

Weiterbildungs-Teilangebot «Stressmedizin 2027»

(Stand 22.07.2026, Änderungen vorbehalten)



Kenntnisse (12)



Skills (12)



Supervision (7.5)

Modul 1 Stressmedizin (15.01.2027): Fachlich-theoretische Einführung

Nr	Zeit*	Lektions-Titel und Referent:innen	Cred
1	45'	Theoretische Einführung: Vorgehensweise, Ziele, Modelle (NE), aktuelle Stress-Paradigmen/Salutogenese (SB), Vorstellungsrunde (NE) (Prof. Dr. med. St. Büchi, PD Dr. med. N. Egloff, Allg. Innere Medizin)	1
2	45'	Stress und seine gesellschaftliche Abbildung (Epidemiologie) Verhalten, Phänomenologie und Physiologie: Evolutionäre Entwicklung (Flight, Fight, Freezing) Stresshormone, veg. Nervensysteme, Neuroimmunologie, (Dr. phil. Mary Princip und Dr. phil. Claudia Hakl)	1
3	45'	Das klinische Spektrum der medizinischen Stressfolgen: somatische, psychosomatische und psychiatrische Krankheitsbilder Bsp. der Pathophysiologie (PD Dr. med. N. Egloff, Allg. Innere Medizin)	1
4	45'	Instrumente der Subjekt-Standortbestimmung, Bsp. PRISM (Prof. Dr. med. St. Büchi)	1
5	45'	Instrumente der Subjekt-Standortbestimmung, Bsp. PRISM (Prof. Dr. med. St. Büchi)	1
6	45'	Instrumente der Subjekt-Standortbestimmung, Bsp. PRISM: Aufträge/Aufgaben (Prof. Dr. med. St. Büchi) Ausblick, Reflexion, Aufgaben (20') Persönliches Logbuch, Stresstufen-Schema für sich bzgl. Symptome und Strategien erfassen, PRISM klinisch mind. 3x einsetzen (Prof. Dr. med. St. Büchi)	1

Modul 2 Stressmedizin (12.03.2027): Schwerpunkt Umgang mit veg. Stress in der Grundversorgung

Nr	Zeit	Lektions-Titel und Referent:innen	Cred
7	60'	Reflexion Aufgaben 15' Stressforschung und Stress-Erfassung in der Forschung (Dr. phil. Mary Princip und Dr. phil. Claudia Hakl)	1
8	30'	Häufige vegetative Körperstress-Erkrankungen in der Praxis Phänomenologie, Diagnostik, Kommunikation und Therapie (Prof. Stefan Büchi, Dr. med. Julia Hennemann, Allg. Innere Med.)	1
9	45'	Körper-Stress-Modell – praktischer Umgang Eduktion anhand Fallbeispielen aus der Grundversorgung (Dr. med. Julia Hennemann, Allg. Innere Med. Prof. Stefan Büchi)	1
10	45'	Körper-Stress-Modell – praktischer Umgang Vertiefung Einsatz des Edukations-Modells, Bsp. PRISM mit Bsp. durch Teilnehmer (Dr. med. Julia Hennemann, Allg. Innere Med., Prof. Stefan Büchi)	1
11	45'	Arzt-Patienten Kommunikation – shared decision making Umgang mit «chronischen» Patienten (Dr. med. Julia Hennemann, Allg. Innere Med., Prof. Stefan Büchi)	1
12	45'	Arzt-Patienten Kommunikation/Eduktion bei Stress PRISM-Einsatz Aufgabe bis zum nächsten Modul: Körper-Stress Materialien einsetzen (Prof. Stefan Büchi, Dr. med. Julia Hennemann, Allg. Innere Med.,)	1

Modul 3 Stressmedizin (30.04.2027): Umgang mit komplexen Stressfolgenstörungen, Bsp. CSS

Nr	Zeit	Lektions-Titel und Referent:innen	Cred
13	60'	Reflexion Hausaufgabe Das Assessment in der psychosomatischen Spezialsprechstunde Bsp. Anamnese, Klinik, Skills, Inkongruenzmodell nach Epstein /Grawe (PD Dr. med. N. Egloff)	1
14	30'	Stress aus psychologischer Perspektive: Stress-Modell von Lazarus, Stress und Resilienz (inkl. Salutogenese), Bindungstheorie, Leiden (Prof. Dr. med. St. Büchi)	1
15	45'	Komplexe polymorphe Stress-Erkrankungen (Bsp. Central Sensitivity Syndrome) (Dr. med. Christian Dungal, Allg. Innere Medizin)	1
16	45'	Komplexe polymorphe Stress-Erkrankungen (Bsp. Central Sensitivity Syndrome) mit FAallbeispiel (Dr. med. Christian Dungal, Allg. Innere Medizin)	1
17	45'	Sinnfragen und Stress – Die Bedeutung von «Sinn»? Bsp. Posttraumatic Growth. (Prof. Dr. med. St. Büchi, PD Dr. med. N. Egloff)	1
18	45'	Austausch und Selbstreflexion der Teilnehmer Eigenen Reflexion zur Berufssituation: Was stresst? Wann fühle ich mich besonders gut im Beruf? Die Bedeutung der Rahmenbedingungen – welche Faktoren des Arbeitskontextes sind stressreduzierend, welche stressinduzierend? Welche Aspekte des Berufes erfüllen mich mit Sinn? Was sind meine privaten und beruflichen Ressourcen? (Prof. Dr. med. St. Büchi, PD Dr. med. N. Egloff)	1

Modul 4 Stressmedizin (11.06.27): interprofessionelle therapeutische Ansätze, inkl. Ergotherapie

Nr	Zeit	Lektions-Titel und Referent:innen	Cred
19	60'	Reflexion Hausaufgaben Einsamkeit als eminenter Stressor; Social Prescribing (Barbara Aegler, Ergotherapeutin)	
20	30'	Psychotherapie bei Stresserkrankungen Formen, wissenschaftliche Evidenz, Kontext-Modell von Wampold (Prof. Dr. med. St. Büchi)	1
21	45'	Bewegung – medizinische Effekte, Grundlagen für die Hausarzt-Praxis Befunde, Analysen, Forschungsarten, Anwendungen (Dr. phil. Emanuel Brunner)	1
22	45'	Bewegungs-Motivation in der Hausarzt-Praxis inkl. praktische Anleitungs-Übungen (Dr. phil. Emanuel Brunner)	1
23	45'	Relaxations- und Achtsamkeitstechniken Grundlagen, med. Evidenz, therapeutische Angebote, Biofeedback-Apps, inkl. praktische Übungen (Prof. Dr. med. St. Büchi, PD Dr. med. Niklaus Egloff, Kursteilnehmende)	1
24	45'	Zusammenfassung Evaluation, Ausblick und Organisatorisches (Supervision) (Prof. Dr. med. St. Büchi, PD Dr. med. Niklaus Egloff)	1

Supervisions-Blöcke im Anschluss

	150'	Fallsupervisionsangebot nach 2 Monaten	2.5
	150'	Fallsupervisionsangebot nach 4 Monaten	2.5
	150'	Fallsupervisionsangebot nach 6 Monaten	2.5