



Für die ganz Ungeduldigen: Sportpsychologie-Basics ultrakompakt

2

- ▶ Details kann man sich besser merken, wenn man weiß, wo sie im Gesamtbild hingehören. In diesem Kapitel verdeutlichen wir deshalb vorab den „roten Faden“ des Buches, fassen wesentliche Dinge schon einmal sehr kurz und prägnant zusammen. Denn Sportpsychologie ist ein weites Feld und ein wenig Überblick am Anfang schadet nicht.

Dieses Lehrbuch soll Studierenden als Einführung in die Grundlagen des wissenschaftlichen Faches Sportpsychologie nützlich sein. Es ist so geschrieben, dass man kein besonderes Vorwissen mitbringen muss. Wenn man das Lehrbuch gelesen und die Inhalte gut nachvollzogen hat,

- a) dann sollte man in eigene Worte fassen können, was Sportpsychologie und sportpsychologische Forschung im Kern ausmacht;
- b) besser verstehen und einordnen können, was einem in wissenschaftlichen Arbeiten zur Sportpsychologie begegnet (oder was einem Dozentinnen und Dozenten darüber erzählen);
- c) und einen ganz groben Überblick über die in der Sportpsychologie bearbeitete Themenbandbreite gewonnen haben.

Psychologie ist die Wissenschaft vom menschlichen Erleben und Verhalten. **Sportwissenschaft** entsteht im Zusammenspiel von ganz unterschiedlichen Fachdisziplinen,

z. B. Sportpädagogik, Sportmedizin, Sportsoziologie, Trainings- und Bewegungswissenschaft und eben auch Sportpsychologie. Sportpsychologie, als wissenschaftliche Disziplin im Schnittfeld von Psychologie und Sportwissenschaft, bezieht Wissensbestandteile aus *beiden Bezugswissenschaften* ein.

Sport und Bewegung existiert in vielfachen Erscheinungsformen. Sportpsychologie thematisiert das Erleben und Verhalten von Menschen sowohl mit Blick auf deren Handeln in klassischen Sportarten-Kontexten (z. B. Fußballspielen und Surfen), als auch mit Blick auf die Alltagsaktivitäten, die körperlichen Aufwand und dabei keine besonderen Fertigkeiten erfordern (z. B. Spaziergehen und Radfahren), aber vom handelnden Individuum als Sport im weiteren Sinne begriffen werden. Das Lehrbuch liefert u. a. das begriffliche Handwerkszeug, mit dem man gut und richtig auf die Vielfalt solcher Erscheinungsformen von Sport und Bewegung Bezug nehmen kann.

Sportpsychologische Forschung richtet sich auf die Erklärung **innerer psychischer Vorgänge** (z. B. Kognition, Fühlen und Gefühle, Motivation), die Verhalten im Kontext von Sport und Bewegung vorausgehen, die es begleiten und die Verhalten nachfolgen.

Untersuchungen zur *Kognition* beziehen sich auf Prozesse, die sich auf die Aufnahme, Verarbeitung und Speicherung von Information beziehen. Es geht um Dinge wie Aufmerksamkeit und Wahrnehmung (Aufnahme von Information), Denken und Entscheiden (Verarbeitung von Information) und um Gedächtnis (Speicherung von Information). Sportpsychologische Untersuchungen belegen zum Beispiel, dass Sportlerinnen und Sportler besser darin sind als nicht sporttreibende Personen, visuelle Hinweisreize zu entdecken und auf sie zu reagieren, wenn ablenkende andere Reize ausgeblendet werden müssen (Voss et al. 2009). Außerdem gibt es noch *Kognitionen*. Das sind die Inhalte von Gedanken oder Gedankenmuster.

