Kai Spiegelhalder

Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Universitätsklinikum Freiburg, Freiburg, Deutschland

Psychologische Schlafforschung

Die Psychologie ist die empirische Wissenschaft vom menschlichen Erleben und Verhalten. Psychologische Methoden sind dadurch auch in der Schlafforschung relevant, z. B. bei der Erfassung der subjektiven Wahrnehmung des Schlafs, bei der Untersuchung von psychologischen Ursachen von Schlafstörungen oder bei Anwendung klinisch-psychologischer Interventionen zur Verbesserung des Schlafs. Das Schwerpunktthema der vorliegenden Ausgabe der *Somnologie* ist die psychologische Schlafforschung, wobei sich mehrere Beiträge der psychologischen Sichtweise auf den gesunden und gestörten Schlaf widmen.

So untersuchten *Dr. Gieselmann und Kollegen* die Rolle von Selbststeuerungsfähigkeiten für die Schlafqualität. Dabei zeigte sich, dass der bereits bekannte Zusammenhang zwischen Neurotizismus und Schlafqualität nur für solche Menschen vorhanden ist, die ausgeprägt lageorientiert sind, was bedeutet, dass es diesen Menschen schwerfällt, sich von Gedanken und Gefühlen zu lösen, um anstehende Aufgaben zu erledigen. Weiterhin finden Sie in dieser Ausgabe einen Artikel von *Prof. Schlarb und Kollegen* zu den Zusammenhängen des Schlafs mit arbeitsbezogenen Variablen, insbesondere mit Burn-out am Arbeitsplatz. Erwartungsgemäß zeigte sich hierbei, dass Arbeitnehmer, die sich am Arbeitsplatz überfordert fühlen, auch einen schlechteren Schlaf aufweisen, was die große Bedeutung des Arbeitslebens für unseren Schlaf unterstreicht. In einer weiteren Arbeit untersuchte *Dr. Kelmanson* den Schlaf von Vorschulkindern mit infantiler Zerebralparese. In Übereinstimmung mit der Hypothese der Studie fand sich hierbei eine Beeinträchtigung des Schlafs der betroffenen Kinder, die unter anderem mit der Ängstlichkeit der

Kinder zusammenhing. Darüber hinaus legten Herr *Dieck und Kollegen* eine deutsche Übersetzung des derzeit am häufigsten verwendeten Fragebogens im Bereich der Insomnieforschung vor, des *Insomnia Severity Index*. Dabei zeigen sich gute psychometrische Eigenschaften des übersetzten Fragebogens. Im letzten Beitrag zum Schwerpunktthema berichteten *Prof. Danker-Hopfe und Kollegen*, welche aktuellen Studien in Zusammenarbeit mit der Gruppe Angewandte Militärpsychologische Forschung des Streitkräfteamts der Bundeswehr initiiert wurden. Dabei wird insbesondere ein Schlaf-Coaching-Programm evaluiert, das mit dem Ziel der Prävention bei Soldaten der Bundeswehr eingesetzt wird.

Ich hoffe, dass die vorliegende Ausgabe der *Somnologie* für Sie interessante Artikel beinhaltet und wünsche Ihnen eine anregende Lektüre.

Ihr

PD Dr. Dr. Kai Spiegelhalder

Korrespondenzadresse

PD Dr. Dr. K. Spiegelhalder
 Klinik für Psychiatrie
 und Psychotherapie,
 Universitätsklinikum Freiburg
 Hauptstraße 5, 79104 Frei-
 burg, Deutschland
Kai.Spiegelhalder@uniklinik-freiburg.de

Interessenkonflikt. K. Spiegelhalder gibt an, dass kein Interessenkonflikt besteht.