

Der KLEINE PSYCHO

- Ersti-Guide 2026 -



Willkommen im Psychologie-Studium!

Dein Guide für den Start in Trier

Wintersemester 2026/27

Fachschaftsrat Psychologie · Universität Trier

Orientierungswochen vom 05. bis 16. Oktober	5
Bachelor Psychologie - Was heißt das eigentlich?	10
Was Euch im Studium so alles erwartet – Überblick	12
Vorlesungen in den ersten beiden Semestern:	12
Seminare	13
Nichtpsychologisches Wahlpflichtmodul	14
Versuchspersonenstunden (VPN).....	15
Praktikum	15
Empiriepraktikum (EmPra)	17
Klausuren	17
Credit-Problematik	19
Benotung	20
Nachbereitung	21
Der große Psycho	22
Bücher über Bücher!	24
Das braucht ihr für den Studienalltag	26
Uni-Website	26
PORTA	26
Stud.IP.....	26
Seminarplatzvergabe.....	27
VPN	27
SONA.....	28
TUNIKA	28
Deutschlandticket	28
Mensa (E-Purse)	28
Hausdruckerei	29
Bibliothek	29
BAföG	29
Der Fachschaftsrat Psychologie (FSR)	30
PsyFaKo	30
CampusOhr – Ein offenes Ohr für dich	31
Plötzlich in Trier	32
Kultur.....	32
Spiel, Sport und Spaß	34
Natur erleben.....	36
Rathaus	36
Nachtleben	37
Suchst du noch?	38
Impressum	39

LIEBE PSYCHO-ERSTIS,

herzlich willkommen in Trier und im Psychologiestudium! Wir freuen uns riesig, dass ihr da seid.

Mit diesem kleinen Überlebensratgeber möchten wir euch den Start ins Studium ein Stück leichter machen. Er soll euch als Orientierungshilfe und Nachschlagewerk dienen, damit ihr euch von Anfang an etwas besser zurechtfindet und nicht das Gefühl habt, ins kalte Wasser geworfen zu werden.

Auf den nächsten Seiten findet ihr Antworten auf viele Fragen rund ums Studium und das Studierendenleben: Wie läuft das mit Vorlesungen und Seminaren? Was sollte ich zu Beginn wissen? Wo finde ich wichtige Anlaufstellen? Was kann man in Trier unternehmen? Und was mache ich eigentlich an einem Sonntagabend, wenn mal keine Vorlesungen anstehen? All das und noch vieles mehr erwartet euch in diesem Heft.

Bewahrt den Ratgeber gerne auf, denn vieles davon wird euch im Laufe eures Studiums immer wieder begegnen.

Und denkt daran: Niemand muss alles von Anfang an wissen. Es ist völlig normal, Fragen zu haben oder sich manchmal unsicher zu fühlen. Genau dafür sind wir da. Wenn euch etwas beschäftigt oder ihr Hilfe braucht – egal ob es um das Studium oder das Ankommen in Trier geht – sprecht uns jederzeit an. Ihr erreicht uns über die WhatsApp-Gruppe, per E-Mail, auf Instagram oder persönlich im Fachschaftsbüro (D30). Wir helfen euch gerne weiter.

Wir wünschen euch einen guten Start, viele schöne Erfahrungen und eine unvergessliche Studienzeit.

Passt gut auf euch auf und stresst euch nicht zu sehr. Wir freuen uns darauf, euch kennenzulernen!

Im Namen der Fachschaft Psychologie und des AK Ersti,

Anna Lisa Himmer und Josefine Verfürth

HEY SPARK

Let's talk about money.

Deine neue Homebase für Finanzen, Events & Vibes.
Komm vorbei! Simeonstraße 44, 54290 Trier.

powered by Sparkasse Trier



Orientierungswochen vom 05. bis 16. Oktober

Hier findet ihr die Termine der psycho-spezifischen O-Wochen (Änderungen vorbehalten). Dieses Programm haben wir speziell für euch zusammengestellt und bietet euch die Gelegenheit, eure Mitstudierenden kennenzulernen, Fragen zu stellen und euch in Ruhe im Studienalltag zurechtzufinden.

Zusätzlich gibt es die allgemeinen Einführungsveranstaltungen der Universität (siehe Programm in euren Immatrikulationsunterlagen). Natürlich könnt ihr diese ebenfalls besuchen, nur können eure O-Gruppenleiter euch die meisten Dinge auch weniger trocken erklären.

Vieles wird mit der Zeit ganz selbstverständlich. Falls zwischendurch Fragen auftauchen oder ihr bei irgendetwas Unterstützung braucht, könnt ihr euch jederzeit an uns wenden. Wir helfen euch gerne weiter.

Montag 05.10	12 Uhr ab ca. 14 Uhr	Einführungsveranstaltung Sekttempfang Einteilung in O-Gruppen Campustour mit Bierpong O-Gruppen Abend	Audimax Forumsplatte
Dienstag 06.10	13 Uhr bis ca. 18 Uhr	Stadtrallye	Individuelle Startpunkte
Mittwoch 07.10	14 Uhr	Flunkyballturnier	Dom-Vorplatz/ Viehmarkt/ Basilika
Donnerstag 08.10	14 Uhr	Spielenachmittag	Steht noch nicht fest
Freitag 09.10	19 Uhr	Oldie Abend	individuell
Samstag 10.10	individuell	O-Gruppen-Tag	individuell
Sonntag 11.10	16:30 Uhr	Mariensäulenwanderung	Individuelle Startpunkte
Montag 12.10		Erster Uni-Tag	
Dienstag 13.10		Zweiter Uni-Tag	
Mittwoch 14.10	18:00 Uhr	Kneipentour	Individueller Startpunkt
Donnerstag 15.10	18:30 Uhr	Psychokino	HS5 oder HS6, ist noch nicht klar
Freitag 16.10	14 Uhr 22 Uhr	Empra-Kongress Psychoparty	Campus I, im Gebäude D (HS 8, D31, D32) Mergener Hof

Die Orientierungswochen im Detail

Montag, 05.10.2026

Einführung in die O-Woche und Viezempfang:

Nach der offiziellen Eröffnungsveranstaltung werdet ihr euren O-Gruppen eingeteilt und habt die Möglichkeit euch kennenzulernen, um gemeinsam in die O-Woche zu starten.

Uniführungen:

Gemeinsam mit euren O-Gruppenleiter*innen erkundet ihr den Campus und bekommt einen ersten Überblick über die Universität. Wo finden Vorlesungen statt? Wo gibt es Kaffee? Und wo muss ich überhaupt hin? Natürlich könnt ihr eure O-Gruppenleiter*innen dabei mit allen Fragen löchern, die euch auf dem Herzen liegen.

Freier O-Gruppen-Abend:

Der Abend gehört euch! Nutzt die Zeit, um eure O-Gruppe besser kennenzulernen und gemeinsam Trier zu entdecken. Wie ihr den Abend gestaltet, entscheidet ihr zusammen: Vielleicht zieht es euch in die Innenstadt, vielleicht macht ihr einen Spaziergang zur Porta Nigra oder verbringt den Abend bei Spielen und gutem Essen in einer WG. Ganz egal wie – machbar ist, was denkbar ist!

Dienstag, 06.10.2026

Stadtrallye:

Heute lernt ihr Trier auf etwas andere Weise kennen. Welche Station eure Gruppe zuerst ansteuert, erfahrt ihr rechtzeitig von euren O-Gruppenleiter*innen. Freut euch auf spannende Aufgaben, knifflige Rätsel und die Gelegenheit, gemeinsam als Team die Stadt zu erkunden. Dom, Basilika und Kaiserthermen dürfen dabei natürlich genauso wenig fehlen wie jede Menge Spaß.

Mittwoch, 07.10.2026

Flunkyball Turnier:

Falls ihr Flunkyball noch nicht kennt, habt ihr heute die Gelegenheit dazu. Das Spiel verbindet Geschicklichkeit, Teamgeist und jede Menge gute Laune. Wer lieber Wikingerschach spielen oder einfach zuschauen und anfeuern möchte, ist genauso herzlich willkommen. Hier geht es vor allem darum, gemeinsam Zeit zu verbringen.

