

Literatur

- Bandura, A. (1976). *Lernen am Modell*. Stuttgart: Clett-Kotta.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavior change. *Psychological Review*, 84, 191–215.
- Berk, L. E. (2004). *Entwicklungspsychologie* (3. Aufl.). München: Pearson Studium.
- Bergner, T. M. H. (2006). *Burnout bei Ärzten. Arztsein zwischen Lebensaufgabe und Lebens-Aufgabe*. Stuttgart: Schattauer.
- Birbaumer, N., & Schmidt, R. F. (2003). *Biologische Psychologie* (5. Aufl.). Berlin: Springer.
- Charlton, M., Käppler, C., & Wetzel, H. (2003). *Einführung in die Entwicklungspsychologie*. Weinheim: Beltz Studium.
- Chess, S., & Thomas, A. (1996). *Temperament theory and practice*. New York: Brunner & Mazel.
- Damásio, A. R. (1994). *Descartes' Irrtum – Fühlen, Denken und das menschliche Gehirn*. München: List.
- Damásio, A. R. (2000). *Ich fühle, also bin ich: Die Entschlüsselung des Bewusstseins*. München: List.
- Delfos, M. F. (2004). "Sag mir mal...". *Gesprächsführung mit Kindern (4–12 Jahre)*. Weinheim: Beltz.
- Delfos, M. F. (2007). "Wie meinst Du das?". *Gesprächsführung mit Jugendlichen (13–18 Jahre)*. Weinheim: Beltz.
- Dreher, E. (2004a). *Entwicklungspsychologie I. Materialien zur Vorlesung*. Wien: Facultas.
- Dreher, E. (2004b). *Entwicklungspsychologie II. Materialien zur Vorlesung*. Wien: Facultas.
- Dreher, E. (2005). *Entwicklungspsychologie III. Materialien zur Vorlesung*. Wien: Facultas.

- Dreher, M. (2007a). *Bildungspsychologie 1 – Grundlagen*. Wien: Facultas.
- Dreher, M. (2007b). *Bildungspsychologie 2*. Wien: Facultas.
- Ekman, P. (1973). *Darwin and facial expression: A century of research in review*. New York: Academic Press.
- Ekman, P., Friesen, W. V., & Ellsworth, P. (1972). *Emotion in the human face*. New York: Pergaman Press.
- Epstein, S. (1990). Cognitive-experiential self-theory. In L. A. Pervin (Hrsg.), *Handbook of personality: Theory and research*. New York: Guilford.
- Epstein, S. (1993). Implications of cognitive-experiential self-theory for personality and developmental psychology. In D. C. Funder, R. D. Parke, C. Tomlinson-Keasey, & K. Widaman (Hrsg.), *Studying lives through time: Personality and development*. Washington: American Psychological Association.
- Eysenck, M. W., & Keane, T. M. (2000). *Cognitive psychology: A student's handbook* (4. Aufl.). Hove: Psychology Press.
- Gittler, G., & Arendasy, M. (2003). *Differentielle Psychologie I. Grundlagen, Methoden und Intelligenzmodelle*. Im Eigenverlag des Instituts für Psychologie der Universität Wien.
- Gittler, G., & Arendasy, M. (2004). *Differentielle Psychologie II. Persönlichkeitstheorien, Anlage-Umwelt Forschung, Spezialgebiete*. Im Eigenverlag des Instituts für Psychologie der Universität Wien.
- Grawe, K. (1998). *Psychologische Therapie*. Göttingen: Hogrefe.
- Grawe, K. (2004). *Neuropsychotherapie*. Göttingen: Hogrefe.
- Gray, J. A., & McNaughton, N. (2000). *The neuropsychology of anxiety. An inquiry into the functions of the Septo-Hippocampal system* (2. Aufl.). New York: Oxford University Press.
- Herkner, W. (2004). *Lehrbuch Sozialpsychologie* (2. Aufl.). Bern: Huber.
- Klicpera, C. (2007). *Psychopathologie und biologische Grundlagen der Klinischen Psychologie*. Wien: facultas.wuv.
- Klicpera, C., & Gasteiger-Klicpera, B. (2006). *Emotionale und verhaltensbezogene Störungen im Kindes- und Jugendalter*. Wien: WUV.
- Koppenhöfer, E. (2004). *Kleine Schule des Genießens. Ein verhaltenstherapeutisch orientierter Behandlungsansatz zum Aufbau positiven Erlebens und Handelns*. Lengerich: Pabst Science Publishers.
- Krombholz, H. (1988). *Sportliche und kognitive Leistungen im Grundschulalter. Eine Längsschnittuntersuchung*. Frankfurt: Lang.
- LeDoux, J. (2001). *Das Netz der Gefühle. Wie Emotionen entstehen*. München: dtv.
- Lehrhaupt, L., & Meibert, P. (2010). *Stress bewältigen mit Achtsamkeit. Zu innerer Ruhe kommen durch MBSR* – *Mindfulness-Based Stress Reduction*. München: Kösel.
- Lippmann, E. (2009). *Intervision. Kollegiales Coaching professionell gestalten* (2. Aufl.). Heidelberg: Springer Medizin.

