulness/ ACT in the therapy of OCD and Insomnia   |
|    | Investigators: | E. Hertenstein, C. Nissen, D. Riemann   |
|    | Duration:      | 01.01.2013 - 31.12.2015   |
|    | Funding:       | Fazitstiftung   |
|    | Amount:        | 25.000 €  |
| 4. | Title:         | System zur ambulanten Messung und Verbesserung der Schlafqualität durch individuelles Schlafcoaching (SleepCoach) |
|    | Investigators: | J. Ottenbacher, S. Heuer, D. Riemann  |
|    | Duration:      | 01.06.2014 - 30.06.2016   |
|    | Funding:       | BMBF (FKZ:16 SV6391)  |
|    | Amount:        | 31.000 € (für Projektanteil Freiburg)   |



5. **Title:** Die Prävention kardiovaskulärer Erkrankungen durch die Behandlung von Insomnien - eine randomisierte kontrollierte Studie  
**Investigators:** K. Spiegelhalder, J. Biermann, D. Riemann  
**Duration:** 01.01.2014 - 31.12.2015  
**Funding:** Dt. Stiftung für Herzforschung  
**Amount:** 50.000 €
6. **Title:** Neuronale Plastizität bei Depression  
**Investigators:** J. Maier, C. Nissen, D. Riemann  
**Duration:** 01.01.2015 - 31.10.2016  
**Funding:** Fazitstiftung  
**Amount:** 22.000 €
7. **Title:** Die Neurobiologie der Psychotherapie - eine fMRT-Hyperscanning-Studie  
**Investigators:** K. Spiegelhalder  
**Duration:** 01.07.2015 - 30.06.2017  
**Funding:** Innovationsfonds/ MWK Ba-Wü  
**Amount:** 98.000 €
8. **Title:** Emotion regulation in primary insomnia  
**Investigators:** C. Baglioni  
**Duration:** 01.10.2017 - 30.09.2020  
**Funding:** DFG  
**Amount:** 310.000 €
9. **Title:** Intelligentes Monitoringsystem zur Erfassung von Distress (iSenDi): Teilprojekt zur Entwicklung von Algorithmen zur Distress-erkennung  
**Investigators:** B. Feige  
**Duration:** 01.07.2016 - 30.06.2019  
**Funding:** BMBF VDI/VDE/IT 16SV7544K  
**Amount:** 100.000 €
10. **Title:** Perception of sleep in good sleepers and patients with primary Insomnia - part 2  
**Investigators:** D. Riemann, B. Feige  
**Duration:** 01.01 2017 - 31.12.2019  
**Funding:** DFG RI 565/ 13-2  
**Amount:** 200.000
11. **Title:** The efficacy of cognitive and behaviour therapies for insomnia on day-time symptoms: a systematic review and network meta-analysis.  
**Investigators:** D. Riemann, C. Baglioni, B. Feige, G. Rücker  
**Duration:** 01.09.2017 - 31.08.2018  
**Funding:** BMBF  
**Amount:** 87.000 €

**Submitted/ planned:**

1. **Title:** Investigating non-inferiority and additional benefits of Internet-delivered versus face-to-face cognitive behavioural therapy for insomnia: a randomised clinical trial based on CBT-I for Insomnia  
**Investigators:** K. Spiegelhalder , D. Lehr, M. Janneck, D. Ebert, D. Riemann  
**Duration:** 01.01.2017 - 31.12.2020  
**Funding:** BMBF Klinische Studien  
**Amount:** 2.253.433 €
2. **Title:** Investigating the neurobiology of chronic insomnia  
**Investigators:** Tahmasian M, van Someren E, Spiegelhalder K  
**Duration:** 01.01.2017 - 31.12.2018  
**Funding:** NIMAD (Iranian Research Foundation)  
**Amount:** 200.000 € (1. Runde des Antragsprozesses erfolgreich)