Bitte bringt für das Flunkyball-Turnier eigene 0,5-Liter-Dosen mit – ganz egal, ob mit Wasser, Limo, Eistee oder einem anderen Spaßgetränk. Wer möchte, kann natürlich auch Dosenbier mitbringen.

Ein kleiner Vorrat ist vorhanden, falls jemand etwas vergessen hat, allerdings würden wir uns dann über eine kleine Spende freuen. Erfahrungsgemäß braucht ihr etwa vier bis sechs Dosen – je nachdem, wie weit eure Gruppe kommt.

Donnerstag, 08.10.2026

Spielenachmittag je nach Wetter mit oder ohne Picknick:

Nach den ersten ereignisreichen Tagen wird es etwas entspannter. Auf dem ehemaligen Gelände der Landesgartenschau (LGS) hinter Campus II erwartet euch ein bunter Spielenachmittag. Ob Fußball, Volleyball, Werwolf oder euer eigenes Lieblingsspiel – alles ist willkommen. Bringt gerne etwas für ein gemeinsames Mitbring-Picknick mit und genießt einen entspannten Nachmittag miteinander.

Wichtig: Wenn ihr beim Kennenlernwochenende in Jünkerath (06.11.–08.11.2026) dabei sein möchtet, solltet ihr an diesem Nachmittag vorbeikommen. Hier könnt ihr euch anmelden und den Teilnahmebeitrag (voraussichtlich ca. 60 €) bezahlen. Den endgültigen Betrag erfahrt ihr rechtzeitig von euren O-Gruppenleiter*innen.

Freitag, 09.10.2026

Oldie Abend:

Du bist nicht direkt nach dem Abitur ins Studium gestartet oder hast vorher bereits eine Ausbildung, ein anderes Studium oder Berufserfahrung gesammelt? Dann ist unser Oldie-Treffen genau das Richtige für dich!

In entspannter Atmosphäre könnt ihr andere Studierende kennenlernen, die einen ähnlichen Weg ins Psychologiestudium gefunden haben. Tauscht euch aus, knüpft neue Kontakte und startet gemeinsam ins Semester. Ob ihr Erfahrungen teilen, Fragen stellen oder einfach einen gemütlichen Abend verbringen möchtet – hier seid ihr herzlich willkommen.

Samstag, 10.10.2026

Freier O-Gruppentag:

Nach den vielen Eindrücken der ersten Woche gestaltet ihr den Tag gemeinsam mit eurer O-Gruppe. Vielleicht entdeckt ihr Trier bei einem Kulturtag, vielleicht trifft ihr euch auf ein gemeinsames Spaßgetränk oder verbringt einfach Zeit zusammen. Habt ihr eigene Ideen? Immer her damit! Eure O-Gruppenleiter*innen freuen sich über Vorschläge. Natürlich könnt ihr euch auch mit anderen O-Gruppen zusammenschließen.

Sonntag, 11.10.2026

Mariensäulenwanderung mit Punsch & Glühwein-Picknick:

Vielleicht habt ihr die Mariensäule schon von Weitem gesehen und euch gefragt, was das eigentlich für ein Turm auf dem Berg im Westen von Trier ist. Heute findet ihr es heraus!

Gemeinsam wandern wir etwa eine Stunde hinauf und werden mit einem großartigen Blick über Trier belohnt. Mit etwas Glück entdeckt ihr von dort oben die Porta Nigra, die Konstantinbasilika oder sogar eure eigene Wohnung. Unterwegs versorgen wir euch natürlich mit warmem Punsch und Glühwein. Nehmt euch gerne bisschen was zum Essen mit, eventuell habt ihr ja Lust, den Abend gemeinsam ausklingen zu lassen.

Mittwoch, 14.10.2026

Ersti-Kneipentour:

Wo gibt es in Trier gemütliche Bars und Cafés? Wo bekommt man leckere Cocktails oder alkoholfreie Alternativen, ohne gleich das Monatsbudget zu sprengen? Und wo kann man einfach einen schönen Abend mit Freund*innen verbringen?

Gemeinsam ziehen wir durch die Trierer Innenstadt und zeigen euch einige unserer Lieblingsorte. Ob mit oder ohne Spaßgetränk – im Mittelpunkt stehen das Kennenlernen, gute Gespräche und ein schöner gemeinsamer Abend.

Freitag, 16.10.2026

Empra-Kongress:

Beim Empra-Kongress bekommt ihr einen ersten Einblick in das Empiriepraktikum im dritten Semester. Außerdem erwartet euch ein spannender Gastvortrag. Eine gute Gelegenheit, schon einmal einen Blick auf das zu werfen, was euch im weiteren Studium erwartet.

Psychoparty:

Zum Abschluss der O-Wochen wird gefeiert! Ab 22 Uhr startet die erste Psychoparty eures Studiums im Mergener Hof. Freut euch auf gute Musik, bekannte Gesichter und einen schönen Abend. Ob ihr die Tanzfläche unsicher macht, euch lange unterhaltet oder einfach die Atmosphäre genießt, bleibt ganz euch überlassen – hauptsache, ihr habt Spaß und verbringt einen schönen Abend zusammen.

Alle Informationen zum Ticketverkauf erhaltet ihr rechtzeitig über Instagram, die WhatsApp-Gruppe oder eure O-Gruppenleiter*innen.

Noch was ganz Besonderes für die Psycho-Erstis...

06.11. – 08.11.2026:

Nachdem ihr nun die ersten Wochen eures Studiums hinter euch habt, von allen Vorlesungen mal einen Eindruck bekommen habt und euch auf dem Uni-Gelände vielleicht auch nicht mehr (so oft) verlauft, wollen wir euch die Möglichkeit geben, die anderen Mitstudierende aus eurem Semester noch ein bisschen besser kennenzulernen.

Deshalb fahren wir nach Jünkerath, ein Örtchen in der Vulkaneifel. Dort verbringen wir ein Wochenende in gemütlichen Blockhütten, spielen, quatschen, verbringen einfach eine gute Zeit miteinander und natürlich feiern wir auch gemeinsam – hier ist für alle etwas dabei!

Damit möglichst viele von euch dabei sein können, übernimmt die Fachschaft einen großen Teil der Kosten. Im Teilnahmebeitrag sind Unterkunft sowie die Verpflegung für das Wochenende bereits enthalten – auch für Getränke sorgen wir.

Wichtig: Die Plätze sind begrenzt. Wenn ihr mitfahren möchtet, meldet euch deshalb unbedingt beim Spielenachmittag am 08.10. an und bezahlt dort euren Teilnahmebeitrag. Alle weiteren Informationen – zum genauen Beitrag, zur Abfahrt und zum Ablauf – erhaltet ihr während der O-Woche.

Wir können euch schon jetzt versprechen: Dieses Wochenende gehört für viele zu den schönsten Erinnerungen an den Studienstart. Vielleicht geht es euch genauso.

Bachelor Psychologie - Was heißt das eigentlich?

Aufbau des Bachelor Studiengangs - Einblicke

Der Studiengang ist modularisiert. Das heißt, euer Studium besteht aus verschiedenen Abschnitten, die thematisch zusammengehörenden Veranstaltungen umfassen, die sogenannten Module. Ihr könnt euch diese quasi als Fächer vorstellen. Für das erste und zweite Semester vorgesehen sind z. B. das Modul A bestehend aus der Vorlesung "Einführung in die Psychologie als Wissenschaft" sowie die zwei Seminaren: A2 "Verhaltensbeobachtung" und A3 "Gesprächsführung", das Modul B: Methodenlehre I (Statistik) und dem dazugehörigen Seminar, die Module F bis I: Grundlagenfächer (Allgemeine Psychologie I und II, Biopsychologie mit Seminar, Entwicklungspsychologie mit Seminar, sowie Vertiefungsseminare (Modul L)).

Im weiteren Verlauf des Studiums werden euch noch die Kenntnisse in Sozialpsychologie, Psychologische Diagnostik, Differentielle Psychologie, Arbeits- und Organisationspsychologie, Klinische Psychologie I und Pädagogische Psychologie I (3. und 4. Semester) vermittelt.

