



Thema

Die Positive Psychologie beschäftigt sich mit der Frage, was das Leben am meisten lebenswert macht. Wichtige Themen sind dabei die Ebenen des positiven Erlebens, positiver Eigenschaften sowie positiver Institutionen. Im Vordergrund steht dabei, Menschen zu ermöglichen individuelle Stärken zu erkennen, einzusetzen und weiter zu pflegen.

Der CAS-Studiengang hat zum Ziel, wissenschaftlich fundiertes Wissen in den Grundlagen und Anwendungsgebieten der Positiven Psychologie mit besonderer Berücksichtigung evidenzbasierter Positiver Interventionen und der Bedeutung von Charakterstärken für den Einsatz in der Praxis zu vermitteln. Die Teilnehmenden erwerben die Kompetenz, aktuelle Forschungsergebnisse zur Positiven Psychologie zu verstehen und in der Praxis anzuwenden.

Angesprochen sind Personen, die in ihrem Berufsalltag mit möglichen Anwendungsgebieten der Positiven Psychologie konfrontiert sind. Dies sind in erster Linie praktisch und wissenschaftlich tätige Psychologinnen und Psychologen sowie Fachleute aus den Bereich Beratung/ Coaching/Therapie/ Training (Sport), Mitarbeiterführung, Lehren und Lernen (z. B. in der Pädagogik) oder der Prävention (Gesundheit, Medizin).

Das Curriculum deckt folgende Themen ab:

- (1) Einführung in die Positive Psychologie
- (2) Wohlbefinden
- (3) Positive Eigenschaften
- (4) Positive Emotionen
- (5) Positive Interventionen
- (6) Anwendungsfelder der Positiven Psychologie
- (7) Methodische Grundlagen (Selbststudium)



Positive Psychologie

Certificate of Advanced Studies CAS 2025
Philosophische Fakultät
der Universität Zürich



Programmübersicht

Ziele

Der Studiengang schlägt die Brücke zwischen Theorie und Praxis. Es wird fundiertes Wissen zur Positiven Psychologie vermittelt und die Kompetenz erworben, aktuelle Forschungsergebnisse zu identifizieren und zu verstehen. Themen sind dabei positives Erleben (z.B. Lebenszufriedenheit, subjektives Wohlbefinden, positive Emotionen) sowie positive Eigenschaften (z.B. Charakterstärken, Tugenden) und positive Institutionen (z.B. Familie, Schule und Arbeitsplatz bis hin zu grösseren Einheiten wie Organisationen oder Gemeinden). Ausgehend von wissenschaftlichen Arbeiten werden Anwendungsbereiche vorgestellt und evidenzbasierte Möglichkeiten der praktischen Anwendung diskutiert und erarbeitet. Dazu wird der Stand der Forschung referiert und es werden Übungen und Aufgaben zum Wissenstransfer durchgeführt. Als Abschluss und Synthese erstellen die TeilnehmerInnen eine anwendungsorientierte Projektarbeit – das Stapellaufprojekt – das sie auf die praktische Anwendung der Positiven Psychologie vorbereitet.

Aufbau

Der CAS umfasst zwei Semester mit insgesamt 16 Tagen Präsenzunterricht, Vor- und Nachbereitung im Selbststudium sowie das Stapellaufprojekt, d.h. die praxisbezogene Projektarbeit.

Zielpublikum

Angesprochen sind Personen, die in ihrem Berufsalltag mit möglichen Anwendungsgebieten der Positiven Psychologie konfrontiert sind.

Zulassung

Die Teilnehmenden verfügen über einen Hochschulabschluss und Praxiserfahrung. In Ausnahmefällen können auch Personen mit einer vergleichbarer Qualifikation und spezifischer Praxiserfahrung «sur dossier» zugelassen werden.

Anzahl Teilnehmende

Maximal 25 Teilnehmerinnen und Teilnehmer

Dozierende

Die Dozierenden sind ausgewiesene Fachexpertinnen und -experten und gehören dem Lehrkörper der Universität Zürich sowie anderen universitären und praktischen Einrichtungen an.

Abschluss

Certificate of Advanced Studies UZH in Positiver Psychologie (12 ECTS Credits)

Daten/Zeiten

8 Doppeltermine jeweils Freitag und Samstag von 9.00 bis ca. 18.00 Uhr
2025: 26./27.09., 17./18.10., 07./08.11., 28./29.11.2025
2026: 16./17.01., 30./31.01., 20./21.02., 06./07.03.2026
Ausweichtermin: 21./22.03.2026 (Änderungen vorbehalten)
Diplomfeier: 11.09.2026

Ort

- Zentrum für Weiterbildung, Schaffhauserstrasse 228, 8050 Zürich (www.zwb.uzh.ch)
- Psychologisches Institut UZH, Binzmühlestrasse 14, 8050 Zürich

Kosten

CHF 7 800.–, inklusive aller Studienunterlagen und Gebühren

Anmeldung

- Anmeldeschluss: 31.01.2025 (danach auf Anfrage)
- Infos/Anmeldung: www.psychologie.uzh.ch/de/bereiche/dev/devpsy/Weiterbildungen/CAS
- Sofern alle Voraussetzungen für die Zulassung erfüllt sind, werden die Anmeldungen in der Reihenfolge ihres Eingangs berücksichtigt. Entscheidungen sur dossier sind vorgesehen.

Trägerschaft

Philosophische Fakultät, vertreten durch Prof. Dr. Moritz Daum, Psychologisches Institut

Direktion

- Prof. em. Dr. Willibald Ruch, Psychologisches Institut, Universität Zürich
- Prof. Dr. Moritz Daum, Fachbereich Entwicklungspsychologie: Säuglings- und Kindesalter, Psychologisches Institut, Universität Zürich

Leitung/Kontakt

Dr. Lisa Wagner und Dr. Valentina Vylobkova
Psychologisches Institut der Universität Zürich
Entwicklungspsychologie: Säuglings- und Kindesalter
Binzmühlestrasse 14/21
8050 Zürich
Tel: +41 44 634 06 73
E-Mail: cas_positive@psychologie.uzh.ch
www.psychologie.uzh.ch/de/bereiche/dev/devpsy/Weiterbildungen/CAS