



Datum: _____

Hinweise für die Klausurteilnehmer

1. Jede richtige Antwort der **Multiple-Choice-Fragen** wird mit 3 Punkten bewertet. Nur **eine** Antwortmöglichkeit ist anzukreuzen. Für die offenen Fragen werden dem Umfang und der Gewichtung entsprechend Punkte vergeben.
2. Um den Test zu bestehen, müssen mindestens **54 Punkte** erreicht werden. Sie haben zur Beantwortung **60 Minuten** Zeit.

Das IST-Team wünscht Ihnen viel Erfolg!

Interne Korrekturvermerke:

<u>Punkte</u>	<u>SOLL</u>	<u>IST</u>	Bestanden	<input type="checkbox"/>
Teil A	25		Nicht bestanden	<input type="checkbox"/>
Teil B	75		Datum	_____
Gesamt	100		Korrektor	_____
Prozent	100 %		Endnote	_____

Achtung! Bitte bearbeiten Sie jede Frage so, als ob bei allen Antworten das Wort „nur“ vor jeder Antwort steht. Beispiel: „Nur B ist richtig“ oder „Nur A und D sind richtig“.

Teil A enthält die Aufgaben 1–2 mit Multiple-Choice-Fragestellungen. Für Ihre Lösungen haben wir eine separate Spalte auf der rechten Seite vorgesehen.

Aufgabe 1

Auf welchen verschiedenen **Ebenen** können sich **Stressreaktionen** äußern?

- a) Emotionale, taktile, seelische und hormonelle Ebene
- b) Geistig-gedankliche, visuelle, psychische und autonome Ebene
- c) Kognitive, emotionale, psychosomatische und muskuläre Ebene
- d) Sensomotorische, haptische, visuelle und akustische Ebene
- e) Haptische, kognitive, muskuläre und ganzheitliche Ebene

Hier bitte ankreuzen

- a) und d) sind richtig
- c) ist richtig
- b), c) und e) sind richtig
- d) und e) sind richtig

Aufgabe 2

Welche Modelle gehören zu den **Resilienz-Modellen**?

- a) Modell der Kompensation
- b) Modell der Herausforderung
- c) Modell der Interaktion
- d) Modell der selbsterfüllenden Prophezeiung
- e) Modell der Kumulation

Hier bitte ankreuzen

- a), d) und e) sind richtig
- b), c) und d) sind richtig
- a), b), c) und e) sind richtig
- alle Aussagen sind richtig

Teil B enthält die Aufgabe 3 mit offenen Fragestellungen. Die Lösungen schreiben Sie bitte auf die zusätzlich ausgeteilten Blätter und nicht in den Klausurbogen.

<p>Aufgabe 3</p> <p>Welche Kennzeichen mentaler Stärke kennen Sie?</p> <p>Warum ist mentale Stärke für einen Sportler von Vorteil?</p> <p>Erläutern Sie die Antwort anhand eines Praxisbeispiels.</p>	<p>10 Punkte</p>
--	-------------------------