## Rejected in 2016

- Title:** SOS - to sleep or not to sleep  
**Investigators:** K. Spiegelhalder  
**Duration:** 01.01.2016 - 31.12.2018  
**Funding:** ERC starter grant/ EU  
**Amount:** 1. 400.000 €
- Title:** The efficacy of acceptance and commitment therapy for the improvement of sleep-related quality of life in insomnia disorder  
**Investigators:** E. Hertenstein, C. Nissen  
**Duration:** 01.01.2016 - 31.12.2018  
**Funding:** DFG  
**Amount:** 200.000
- Title:** Multicomponent sleep intervention for patients with Alzheimer disease  
**Investigators:** Spiegelhalder K, Umarova R, Klöppel S  
**Duration:** 01.01.2017 - 31.12.2018  
**Funding:** Alzheimer Research Foundation  
**Amount:** 80.000 €
- Title:** Insomnien und psychische Störungen: translationale Forschung zu neurobiologischen Determinanten  
**Investigators:** D. Riemann, K. Spiegelhalder et al  
**Duration:** 01.07.2017 - 30.06.2020  
**Funding:** Else Kröner Fresenius Foundation  
**Amount:** 1 100.000€
- Title:** Evaluating causality: sleep disturbance and hyperglycemia  
**Investigators:** Rutter M, Lawlor D, Saxena R, Little M, Spiegelhalder K, Kyle SD  
**Duration:** 01.07.2017 - 30.06.2020  
**Funding:** NIH  
**Amount:** 1.600.000 \$
- Title:** Understanding insomnia - a multifaceted approach  
**Investigator:** D. Riemann  
**Duration:** 01.01.2017 - 31.12.2021  
**Funding:** ERC advanced grant  
**Amount:** 2.500.000€

## 5. SPECIAL SCIENTIFIC AND CLINICAL ACTIVITIES

- Riemann D: Schatzmeister der European Sleep Research Society, 31.10.2008 bis 30.09.2016.
- Riemann D: Member Advisory Board "Institute for sleep and circadian neuroscience", Oxford University, April, 2013 - 2018.
- Spiegelhalder K: Wahl zum Mitglied des wissenschaftl. Komitees der DGSM, 2014 - 2018.
- Riemann, D.: Member of Task Force Sleep Disorders of the WFSBP, 2015-2018.
- Baglioni, C.: Appointment as Professor for Clinical Psychology, Telematics University of Rome, seit 2015.
- Spiegelhalder, K : Wissenschaftlicher Beirat, "Klinik Oberwaid", St. Gallen, Schweiz, Herbst 2015.
- Spiegelhalder, K: Temporary director Department of Medical Psychology and Sociology, Freiburg University, 01.10.2015 - 31.03.2016.
- Spiegelhalder, K. 4. Platz Berufungsliste Professur für Psychobiologie und Schlafforschung, Stockholm University.
- Riemann, D.: Visiting Professor, Nuffield Department of Clinical Neurosciences, Oxford University (Since October 2015)
- Quality assurance by GSS passed for process quality, 01.01.2016 – 31.12.2017
- Riemann, D.: Associate Editor Journal of Sleep Research (since January 2016)
- Riemann, D.: Appointment as Editor in Chief of Journal of Sleep Research (Starting Januar, 2017)
- Kuhn, M: Early Career Award of the German Sleep Society 2016
- Nissen, C.: Co-chair sleep Section DGPPN

- Nissen, C.: Secretary Sleep Section World Psychiatric Association (WPA)
- Nissen, C.: Member of the Scientific Committee of the European Sleep Research Society (ESRS)

## 6. GUESTS

- Prof. Dr. Vladislav Vyasoskyi, Oxford University, 28.01. - 30.01.2016
- Prof. Dr. Steffen Gais, University Tübingen, 17. 02. - 18. 02. 2016
- PD Dr. Delmenhorst, Forschungszentrum Jülich, 12.5. - 13. 05.2016
- Dr. Simon Kyle, Oxford University, 24.08. – 27.08.2016
- Prof. Dr. Annette Sterr, Surrey University, 20. 10. – 22.10.2016
- Esther Afololu, PhDStudent, Warwick University, ESRS travel award, 07.11. - 12.11.2016
- Dr. Juan Carlos Said Rojas, Clinica Somno, Santiago de Chile, 15.11.2016
- Prof. Dr. Ellemarije Altena, Bordeaux University, 16.11.2016
- Dr. Michael Player, Sydney University, 09.12.2016