Da der Bachelor ein berufsqualifizierender Abschluss sein soll, wird in Trier viel Wert auf die Methodenausbildung gelegt. Dazu zählen neben Statistik und Grundlagen der Diagnostik noch Versuchsplanung, Testtheorie, sowie dazugehörige Seminare. Selbst nach bestandener Statistiklausur wird euch Mathe noch das ganze Studium verfolgen. Am Ende eines jeden Moduls steht eine Modulabschlussprüfung (oder in Seminaren manchmal auch ein anderer Leistungsnachweis, meist Referat und Hausarbeit bzw. Portfolio oder Referat und Klausur) für deren bestehen ihr ECTS-Punkte (European Creditpoint Transfer System) und eine Note bekommt (eine Erklärung des Notensystems findet Ihr auf Seite 20f). Um den Bachelor zu erhalten, benötigt ihr am Ende 180 ECTS-Punkte. (Siehe die Tabelle auf der Rückseite des Heftes oder für ausführliche Informationen das Modulhandbuch auf der Uni Homepage suchen. Dort wird das alles nochmal erklärt.)

Was kommt nach dem Bachelor? – Ausblicke

Obwohl der Bachelor eigentlich für den Beruf qualifizieren soll, ist immer noch unklar, ob und in welchen Bereichen es tatsächlich Unternehmen gibt, die Psychologie-Bachelor einstellen. Fakt ist, für die meisten klassischen Berufsfelder eines Psychologen ist der Master Voraussetzung. Man braucht zum Beispiel den Master Klinische Psychologie und Psychotherapie sowie die Weiterbildung um Psychotherapeut*in zu werden.

Der Master in Trier

Es gibt zwei verschiedene Masterangebote in Trier: den einen Master für Klinische Psychologie und Psychotherapie, hier wird es 60 Plätze geben. Zum anderen noch den Allgemeinen Master mit vier Schwerpunkten, wie beispielsweise Arbeits- Organisations- und Personalpsychologie oder kognitive und affektive Verhaltensneurowissenschaften.

Was Euch im Studium so alles erwartet – Überblick

Vorlesungen in den ersten beiden Semestern:

In den Vorlesungen werden euch die Inhalte der etwas trockenen Grundlagenfächern und der spannenden Anwendungsfächern nähergebracht. Die meisten Vorlesungen kann man mit dem Frontalunterricht vergleichen, der durch PowerPoint-Präsentationen unterstützt wird. Die Inhalte der Vorlesungen sind prüfungsrelevant, sodass sich ein Besuch meistens lohnt. Außerdem hilft es oft, wenn man etwas „schon mal gehört“ hat. Im Einzelnen erwartet euch Folgendes in den ersten beiden Semestern folgendes:

Einführung in die Psychologie als Wissenschaft:

Dieses Modul beinhaltet neben der Vorlesung auch noch die Seminare Gesprächsführung und Verhaltensbeobachtung. Hier erfahrt ihr Grundlegendes über das Fach und das wissenschaftliche Arbeiten. Ein Besuch lohnt sich besonders im Hinblick auf spätere Hausarbeiten.

Allgemeine Psychologie I:

Dieses Modul erstreckt sich über die ersten beiden Semester, geprüft werdet ihr am Ende des Moduls. Hier lernt ihr die zentralen Theorien, Forschungsfragen und Befunde aus den Bereichen Wahrnehmungs-, Aufmerksamkeits-, Handlungs-, Denk- und Sprachpsychologie kennen, die für euer weiteres Studium wichtig sind.

Allgemeine Psychologie II:

Diese Vorlesung ist der zweite Baustein der Allgemeinen Psychologie (I & II) und erstreckte sich ebenfalls über beide Semester. Inhalte sind die Bereiche Lern-, Gedächtnis-, Motivations- und Emotionspsychologie. Ihr beschäftigt euch mit Fragen wie: Welche Lernmechanismen gibt es und wie funktionieren sie? Warum und wozu tun wir Dinge? Was sind Motive und wie kann man sie messen? Wie entstehen unsere Emotionen, was bewirken sie und welchen Einfluss haben sie auf unser Verhalten?

Biopsychologie:

Wie funktioniert der menschliche Körper? Wie arbeitet das Gehirn? Was sind die biologischen und physiologischen Grundlagen psychischer Prozesse und Funktionen? Mit diesen und vielen weiteren Fragen beschäftigt ihr euch in diesem Modul. Am Ende des Moduls werdet ihr ein umfangreiches Bild davon haben, welche biologischen Prozesse unserer Psyche zugrunde liegt.

Methodenlehre I Statistik:

Vor diesem Fach haben viele zunächst Respekt: Mathe! Völlig zu Unrecht, denn die Vorlesungen waren bisher verständlich, die Literatur dazu vorbildlich und die Klausur fair. Außerdem werden an mehreren Terminen in der Woche Tutorien angeboten, in denen ihr gemeinsam mit Tutor*innen den Stoff nachbereiten und Übungsaufgaben bearbeiten könnt. Also keine Angst- man muss kein Mathe-Profi sein, um die Prüfung zu bestehen. Wir sprechen aus Erfahrung.

Entwicklungspsychologie:

In der Entwicklungspsychologie lernt ihr, wie sich das menschliche Erleben und Verhalten über die gesamte Lebensspanne verändert. Dazu gehören auch die Erklärung und Vorhersage von Entwicklungsverläufen sowie die Frage, wie Entwicklung unter günstigen Bedingungen gefördert und bei ungünstigen Bedingungen unterstützt werden kann.

Seminare

Ein Seminar besteht aus maximal 30 Studierenden und wird entweder von Professor*innen oder wissenschaftlichen Mitarbeiter*innen der Uni angeboten. Anders als in den Vorlesungen herrscht hier meist eine etwas persönlichere Atmosphäre, in der es Raum für Fragen, Diskussionen und den gemeinsamen Austausch gibt. Gleichzeitig seid ihr auch selbst gefragt, zum Beispiel durch Referate, Gruppenarbeiten oder andere aktive Beiträge. Seminare sind daher eine willkommene Abwechslung zu den ansonsten teilweise theoretischen Vorlesungen.

Grundsätzlich gibt es zwei Arten von Seminaren: In den **Vertiefungsseminaren** werden Inhalte aus den Vorlesungen aufgegriffen und vertieft. Die **Projektseminare** führen euch Schritt für Schritt an das wissenschaftliche Arbeiten heran. Wie ihr einen der begehrten Seminarplätze bekommt und welche Seminare angeboten werden, erfahrt ihr auf Seite 27 und auf PORTA.

Vertiefung in die Grundlagenfächer

L1 ist eines der beiden Vertiefungsseminare. Hier werden Inhalte aus der Allgemeinen Psychologie und der Biopsychologie vertieft.

L2 beschäftigt sich mit ausgewählten Themen der Entwicklungspsychologie, Differenziellen Psychologie oder Sozialpsychologie. Beide Seminare schließen mit einer Portfolioprüfung ab.

Begleitend zu den Vorlesungen

Ergänzend zu den Vorlesungen gibt es die Begleitseminare **Biopsychologie (F2)** und **Entwicklungspsychologie (I2)**. Bisher waren diese unbenotet und nicht prüfungsrelevant.

A-Modul

In den Seminaren **Gesprächsführung (A3)** und **Verhaltensbeobachtung (A2)** lernt ihr die Grundlagen der psychologischen Gesprächsführung kennen, setzt euch mit verschiedenen Beobachtungsmethoden auseinander und könnt diese auch selbst praktisch anwenden. Die Modulprüfung besteht aus einer Portfolioprüfung sowie einer Online-Prüfung mit Fragen zur Vorlesung **A1**. Das Ergebnis der Online-Prüfung fließt in eure Portfolionote ein.

B3-Seminar

Das B3-Seminar ist Teil des B-Moduls. Hier lernt ihr den Umgang mit **R**, einer statistischen Programmiersprache, kennen und könnt das Gelernte direkt anhand kleinerer Aufgaben ausprobieren.

