

Modulübersicht

des Masterstudiengangs Sportpsychologie

Verlauf mit psychologischem Bachelor als Erststudium

Die Inhalte und Ziele der Module werden durch eine sinnvolle Verknüpfung verschiedener Lehr- und Lernmethoden vermittelt:

Studienhefte

Den theoretischen Rahmen des Studiums bilden speziell für das Selbststudium aufbereitete Studienhefte, die Du bequem orts- und zeitunabhängig bearbeiten können. Sie vermitteln Dir umfangreiches Wissen aus allen Themenfeldern des Studiengangs und beinhalten Übungsaufgaben, die zur Verinnerlichung der Lehrinhalte dienen.

Online-Vorlesungen

Parallel zu den Studienheften werden Online-Vorlesungen angeboten, in denen besonders wichtige und komplexe Themen vertieft werden. Die Vorlesungen werden mit neuester Technik aufgezeichnet und sind für Dich im Online-Campus jederzeit abrufbar.

Online-Tutorien

In regelmäßig stattfindenden Online-Tutorien kannst Du Dich interaktiv mit den Dozenten austauschen und konkrete Fragen stellen, um eventuelle Verständnislücken zu schließen.

Durch Online-Übungen und Fallstudien, die Du je nach Aufgabenstellung alleine oder in der Gruppe bearbeitest, lernst Du, wie Du Dein theoretisches Wissen in der Praxis anwenden und umsetzen kannst. In unserem Online-Campus hast Du die Möglichkeit, Dich mit Deinen Kommilitonen zu Arbeits- und Lerngruppen zusammenzuschließen oder Dich in dazugehörigen Online-Foren auszutauschen.

Präsenzphasen

Ausgewählte Module sehen Präsenzphasen vor, die wichtiges Praxiswissen vermitteln und den persönlichen Austausch mit Branchenexperten sowie Deinen Kommilitonen ermöglichen. Die Präsenzphasen finden in der Regel in Düsseldorf statt und sind bei einigen Modulen verpflichtend.

Du hast Fragen oder wünschst ergänzende Informationen zu der folgenden Modulübersicht?
Rufe uns unter der Rufnummer +49 211 86668 0 an. Wir freuen uns auf Dich!

Grundlagenmodule Forschungsmethoden

Statistik (6 Credit Points)

- Deskriptive Statistik
 - ▶ Variablenarten
 - ▶ Zentrale Tendenz
 - ▶ Dispersionsmaße
 - ▶ Zusammenhangsmaße
- Verfahren für Mittelwertsunterschiede
 - ▶ t-Tests für unabhängige Stichproben
 - ▶ einfaktorielle ANOVA
 - ▶ mehrfaktorielle ANOVA
 - ▶ mixed ANOVAs
- Multiple Regressionen
 - ▶ multiple Regression einfach
 - ▶ Kontrolle für Variablen
 - ▶ Interaktion von Variablen als Ausblick für Moderation
- Mediation & Moderation
 - ▶ Grundgedanke der Moderation
 - ▶ Moderationsanalyse
 - ▶ Grundgedanke der Mediation
 - ▶ Mediationsanalyse

Prüfungsleistung: Klausur (90 Minuten)

Psychologische Forschungsmethodik und Evaluation (6 Credit Points)

- Quantitative vs. qualitative Forschung
- Forschungsethische Aspekte
 - ▶ Klinische Studien nach Standard GCP/ICH
 - ▶ Ethische Implikationen von Interventionsstudien
 - ▶ Nebenwirkungen von Psychotherapien
- Surrogate Endpoints bei präventiven Interventionen
- Epidemiologische Untersuchungsdesigns
- Vertiefung des Kausalitätsbegriffes unter experimenteller, quasiexperimenteller und statistischer Kontrolle von Störeinflüssen
- Fortgeschrittene statistische Auswertungsmethoden der Evaluationsforschung
 - ▶ Bootstrapping
 - ▶ Meta-Analyse
- Qualitative Forschungsmethoden
 - ▶ Samplingverfahren
 - ▶ Erhebungsverfahren (z. B. Leitfadeninterviews, Fokusgruppen, Expertenbefragung)
 - ▶ Analyseverfahren (z. B. Grounded-Theory, Qualitative Inhaltsanalyse nach Mayring und nach Kuckartz)
- Möglichkeiten des Methodenmix