Mit Blick auf den Teil menschlichen Erlebens, der mit *Fühlen und Gefühlen* zu tun hat, haben sich Sportpsychologinnen und Sportpsychologen zum Beispiel damit beschäftigt, ob bestimmte emotionale Zustände sportliche Leistung generell eher positiv oder eher negativ beeinflussen. Darauf deutet eher wenig hin. Aber es gibt Untersuchungen die zeigen, dass bessere sportliche Leistung dann entsteht, wenn der mit einer Emotion verbundene Handlungsimpuls zur sportlichen Aufgabe passt. Zum Beispiel erreichen Probanden in Tests, in denen sie die vordere Oberschenkelmuskulatur so explosiv und kraftvoll wie möglich gegen einen festen Widerstand arbeiten lassen müssen (als ob sie das Kniegelenk strecken könnten; isometrische Muskelkontraktion), im Zustand von Ärger bessere Leistungen, als wenn man sie vorher glücklich stimmen würde (Woodman et al. 2009).

Motivation bezieht sich auf den inneren Antrieb, den Menschen (manchmal) entwickeln und manchmal eben nicht. Sportpsychologische Untersuchungen zeigen hier zum Beispiel, dass Menschen vor allem dann regelmäßig ihrer Gesundheit zuliebe Sport treiben, wenn sie sich selbstbestimmt dazu entschließen und sich nicht nur durch äußere Gründe dazu veranlasst oder gar gedrängt fühlen (Teixeira et al. 2012).

Einer Grundannahme von Psychologie folgend ist menschliches Erleben und Verhalten stets durch **Situationsfaktoren** (z. B. die Anwesenheit Anderer oder der plötzliche Gedanke an Andere) und von **persönlichen Merkmalen** (z. B. physische Merkmale, Fähigkeiten, Persönlichkeitsfaktoren, Handlungseigenschaften) beeinflusst. Letztere, die persönlichen Merkmale, sind durch zeitlich überdauernde, aufeinander aufbauende **Veränderungen** geprägt (z. B. Entwicklung, Reifung und Lernen).

Sportpsychologische Forschung, die sich auf *persönliche Merkmale* bezieht, hat zum Beispiel gezeigt, dass der erhoffte persönlichkeitsbildende Nutzen von Sportunterricht in der Schule nicht im Sporttreiben an sich liegt, sondern dies vor allem davon abhängt, wie der Unterricht gestaltet wird (Conzelmann et al. 2011). Sportpsychologische Forschung, die sich auf Situationsfaktoren bezieht, hat zum Beispiel gezeigt, dass die sportliche Leistung in der Gruppe davon abhängt, wie wichtig die Einzelleistung für die Gruppenleistung ist (Hüffmeier und Hertel 2011). Mit Blick auf *Veränderungen* zeigen entwicklungspsychologische Untersuchungen zum Karriereende von Leistungssportlerinnen und Leistungssportlern, dass Abschiede vom aktiven Sporttreiben vor allem dann schwer fallen und zu psychischen Schwierigkeiten führen, wenn das Karriereende erzwungen war (Park et al. 2013).

Die von uns zur Darstellung als Wissensgrundlagen ausgewählten Inhalte umfassen auch solche zur (zumindest grundlegenden) Beurteilung der methodischen Qualität von sportpsychologischen Untersuchungen. Deshalb wird auch auf die Rolle von **Theorien und wissenschaftliche Methoden** im Forschungsprozess eingegangen. Kurz gefasst und auf den Punkt gebracht: Wissenschaft ohne Theorie ist keine und ohne zumindest grobes Statistik-Grundwissen kann man nicht verstehen, was in sportpsychologischen Forschungsberichten überhaupt drinsteht.

Aktuell sind es wohl **vier Perspektiven** (man könnte sie auch als Bezugfelder oder Themenfelder bezeichnen), aus denen heraus Sportpsychologie entwickelt wird. Die Behauptung, dass es genau vier sind, ist natürlich gewagt. Wir hätten sie aber nicht so formuliert, wenn wir nicht davon überzeugt wären, dass sich der Großteil aller wissenschaftlichen Arbeiten zur Sportpsychologie so ordnen lässt.

