

Pressemitteilung

Julius-Maximilians-Universität Würzburg

Robert Emmerich

26.04.2005

<http://idw-online.de/de/news109922>

Personalia
Ernährung / Gesundheit / Pflege, Medizin, Sportwissenschaft
überregional

Sport, Körper, Psyche - darüber forscht Jens Kleinert

Tut Sport gut? Um diese scheinbar banale Frage drehen sich die Forschungen in der Arbeitsgruppe "Sport und Gesundheit", die Professor Jens Kleinert seit November am Institut für Sportwissenschaft der Uni Würzburg leitet.

Dort werden nicht nur die Auswirkungen von Sport auf die körperliche Gesundheit und Leistungsfähigkeit erforscht. Auch die Veränderung der Befindlichkeit durch Bewegungsaktivität ist ein Schwerpunkt des Forschungsprogramms. "Insgesamt wissen wir nämlich eher wenig darüber, wie ein Sportangebot gestaltet sein muss, um möglichst spezifisch und zielgerichtet auf unsere Stimmung und unser Wohlbefinden Einfluss zu nehmen", sagt der neue Professor.

Kleinert geht davon aus, dass die individuelle Wahrnehmung körperlicher und sozialer Abläufe die Auswirkungen der Bewegung auf das Befinden in hohem Maß mitbeeinflusst. Er will Modellvorstellungen dafür entwickeln, wie beim Sport körperliches Wohlbefinden entsteht und wie dieses wiederum die psychische Befindlichkeit beeinflusst. Letztlich wird hierdurch der Stellenwert der Sport- und Bewegungstherapie bei der Behandlung und Rehabilitation körperlicher und psychischer Leiden näher hinterfragt.

Ein zweiter Forschungsbereich des Sportwissenschaftlers dreht sich um die Rolle, die psychologische Faktoren bei der Vorbeugung und Rehabilitation von Sportverletzungen spielen. Hierbei interessiert ihn aus präventiver Sicht besonders, wie Sportler Risiken wahrnehmen, wie sie mit Verletzungsrisiken umgehen und welche Rolle hierbei die Persönlichkeit und die aktuelle Situation spielen. Im Bereich der Rehabilitation hat er bislang untersucht, inwiefern Heilungsverläufe nach Sportverletzungen mit psychischen Faktoren (Selbstsicherheit, Stimmungslage) korrespondieren.

In der Lehre leitet Kleinert den Diplom-Studiengang Sportwissenschaft mit Schwerpunkt Prävention und Rehabilitation, den die Mitarbeiter am Sportzentrum mit viel Engagement umsetzen. Hierbei übernimmt er sowohl biomedizinische als auch sozial- und verhaltenswissenschaftliche Lehraufgaben. Besonderes Augenmerk legt er auf die wissenschaftliche Ausbildung der Diplom-Studierenden, was diesen Studiengang von anderen Ausbildungsformen im Bereich des Gesundheitssports abhebt.

Jens Kleinert, geboren 1964 in Hilden im Rheinland, studierte in Köln an der Deutschen Sporthochschule. Gleichzeitig absolvierte er an der Kölner Universität ein Medizinstudium. Dann war er mehrere Jahre am Psychologischen Institut der Sporthochschule tätig, und zwar als wissenschaftlicher Mitarbeiter und Assistent, zuletzt als Hochschuldozent. Die Approbation als Arzt und die Promotion in Medizin fielen ins Jahr 2000, die Habilitation in Sportwissenschaft folgte 2003. Die Würzburger Professur, die er jetzt innehat, wurde durch eine Kooperation mit der Gmünder Ersatzkasse (GEK) geschaffen.

Selbstverständlich ist Kleinert nicht nur Wissenschaftler, sondern auch Sportler. Er war lange Jahre als Schwimmer aktiv und besitzt hier eine C-Trainerlizenz. Für Handball hat er eine B-Lizenz, dem Segeln ist er auch nicht abgeneigt. Im Fitness- und Reha-Sport arbeitete er als Honorartrainer. Außerdem betreute er etliche Jahre lang Hochleistungssportler im Schwimmen, Radfahren, Triathlon, Handball und Fußball.

Kontakt: Prof. Dr. Jens Kleinert, T (0931) 888-6534, Fax (0931) 888-6505, E-Mail: kleinert@mail.uni-wuerzburg.de



Jens Kleinert

D