Prüfungsleistung: Studienarbeit

Empirische Datenerhebung und -analyse (6 Credit Points)

- Einführung in eine gängige Statistiksoftware für (z. B. R, JASP)
 - ▶ Einlesen von Daten
 - ▶ Weiterverarbeitung eingelesener Daten
- Grundlagen der Datenerhebung
 - ▶ Organisation und Eingabe von Daten sowie Design einfacher Forschungsdatenbanken
 - ▶ Kontrolle und Plausibilisierung von Daten
- Grundlagen der Datenanalyse
 - ▶ Auswertungen mittels Funktionen (z. B. Auszählen, Summenbildung, Maße der zentralen Tendenz, Dispersionsmaße, ...)
 - ▶ Visualisierung von Daten (z. B. Balken-, Säulen-, Linien- und Tortendiagramme)
- Einführung in ein gängiges Programm zur Durchführung von Befragungen im Internet (z. B. Lime-Survey)
 - ▶ Anforderungen, Vor- und Nachteile bei der Durchführung von Befragungen im Internet
 - ▶ Anlegen und Durchführung von Befragungen unter Anwendung verschiedener Fragetypen
 - ▶ Zugangskontrolle und Teilnehmermanagement
 - ▶ Exportieren von Daten
- Einführung in ein gängiges Programm zur Durchführung von Experimenten (z. B. OpenSesame)
 - ▶ Anforderungen, Vor- und Nachteile bei der Durchführung von computergestützten Experimenten
 - ▶ Anlegen und Durchführung von Experimenten
 - ▶ Exportieren von Daten

Prüfungsleistung: Empirische Arbeit

Grundlagenmodule Psychologie

Psychologische Diagnostik (6 Credit Points)

- Grundlagen der Testkonstruktion
- Arten von psychologischen Tests
- Vertiefung Testgütekriterien: u. a. Sensitivität und Spezifität (ROC-Analysen), Konstruktreliabilität, Skalierbarkeit, Konstruktvalidität
- Item-Response-Theorie (IRT) mit parametrischen und nichtparametrischen Verfahren (z. B. Raschmodell, Birnbaum-Modell, Mokken-Skalierung)
- Itemkonstruktion und -selektion: u. a. Differential item functioning (DIF), Itemselektionsalgorithmen (z. B. Ant Colony Optimization), Clusteranalysen
- Kriteriumsorientiertes Testen
- Entwicklung eines psychologischen Testverfahrens
- Konstruktdefinition, Itementwicklung, Indikatoren der Itemqualität, Itemanalyse und Itemselektion, Validierungshypothesen, Sensitivität und Spezifität, Testvalidität, Testevaluation, Testnormierung
- Qualitative Diagnoseverfahren (z. B. Lebenslinie oder Ziellandkarte sowie qualitative Diagnostik von Rechenschwäche oder Belastungsempfinden, subjektive Lebensqualität bei geriatrischen Patient:innen)
- Testung besonderer Zielgruppen

Prüfungsleistung: Klausur (90 Minuten)

Grundlagenmodule Sportwissenschaft

Diagnostik und Trainingswissenschaften (8 Credit Points)

- Trainings- und Bewegungslehre
 - ▶ Komponenten sportlicher Leistung
 - ▶ Grundlagen der Bewegungslehre und Biomechanik
 - ▶ Grundlagen der Trainingslehre
 - ▶ Sportmotorische Fähigkeiten
 - ▶ Angewandte Trainingsmethoden, Trainingsinterventionen
 - ▶ Trainingsplanung und Belastungssteuerung
- Diagnostik und Testmethoden
 - ▶ Sportdiagnostische und testtheoretische Grundlagen
 - ▶ Anamnese (Risiko-Check) und Trainingsziele
 - ▶ Körperanalyse (Anthropometrie)
 - ▶ Physiologische Daten
 - ▶ Belastungsuntersuchungen
 - ▶ Kraft- und Beweglichkeitstests
 - ▶ Koordinationstests
 - ▶ Schnelligkeitstests
 - ▶ Fitnesstest für jedermann
- Praxis von Diagnostik und Training
- Kennenlernen und Erprobung von diversen Trainingsmethoden zur Verbesserung der sportmotorischen Fähigkeiten
 - ▶ Konzeption von Trainingsplänen für das Fitness- und Gesundheitstraining
 - ▶ Durchführung und Auswertung von Tests und Verfahren der Fitnessdiagnostik
 - ▶ Planung und Durchführung von gesundheitsorientierten Trainingsprogrammen