- Maderthaner, R. (2004). *Wissenschaftsgrundlagen der Psychologie. Einführung in die Rahmenbedingungen der Psychologie sowie in ihre ethischen, wissenschaftstheoretischen, wissenschaftshistorischen und methodologischen Grundlagen*. Wien: Facultas.
- Margraf, J. (Hrsg.). (2000). *Lehrbuch der Verhaltenstherapie*. (Bd. 1, 2. Aufl.). Heidelberg: Springer Medizin.
- Margraf, J., & Schneider, S. (2009). *Lehrbuch der Verhaltenstherapie*. Heidelberg: Springer.
- Maslach, C. (1982). Understanding burnout: Definitional issues in analyzing a complex phenomenon. In W. S. Paine (Hrsg.), *Job stress and burnout* (S. 29–40). Beverly Hills: Sage.
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behavior*, 2, 99–113.
- Mowrer, O. H. (1947). On the dual nature of learning – A reinterpretation of “conditioning” and “problem solving”. *Harvard Educational Review*, 17, 102–148.
- Oerter, R. (2008). Kindheit. In R. Oerter & L. Montada (Hrsg.), *Entwicklungspsychologie* (6. Aufl.). Weinheim: BeltzPVU.
- Oerter, R., & Montada, L. (Hrsg.). (2008). *Entwicklungspsychologie* (6. Aufl.). Weinheim: BeltzPVU.
- Piaget, J. (2010). *Meine Theorie der geistigen Entwicklung* (2. Aufl., R. Fatke, Hrsg.). Weinheim: Beltz.
- Power, M. J., & Dalgleish, T. (1997). *Cognition and emotion: From order to disorder*. Hove: Psychology Press.
- Riemann, F. (2006). *Grundformen der Angst: eine tiefenpsychologische Studie* (36. Aufl.). München: Reinhardt.
- Roth, G. (2001). *Fühlen, Denken, Handeln. Wie das Gehirn unser Verhalten steuert*. Berlin: Suhrkamp.
- Schaufeli, W., & Enzmann, D. (1998). *The burnout companion to study and practice*. London: Taylor & Francis.
- Schätzing, F. (2004). *Der Schwarm*. Köln: Kiepenheuer & Witsch.
- Seiwert, L. (2007). *Das neue 1 × 1 des Zeitmanagement: Zeit im Griff Ziele in Balance. Kompaktes Know-how für die Praxis*. München: Gräfe und Unzer.
- Seiwert, L. (2009). *Noch mehr Zeit für das Wesentliche: Zeitmanagement neu entdecken*. München: Mosaik bei Goldmann.
- Selye, H. (1957). *Stress beherrscht unser Leben*. Berlin: Econ.
- Siegler, R. S., DeLoache, J. S., Eisenberg, N., Pauen, S., & Grabowski, J. (2005). *Entwicklungspsychologie im Kindes- und Jugendalter*. Heidelberg: Spektrum Akademischer.
- Sodian, B. (2008). Entwicklung des Denkens. In R. Oerter & L. Montada (Hrsg.), *Entwicklungspsychologie* (6. Aufl.). Weinheim: BeltzPVU.
- Sonneck, G. (2000). *Krisenintervention und Suizidverhütung*. Wien: UTB.