## 7. REVIEWS

- **Funding agencies etc.**  
German-Israel Science Foundation; Technical University Munich, Medical Faculty; SNF;DFG
- **Journals:**  
Sleep Medicine; Psychiatry Research; Sleep Medicine Reviews; BMC Psychiatry; Sleep; Journal of Clinical Sleep Medicine; PNAS, SLEEP, Neurobiol Learning and Memory, Journal of Sleep Research, PLOS ONE

## 8. ACADEMIC THESES AND TEACHING

### Dissertations:

- Hertenstein, E: Insomnie, Schlafqualität und Lebensqualität: Mechanismen und therapeutische Implikationen (Prof. Dr. D. Riemann; Prof. Dr. Brunna Tuschen-Caffier).
- Kuhnen, E.: Der Einfluss von Insomnie auf die CPAP-Adhärenz bei Patienten mit OSAS unter Berücksichtigung des klinischen Schweregrades der Schlafapnoe in Form des SASI (Schlaf-Apnoe-Schweregrad-Index) (Prof. Dr. D. Riemann, Prof. Dr. S. Sorichter).
- Thiel, N.: Schemaerfassung und Schematherapie bei Zwangsstörungen (Prof. Dr. D. Riemann; Prof. Dr. Brunna Tuschen-Caffier).
- Reiss-Hirscher, V: Primäre Insomnie: Analyse psychologischer und neurobiologischer Aspekte (Prof. Dr. D. Riemann; Prof. Dr. Brunna Tuschen-Caffier).

### Master theses:

- Maier, L: Untersuchung der schlafbezogenen Fehlwahrnehmung bei Patienten mit Schlafstörungen (Prof. Dr. D. Riemann; Prof. Dr. M. Heinrichs)
- Strobel, C: Prädiktoren der Tagesschläfrigkeit sowie von Einschlaf- und oder Durchschlafstörungen ( Prof. Dr. D. Riemann; Prof. Dr. M. Heinrichs)

### Bachelor thesis:

- Hehn CE: Neurobiological bases of the circadian rhythm with special regard to shift work - an analysis of sleep laboratory data as a model of external influences on sleep quality (PD Dr. Dr. K. Spiegelhalder).
- Würker, M: Luzides Träumen - theoretische Grundlagen, Praxis und Anwendungsmöglichkeiten insbesondere in der Psychotherapie (Prof. Dr. D. Riemann; Prof. Dr. J. Bengel)

### Teaching:

#### WS 2015/ 2016

- Schlaf und Schlafstörungen: Relevanz für Biologie, Psychologie und Medizin - eine interprofessionelle Perspektive (Seminar): Feige, Baglioni, Riemann, Biber, Nissen
- Diplomanden- und Doktorandenseminar (Seminar): Riemann
- Blockunterricht Psychiatrie und Psychotherapie (Blockkurs): Nissen, Frase, Doerr, Riemann
- Vorlesung „Evidenzbasierte Medizin und medizinische Forschung“ im Rahmen der Vorlesung zum Querschnittsbereich 3, Gesundheitsökonomie, Gesundheitssystem, öffentliches Gesundheitswesen: Spiegelhalder
- Vorlesung „Praktische Beispiele zu Arzt- und Patientenrollen“ im Rahmen der Vorlesung Medizinische

- Soziologie: Spiegelhalter
- Kurs Medizinische Psychologie: Spiegelhalter, Johann
- Seminar Medizinische Soziologie: Spiegelhalter

## SS 2016

- Schlaf und Schlafstörungen: Relevanz für Biologie, Psychologie und Medizin - eine interprofessionelle Perspektive (Seminar): Spiegelhalter, Feige, Baglioni, Riemann, Biber, Nissen
- Diplomanden- und Doktorandenseminar (Seminar): Riemann
- Blockunterricht Psychiatrie und Psychotherapie (Blockkurs): Nissen, Frase, Spiegelhalter, Riemann
- Vorlesung Psychopathologie für Bachelorstudierende Psychologie: Riemann
- Seminar Medizinische Psychologie: Johann
- Schlaf und Schlafstörungen, Ausbildungsseminar für Psychotherapeut(inn)en, Klagenfurt, Österreich: Spiegelhalter
- Schlaf und Schlafstörungen, Ausbildungsseminar für Psychotherapeut(inn)en, Brixen, Italien: Spiegelhalter