Prüfungsleistung: Praktische Prüfung

Grundlagen der Bewegungstherapie (5 Credit Points)

- Bedeutung der Sport- und Bewegungstherapie im Kontext gesellschaftsstruktureller Veränderungen und gesetzlicher Rahmenbedingungen
- ICF
- Biopsychosoziale Grundlagen der Sport- und Bewegungstherapie
- Testtheoretische Grundlagen der Diagnostik
- Grundlagen zum sporttherapeutischen Assessment
- Grundlagen der Trainings- und Belastungssteuerung in der Sport- und Bewegungstherapie
- Indikationskataloge Sport- und Bewegungstherapie mit ausgewählten pathophysiologisch bezogenen Beispielen der sport- und bewegungstherapeutischen Intervention
- Terminologie und ausgewählte Aspekte der gesundheitspädagogischen Dimension von Sport- und Bewegungstherapie
- Berufsfeld des Sport- und Bewegungstherapeuten

Prüfungsleistung: Prüfung im Antwortwahlverfahren

Sportschäden und Rehabilitation (5 Credit Points)

- Risikomanagement
- Rechtliche Aspekte
- Schmerzdiagnostik und Heilungsprozesse
- Therapie
- Return to Sport/Activity/Play/Competition

Prüfungsleistung: Hausarbeit

Trainingsplanung (6 Credit Points)

- Periodisierung und Zyklisierung
- Zeitliche und inhaltliche Ebenen der Trainingsplanung
- Trainingsplanerstellung (Mehrjahres- bzw. Perspektivplan, Jahresplan, Makround Mesozyklusplan, Wochentrainingsplan, Trainingseinheitenplan)
- Übertraining
- „Peaking“, „Tapering“, „Detraining“
- Concurrent Training
- Trainingsplanung am praktischen Beispiel

Prüfungsleistung: Mündliche Prüfung (30 Minuten)

Fachspezifische Module

Diagnostische Praxis in der Sportpsychologie (6 Credit Points)

- Begriffserklärung:
 - ▶ Diagnostik
 - ▶ Evaluation
 - ▶ Assessment
 - ▶ Intervention
- Sportpsychologische Beispielverfahren im Bereich quantitativer- und qualitativer Datenerhebung und Analyse
- Anamneseverfahren in der Sportpsychologie als tiefere Unterstützung zum Erstgespräch → expliziter Fokus auf Gesprächstechniken zur tiefergehenden Problemexploration
- Bisp-Portal
- Sammlung ausgewählter Fragebögen
- Trainings- und Wettkampfbegleitung aus sportpsychologischer Perspektive mit diagnostischem Fokus anhand praktischer Beispielsituationen aus dem Hochleistungssport auf Basis der Verhaltensgleichung von Westhoff & Kluck
- Kognitive Diagnostik im Sport:
 - ▶ State of the Art
 - ▶ Chancen & Limitationen
- Anwendungsmöglichkeiten

Prüfungsleistung: Klausur (90 Minuten)

Teamentwicklung (6 Credit Points)

- Teambuilding als stetiger Prozess
 - ▶ Forming, Storming, Norming, Performing
 - ▶ Teamrollen nach Belkin
 - ▶ Teambuilding während unterschiedlicher Saisonphasen
 - ▶ Strukturanalytische Verfahren zur Erfassung von Teammerkmalen
 - ▶ Prozessanalytische Verfahren zur Dokumentation von Teamentwicklung
- Führungsverhalten von Trainern im Spannungsfeld Teamentwicklung
 - ▶ Wechselwirkung von Führungsverhalten und Teamdynamik
 - ▶ Team im Team: Bedeutung von interdisziplinären Funktionsteams innerhalb eines Teams
 - ▶ Kohäsion-Leistungsbeziehung
- Sportpsychologen im Team
 - ▶ Teambuildingmaßnahmen
 - ▶ Rollenverständnis
 - ▶ Rollenkonfusion
 - ▶ Spannungsfeld Teampsychologie: Zwischen Mannschaft und Trainerteams