- Springer-Kremser, M., Löffler-Stastka, H., Schuster, P., & Kapusta, N. (2009). *Psychische Funktionen in Gesundheit und Krankheit* (6. Aufl.). Wien: Facultas.
- Tewes, U., & Wildgrube, K. (1999). *Psychologie-Lexikon*. München: Oldenbourg.
- Trimmel, M. (2003). *Allgemeine Psychologie. Motivation, Emotion, Kognition*. Wien: Facultas.
- Tücke, M. (2007). *Entwicklungspsychologie des Kindes- und Jugendalters für (zukünftige) Lehrer* (3. Aufl.). Münster: Lit.
- Vanecek, E., Kastner-Koller, U., Deimann, P., & Toyfl, M. (Hrsg.). (2002). *Psychologie als Wissenschaft: Skriptum zur Eingangsphase in das Studium*. Im Eigenverlag des Instituts für Psychologie der Universität Wien.
- Zajonc, R. B. (1980). Feeling and thinking: Preferences need no inferences. *American Psychologist*, 35, 151–175.
- Zimbardo, P. G., & Gerrig, R. J. (1999). *Psychologie*. Berlin: Springer.

Internetressourcen

- Internetauftritt der Deutschen Gesellschaft für Psychologie: <http://www.dgps.de>.
- Internetauftritt der Fachgruppe Sozialpsychologie der deutschen Gesellschaft für Psychologie: <http://www.sozialpsychologie.de/index.php/fachgruppe/sozialpsychologie>.
- Internetauftritt des Seiwert Instituts: <http://www.lothar-seiwert.de/home>.

Stichwortverzeichnis

A

Ablenkung 33, 91
Achtsamkeit 57, 60
Adrenalin 83
Alarmbereitschaft 31, 81
Amygdala 19, 30
Anfassen 92
Angst x, 17, 19, 27
 Entstehung 34
 Existenzangst 31
 Leistungsangst 31
 Riemanns Grundformen 34
 soziale 31
Ängstlichkeit 30
Anspannung 81
Ärger 19
Arzneimittel, pflanzliche 88
Atemkontrolle 115, 122, 124, 128
Atemluftanalyse-Zertifikat 142
Atemminutenvolumen 43
Atemphase 124
Atemregler 116, 126
Atemschutzreflex 121
Atemtechnik 125
Atemwiderstand 40, 126
Atemzug 118

Attribution 22
Auffrischkurs 129
Aufklärung 109
Ausbildungsunterlagen 142

B

Bandura, A. 37
Basisemotion 19
Bauchgefühl 2, 19
Bildungspsychologie x, 7
Blickkontakt 43, 139
Bloodshift 121
Briefing 44, 117
Buddy Check 137
Burnout x, 13, 48
 Prophylaxe x

C

CMAS (Confédération Mondiale des Activités Subaquatiques) 142

D

Debriefing 103
Dichotomie 4

Distanz, defensive 41
Distress 82, 108
Dunkelheit 132

E

Einstieg 120
Ekel 19
Emotion x, 17, 104
Entspannung 87
Entspannungsverfahren 57
Entwicklung, kindliche 65
Entwicklungspsychologie 10,
11, 65
Erschöpfung 48, 84
Eustress 82, 108
Evolution 85
Existenzangst 31