## WS 2016/ 2017

- Schlaf und Schlafstörungen: Relevanz für Biologie, Psychologie und Medizin - eine interprofessionelle Perspektive (Seminar): Feige, Baglioni, Riemann, Biber, Nissen
- Diplomanden- und Doktorandenseminar (Seminar): Riemann
- Blockunterricht Psychiatrie und Psychotherapie (Blockkurs): Nissen, Frase, Doerr, Riemann
- Kurs Medizinische Psychologie: Johann

## 9. PUBLIC OUTREACH AND MEDIA ACTIVITIES

### Participation in Events (Science and Health fairs):

- Gesundheitsmesse Freiburg, R. von Lucadou, L. Frase, 09.04. - 10.04.2016.
- L. Frase: Späterer Schulanfang? 8er Rat der Freiburger Schulen, Haus der Jugend, Freiburg, 26.02.2016

### Onsite visits by nursing schools:

- Krankenpflegeschule Loretto Krankenhaus (Remus von Lucadou), 08.03.2016
- Schlaf und Schlafstörungen (Interne fachspezif. Fortbildung, Remus von Lucadou), 07.04.2016
- Krankenpflegeschule Uniklinik (Remus von Lucadou), 14.07.2016
- Krankenpflegeschule Uniklinik (Remus von Lucadou), 19.07.2016
- Kinderkrankenpflegeschule Uniklinik (Remus von Lucadou), 26.07.2016
- Krankenpflegeschule Josefs Krankenhaus ((Remus von Lucadou), 02.08. 2016

### Internet-Links:

- <http://vanwinkles.com/men-get-better-sleep-when-they-cuddle-all-night>
- [https://www.uniklinik-freiburg.de/nc/presse/publikationen/im-fokus/detailansicht.html?tx\\_aspresse\\_pi2\[item\]=628&tx\\_aspresse\\_pi2\[backLink\]=3067&cHash=5d93a5e574131d27f08ea4c8f718aa69](https://www.uniklinik-freiburg.de/nc/presse/publikationen/im-fokus/detailansicht.html?tx_aspresse_pi2[item]=628&tx_aspresse_pi2[backLink]=3067&cHash=5d93a5e574131d27f08ea4c8f718aa69)
- <http://www.spiegel.de/gesundheit/psychologie/schlafstoerungen-was-vertreibt-die-insomnie-a-1069269.html> (Zitate D. Riemann)
- <http://www.bild.de/ratgeber/gesundheit/schlaf/schlafmangel-macht-kreativ-44764892.bild.html> (Zitate Nissen)
- <https://www.sciencedaily.com/releases/2016/03/160315090241.htm> (Zitate Nissen)
- <http://www.spektrum.de/news/tueckisches-wechselspiel/1407922> (Zitate Riemann)
- <http://news.doccheck.com/de/123079/assoziatives-denken-ausgeschlafen-un kreativ/> (Zitate C. Nissen)
- <http://www.bild.de/ratgeber/gesundheit/schlaf/schlafmangel-macht-kreativ-44764892.bild.html> (Zitate C. Nissen)
- <http://www.badische-zeitung.de/gesundheit-ernaehrung/kurz-gemeldet-xgqmo3cix--119277781.html> (Zitate C. Nissen)
- [http://www.weser-kurier.de/startseite\\_artikel,-Wie-Kreativitaet-entsteht-\\_arid,1329618.html](http://www.weser-kurier.de/startseite_artikel,-Wie-Kreativitaet-entsteht-_arid,1329618.html) (Zitate C. Nissen)
- <http://www.wort.lu/de/wissen/schlafforschung-eine-lange-nacht-foerdert-das-gedaechtnis-56d7e4fb1bea9dff8fa73d5a> (Zitate C. Nissen)
- <http://unternehmen-heute.de/news.php?newsid=340494> (Zitate C. Nissen)
- <http://medizin-aspekte.de/kreativitaet-kommt-nicht-im-schlaf> (Zitate C. Nissen)
- <http://www.spiegel.de/gesundheit/psychologie/schlaf-darum-schlaeft-man-in-fremden-betten-schlechter->

