



**Universität
Zürich** UZH

CAS in Krankheitsbewältigung & Ressourcenstärkung über die Lebensspanne

Das Erleben einer Erkrankung oder anderer Herausforderungen im Leben ist für jede Person unterschiedlich. Dabei spielen die Ressourcen, die der Person zur Bewältigung zur Verfügung stehen, eine zentrale Rolle.

Das Ziel des CAS ist die Vermittlung von Grundlagen und Techniken zur individualisierten Förderung von Krankheitsbewältigung und Ressourcenstärkung in der Prävention und Behandlung von Erkrankungen. Ein Fokus liegt auf der Berücksichtigung von verschiedenen Lebensphasen und Lebenswelten.

Die Weiterbildung kann auch als Teil des [MAS Gesundheitspsychologie](#) der UZH und UniBE besucht werden. Wir legen Wert auf einen interdisziplinären Austausch. Neben Psycholog*innen ist der Weiterbildungsgang auch für Mediziner*innen und Fachpersonen aus den Gesundheitsberufen geöffnet.

Umfang: E-Learning + 11 Präsenztage (Februar-Juli 2025)

Weitere Information zum CAS im Flyer oder unter

<https://www.psychologie.uzh.ch/de/bereiche/sob/angsoz/CAS-KBRS/2026.html>

Kontakt: Dr. Andrea B. Horn, Programmleitung, Abtlg. Angewandte Sozial und Gesundheitspsychologie, Universität Zürich, Tel. +41 44 635 34 83, cas-kb-ressourcen@psychologie.uzh.ch





Universität
Zürich ^{UZH}

Zoom-Infoabend

28. November 2024
18:00 - 19:00 Uhr



Weiterbildung

Krankheitsbewältigung und Ressourcenstärkung über die Lebensspanne

Certificate of Advanced Studies

Philosophische Fakultät und Medizinische
Fakultät der Universität Zürich



Krankheitsbewältigung und Ressourcenstärkung über die Lebensspanne

Übersicht



Thema	Das Erleben einer Erkrankung oder anderer Herausforderungen im Leben ist für jede Person unterschiedlich. Dabei spielen die Ressourcen, die der Person zur Bewältigung zur Verfügung stehen, eine zentrale Rolle. Diese individuellen Ressourcen zu fördern, ist eine Grundaufgabe in der Behandlung und Prävention von Erkrankungen. Damit dies gelingt, ist es wichtig, die Person im Kontext ihrer Lebensphase aber auch ihrer Lebenswelten zu sehen. Der Studiengang vermittelt praxisrelevantes und forschungsaktuelles Wissen sowie Techniken um diesen Herausforderungen im beruflichen Alltag zu begegnen.
Kursziel	<p>Kompakter Kurs, der Impulse bietet zu aktuellen Entwicklungen in der Forschung, die in der Praxis helfen, mein Handeln auf meine Patient:innen passend und zielführend zu gestalten.</p> <p>Dozierende sind ausgewiesene Expert:innen aus den Bereichen Psychologie, Medizin und verwandten Gebieten, die für die Brücke zwischen Forschung und Praxis stehen (siehe Webpage).</p> <ul style="list-style-type: none">– Was hilft mir meine Patient:innen in einem besseren Umgang mit ihrer Erkrankung zu unterstützen? Wie kann ich ihre Ressourcen und ihre Resilienz stärken?– Welche Perspektiven helfen, die Rolle von Angehörigen besser zu verstehen und die für die Behandlung zu nutzen?– Welche Wissen brauche ich, um Menschen aus unterschiedlichen Lebenswelten (Sozioökonomischer Status, Kultur, LGTPQ+, Gender) gerecht zu werden ?– Was kann aktuelle Altersforschung beitragen zu einem besseren Umgang mit meinen älteren Patient:innen?– Welche digitalen Entwicklungen kann ich für meine Patient:innen nutzen?
Zielpublikum	Die Kurse bieten Raum für interdisziplinäres Lernen zwischen Ärzt:innen, Psycholog:innen und Gesundheitsfachpersonen mit Hochschulabschluss.

Abschluss	Certificate of Advanced Studies UZH in Krankheitsbewältigung und Ressourcenstärkung über die Lebensspanne (15 ECTS Credits)
Unterrichtssprache	Deutsch, teilweise Literatur auf Englisch
Programm und Lernformen	<ul style="list-style-type: none">– Blended learning Format (Präsenz und e-Learning)– Elf Präsenztage– Freitag/Samstag zwischen Februar und Juli– Kurszeiten 9.00–17.00 Uhr– E-Learning bereits vor den Präsenztagen selbständig bearbeiten
Abschlussarbeit	Die Teilnehmenden erarbeiten und präsentieren ein wissenschaftlich fundiertes Praxiskonzept und schreiben auf dieser Grundlage eine kurze schriftliche Arbeit.
Kosten	CHF 7200.–, inklusive Kursmaterialien
Veranstaltungsort	Universität Zürich, Zentrum für Weiterbildung Schaffhauserstrasse 228, 8057 Zürich, www.zwb.uzh.ch
Trägerschaft	Philosophische Fakultät und Medizinische Fakultät der Universität Zürich Direktorium: Prof. Dr. Urte Scholz (Psychologisches Institut, Angewandte Sozial- und Gesundheitspsychologie) Prof. Dr. Markus Landolt (Psychologisches Institut, Gesundheitspsychologie des Kindes- und Jugendalters) Prof. Dr. Claudia Witt (UniversitätsSpital Zürich, Institut für komplementäre und integrative Medizin)
Studiengangsleitung und Auskunft	Dr. Andrea B. Horn, Konzept und Studiengangsleitung Universität Zürich, Psychologisches Institut, Angewandte Sozial- und Gesundheitspsychologie, Binzmühlestrasse 14/14, 8050 Zürich E-Mail: cas-kb-ressourcen@psychologie.uzh.ch Tel.: +41 44 635 34 83 Website: www.psychologie.uzh.ch/de/bereiche/sob/angsoz/CAS-KBRS
Infoabend	Zoom-Infoabend am 3. Juli 2023, 18.00–19.00 Uhr