Nichtpsychologisches Wahlpflichtmodul

Laut Modulplan muss im 5. und 6. Semester eines der folgenden Nebenfächer belegt werden:

- Sozial und Organisationspädagogik
- Soziologie
- Philosophie
- BWL
- VWL
- Physiologie und Genetik
- Ethnologie
- Theologische Ethik
- Grundlagen der Medizin und der Pharmakologie

Die Anforderungen unterscheiden sich je nach Nebenfach. Genauere Informationen findet ihr im Modulhandbuch des Bachelorstudiengangs Psychologie auf der Fachbereichsseite. Außerdem lohnt es sich, eure O-Gruppenleiter*innen oder Studierende aus höheren Semestern nach ihren Erfahrungen mit den einzelnen Nebenfächern und Lehrveranstaltungen zu fragen. Wenn euch ein Fach besonders interessiert, könnt ihr euch auch schon im ersten oder zweiten Semester einmal in eine passende Vorlesung setzen und einen ersten Eindruck gewinnen.

Achtung: Wenn ihr den klinischen Master anstrebt, müsst ihr das Nebenfach „**Grundlagen der Medizin und Pharmakologie**“ wählen.

Versuchspersonenstunden (VPN)

Jedes psychologische Experiment benötigt Versuchspersonen, um wissenschaftliche Fragestellungen zu untersuchen und Hypothesen zu überprüfen. Da wir als Psychologiestudierende im Laufe des Studiums selbst Forschung durchführen (zum Beispiel für das Empiriepraktikum), gibt es die Regelung, dass alle Psychologiestudierende auch an Experimenten teilnehmen.

Während eures Studiums sammelt ihr deshalb Versuchspersonenstunden (VPN). Insgesamt benötigt ihr 40 VPN-Stunden, die ihr spätestens mit eurer Bachelorarbeit nachweisen müsst.

Welche Experimente aktuell angeboten werden, findet ihr über SONA (siehe S. 28). Es kann auch vorkommen, dass Ihr im D-Gebäude angesprochen werdet, ob ihr nicht spontan Zeit für ein Experiment habt.

Unsere Empfehlung: Fangt möglichst früh damit an, VPN-Stunden zu sammeln. Gerade zu Beginn des Studiums ist der Terminkalender oft noch etwas entspannter als in den späteren Semestern. Außerdem richten sich manche Experimente ausschließlich an Studierende, die sich in den ersten beiden Fachsemestern befinden.

Wie sieht so ein Experiment aus? Meistens bearbeitet ihr am Computer verschiedene Aufgaben und folgt den Anweisungen auf dem Bildschirm – mal mit Maus und Tastatur, manchmal auch mit anderen Eingabegeräten. Es gibt aber auch Studien, bei denen ihr gemeinsam mit anderen Teilnehmenden Aufgaben bearbeitet oder beobachtet werdet. Wenn ihr etwas Abwechslung möchtet, könnt ihr außerdem an Experimenten des Biologischen Instituts am Johanniterufer teilnehmen.

Es lohnt sich außerdem, regelmäßig einen Blick in die Uni- Verteiler-E-Mails zu werfen. Dort werden häufig Experimente oder Online-Fragebögen angekündigt, bei denen ihr mit relativ wenig Aufwand VPN-Stunden sammeln könnt. Bei einigen Studien gibt es statt VPN-Stunden auch eine kleine Finanzierung.

Praktikum

Damit ihr während des Studiums verschiedene Berufsfelder kennenlernen könnt (und der Bachelor seinem berufsqualifizierenden Anspruch gerecht wird), absolviert ihr ein Pflichtpraktikum. Insgesamt umfasst dieses 10 Wochen. Es kann entweder am Stück oder in zwei Teilpraktika (4 und 6 Wochen) absolviert werden.

Die Bachelorarbeit könnt ihr bereits beginnen, auch wenn das Praktikum noch nicht vollständig abgeschlossen ist. Das Praktikum ist also keine Voraussetzung für die Anmeldung der Bachelorarbeit.

Wenn ihr den Master Klinische Psychologie und Psychotherapie anstrebt, solltet ihr bei der Wahl eurer Praktikumsstelle einige Vorgaben beachten:

- Das Berufsorientierende Praktikum (P1) dauert 4 Wochen und muss in einer Einrichtung stattfinden, in der mindestens eine psychologische Psychotherapeutin oder ein psychologischer Psychotherapeut tätig ist. Diese Person muss euch jedoch nicht direkt anleiten.
- Das Berufsqualifizierende Praktikum (P2) dauert 6 Wochen. Hier ist eine Anleitung durch eine psychologische Psychotherapeutin oder einen psychologischen Psychotherapeuten erforderlich.

Ihr könnt auch ein durchgehendes 10-wöchiges Praktikum absolvieren. In diesem Fall müssen die Anforderungen des Berufsqualifizierenden Praktikums erfüllt sein.

Auch wenn ihr euch noch nicht sicher seid, welchen Master ihr später machen möchtet, empfehlen wir euch, das Praktikum nach diesen Kriterien zu wählen. So haltet ihr euch möglichst viele Möglichkeiten offen. Wenn ihr dagegen schon sicher wisst, dass ihr nicht in den klinischen Bereich möchtet, könnt ihr euer Praktikum selbstverständlich auch in einem anderen psychologischen Tätigkeitsfeld absolvieren.

Wichtig: Vor Beginn muss jedes Praktikum vom Prüfungsausschuss genehmigt werden. Das entsprechende Formular findet ihr auf der Website der Universität.

Damit das Praktikum als abgeschlossen gilt, müsst ihr außerdem ein Nachbereitungsseminar besuchen. Falls ihr bereits eine bestimmte Praktikumsstelle im Blick habt, lohnt es sich, euch frühzeitig zu bewerben. Viele Plätze – insbesondere im klinischen Bereich – sind oft schon lange im Voraus vergeben.

Weitere Informationen [hier](#).

Empiriepraktikum (EmPra)

Im 3. und 4. Semester wird das Studium noch etwas praktischer. In Kleingruppen (jeweils zwei Gruppen mit fünf Studierenden) plant, führt und wertet ihr psychologische Experimente aus. Die Ergebnisse präsentiert ihr anschließend beim Empiriepraktikumskongress zu Beginn des 5. Semesters.

Wie solche Experimente aussehen können, habt ihr bis dahin bereits aus der Perspektive von Versuchspersonen kennengelernt.

Klausuren

Klausuren gehören leider zum Studium dazu. Jedes Modul schließt mit einer 90-minütigen Prüfung über die behandelten Inhalte ab.

Viele der zentralen Module im Psychologiestudium erstrecken sich über zwei Semester. Dadurch kommt bis zur Prüfung einiges an Stoff zusammen. Die großen Modulprüfungen erwarten euch deshalb überwiegend am Ende des 2. Semesters. Bereits nach dem 1. Semester steht jedoch die erste Klausur an.

Übersicht

1. Semester

- Biopsychologie

2. Semester

- Allgemeine Psychologie I (Wahrnehmung, Sprache & Denken)
- Allgemeine Psychologie II (Emotion & Motivation, Lernen & Gedächtnis)
- Statistik
- Entwicklungspsychologie

3. Semester

- Versuchsplanung
- Arbeits- und Organisationspsychologie
- Pädagogische Psychologie

4. Semester

- Diagnostik und Testtheorie
- Sozialpsychologie
- Differentielle Psychologie
- Klinische Psychologie

5. Semester

- Forschungsmethoden
- ggf. Wahlpflichtfach

6. Semester

- ggf. Wahlpflichtfach

Prüfungstermine

Die Prüfungstermine findet ihr zunächst am Schwarzen Brett des Prüfungsausschusses im D-Gebäude. Später werden sie außerdem im Porta-Portal veröffentlicht.

Prüfungsanmeldung

Die Anmeldung erfolgt einige Wochen vor den Prüfungen über das Porta-Portal. In der Regel könnt ihr euch bis zwei Wochen vor dem Prüfungstermin an- oder wieder abmelden. Änderungen sind natürlich möglich, informiert euch deshalb zusätzlich über die aktuellen Regelungen.

Altklausuren und Prüfungsfragen

Skripte, Übungsmaterialien und Gedächtnisprotokolle findet ihr auf der Website der Fachschaft.