Der mit Sicherheit größte und den untersuchten Themen nach vielfältigste Teil sportpsychologischer Forschung widmet sich der grundlagenorientierten oder

anwendungsorientierten Untersuchung der Einflussgrößen, die **sportliche Leistung** beeinflussen. Untersucht wird, welche psychischen Faktoren Leistung und Erfolg von Bewegungshandeln im Sport stören oder verbessern, und vor allem auch warum das so ist. Manchmal stehen *Prozesse des Übens, Lernens und Trainierens* im Vordergrund, oft schwingt der Gedanke Leistungsoptimierung aber auch nur mit und ergibt sich als Möglichkeit und Chance aus den eigentlichen Untersuchungsergebnissen.

Ein Teil von Sportpsychologie bezieht sich auf das Feld **sportpsychologische Beratung und Training** im Leistungssport. In vielen Sportarten möchte man zumindest auf Spitzensportebene nicht mehr auf die Unterstützung von Sportpsychologinnen und Sportpsychologen verzichten. Sportpsychologische Forschung will hier vor allem dazu beitragen, dass sich praktische Sportpsychologie auf wissenschaftliche Grundlagen stützt.

Außerdem werden Querverbindungen zwischen Sport und Bewegung auf der einen Seite und **Gesundheit** auf der anderen untersucht. Hier schaut man zum Beispiel auf die psychologisch relevanten positiven Folgen, die Sport und Bewegung in der Prävention und Therapie von Erkrankungen sowie in der Gesundheitsförderung mit sich bringen können. Sehr intensiv wird beforscht, was Menschen zu mehr Bewegung und Sport motiviert.

Schließlich gibt es Studien, die sich gezielt mit Fragen zum schulischen **Sportunterricht** beschäftigen. Untersucht wird das Erleben und Verhalten von Sportlehrerinnen und Sportlehrern genauso wie das von Schülerinnen und Schülern (und natürlich auch die Begleiterscheinungen und Folgen von Wechselwirkungen zwischen den Beteiligten). Hier schaut man zum Beispiel darauf, wie man Schülerinnen und Schüler so zum Sportunterricht motivieren kann, dass sie auch nach ihrer Schulzeit noch gerne Sport treiben.

Schon aus dieser ultrakompakt-Darstellung wird die ungeheure Gegenstands- und Themenbandbreite deutlich, die Sportpsychologie hervorgebracht hat. Einen geraden und den einen richtigen Weg durch das „Wissens-Dickicht“ gibt es nicht. Deshalb raten wir schon beim erstmaligen Nachlesen in diesem Lehrbuch immer wieder auch an anderer Stelle nachzublättern oder online zu recherchieren, also nach links und rechts zu schauen. Insbesondere die als Lesetipps genannten Texte könnten nützlich sein. Außerdem warnen wir explizit *nicht* vor der Benutzung von Wikipedia zum schnellen Nachschlagen!



Wie erklärt man, was Sportpsychologie ist? Prolog, vier Bezugspunkte und dann Fazit

3

- ▶ Für eine treffsichere Einordnung darüber, was Sportpsychologie ist und ausmacht, muss man sich zumindest grob in den beiden Bezugswissenschaften Psychologie und Sportwissenschaft auskennen. Außerdem muss man erklären können, was man mit Bewegung und Sport meint, wenn man davon redet. Wenn man dann noch weiß, wie und dass man wissenschaftliche und praktische Tätigkeiten voneinander unterscheiden sollte, steht man argumentativ auf sicherem Boden.

Das Buch hier soll Verständnisgrundlagen zum Fach Sportpsychologie bieten und die großen Linien deutlich machen. Zu den Verständnisgrundlagen zählen wir, dass man sich über die „Besonderheiten“ (besser: Charakteristika) des Faches Sportpsychologie im Klaren sein sollte.

