

Name des Moduls: E10 Gesundheitspsychologie – Konflikt- und Stressbewältigung		
Prüfung: E10 Gesundheitspsychologie	LV.-Nr.:	ECTS-Punkte: 5 CP
Empfohlene Einordnung: C. Semester	Pflichtkennzeichen: [PF]	Lehrveranstaltungssprache: Deutsch
Modulverantwortung: Prof. Dr. Michael Krämer	Modulturnus: WiSe, SoSe	Information zur Anmeldung:
Lehrende: Prof. Dr. Michael Krämer		
Qualifikationsziele	Die Studierenden können <ul style="list-style-type: none"> • Konflikt- und Stressmanagement als Elemente der Gesundheitsförderung kennenlernen und einordnen können • Individuelle, gruppenspezifische und strukturelle Einflussfaktoren verstehen und beeinflussen können • Selbstmanagement verbessern • Verhaltenspräventive Maßnahmen der Gesundheitsförderung konzipieren 	
Prüfungsform und -umfang	Siehe aktuelle Prüfungstermin- und Prüfungsformliste	
Lehrform	<ul style="list-style-type: none"> • Seminar 	
Lehrinhalte	<ul style="list-style-type: none"> • Ursachen der Entstehung von Konflikten und Stress • Konfliktdynamik • Möglichkeiten des Umgangs mit Konflikten und Stress • Elemente des Selbstmanagements und von Entspannungstechniken 	
Workload	Präsenzveranstaltung (X SWS): Studentische Vor- und Nachbereitung: Summe:	45 h 105 h 150 h
Inhaltliche Voraussetzungen	Keine	
Formale Voraussetzungen	Keine	
Literaturempfehlungen	Glasl, F. (2017), Konfliktmanagement, Verlag Freies Geistesleben, Stuttgart (11. akt. Aufl.). Litzcke, S.; Schuh, H., Pletke, M. (2013), Stress, Mobbing und Burn-out am Arbeitsplatz, Springer, Berlin (6. überarb. Aufl.). Petermann, F.; Vaitl, D. (Hrsg.), (2014), Entspannungsverfahren, Beltz, Weinheim (5. überarb. Aufl.).	