Designed by Remus von Lucadou

- a-1088457.html (Zitate D. Riemann)
- <https://www.ovb-online.de/weltspiegel/warum-infremden-betten-schlechter-schlafen-6338110.html> (Zitate D. Riemann)
- [http://de.azvision.az/Warum\\_man\\_in\\_Hotels\\_-12215-xeber.html](http://de.azvision.az/Warum_man_in_Hotels_-12215-xeber.html) (Zitate D. Riemann)
- [http://www.huffingtonpost.de/2016/04/22/schlecht-schlafen-erste-nacht-studie\\_n\\_9756288.html?utm\\_hp\\_ref=germany&ir=Germany](http://www.huffingtonpost.de/2016/04/22/schlecht-schlafen-erste-nacht-studie_n_9756288.html?utm_hp_ref=germany&ir=Germany) (Zitate D. Riemann)
- <http://www.abendblatt.de/ratgeber/wissen/article207460357/Schlechter-Schlaf-in-fremden-Betten.html> (Zitate D. Riemann)
- <http://www.bild.de/ratgeber/evergreen/schlaf/warum-schlafen-wir-woanders-schlechter-45492900.bild.html> (Zitate D. Riemann)
- <https://www.ovb-online.de/weltspiegel/warum-infremden-betten-schlechter-schlafen-6338110.html> (Zitate D. Riemann)
- <http://www.spiegel.de/gesundheit/diagnose/neuro-enhancement-lernen-im-schlaf-a-> SPIEGEL ONLINE vom 21.05.2016, Schlaue im Schlaf, ( C. Nissen)
- <http://www.nwzonline.de/person/riemann,dieter> (Zitate D. Riemann)
- <http://web.de/magazine/reise/fremde-erstmal-schlecht-schlafen-31513778> (Zitate D. Riemann)
- <http://www.apotheken-umschau.de/Schlaf/Warum-wir-auswaerts-schlechter-schlafen-516157.html> (Zitate D. Riemann)
- <http://www.augsburger-allgemeine.de/wissenschaft/Forscher-finden-heraus-warum-wir-in-fremden-Betten-so-schlecht-schlafen-id37553677.html> (Zitate D. Riemann)
- <http://www.berliner-zeitung.de/wissen/medizin-warum-schlaeft-man-anderswo-schlechter--23969584> (Zitate D. Riemann)
- <http://www.seniorbook.de/themen/kategorie/natur-und-forschung/artikel/45715/schlafen-sie-in-der-ersten-nacht-im-fremden-bett-auch-so-schlecht-das-hat-gute-gruende> (Zitate D. Riemann)
- [http://www.focus.de/reisen/hotels/tourismus-warum-wir-in-der-fremde-erstmal-schlecht-schlafen\\_id\\_5458861.html](http://www.focus.de/reisen/hotels/tourismus-warum-wir-in-der-fremde-erstmal-schlecht-schlafen_id_5458861.html) (Zitate D. Riemann)
- <https://www.unicross.uni-freiburg.de/2016/05/schlafend-zur-loesung-des-problems/> ( C. Nissen)
- <http://www.welt.de/vermischtes/article155935639/So-tapfer-bekaempft-Hanka-Rackwitz-ihre-Zwangsstoerungen.html> ( C. Nissen)
- <http://www.spiegel.de/gesundheit/diagnose/neuro-enhancement-lernen-im-schlaf-a-1067191.html#spRedirectedFrom=www&referrerr=https://www.google.de/search?q=christoph+nissen&prmd=ivns&source=lnms&tbm=nws> ( C. Nissen)
- <https://www.dasgehirn.info/aktuell/frage-an-das-gehirn/wird-das-gehirn-eigentlich-auch-muede/> ( C. Nissen)
- [https://www.uniklinik-reiburg.de/nc/presse/pressemitteilungen/detailansicht/presse/823.html?tx\\_aspresse\\_pi1\[backLink\]=1570&cHash=bc96644ea43e4fc6e7de23cab91a95c7](https://www.uniklinik-reiburg.de/nc/presse/pressemitteilungen/detailansicht/presse/823.html?tx_aspresse_pi1[backLink]=1570&cHash=bc96644ea43e4fc6e7de23cab91a95c7) ( C. Nissen)
- <http://www.heilpraxisnet.de/naturheilpraxis/studie-stromtherapie-gegen-muedigkeit-2016061068616> ( C. Nissen)
- <https://www.theguardian.com/science/2016/aug/23/sleep-resets-brain-connections-crucial-for-memory-and-learning-study-reveals> ( C. Nissen)
- <http://www.oekotest.de/cgi/index.cgi?artnr=108286&bernr=06&seite=05&suche=riemann> (D. Riemann)
- [http://www.t-online.de/lifestyle/besser-leben/testberichte/id\\_78786658/-oeko-test-schlafmittel-selbst-baldriparan-ist-nur-ausreichend-.html](http://www.t-online.de/lifestyle/besser-leben/testberichte/id_78786658/-oeko-test-schlafmittel-selbst-baldriparan-ist-nur-ausreichend-.html) (D. Riemann)
- <http://solo.tribunnews.com/tag/christoph-nissen> ( C. Nissen)
- <http://www.juicedaily.com.au/wellness/scientists-confirm-a-lack-of-sleep-makes-you-dumber/>(C. Nissen)
- <http://www.haberturk.com/saglik/haber/1287366-hafiza-uyurken-gelisiyor>(C. Nissen)
- <http://www.stuff.co.nz/life-style/well-good/teach-me/83549734/just-one-sleepless-night-can-affect-memory-and-learning-study-finds>(C. Nissen)
- <http://www.2dayfm.com.au/scoop/life/blog/2016/8/this-is-how-much-damage-just-one-night-of-bad-sleep-does-to-our-bodies/>(C. Nissen)
- <http://www.talouselama.fi/uutiset/pehkuihin-siita-tutkijat-todistivat-jalleen-miksi-univaje-on-pahasta-6576630> ( C. Nissen)
- <http://www.ibtimes.com.au/sleep-deprivation-leads-blocking-brains-natural-reset-mechanism-leads-connectivity-changes-1526593> ( C. Nissen)
- <http://www.m.adomonline.com/marticles/lifestyle/-sleep-resets-brain-connections-crucial-for-memory-and-learning-study-reveals->(C. Nissen)
- <http://www.irishtimes.com/life-and-style/health-family/not-sleeping-well-it-s-no-wonder-you-can-t-remember-anything-1.2766745> ( C. Nissen)
- <https://www.newscientist.com/article/2102044-a-bad-nights-sleep-messes-with-your-brains-memory->