Die Frage nach den Charakteristika von Sportpsychologie schlagen wir vor, in einem „Vier-Schritt mit Fazit“ zu beantworten: Am besten beschreibt man zuerst einmal was Psychologie ist (erstens). Dann gilt es in klare Worte zu fassen, was man unter Sport und Bewegung verstehen will (zweitens). Daraus lässt sich entwickeln womit sich Sportwissenschaft beschäftigt (drittens), und dann muss man nur noch kurz zusammenfassen können (und verstanden haben), dass Psychologie und Sportpsychologie in jeweils drei ganz unterschiedlichen Ausprägungen daher kommen kann (viertens). Dann lässt sich das Fazit ziehen: „Sportpsychologie ist also ein Fach, das ...“

Bevor wir mit den Erläuterungen zum „Vier-Schritt“ loslegen, noch ein paar einordnende Gedanken vorweg (wir wissen, dass das wichtig ist, weil das Studierenden in Vorlesungen oft erst so nach und aufgeht): Das Lehrbuch hier soll ja für das wissenschaftliche Studium der Sportpsychologie nützlich sein. Aber worum geht's eigentlich in der Wissenschaft? Also ganz grundsätzlich? Deshalb ein Prolog.

3.1 Prolog: Meinen, Glauben, Wissen

Mit Immanuel Kant (* 1724, † 1804) einem bedeutenden Philosophen der Aufklärung, kann man drei Modi des Fürwahrhaltens unterscheiden, nämlich Meinen, Glauben und Wissen (vgl. Kasten). Modernes wissenschaftliches Tun beruht darauf, dass man dem Wissen höhere Bedeutung zuweist als dem Meinen und Glauben.

Übersicht

Meinen: Eine persönliche Ansicht, die aussagt, was man für richtig oder nicht richtig hält.

Glauben: Das Festhalten an etwas, was sich nicht wissenschaftlich begründen lässt.

Wissen: Wissenschaftlich zu rechtfertigende Auffassungen über die Welt.

Wissenschaft: Bemüht sich mit systematischem Vorgehen zu möglichst unstrittigen und gerechtfertigten Auffassungen zu gelangen, indem Widersprüche geprüft und logisch aufgeklärt werden.

Praxis: Tatsächliche Ausübung, Handlung, Verrichtung.

Um an **Wissen über die Welt** zu gelangen braucht es bestimmte **Methoden**. Je nachdem in welchem wissenschaftlichen Feld man unterwegs ist (salopp gesagt, in der Mathematik geht es um etwas anderes als in der Biologie, als in der Soziologie, als in der Literaturwissenschaft, etc.) werden unterschiedliche Methoden als mehr oder weniger *passend* und *geeignet* empfunden (das muss man deswegen so vorsichtig formulieren, weil es in fast jeder Wissenschaft Methoden-„Moden“ gibt; d. h. der Eindruck darüber, welches jetzt „die beste“ Methode sei, kann sich durchaus mal verändern). Zumindest der Methode der Logik sieht man sich aber in Psychologie, Sportwissenschaft und Sportpsychologie gleichermaßen verpflichtet. Ganz allgemein gesprochen: Wenn wissenschaftlich gerechtfertigte Aussagen über die Welt getroffen werden sollen, dann dürfen sich diese Aussagen nicht logisch widersprechen (mehr Info zu Methoden folgt in Kap. 5).

In vielen Wissenschaften äußerst populär und deswegen auch kennzeichnend ist ein auf **Kausalität und Determinismus** basierendes Weltverständnis (d. h. eine Theorie darüber wie die Welt wohl ist). Vereinfacht ausgedrückt nehmen Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler dann gerne an, dass man Zustände und Ereignisse immer auf Ursachen zurückführen kann. Das ist für Wissenschaft deshalb gut und einfach, weil man dann weiter ableiten darf, dass die Ursache X den Zustand oder das Ereignis Y bewirkt (oder noch stärker: vielleicht sogar Bedingung ist), was Voraussagen über die Zukunft erlaubt (wenn X geschieht, dann wird Y passieren). Aktuell würden es wohl die meisten wissenschaftlich arbeitenden Sportpsychologinnen und Sportpsychologen als Maßgabe ihrer Fachdisziplin nennen, dass es *vor allem* um die Aufklärung von Ursache-Wirkungs-Relationen (Kausalrelationen) geht.¹ Beispiele findet man in der sportpsychologischen Forschung zum Angst-Leistungs-Zusammenhang. Wissenschaftlich besonders spannend ist hier eben nicht nur die Frage, ob Wettkampfangst und sportliche Leistung irgendwie zusammenhängen (siehe dazu auch Abschn. 7.1.4). Vielmehr will man den Nachweis führen, dass Wettkampfangst als Ursache zu Leistungsversagen führen kann oder führt.

