

Modulbeschreibung 61-luB-Psy Psychologie

Fakultät für Psychologie und Sportwissenschaft/Abteilung
Sportwissenschaft

Version vom 13.02.2026

Dieses Modulhandbuch gibt den derzeitigen Stand wieder und kann Änderungen unterliegen. Aktuelle Informationen und den jeweils letzten Stand dieses Dokuments finden Sie im Internet über die Seite

<https://ekvv.uni-bielefeld.de/sinfo/publ/modul/48444929>

Die jeweils aktuellen und gültigen Regelungen im Modulhandbuch sind verbindlich und konkretisieren die im Verkündungsblatt der Universität Bielefeld veröffentlichten Fächerspezifischen Bestimmungen.

61-luB-Psy Psychologie

Fakultät

Fakultät für Psychologie und Sportwissenschaft/Abteilung Sportwissenschaft

Modulverantwortliche*r

Dr. Kostas Velentzas

Turnus (Beginn)

Jedes Sommersemester

Leistungspunkte

10 Leistungspunkte

Kompetenzen

Auf Basis der im Modul erworbenen theoretischen Kenntnisse zu Motivation und Willenssteuerung im Sport und den psychologische Trainingsmethoden erwerben Sie die Fähigkeit grundlegenden Methodiken zum Umgang mit Angst, zur Entspannung sowie verschiedene Methoden der Selbst- und der Vorstellungsregulation hinsichtlich deren Wirksamkeit einzuschätzen. Sie erarbeiten sich die vorgestellten Techniken in Übungen und erwerben die Kompetenz dieses in sportartspezifischen Situationen umzusetzen zu können. Auf diese Weise erhalten Sie Handwerkszeug für Ihre eigene Arbeit im Unterricht und Training. Des Weiteren erwerben Sie Kompetenzen, die Sie in die Lage versetzen, professionell und zielorientiert in beruflichen Gesprächssituationen zu handeln. Sie werden vertraut mit unterschiedlichen Arbeitsformen im Teambildungsbereich und erlangen Kompetenzen auf dem Gebiet der Managementformen, welche den schnellen Einstieg in diverse Institutionen mit unterschiedlichen Managementstrukturen ermöglichen.

Lehrinhalte

Inhalte der Veranstaltung Psychologische Aspekte der Leistungssteuerung sind

- Motivation und Wille im Sport
- Vorstellungsregulation,
- Entspannungstechniken, Selbstregulation, Selbstinstruktionstraining
- Entwicklung von Routinen Handlungsoptimierung
- Umgang mit Angst, Angstabbau, Theorien der Misserfolgsverarbeitung

Inhalte der Veranstaltung Führungstraining und Teambildung sind

- Grundlagen des Führungstrainings (Mitarbeiter- und Führungsgespräche)
- Verbale und nonverbale Kommunikation, Gesprächsführung
- Strategien zur Konfliktbewältigung
- Funktions- und Arbeitsstruktur unterschiedlicher Arbeitsformen (Coaching, Supervision, Mentoring)

- Organisations- und Managementformen (Gruppenarbeit, Teammanagement, Chaosmanagement, Projektmanagement)
- Teambildung (Strukturen und Rollen in Teams)

Empfohlene Vorkenntnisse

Kenntnisse Grundlagen der Sportpsychologie

Notwendige Voraussetzungen

—

Erläuterung zu den Modulelementen

Modulstruktur: 2 SL, 1 bPr ¹

Veranstaltungen

Titel	Art	Turnus	Workload ⁵	LP ²
Führungstraining und Teambildung	Seminar	SoSe	90 h (30 + 60)	3 [SL]
Psychologische Aspekte der Leistungssteuerung	Seminar	SoSe	90 h (30 + 60)	3 [SL]

Studienleistungen

Zuordnung Prüfende	Workload	LP ²
<p>Lehrende der Veranstaltung Führungstraining und Teambildung (Seminar)</p> <p><i>Die Studienleistung dient der Einübung einer reflexiven und diskursiven Haltung zu den in der Veranstaltung behandelten Themen und hat im Hinblick auf die im Modul verankerten Kompetenzen einübenden und vertiefenden Charakter. Eine Studienleistung ist das Anfertigen einer Aufgabe zu Übungszwecken. Solche Aufgaben können sein: das Erstellen eines Sitzungsprotokolls, eines Abstracts von einem kürzeren Text, eines Essays, die Vorbereitung eines Sitzungsbeitrags oder einer Projektpräsentation, das Lösen von Anwendungsaufgaben, die Moderation eines Gesprächskreises o. ä. Für alle Beiträge gilt: Insgesamt dürfen von der/dem Studierenden in einer Veranstaltung schriftliche Beiträge im Umfang von höchstens 2400 Wörtern oder mündliche Beiträge in einem Umfang von höchstens 50-60 Minuten verlangt werden.</i></p>	siehe oben	siehe oben
<p>Lehrende der Veranstaltung Psychologische Aspekte der Leistungssteuerung (Seminar)</p> <p>s. oben</p>	siehe oben	siehe oben

--	--	--

Prüfungen

Zuordnung Prüfende	Art	Gewichtung	Workload	LP ²
Modulverantwortliche*r prüft oder bestimmt Prüfer*in <i>Mündliche Prüfung mit einer Dauer von 25-30 Minuten</i>	mündliche e-Prüfung o. mündliche Prüfung	1	120h	4

Legende

- 1 Die Modulstruktur beschreibt die zur Erbringung des Moduls notwendigen Prüfungen und Studienleistungen.
 - 2 LP ist die Abkürzung für Leistungspunkte.
 - 3 Die Zahlen in dieser Spalte sind die Fachsemester, in denen der Beginn des Moduls empfohlen wird. Je nach individueller Studienplanung sind gänzlich andere Studienverläufe möglich und sinnvoll.
 - 4 Erläuterungen zur Bindung: "Pflicht" bedeutet: Dieses Modul muss im Laufe des Studiums verpflichtend absolviert werden; "Wahlpflicht" bedeutet: Dieses Modul gehört einer Anzahl von Modulen an, aus denen unter bestimmten Bedingungen ausgewählt werden kann. Genauer regeln die "Fächerspezifischen Bestimmungen" (siehe Navigation).
 - 5 Workload (Kontaktzeit + Selbststudium)
- SoSe** Sommersemester
- WiSe** Wintersemester
- SL** Studienleistung
- Pr** Prüfung
- bPr** Anzahl benotete Modul(teil)prüfungen
- uPr** Anzahl unbenotete Modul(teil)prüfungen