- connections/ (C. Nissen)
- <http://motherboard.vice.com/read/what-a-night-of-sleep-deprivation-does-to-your-brain> (C. Nissen)
  - <http://www.mindfood.com/article/breakthrough-research-shows-how-brain-works-while-we-sleep/> (C. Nissen)
  - <http://www.natureasia.com/en/research/highlight/10920> (C. Nissen)
  - <http://www.wired.co.uk/article/sleep-deprivation-brain-connectivity-changes> (C. Nissen)
  - <http://www.botingo.de/news/gesund-fit-schoen/newsdetail/artikel/schlafmangel-kann-den-koerper-anfaelliger-fuer-krankheiten-machen.html> (D. Riemann)
  - <http://www.amper-kurier.de/aktuell/gesundheit/die-folgen-durchwacher-n%C3%A4chte-7980> (D. Riemann)
  - <http://www.rp-online.de/leben/gesundheit/medizin/gehirn-in-bestform-so-vermehrten-sie-ihre-gehirnzellen-aid-1.6348387> (C. Nissen)
  - <https://www.unicross.uni-freiburg.de/2016/11/studie-schlaf-und-gehirn/> (C. Nissen)
  - <http://viernheimer-nachrichten.de/schlaflos-durch-die-nacht-schlafstoerungen-koennen-chronisch-und-zur-gefahr-fuer-die-gesundheit-werden/> (D. Riemann)
  - <https://www.gesundheitsindustrie-bw.de/de/fachbeitrag/aktuell/transkranielle-hirnstimulation-gegen-muedigkeit/> (Frase/ Nissen)