Eine kleine Bitte: Fragt Lehrende bitte nicht nach Altklausuren oder Altklausurfragen. Dass nach Prüfungen Gedächtnisprotokolle erstellt werden, ist ein offenes Geheimnis. In der Vergangenheit hat das direkte Nachfragen jedoch bereits dazu geführt, dass Klausuren vollständig überarbeitet wurden.

Prüfungen vorziehen

Ihr könnt Prüfungen auch absolvieren, ohne zuvor die dazugehörige Vorlesung besucht zu haben. Wenn ihr euch zutraut, den Stoff selbstständig zu erarbeiten, könnt ihr Prüfungen also auch früher schreiben als im empfohlenen Studienverlaufsplan vorgesehen.

Prüfungen schieben

Genauso ist es möglich, Prüfungen später zu schreiben. Niemand verpflichtet euch dazu, alle Prüfungen im empfohlenen Semester abzulegen. Wenn ihr euch noch nicht bereit fühlt, mehr Zeit zum Lernen braucht oder euer Studium anders planen möchtet, meldet ihr euch einfach nicht zur Prüfung an und schreibt sie zu einem späteren Zeitpunkt.

Durchgefallen?

Falls ihr einmal durch eine Prüfung fallen solltet: Erst einmal tief durchatmen – das passiert mehr Studierenden, als man denkt.

Für jede Prüfung habt ihr insgesamt drei Versuche. Nach dem ersten Fehlversuch habt ihr für die beiden Wiederholungen insgesamt vier Semester Zeit (siehe Allgemeine Prüfungsordnung für die Bachelorstudiengänge). Trotzdem lohnt es sich meist, die Prüfung möglichst zeitnah nachzuschreiben, damit der Lernstoff noch präsent ist.

Beachtet außerdem: Im Zeugnis wird vermerkt, ob eine Prüfung erst im zweiten oder dritten Versuch bestanden wurde.

Credit-Problematik

Von der sogenannten Credit-Problematik werdet ihr im Laufe eures Studiums wahrscheinlich noch öfter hören. Deshalb schon einmal die wichtigsten Informationen vorab:

Für die Bewerbung auf einen Masterstudiengang müsst ihr bis zum Ende des 5. Semesters eine bestimmte Anzahl an ECTS-Credits nachweisen. In Trier sind das beispielsweise 140 ECTS, an anderen Universitäten können auch 150 ECTS oder mehr erforderlich sein.

Damit ihr die erforderlichen Credits rechtzeitig erreicht, empfiehlt es sich, das nichtpsychologische Wahlpflichtfach bis zum Ende des 5. Semesters abzuschließen. Dafür müsst ihr je nach Modul frühzeitig planen. Im Wahlpflichtmodul Medizin und Pharmakologie solltet ihr beispielsweise bereits im 4. Semester eine Vorlesung besuchen, da sich das Modul über zwei Semester erstreckt.

Wenn ihr euch an Universitäten bewerben möchtet, die 150 ECTS verlangen, kann es sinnvoll sein, eine zusätzliche Prüfung vorzuziehen. So seid ihr bei der Masterbewerbung weniger davon abhängig, einen Seminarplatz rechtzeitig zu erhalten.

Falls ihr dazu Fragen habt oder unsicher seid, sprecht uns gerne an – wir helfen euch gerne weiter.

Das Wichtigste aber: Diese Thematik betrifft euch vor allem dann, wenn ihr den Bachelor in Regelstudienzeit abschließen und direkt anschließend mit dem Master beginnen möchtet. Zu Beginn des Studiums müsst ihr euch darüber noch nicht allzu viele Gedanken machen.

Benotung

An der Universität werden Prüfungen anders benotet als in der Schule. Statt ganzer Noten gibt es Notenstufen mit Dezimalstellen – zum Beispiel 2,3 oder 1,7. Die Note richtet sich nach dem Anteil der richtig beantworteten Prüfungsaufgaben.

Note	Richtige Antworten	Entspricht ungefähr
1,0	≥ 95 %	Sehr gut
1,3	≥ 90 %	Sehr gut
1,7	≥ 85 %	Gut
2,0	≥ 80 %	Gut
2,3	≥ 75 %	Gut
2,7	≥ 70 %	Befriedigend
3,0	≥ 65 %	Befriedigend
3,3	≥ 60 %	Befriedigend
3,7	≥ 55 %	Ausreichend
4,0	≥ 50 %	Ausreichend

Wer weniger als 50 % der Prüfungsaufgaben richtig beantwortet, besteht die Prüfung leider nicht und kann sie in der Regel zum nächsten Prüfungstermin wiederholen (siehe Abschnitt „Durchgefallen?“).

Nachbereitung

Früher oder später werdet ihr im Studium immer wieder den Begriff Nachbereitung hören. Gerade zu Beginn wissen viele Studierende nicht genau, was damit eigentlich gemeint ist.

Die gute Nachricht: Es gibt nicht den einen richtigen Weg, Vorlesungen nachzubereiten. Jede Person lernt anders. Manche lesen weiterführende Literatur, andere besprechen die Inhalte gemeinsam in Lerngruppen, schreiben Zusammenfassungen oder erstellen Karteikarten. Wichtig ist vor allem, dass ihr eine Methode findet, die zu euch passt.

Das Ziel der Nachbereitung ist immer dasselbe: Die Inhalte einer Vorlesung besser zu verstehen und langfristig zu behalten. Gleichzeitig erleichtert ihr euch dadurch die Vorbereitung auf die Klausuren.

Falls ihr noch nicht wisst, wie ihr anfangen könnt, hier eine mögliche Methode:

Geht nach jeder Vorlesung die Folien noch einmal durch und überlegt euch – dort, wo es sinnvoll ist – zu jeder Folie eine passende Frage, die sich mit den Inhalten beantworten lässt.

Das hat gleich mehrere Vorteile:

- Ihr beschäftigt euch noch einmal aktiv mit den Inhalten und vertieft euer Verständnis.
- Durch das Formulieren eigener Fragen denkt ihr intensiver über den Stoff nach.
- Beim späteren Lernen könnt ihr eure Fragen nutzen und euch selbst abfragen. Damit profitiert ihr vom sogenannten Testeffekt, den ihr später in Allgemeine Psychologie II (Thema Gedächtnis) noch kennenlernen werdet.

Und zum Schluss noch das Wichtigste: Macht euch nicht zu viel Stress. Mit der Zeit findet ihr ganz automatisch heraus, welche Lernmethoden für euch am besten funktionieren.

Der große Psycho

Ein Bericht aus dem 1. Semester

Wenn ich ehrlich bin, war Trier nicht meine erste Wahl. Zwar wusste ich, wo Trier liegt und war auch schon mal hier gewesen, aber so richtig hier leben und studieren wollte ich nicht. Aber: Es hätte mich, Dich und uns weitaus schlimmer treffen können! Denn man lernt die - je nachdem woher man kommt – kleine Stadt schnell lieben und vor allem findet man sich super schnell zurecht.

Letzteres bezieht sich nicht nur auf die Stadt, in der man (bis auf die Uni) fast alles zu Fuß erreichen kann und wegen der teils verwirrenden Straßenführung vielleicht auch sollte. Davon abgesehen genießt die Trierer Psychologie ein hohes Ansehen in Deutschland und wurde für seine ausgezeichnete Lehre schon mehrfach ausgezeichnet.

Auch an der Uni läuft man nicht allzu lang wie ein verlorenes Huhn durch die Gegend. Klarer Vorteil: Alles liegt an einem Platz, denn abgesehen vom Institut am Johanniterufer unten an der Mosel, findest Du alle Einrichtungen und Gebäude hier oben.

Die O-Woche hat mir den Start definitiv erleichtert, weil man über seinen Schatten springen darf und quasi gezwungen wird, mit den anderen in Kontakt zu kommen. Und siehe da, wir Psychos sind doch eigentlich alle ganz nett. Man findet schnell Anschluss und viele Gemeinsamkeiten. Gerade wenn man etwas älter als der Durchschnitt ist, kann es allerdings anfangs trotzdem ungewohnt sein, in einer so jungen Kohorte den eigenen Platz zu finden. Dafür gibt es zum Glück auch die Oldies-Gruppe, in der sich ältere Studierende miteinander vernetzen und man schnell Leute kennenlernen kann, die vielleicht in einer ähnlichen Lebenssituation sind. So war es zumindest bei mir. Es kann sich also lohnen, beim Oldies-Abend vorbeizuschauen, auch wenn man sich nicht unbedingt als „Oldie“ bezeichnen würde.