Viele Wissenschaften, darunter Psychologie, Sportwissenschaft und Sportpsychologie, nehmen es sich zum Anspruch **beschreiben, erklären, vorhersagen** und manchmal auch **beeinflussen** (d. h. stabilisieren oder verändern) zu können. Diese Ziele stehen in Relation zueinander und kennzeichnen eine Abfolge im wissenschaftlichen Arbeiten zumindest in den genannten drei Wissenschaften (Psychologie, Sportwissenschaft, Sportpsychologie): Um gut erklären und vorhersagen zu können, sollte man die relevanten Phänomene zuerst einmal gut beschrieben haben. Unter Umständen möchte man dann aber nicht „nur“ wissen, *dass* die Dinge geschehen (Vorhersagen) sondern auch noch *warum* sie geschehen (Erklären = intersubjektiv nachvollziehbares Unternehmen; vom in unseren Disziplinen etwas weniger populären *Verstehen* würde man demgegenüber sprechen, wenn man versucht ein Ereignis subjektiv nachzuvollziehen). Wenn man sich für Ursache-Wirkungs-Relationen interessiert, dann ist es unumgänglich auch an gültigen Erklärungen zu arbeiten. Nützlich sind gültige Erklärungen aber auch, wenn es ums wirkungsvolle Beeinflussen geht, also dann, wenn man Einfluss auf Praxis nehmen will.

¹ Jetzt darf man nicht verschweigen, dass sich (seit etwa den 1960er-Jahren) mit der Theorie nicht-linearer Systeme auch alternative Auffassungen bemerkbar machen: Unter Umständen lässt sich Vieles besser erklären, wenn man Zusammenhänge in rückgekoppelten dynamischen Systemen verstehen will (also nix da, mit einfach nur Ursache und Wirkung)? Das macht die Dinge allerdings so viel komplizierter, dass sich viele Wissenschaften, unter anderem auch die Sportpsychologie, bisher selten getraut haben, auch mal vom Altbewährten abzulassen.

Schließlich erscheint es uns wichtig darauf hinzuweisen, dass es mit Blick auf viele heutzutage publizierte wissenschaftliche Arbeiten gar nicht einmal so einfach ist festzulegen, zu welcher Wissenschaftsdisziplin diese oder jene Arbeit denn nun eigentlich gehört. Festlegungen dieser Art sind auch gar nicht wichtig, solange man die Bezüge zu zugrunde liegenden Wissenschaftsdisziplinen erkennt und so entscheiden kann, ob und in welchem Ausmaß Untersuchungsergebnisse zu diesen Wissenschaftsdisziplinen beitragen. Wenn es beispielsweise darum geht zu erklären, weshalb es für Bewegungslernen im Sport nützlich ist Andere bei korrekten Bewegungsausführungen zu beobachten, dann sollte man auch im Rahmen einer sportpsychologischen Untersuchung neurobiologisches Grundlagenwissen über Spiegelneurone für Erklärungen nicht ignorieren. Aber haben wir es dann nicht eigentlich eher mit einer neurobiologischen Arbeit zu tun? Am besten man denkt darüber erst gar nicht weiter nach. Denn oft ist das Entweder-oder (Sportpsychologie oder Neurobiologie) sowieso unangebracht: Wissenschaft als das, was Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler tun, lässt sich heutzutage meist viel besser in Forschungsprogrammen als in Fächersystematiken beschreiben (vgl. Herrmann 1994).