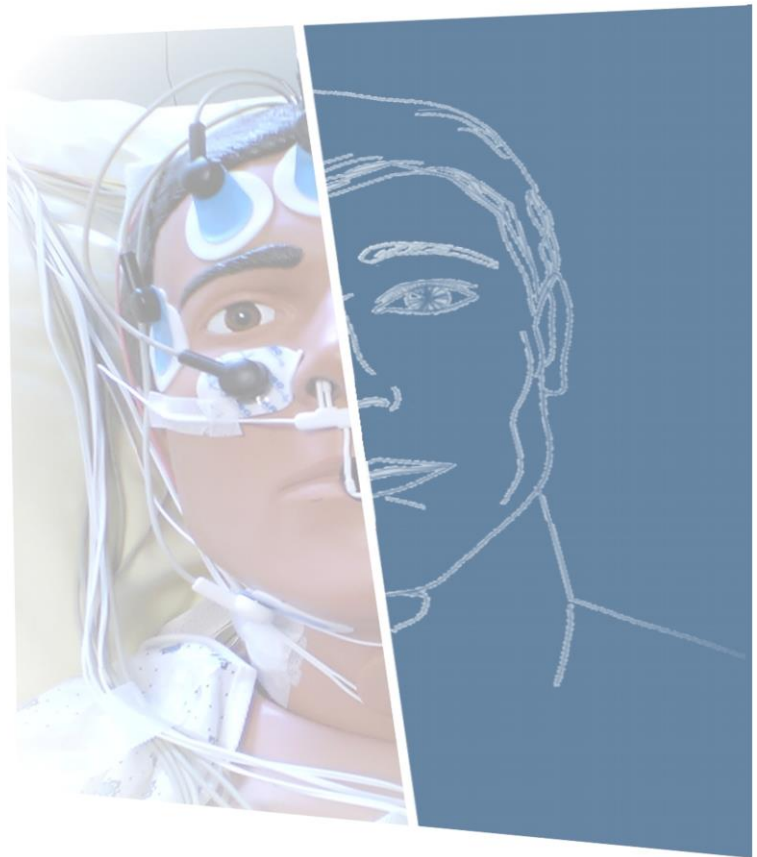
#### Print media:

- Badische Zeitung: Grübeln statt schlafen (Zitate D. Riemann), 09.01.2016
- AmPuls: Macht Fernsehen blöd? (Zitate C. Nissen), 14.01.2016
- Bild der Wissenschaft: Die besten Strategien (Zitate C. Nissen), 19.01.2016
- Dt. Ärzteblatt: Schlafstörungen (Zitate D. Riemann), 16.02.2016
- Der Sonntag: Depressionen lindern (Zitate C. Nissen), 13. 03. 2016
- Zeitung am Samstag: Im Schlaf das Gedächtnis sortieren (Interview C. Nissen), 02.04.2016
- Newsletter im Fokus (UKLFR): Eine Stunde weniger Schlaf (D. Riemann), 07.04.2016
- Newsletter im Fokus (UKLFR): Kreativ im Schlaf (C. Nissen), 07.04.2016
- Süddeutsche Zeitung: Warum wir in der Fremde erstmal schlecht schlafen (Zitate D. Riemann), 22.04.2016
- Der Sonntag am Hochrhein: Dem depressiven Leiden auf der Spur (Zitate C. Nissen), 24.04.2016
- Badische Zeitung: Nachts wird sortiert (Interview D. Riemann), 14. 05.2016
- Zeitung am Samstag: Ernstes Thema, humorvoller Umgang (Interview C. Nissen), 14. 05.2016
- Münchner Abendzeitung: Schlaflos im Urlaub (D. Riemann), 17.05.2016
- Bild der Wissenschaft: Besser Schlafen (D. Riemann), 24. 05.2016
- Mitteldeutsche Zeitung: Ach so...Frühjahrmüdigkeit (D. Riemann), 04.06.2016
- Bild am Sonntag: Strom vertreibt Müdigkeit (C. Nissen), 12.06.2016
- Apothekenumschau: Die Risiken von Schlafmitteln (D. Riemann), 27.06.2016
- Salzburger Nachrichten. Kreativität gibt es nicht im Schlaf (C. Nissen), 29.06.2016
- Gehirn und Geist: Durchmachen gegen Depression (C. Nissen, M. Kuhn), 08, 2016
- GEOkompakt: Schlaf und Traum ( D. Riemann), 48, 2016
- Freiburger Wochenbericht: Das Gehirn räumt auf (C. Nissen), 31.08.2016
- Stiftung Ökotest: Schlafmittel – Pillenposse (D. Riemann), 09, September 2016
- Schlaf: Im Gleichgewicht bleiben (D. Riemann), September 2016
- Wildeshauser Anzeiger: Die Folgen durchwacher Nächte (D. Riemann), 22.09.2016
- Dt. Apotheker Zeitung: Schlafstörungen natürlich behandeln (D. Riemann), 22.09.2016
- Test: endlich Ruhe finden (D. Riemann), 29.09.2016
- Allin 1: Schlafmangel kann den Körper anfälliger machen (D. Riemann), 01.10.2016
- Der Allgemeinarzt: Der Frühabend determiniert die Nacht (D. Riemann), 15.10.2016
- Guten Morgen Sonntag: Schlafmangel schadet der Gesundheit (D. Riemann), 16.10.2016
- Der Hausarzt: Endlich gut schlafen (D. Riemann), 20.10.2016
- Badische Zeitung: Gähnen (D. Riemann), 22.10.2016
- Newsletter UKLFR: Nachwuchspreis für Schlafforscherin (M. Kuhn), 03.11.2016
- HÖRZU: Risiko Schlafmangel (D. Riemann), 28.10.2016
- Bild und Funk: Risiko Schlafmangel (D. Riemann), 28.10.2016
- Gong: Risiko Schlafmangel (D. Riemann), 28.10.2016
- Bergisches Wochenende: Schlafmangel beeinflusst auch die Gemütslage (D. Riemann), 29.10.2016
- Sachsen Sonntag: Weniger Stress, besserer Schlaf (D. Riemann), 30.10.2016
- Arzt & Wirtschaft: Insomnie natürlich behandeln (D. Riemann), 11, 2016