Haben die Vorlesungen einmal angefangen, lohnt es sich tatsächlich hin und wieder auf unsere Professor*innen zu hören und die ein oder andere Vorlesung nachzuarbeiten oder etwas nachzulesen. Das hilft in der Klausurenphase. Apropos, das ist wahrscheinlich ein Thema, das besonders interessiert.

Gerade im ersten Semester müsst Ihr Euch noch nicht allzu große Sorgen machen. Denn am Ende schreibt ihr „nur“ eine Klausur. Die ist zwar nicht zu unterschätzen, aber auch hier hätte es schlimmer kommen können. Je nach Seminar kommen noch Portfolios auf Euch zu, aber ich fand es trotzdem insofern machbar, als dass sich das Pensum steigert und man nicht sofort mit haufenweise Klausuren bombardiert wird.

Und auch wenn Trier im Oktober oder Dezember zunächst einmal etwas trist wirken kann, lohnt es sich, der Stadt eine Chance zu geben. Denn spätestens im Frühjahr und Sommer lebt Trier richtig auf. Der Queergarten im Palastgarten öffnet wieder seine Tore und lädt beispielsweise zu Bingo-Abenden mit Freund*innen ein oder dazu, mittwochs beim Karaoke selbst die Bühne zu rocken. Überall in der Stadt finden Konzerte statt und rund um die Basilika oder den Dom wird bei verschiedenen Tanzveranstaltungen das Tanzbein geschwungen. Gerade dann merkt man, dass Trier trotz seiner überschaubaren Größe einiges zu bieten hat.

Zusammenfassend, kann man sich wirklich auf ein Studium in Trier freuen. Es gibt ganz wunderbare Plätze hier, die Ihr am besten selbst oder mit Eurer O-Gruppe entdeckt und bei Fragen oder wenn Ihr Hilfe braucht, findet man immer jemanden!

Das war natürlich nur ein ganz kleiner Einblick beziehungsweise Bericht in das, was Euch erwartet. Aber bei einem Spaßgetränk, an einem schönen Abend lässt sich das alles sowieso noch viel besser erklären, erzählen und berichten.

Bücher über Bücher!

Muss ich wirklich alle Bücher kaufen? Die kurze Antwort lautet: **Nein.**

Zu Beginn vieler Vorlesungen stellen die Lehrenden verschiedene Bücher vor. Manche dienen als vertiefende Literatur, andere werden als besonders hilfreich für die Prüfung empfohlen. Häufig laden die Lehrenden die für die Veranstaltung relevanten Kapitel oder Seiten als PDF in Stud.IP hoch. Ihr müsst die Bücher also in den meisten Fällen nicht kaufen, um die Vorlesung erfolgreich zu absolvieren.

Sollte für eine Veranstaltung tatsächlich der Inhalt eines ganzen Buches prüfungsrelevant sein, kann sich der Kauf natürlich lohnen. Meist sind jedoch nur einzelne Kapitel oder Auszüge wichtig. Diese könnt ihr im Semesterapparat der Universitätsbibliothek ausleihen oder – sofern verfügbar – über den elektronischen Semesterapparat in Stud.IP nutzen. Was der Semesterapparat genau ist und wie ihr euch in der Bibliothek zurechtfindet, erfahrt ihr bei der Bibliotheksführung.

Einige Bücher haben sich bei vielen Studierenden dennoch als hilfreiche Begleiter erwiesen:

Biologische Psychologie:

Birbaumer & Schmidt – Biologische Psychologie

Ein sehr verständliches Lehrbuch mit anschaulichen Erklärungen und farbigen Abbildungen. Die prüfungsrelevanten Kapitel werden in der Regel von den Lehrenden bereitgestellt, sodass ein Kauf nicht zwingend notwendig ist.

Allgemeine Psychologie II (Lernen, Gedächtnis, Emotion, Motivation):

James E. Mazur - Lernen und Verhalten;

Horstmann & Dreisbach: Allgemeine Psychologie kompakt – Lernen, Emotion, Motivation, Gedächtnis

Allgemeine Psychologie I (Wahrnehmung):

E. Bruce Goldstein: Wahrnehmungspsychologie – Der Grundkurs

Besonders hilfreich, um die Wahrnehmungsprozesse und ihre neuronalen Grundlagen besser zu verstehen.

Methodenlehre / Statistik I & II:

Rasch, Frieze, Hofmann & Naumann: Quantitative Methoden I & II

Enthält Formeln, Erklärungen und viele Übungsaufgaben. Besonders zur Klausurvorbereitung sehr empfehlenswert. Das Buch kann über den Springer-Verlag kostenlos heruntergeladen werden, wenn ihr euch im Uni-Netz befindet oder per VPN mit dem Uni-Netzwerk verbunden seid.

Entwicklungspsychologie:

Für dieses Modul gibt es in der Regel keine verpflichtende oder prüfungsrelevante Begleitlektüre.

Das braucht ihr für den Studienalltag

Uni-Website

Die Website der Universität Trier ist eure zentrale Anlaufstelle für viele organisatorische Fragen. Mit euren Uni-Zugangsdaten könnt ihr euch unter anderem bei Uni-Mail, PORTA und Stud.IP anmelden.

PORTA

PORTA begleitet euch durch das gesamte Studium. Hier meldet ihr euch zu Lehrveranstaltungen und Prüfungen an und erledigt viele organisatorische Dinge.

Zu den wichtigsten Funktionen gehören:

- Anmeldung zu Vorlesungen, Seminaren und Prüfungen
- Stundenplan erstellen und einsehen
- Studienbescheinigungen herunterladen (z. B. für BAföG oder Kindergeld)
- Kontaktdaten aktualisieren
- Semesterbeitrag verwalten
- Notenspiegel einsehen

Gerade zu Studienbeginn ist es wichtig, dass ihr euch rechtzeitig für eure Veranstaltungen anmeldet.

Stud.IP

Sobald ihr in PORTA für eine Veranstaltung angemeldet seid, erscheint diese nach kurzer Zeit auch in Stud.IP.

Dort findet ihr unter anderem:

- Vorlesungsfolien und weitere Materialien
- Literatur und den elektronischen Semesterapparat
- Ankündigungen der Lehrenden
- Informationen zu Terminen und organisatorischen Änderungen

Viele Lehrende stellen ihre Folien bereits vor der Vorlesung als PDF zur Verfügung. So könnt ihr sie ausdrucken oder auf dem Tablet bzw. Laptop bearbeiten.

Einige Texte können aus lizenzrechtlichen Gründen nur im Uni-Netz oder über eine VPN-Verbindung heruntergeladen werden.

Seminarplatzvergabe

Seit dem Wintersemester 2024/25 erfolgt die Vergabe der Seminarplätze vollständig über PORTA.

Das Verfahren läuft in mehreren Phasen ab:

1. Erste Vergabephase: 14.09. bis 19.09.2026

Einige Wochen vor Vorlesungsbeginn gebt ihr eure Seminarwünsche in PORTA an. Anschließend erfolgt eine automatische Zuteilung. Höhere Fachsemester werden dabei teilweise bevorzugt berücksichtigt. Falls euch ein zugeteilter Platz nicht passt, könnt ihr ihn innerhalb der Frist wieder freigeben. Der Platz wird dann automatisch an die nächste Person auf der Warteliste vergeben.

2. Zweite Vergabephase: 02.10. bis 07.10.2026

Für noch freie Seminarplätze gibt es kurz vor Vorlesungsbeginn eine zweite Vergaberunde nach demselben Prinzip.

3. Nachvergabe:

Solltet ihr danach noch einen Seminarplatz benötigen und es gibt noch freie Plätze, könnt ihr euch an das zuständige Abteilungssekretariat wenden. Manchmal werden auch noch spontan Plätze in Seminaren frei oder es kommen neue Seminare unter dem Semester dazu.