3.2 Erstens: Die Wissenschaft vom Erleben und Verhalten (Psychologie)

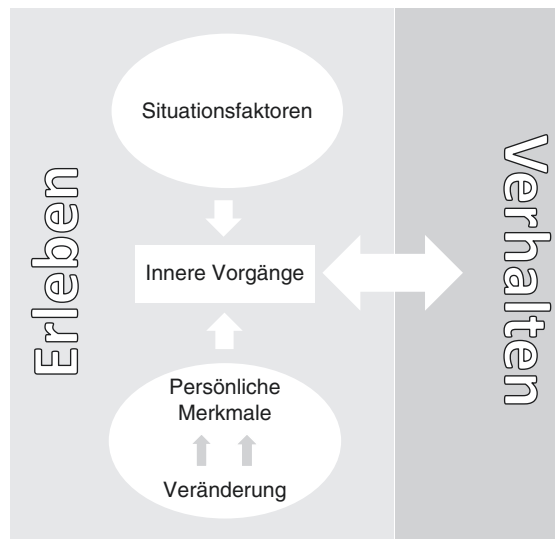
Psychologie beschäftigt sich mit dem Erleben und das mit diesem Erleben verbundenen Verhalten. Psychologie will beschreiben, erklären, vorhersagen und manchmal auch beeinflussen. Kurz gesagt ist Psychologie die Wissenschaft vom menschlichen Erleben und Verhalten. Punkt. Ganz einfache Definition.

Erleben meint im Wesentlichen (u. a.) solche Dinge wie Wahrnehmen, Denken, Fühlen, Wollen. Derlei innere Vorgänge lassen sich von außen nicht direkt beobachten. Man kann sie lediglich aus beobachtbaren Anzeichen erschließen. Beispielsweise ist es unmöglich einen Gedanken zu sehen. Wenn man die Gedankenwelt von Menschen erforschen will (wie es zu Denken und Fühlen kommt, worin die Gedanken und Gefühle bestehen, etc.), dann muss man sich als Psychologe oder Psychologin also entweder darauf verlassen was einem Menschen über ihr Innenleben berichten (und entsprechend trickreich vorgehen, falls diese nicht wahrheitsgemäß berichten wollen oder können), oder man muss versuchen sich dieses Innenleben über von außen beobachtbares Verhalten indirekt zu erschließen (z. B. indem man aus unzusammenhängend formulierten Sätzen auf Verwirrtheit schließt).

Verhalten lässt sich demgegenüber – also – von außen beobachten. Der Begriff Verhalten wird in der Psychologie aber ziemlich speziell verwendet: Man meint damit jede am lebenden Individuum beobachtbare Aktivität. Kleinteilige Aktivität, z. B. Schwankungen in der elektrischen Aktivität der Hirnrinde (die man mittels EEG, elektroenzephalographisch, messen kann) und komplexe Aktivitäten, z. B. ob eine Person einen Fitnessclub besucht oder nicht, sind dabei gleichermaßen interessant. Wichtig zu betonen ist, dass es für die psychologisch relevante Begriffsdefinition von Verhalten *keine* Rolle spielt, ob Aktivität in irgendeiner Form gewollt oder ob man sich eines bestimmten Verhaltens bewusst ist. Entscheidend ist Aktivität, die „da ist“ und beobachtet werden kann. Verhalten eben.