F

Freude 19

G

Gefühl 17, 24
Genuss 59
Glottiskrampf 123
Großhirnrinde 21
Gruppendruck 98, 134

H

Habituation 39
Hai 24
Handzeichen 99, 115, 140
Höhlentauchen 133
Homöostase 85
Hormonhaushalt 18, 21
Hupe, pneumatische 140

I

Intervision 53
Intuition 2, 19

J

Jugendliche 74

K

Kinder 63
Kommunikation x, 54, 95, 101, 137
 mit Kindern 63, 76
Kompressorraum 142
Konditionierung 35
Körperkontakt 33, 43, 95, 100
Körpersprache 101, 137
Kortisol 83
Kreativität 66
Kritik, konstruktive 109

L

Laryngospasmus 123
Lebewesen 29
Leistungsangst 31
Lob 22, 67, 79, 104, 109
Luftanalyse 143
Luftdusche 112, 116
Lungenüberdruckbarotrauma 123, 130

M

Mandelkern 19
Marker, somatischer 18
Misserfolg 22, 89
Modelllernen 37
Motorik 67
Mowrer, O.H. 35
Mundatmung 119, 121
Muskelentspannung, progressive 58

N

Nachbesprechung 103
Nachttauchgang 133, 134
Nasen-Mundatmung 121
Nervensystem, vegetatives 21
Noradrenalin 83
Notaufstieg 41, 115, 137

P

- Paar 106
- Panik 29, 31, 38, 85, 107
- Partner 89, 106, 127
- Partner-System 140
- Philosophie 4
- Pointer 139
- Praxiserfahrung 141
- Psychohygiene x, 47, 52
- Psychologie 1
 - allgemeine 2, 6
 - differenzielle 2, 9
 - klinische 12
 - pädagogische 7
 - Sozialpsychologie 13
 - wissenschaftliche 2, 4

Q

- Qigong 59

R

- Raum-Lage-Orientierung 29, 67, 70, 99, 116, 129
- Respekt 100, 108, 118
- Richtung, defensive 41
- Riemann, F. 34
- Ritual 69, 79
- RSTC (Recreational Scuba Training Council) 142
- Rückzug 49

S

- Schnellablassventil 131
- Schnorchel 125
- Selbstfürsorge 48, 57
- Selbstreflexion 52
- Shaker 140
- Sozialpsychologie 13
- Soziologie 11, 14
- Stimmritzenkrampf 122
- Störung, psychische 12

- Stress 12, 82, 107
- Stressbewältigung 86
- Stresshormon 32
- Stressor 51, 86, 99
- Stressreaktion 49, 81
- Stresssituation 43
- Sympathikus 32
- System, limbisches 24, 84

T

- Tàijíquán 59
- Tankbanger 140
- Tarierjacket (BCD) 94, 114, 129, 140
- Tarierung 40, 91, 93, 110, 129
- Tauchausrüstung 91, 93, 112, 118, 120, 129, 135, 142
- Tauchbrevet 142
- Tauchmaske 122, 124
- Tauchreflex 121
- Tauchschule 142
- Tauchsportverband 64, 96, 140
- Tauchsportverein 129
- Tiefenangst 114
- Tiefenkontrolle 43
- Tourismusbranche 48
- Training, autogenes 57
- Trauer 19
- Trockentraining 33, 44

U

- Überraschung 19
- Unterrichtsmaterial 96
- Unterwasserlampe 140
- Unterwasserschreibtafel 140

V

- Valenz 18, 20
- Verantwortung 75, 112
- Vertrauen 112
- Vertrauensverhältnis 97, 104, 112, 139
- Vulnerabilitäts-Stress-Modell 12

W

Wasser-Nase-Reflex [121](#), [124](#)

Y

Yoga [59](#)

Z

Zeigestab [139](#)

Zeitmanagement [55](#)

Zentralnervensystem [21](#)

Zwei-Faktoren-Theorie [35](#)