Zusätzlich führt die Universität nach der zweiten Vergabe häufig noch eine Umfrage zu fehlenden Seminarplätzen durch. Falls kurzfristig weitere Lehrveranstaltungen angeboten werden können, werdet ihr darüber in der Regel per E-Mail oder in den Vorlesungen informiert.

VPN

Auf dem Campus könnt ihr euch mit euren Uni-Zugangsdaten einfach im ZIMK-WLAN mit eurer individuellen Nutzererkennung und dem Passwort anmelden.

Für einige digitale Angebote der Universität benötigt ihr außerdem den VPN-Client. Mit ihm könnt ihr auch von zu Hause auf Inhalte zugreifen, die nur über das Uni-Netz verfügbar sind – beispielsweise bestimmte Literatur im elektronischen Semesterapparat oder lizenzierte Datenbanken.

Bei Fragen rund um eure Uni-Zugangsdaten, technische Probleme oder die IT-Dienste der Universität hilft euch das ZIMK-Servicebüro gerne weiter. Ihr findet es im E-Gebäude (Raum E43a) oder erreicht es per E-Mail unter zimkservice@uni-trier.de.

SONA

SONA ist das Versuchspersonen-Managementsystem der Psychologie.

Hier könnt ihr:

- euch für Studien anmelden,
- aktuelle Studienangebote einsehen,
- eure bereits gesammelten Versuchspersonenstunden verwalten.

Nach der Registrierung erhaltet ihr einen persönlichen SONA-Code. Diesen gebt ihr bei der Teilnahme an Studien an, damit eure Versuchspersonenstunden korrekt verbucht werden.

TUNIKA

Die TUNIKA (Trierer Universitätskarte) begleitet euch durch den gesamten Studienalltag. Sie dient unter anderem als:

- Studierendenausweis
- Bibliotheksausweis
- Mensakarte
- Druck- und Kopierkarte

Deutschlandticket

Mit eurem Semesterticket erhaltet ihr ein Deutschlandticket. Dafür stellt euch die Universität einen Freischaltcode zur Verfügung, den ihr in der entsprechenden App aktiviert. Das Ticket ist derzeit ausschließlich digital verfügbar.

Mensa (E-Purse)

In der Mensa bezahlt ihr bargeldlos mit eurer TUNIKA. Das Guthaben könnt ihr an den TUKAN-Automaten auf dem Campus aufladen.

Hausdruckerei

Abschlussarbeiten, Poster, Flyer und andere Drucksachen mit Universitätsbezug könnt ihr in der Hausdruckerei der Universität Trier drucken lassen.

Dafür füllt ihr das Druckauftragsformular für Studierende aus und schickt es zusammen mit eurer Druckdatei im PDF-Format per E-Mail an die Hausdruckerei (drucke@uni-trier.de). Weitere Informationen sowie das Formular findet ihr auf der Website der Universität.

Bibliothek

Die Universitätsbibliothek wird im Studium schnell zu einem eurer wichtigsten Lernorte.

Damit die Bibliothek sauber bleibt und Bücher geschützt werden, dürfen Taschen nicht mit hineingenommen werden. Dafür stehen Schließfächer zur Verfügung. Bringt euch am besten ein **Vorhängeschloss** mit oder informiert euch vor Ort über die verfügbaren Schließfachsysteme.

Für das Psychologiestudium besonders wichtig ist der D-Bereich der Bibliothek. Dort findet ihr die psychologische Fachliteratur sowie den Semesterapparat mit den von den Lehrenden empfohlenen Büchern und Texten. Viele dieser Bücher können zwar nicht ausgeliehen werden, stehen aber zum Arbeiten vor Ort bereit oder sind zusätzlich regulär ausleihbar.

Keine Sorge: Die Universitätsbibliothek bietet im Semesteranfang regelmäßig Bibliotheksführungen an. Dort erfahrt ihr unter anderem, wie ihr Literatur recherchiert, Bücher findet und den Semesterapparat nutzt. Infos findet ihr auf deren Webseite unter „Erstsemester-Fachführung“, auf PORTA bei den Veranstaltungen oder in euren O-Gruppen. Gerade zu Studienbeginn lohnt sich die Teilnahme.

Die aktuellen Öffnungszeiten der Bibliothek findet ihr auf der Website der Universitätsbibliothek.

BAföG

Falls ihr BAföG beantragen möchtet, solltet ihr euch möglichst früh darum kümmern. Die Bearbeitung kann einige Zeit in Anspruch nehmen.

Informationen zu den benötigten Formularen, Fristen und Ansprechpartner*innen findet ihr auf der Website der Universität sowie beim BAföG-Amt.

Der Fachschaftsrat Psychologie (FSR)

Der Fachschaftsrat Psychologie vertritt die Interessen aller Psychologiestudierenden an der Universität Trier.

Neben der Mitgestaltung der Studienbedingungen organisiert der FSR zahlreiche Veranstaltungen, zum Beispiel:

- die Orientierungswoche,
- das Psychokino,
- Informationsveranstaltungen rund um das Studium und die Psychotherapie,
- sowie verschiedene soziale Veranstaltungen im Semester.

Außerdem sind wir jederzeit Ansprechpersonen für Fragen rund ums Studium – egal ob zu Prüfungen, Stundenplänen oder dem Uni-Alltag.

Wenn ihr Lust habt, euch selbst zu engagieren, seid ihr jederzeit herzlich willkommen! Der FSR arbeitet in verschiedenen Arbeitskreisen, sodass für unterschiedliche Interessen etwas dabei ist. Neue Mitglieder sind immer gern gesehen.

Aktuelle Informationen zu unseren Projekten, Veranstaltungen und Arbeitskreisen findet ihr auf unserer Homepage und auf unserem Instagram-Kanal.

FSR-Büro

Das FSR-Büro (Raum D30) ist eure Anlaufstelle für Fragen rund ums Studium.

Während des Semesters bieten wir regelmäßige Bürozeiten an. Die aktuellen Zeiten findet ihr auf unserer Website. Außerhalb der Bürozeiten erreicht ihr uns jederzeit per E-Mail.

PsyFaKo

Die Psychologie-Fachschaftenkonferenz (PsyFaKo) ist der bundesweite Zusammenschluss der Psychologie-Fachschaften.

Sie findet einmal pro Semester an einer wechselnden Universität statt. Dort tauschen sich Fachschaften aus ganz Deutschland aus, vertreten die Interessen der Psychologiestudierenden und arbeiten gemeinsam an hochschulpolitischen Themen.

Außerdem organisiert die PsyFaKo die PsychOlympia – ein deutschlandweites Wochenende mit sportlichen Wettkämpfen, Workshops und Vernetzungsmöglichkeiten für Psychologiestudierende.

CampusOhr – Ein offenes Ohr für dich

Der Studienstart ist spannend – manchmal aber auch ganz schön herausfordernd. Vielleicht seid ihr neu in Trier, vermisst euer Zuhause, fühlt euch gestresst oder möchtet einfach mit einer neutralen Person sprechen.

CampusOhr ist ein kostenloses Zuhör- und Gesprächsangebot von Psychologiestudierenden für alle Studierenden der Universität und Hochschule Trier. Hier könnt ihr über alles sprechen, was euch beschäftigt – vertraulich, wertschätzend und auf Augenhöhe. Eine Diagnose oder Psychotherapie ersetzt das Angebot zwar nicht, aber manchmal hilft es schon, wenn jemand einfach zuhört.

Weitere Informationen und Kontaktmöglichkeiten findet ihr [hier](#).

Plötzlich in Trier

Freizeitgestaltung in Trier? Schwierig? Nein, nicht wirklich. Obwohl Trier verhältnismäßig klein ist, gibt's hier genug zu erleben, wenn nicht gerade Corona ist- man muss nur wissen wann und wo! Auf den folgenden Seiten werden wir Euch einige typisch psycho-studentische Möglichkeiten aufzeigen.

Kultur

Cinemaxx:

Großes Kino in der Nähe der Porta. Vor dem Karstadt biegt man nach rechts ab, dann sieht man das Kino auch schon, die Bushaltestelle lautet „Treviris“. Hier laufen die aktuellen Mainstream Filme, natürlich auch in 3D. An der Kasse unbedingt sagen, dass man Student ist, das macht es (zumindest ein bisschen) günstiger.