Prüfungsleistung: Klausur (90 Minuten)

Interventionsverfahren in der Sportpsychologie (8 Credit Points)

- Selbstmanagement
- Stressimpfungstraining
- Arbeit mit Metaphern, Analogien und Storytelling
- Von der Diagnostik zur Intervention: Symbiose aus qualitativer und quantitativer Datenerhebung und angewandt-fokussierter Interventionen im Leistungssport
- Umgang mit erhobenen, kognitiven Leistungsparametern- Planung von Beispielinterventionen im Bereich des Trainings kognitiver Leistungsparameter im Sportspiel
- Interventionsplanung im Brennpunkt Hochleistungssport: Auswahl passgenauer Interventionsmodelle im Kontext Leistungssport

Prüfungsleistung: Hausarbeit

Emotions- und Motivationsregulation im Sport (8 Credit Points)

- Risiko-Wahl-Modell
- Rubikon-Modell
- Flow, Momentum und Hot Hand
- Grundlagen und Anwendung von Selbstgesprächsregulation
- Methoden zur Zielsetzung (u.a. SMART, WOOP)
- Selbstwirksamkeitserwartung
- Kausalattribution
- Psychologische Grundbedürfnisse
- Leistungsmotivation und Diagnostik dieser (AMS)
- Stressmodelle
- Frustrationstoleranz und Umgang mit Misserfolgen
- Leistungsversagen unter Druck

Prüfungsleistung: Klausur (120 Minuten)

Sportpsychologisches Coaching (5 Credit Points)

- Begriffsklärung Coaching und Modelle
 - ▶ Abgrenzung von Psychotherapie und Training
 - ▶ Coachingmodelle allgemein
 - ▶ Haltung des Coaches
- Coachingkonzepte
 - ▶ Systemisches Coaching
 - ▶ Hypnosystemisches Coaching
 - ▶ Emotionscoaching
 - ▶ Klopftechniken im Coaching
 - ▶ Konflikt Coaching
- Ablauf eines Coachingprozesses
 - ▶ Erstgespräch
 - ▶ Interventionen
 - ▶ Evaluation und Abschluss
- Wirksamkeit und negative Wirkungen von Coaching

Prüfungsleistung: Klausur (90 Minuten)

Praxisphase (8 Credit Points)

- Ethische Richtlinien des Berufsbildes
- Planung und Strukturierung des Erstgespräches
- Anwendung theoretischer Modelle und erlernter Methoden aus dem Studiengang in der Praxis
- Konkrete Inhalte und Aufgaben der Diagnostik, Intervention und Evaluation bestimmt die Praktikumsstelle

Prüfungsleistung: Praxisbericht

Komplexität der Leistungsentwicklung (5 Credit Points)

- Leistungspsychologie in Abgrenzung zu anderen Spezialisierungen (z.B. Gesundheitspsychologie)
- Deliberate Practice
- Talent und Talentidentifikation im Sport
- Talententwicklung im Sport
- Expertiseforschung
- Entstehung von Leistung
- Leistungsförderliche und leistungshinderliche Faktoren im Sport (z.B. motivationales Klima)
- Leistung unter Druck

Prüfungsleistung: Klausur (90 Minuten)

Masterthesis und Kolloquium (20 Credit Points)

- Masterarbeit
 - ▶ Selbstständige Bearbeitung einer Aufgabenstellung des gewählten Studiengangs nach wissenschaftlichen Methoden innerhalb eines vorgegebenen Zeitraums
- Masterarbeitskolloquium
 - ▶ Beratung zu grundlegenden Problemen bei der Erstellung einer Masterarbeit
 - ▶ Präsentation und Diskussion der Masterarbeit in unterschiedlichen Entwicklungsstadien unter wissenschaftlichen Gesichtspunkten

Prüfungsleistung: Master-Thesis/Präsentation