Psychologie fokussiert auf innere Vorgänge, die mit menschlichem Erleben und Verhalten einhergehen, die menschliches Erleben und Verhalten zum Beispiel verursachen oder sich in der Folge daraus ergeben. Man könnte es als einen Grundkonsens zwischen Psychologinnen und Psychologen beschreiben davon auszugehen, dass *innere Vorgänge* durch *Situationsfaktoren* und *persönliche Merkmale* (die zeitlich überdauernden, aufeinander aufbauenden *Veränderungen* unterliegen) beeinflusst sind. Auf diesen Grundkonsens beziehen wir uns, wenn wir vom **Grundmodell der psychologischen Verhaltenserklärung** sprechen (vgl. Nolting und Paulus 2016). Wir haben dieses Grundmodell, weil es die Dinge so schön übersichtlich macht, in Abb. 3.1 schematisiert.

Abb. 3.1 Grundmodell der psychologischen Verhaltenserklärung



Zum Beispiel würde man zur psychologischen Erklärung aggressiven Verhaltens davon ausgehen, dass dieses in erster Linie aus individuellen Wahrnehmungen, Gedanken und Gefühlen (inneren Vorgängen) resultiert. Man würde ferner annehmen, dass diese Wahrnehmungen, Gedanken und Gefühle durch Situationsfaktoren (z. B. man hat eine andere Person bemerkt, die einen anschaut und die Faust ballt) und Persönlichkeitsmerkmale beeinflusst sind (z. B. der auf Erfahrungen aus der eigenen Kindheit basierenden Einstellung, dass Gewalt ein legitimes Mittel zum Erreichen der eigenen Interessen darstellt). Demselben Grundmuster folgend ließe sich auch die psychologische Suche nach Gründen für den plötzlichen Freudenausbruch einer Freundin erklären. Man nähme an, dass die Emotion Freude etwas mit der konkreten Situation zu tun hat (z. B. den guten Nachrichten, die man gerade überbracht hat), dass sie aus inneren Vorgängen erwachsen ist (z. B. aus dem Zusammenspiel von Körperempfindungen und Gedanken), die durch vorherige Erfahrungen der Freundin (z. B. bei denen zu Hause hat man früher auch schon immer viel gelacht) und ihre Persönlichkeit geprägt sein können (z. B. sie ist eben ein gefühlsbetonter Mensch).

Für einen schon tieferehenden Eindruck über die Wissenschaft vom Erleben und Verhalten (Psychologie) sollte man sich auch vor Augen führen, nach welchen Fachgruppen Psychologinnen und Psychologen ihr Fach innerhalb der **Deutschen Gesellschaft für Psychologie (DGPS)** unterteilt haben. Die im Kasten aufgelisteten lassen sich leicht auch als **Teildisziplinen von Psychologie** interpretieren. Deutlich werden die unterschiedlichen Schwerpunkte und Perspektiven, aus denen heraus Psychologie heute betrieben wird. Es gibt auch eine Fachgruppe Sportpsychologie! Sie ist eine der jüngsten, wurde erst 2015 gegründet.

Fachgruppen der Deutschen Gesellschaft für Psychologie mit der Verbands-Internetseite entnommenen Kurzbeschreibungen (DGPS 2018a)

- **Allgemeine Psychologie.** Gesetzmäßigkeiten insbesondere über Prozesse der Wahrnehmung, Aufmerksamkeit, Denken, Sprache, Lernen, Gedächtnis, Motivation und Emotion, die für alle Menschen in mehr oder weniger vergleichbarer Form gelten, also allgemeingültig sind.
- **Arbeits-, Organisations- und Wirtschaftspsychologie.** Wechselbeziehungen zwischen Arbeits- und Organisationsbedingungen und menschlichem Erleben und Verhalten.
- **Biologische Psychologie und Neuropsychologie.** *Biopsychologie:* Anatomische und physiologische Grundlagen menschlichen Verhaltens und Erlebens sowie physiologische Effekte psychologischer Prozesse. *Neuropsychologie:* Neuronale Bedingungen psychologischer Prozesse.



<https://www.springer.com/978-3-662-59081-2>

Sportpsychologie: Verständnisgrundlagen für mehr
Durchblick im Fach

Brand, R., Schweizer, G. 2019, X, 209 S. Mit
Online-Extras, Softcover ISBN: 978-3-662-59081-2