

Pensumliste for:

# Årsenhet i idrettspsykologi

Studieåret:  
2021 / 2022



**NB! Pensumlisten gjelder for 2021/2022. Pensum kan ha endret seg neste semester, så kjøp kun de bøkene du trenger nå.**

---

I de fleste fag vil det i tillegg til bøker være et digitalt kompendium. De er **ikke** listet opp her. Det kan også hende at det tilkommer noe ved oppstart av nytt semester.

Denne listen er en pensumliste og **ikke** en referanseliste. Du har selv ansvar for å føre opp referanser etter korrekt APA-standard i dine referanselister.

## Årsenhet i idrettspsykologi

---

### PSY1130 Innføring i generell psykologi (15 studiepoeng)

---

- 1. Holt, N., Bremner, A., Sutherland, E., Vliek, M., Passer, M., & Smit, R. (2019). *Psychology: The Science of Mind and Behaviour* (4. utg.). London: McGraw Hill. ISBN: 9780077189624.

### PSY6060 Idrettspsykologi og mental trening (15 studiepoeng)

---

- Weinberg, R. & Gould, D. (2019). *Foundations of Sport and Exercise Psychology* (7. utgave). Champaign IL: Human Kinetics. ISBN: 9781492572350.

Legg merke til at du **må** ha 7.utgave. Den 6.utgaven er mangelfull og utgår.

- Aidan, M. & Toner, J. (2017). *A Critical Introduction to Sport Psychology* (3. utg.). Milton Park, UK: Routledge. ISBN: 9781138999978.

### PSY3270 Konsulterende psykologi (15 studiepoeng)

---

- Kennair, L. E. O. & Hagen, R. (Red.). (2014). *Psykoterapi. Tilnærminger og metoder*. Oslo: Gyldendal akademisk. ISBN: 9788205458536. **Pensum: kap. 1-6, 8, 11-13 og 18-20.**
- Young, M. E. (2020). *Learning the Art of Helping: Building Blocks and Techniques* (7. utg.). New York City, NY: Pearson. ISBN: 9780136912293. **Pensum: kap. 1-9 og 12. NB:** Denne utgaven finnes kun i digital versjon, dvs. ikke er til salg som trykt bok.

Den kan anskaffes via: <https://www.pearson.com/store/p/learning-the-art-of-helping-building-blocks-and-techniques/P100002584924/9780136912293><sup>1</sup>

- Cooper, M. (2008). *Essential research findings in counselling and psychotherapy*. London: SAGE Publications Ltd. ISBN: 9781847870438.

### PSY6061 Anvendt idrettspsykologi (15 studiepoeng)

---

- Williams, J. & Krane, V. (2021). *Applied Sport Psychology: Personal Growth to Peak Performance* (8. utgave). New York: McGraw-Hill. ISBN: 9781260575569.

Du må ha 8. utgave.

- Herrebrøden, H. (2019). *Ti idrettsutøvere som søkte hjelp - og fikk det*. Oslo: Cappelen Damm Akademisk. ISBN: 9788202621407.

---

<sup>1</sup> Den 6. utgaven kan også benyttes dersom du ønsker å kjøpe brukt – denne utgaven finnes som trykt bok. Merk at det er noe forskjell i kapittelnumrene som er på pensum, men faginnholdet er det samme: Young, M. E. (2017). *Learning the Art of Helping: Building Blocks and Techniques* (6. utg.). New York City, NY: Pearson. ISBN: 9780134165783. **Pensum: kap. 1-8 og 11-12.**