- NordOstBlick: Die Folgen durchwachter Nächte (D. Riemann), 04.11.2016
- Die Welt: Guter Schlaf liegt in den Genen (K. Spiegelhalter), 22.11.2016
- GEO: Schlaf gut: so macht die Nacht Sie wieder stark (D. Riemann), 12, 2016

#### Radio:

- <http://dradiowissen.de/beitrag/schlaf-bei-kreativen-loesungen-hilft-schlaf-nicht> (C. Nissen)
- [http://www.hr-online.de/website/radio/hr-info/index.jsp?rubrik=20478&key=standard\\_podcasting\\_hr-info\\_fit\\_gesund&mediakey=podcast/hr-info\\_fit\\_gesund/hr-info\\_fit\\_gesund\\_20160323\\_67581366&type=a](http://www.hr-online.de/website/radio/hr-info/index.jsp?rubrik=20478&key=standard_podcasting_hr-info_fit_gesund&mediakey=podcast/hr-info_fit_gesund/hr-info_fit_gesund_20160323_67581366&type=a) (C. Nissen)
- Radio Regenbogen: Stört blaues Smartphonelicht unseren Schlaf? (C. Nissen), 21.03.2016
- Campus-Report: Ideen durch Müdigkeit ? Kreativität macht im Schlaf Pause (C. Nissen), 25.03.2016
- Baden FM: In der Fremde schlafen (Interview D. Riemann), 26.04.2016
- RTL Luxemburg: Warum man in der Fremde schlecht schläft (D. Riemann), 27.04.2016  
<http://radio.rtl.lu/emissionen/reportage/1310671.html>
- BR1: Warum wir in der Fremde schlecht schlafen (D. Riemann), 28.04.2016
- HR1: Warum wir in der Fremde schlecht schlafen (D. Riemann), 29.04.2016  
[http://www.hr-online.de/website/radio/hr1/index.jsp?rubrik=67243&key=standard\\_document\\_60407080](http://www.hr-online.de/website/radio/hr1/index.jsp?rubrik=67243&key=standard_document_60407080)
- SRF: Schlaflos im fremden Bett (D. Riemann), 30.05.2016  
<http://www.srf.ch/sendungen/puls/schlaflos-im-fremden-bett>
- SWR2: Schlafstörungen (D. Riemann), 26.08.2016
- BadenFM. Vollmond und Schlafstörungen (D. Riemann), 14.11.2016



Designed by Remus von Lucadou