Aufbau des CAS

Modul 1



Grundlagen Ressourcenstärkung und Krankheitsbewältigung

- Krankheitsbewältigung in der Verhaltensmedizin
- Salutogenese und ressourcen-orientierte Sicht auf Krankheitsbewältigung
- Das Resilienzkonzept: Resilienzförderung und Gesundheit
- Patient reported outcomes
- Ethik und digitale Entwicklungen

Modul 2



Lebensspanne: Diversität in der Krankheitsbewältigung und Ressourcenstärkung

- Bewältigung von Krankheiten und Unfällen in der Pädiatrie
- Anpassung von Zielen über die Lebensspanne
- Stress- und Wohlbefindensmanagement über die Lebensspanne
- Resilienz und Krankheitsbewältigung im höheren Lebensalter
- Multimorbidität und andere alterskorrelierte Krankheitskontexte

Modul 3



Lebenswelten: Diversität in der Krankheitsbewältigung und Ressourcenstärkung

- Gender Perspektive
- Transkulturelle und globale Perspektive
- Gesundheit, Stress und Ressourcen von Menschen unterschiedlicher sexueller Orientierung und Geschlechtsidentität
- Sozioökonomischer Status (SES) und Gesundheit

Modul 4



Transdiagnostische und diagnosespezifische Interventionen

- Ressourcenaktivierung und Selbstfürsorge
- Gemeinsam Krankheit bewältigen: Förderung sozialer Ressourcen
- Schmerz und Schmerzbewältigung
- Interventionen bei chronischen Erkrankungen im Kindes- und Jugendalter
- Störungsspezifische Angebote

E-Learning

Die e-Learning-Einheiten ergänzen die Präsenztermine und können und sollen bereits vor den Präsenzterminen eigenständig bearbeitet werden.

Zeitplan 2025

Freitag	28	Februar	2025	09:00	Urte Scholz, Andrea Horn	Einführung in der Konzept des CAS
				11:00	Prof. Beate Ditzen	Krankheitsbewältigung in der Verhaltensmedizin
				13:30	Prof. Dr. Christoph Flückiger	Ressourcenaktivierung und Selbstfürsorge: Techniken aus Psychotherapie und Coaching 1.
Samstag	1	März	2025	09:00	Prof. Dr. Toni Faltermaier	Salutogenese und Ressourcenorientierte Sicht auf Krankheitsbewältigung
				13:30	PD Dr. Myriam Thoma	Fortgeschrittenes Lebensalter: Krankheitsbewältigung und Resilienz im höheren Lebensalter
Freitag	21	März	2025	09:00	Prof. Dr. Birgit Kleim	Das Resilienzkonzept: Aktuelle Beispiele Interventionen zur Resilienzförderung
				13:30	Dr. Jürgen Barth	Störungsspezifische Angebote zur Ressourcenstärkung und Förderung der Krankheitsbewältigung: M- and E-Health Angebote
Samstag	22	März	2025	09:00	Dr. Andrea Horn	Fortgeschrittenes Lebensalter: WHO Konzept Healthy Aging
				13:30	Jeffrey Iqbal M.Sc.	Ethik und digitale Entwicklungen, Krankheitsbewältigung; gesellschaftliche Dimensionen/Stigma: Reflexionen
Freitag	11	April	2025	09:00	Prof. Dr. Guy Bodenmann	Gemeinsam Krankheit bewältigen: Förderung von dyadischen Ressourcen in Paaren und der Einbezug von Lebenspartnern
Samstag	12	April	2025	09:00	Prof. Dr. Alexandra Freund	Zielsetzung über Lebensspanne - Interventionen zur Anpassung von Zielen
				13:30	Katrin Rauen	Einführung in die Gender-Medizin
Freitag	16	Mai	2025	09:00	Prof. Dr. Christoph Flückiger	Ressourcenaktivierung und Selbstfürsorge: Techniken aus Psychotherapie und Coaching 2
				13:30	Dr. Barbara Holzer und PD Dr. med. Lukas Zimmerli	Fortgeschrittenes Lebensalter: Multimorbidität und andere alterskorrelierte Krankheitskontexte
Samstag	17	Mai	2025	09:00	Dr. Nathalie Meuwly	Gesundheit, Stress und Ressourcen von Menschen unterschiedlicher sexueller Orientierung und Geschlechtsidentität: Implikationen für die Praxis

				13:30	Prof. Dr. Dr. Andreas Maercker	Transkulturelle Perspektive in der Krankheitsbewältigung und Gesundheitsförderung: Implikationen für die Arbeit mit Menschen aus unterschiedlichen Kulturen
Freitag	13	Juni	2025	09:00	Prof. Dr. Markus Landolt	Interventionen bei chronischen Erkrankungen im Kindes- und Jugendalter
				13:30	Prof. Dr. Harald Traue	Schmerz und Schmerzbewältigung: Psychosoziale Interventionsansätze
Samstag	14	Juni	2025	09:00	PD Dr. Helene Werner	Patient reported outcomes: Anwendung und Möglichkeiten
				13:30	Prof. Dr. Sieverding	Gender Perspektive in der Krankheitsbewältigung: Implikationen für die Praxis
Freitag	4	Juli	2025	09:00		Markt der Ideen: Projektvorstellung