Broadway:

Ein deutlich kleineres und gemütlicheres Kino als das Cinemaxx. Neben ein paar neuen Blockbustern laufen hier einige Independent-Filme, sowie auch schon ein paar etwas ältere Filme. Es ist von der Porta zu Fuß super zu erreichen, man muss einfach gegenüber von der Porta die „Paulinstraße“ entlanglaufen, dann kommt man dran vorbei.

Tipp: Regelmäßig findet im Broadway die „Sneak Preview“ statt. Für studentische 4,50 € kann man sich hier ins Kino setzen, ohne eine Ahnung zu haben, welchen Film einen erwartet, nur eines ist sicher, der Film lief bisher noch nicht im Kino. Es kann passieren, dass man im schlechtesten Film landet, den man je gesehen hat, man kann aber auch echt gute Filme erwischen. Und das Lästern über schlechte Filme kann schließlich auch die Gruppendynamik stärken...

Außerdem findet im Sommer einmal in der Woche Freiluftkino statt.

Unikino:

Fast jeden Dienstag und Mittwoch hat man die Möglichkeit sich an der Uni für höchst studentische 3 € (mit einer 10er Karte sogar nur 2€ pro Film) einen Film anzusehen. Das jeweilige Programm findet man im Internet unter www.cine-asta.de. Das Ganze findet in Hörsaal 3 statt, dieser befindet sich im A/B Gebäude.

Um das unschöne Sitzerlebnis zu verbessern, kann man sich auch ein Kissen von Zuhause mitbringen, ebenso kann man hier natürlich alles Mögliche zu essen und zu trinken selbst

mitbringen. Kleinigkeiten gibt's aber auch oft am Eingang zu kaufen und die Kaffee-, Snack- und Eisautomaten sind auch nicht weit entfernt.

Psychokino:

Umsonst und nicht nur für Psychos gibt es ab und zu einen Psycho-Film mit anschließender Diskussion zu sehen, organisiert von der Fachschaft. Es ist empfehlenswert! ;)

Theater:

Das Trierer Theater lohnt auf jeden Fall einen Besuch: Erfahrene Theatergänger empfehlen besonders die Studio-Produktionen und die Inszenierungen der neuen Ballett-Truppe. Aber bildet Euch selbst eine Meinung!

Das Theater bietet auch Last-Minute-Tickets an- man kann alle nicht ausverkauften Vorstellungen im Großen Haus (also nicht im Studio) für 4€ besuchen.

Doch auch die regulären Eintrittspreise sind recht human- ins Schauspiel kommt man ab 9€, ins Studio ab 8€. Das Theater befindet sich in der Innenstadt in direkter Nähe des Rathauses. Außerdem gibt es in der Nähe genügend schöne und günstige Kneipen, wo man den Abend gemütlich ausklingen lassen kann.

Mit unserem Kultursemesterticket bekommen wir Trierer Studenten außerdem die letzten

Restkarten 20 Minuten vor Vorstellungsbeginn ganz umsonst. Dazu müsst Ihr einfach nur Euren Studentenausweis an der Kasse vorzeigen. Dieses Angebot gilt von Dienstag bis Donnerstag, weshalb es auch „**DiMiDo-Ticket**“ heißt. Wo genau Ihr damit alles Vergünstigungen bekommt, findet Ihr auf der Website des Studiwerks.

TUFA:

Am Weberbach liegt die TUFA- sie nennt sich „Kultur- und Kommunikationszentrum“ und ist wirklich schwer zu beschreiben. In der TUFA werden Ausstellungen gezeigt, es gibt Konzerte, Lesungen etc., aber auch Kurse und Workshops zu relativ günstigen Preisen. Außerdem ist auch eine sehr nette Kneipe dabei, in der man jeden Sonntag gemeinsam den „Tatort“ schauen kann.

Poetry-Slam:

Etwa einmal im Monat findet in Trier in der Nähe der Porta im „Jugendzentrum Mergener Hof“ ein Poetry-Slam statt. Bei guten Teilnehmern macht so ein Poetry-Slam sehr viel Spaß und man sollte es sich einmal angesehen haben. Für Studenten kostet das Ganze um die 8€ manchmal ist der Eintritt für Studis aber auch kostenlos.

Ab und zu findet auch ein Comedy-Slam (Bedingung: Spaßfaktor) oder Science-Slam (Bedingung: Wissensfaktor) statt.

Schmit-Z:

Das Schmit-Z in der Mustorstraße 4 ist Triers queeres Kultur- und Begegnungszentrum und bietet das ganze Jahr über ein buntes Veranstaltungsprogramm. Dazu gehören Kleinkunstabende, Partys, Lesungen, Karaoke, Workshops und vielfältige Live-Veranstaltungen wie beispielsweise das Tuten-Bingo im Queergarten.

Der Verein steht für Offenheit und Vielfalt, Menschen aller Identitäten sind hier immer willkommen. Neben Kultur gibt es auch soziale Angebote wie Coming-Out-Beratung, Jugendgruppen und Projekte für queere Geflüchtete. Falls ihr Unterstützung braucht oder einfach ein offenes Ohr für eure Probleme sucht, seid ihr hier genau richtig.

Zu den jährlichen Highlights zählen der Rosa Karneval, die Sommerfeste und natürlich der CSD Trier, den das Schmit-Z gemeinsam mit Partner*innen organisiert. Damit sorgt das Zentrum jedes Jahr für Sichtbarkeit und eine lebendige queere Kulturszene in der Stadt.

Bücherei:

Die Stadtbibliothek befindet sich direkt gegenüber vom Dom, im Palais Walderdorff. Wenn ihr durch den Torbogen ganz rechts durchgeht, findet die Lesehungrigen dort den Eingang. Alle Infos findet ihr auf der Homepage der Stadt Trier. Einen Leseausweis bekommt man für 2,50€ und die Jahresgebühr beträgt 10€- dafür gibt es eine für Trierer Verhältnisse recht große Auswahl an Romanen, Zeitschriften, Sachbüchern, CDs... und eine nette und freundliche Atmosphäre. Verlängerungen, Vorbestellungen und Recherchen sind im Internet möglich (<https://opac.trier.de>).

Spiel, Sport und Spaß

Schwimmbäder:

Direkt gegenüber von den Kaiserthermen liegt das Stadtbad, das Hallenbad Triers mit relativ günstigen Eintrittspreisen.

Im Sommer stellt sich in der Innenstadt immerhin die Wahl zwischen zwei Freibädern:

Für sportbegeisterte Schwimmer ist eher das Nordbad (momentan ist es jedoch aufgrund von Renovierungen geschlossen) zu empfehlen, hier kann man am ehesten seine Bahnen ziehen.

Außerdem gibt es dort auch einige Beachvolleyballfelder. Per Bus erreicht Ihr das Nordbad am besten mit der Linie 5 in Richtung Castelforte (Haltestelle Moselstadion).

Im modernen Südbad tummeln sich bei gutem Wetter alle Schulkinder aus ganz Trier (man könnte zumindest den Eindruck bekommen). Wer also am Schwimmbad besonders den Trubel, das Leute-beobachten, das Ewig-am-Sprungturm-Warten und das Pommes-Essen mag, ist hier genau richtig.

Unisport:

Wenn man an der Uni studiert, kann man das Sportangebot der Uni mit einem Uni-Sportticket nutzen. Das ganze Angebot reicht von Fight Aerobic bis Wing Tsun und Rudern und kostet Euch entweder 10/ 25€ - je nachdem was Ihr nutzen wollt. Was wann wie wo stattfindet erfahrt Ihr auf der Uniseite unter Sport -> Sportangebot oder in der CampusApp.

Stadien:

Die Sportarten, in denen Trierer Mannschaften in der Bundesliga vertreten sind (Damen Handball und Herren Basketball) könnt Ihr in der Arena bewundern. Sie liegt ganz in der Nähe vom Verteilerkreis und ist mit der Linie 1 bzw. 86 in Richtung Handwerkskammer bzw. Ruwer zu erreichen (Haltestelle Arena Trier). Zugegebenermaßen sind die Cheerleader*innen nicht immer ganz professionell, aber die Stimmung ist meistens super. In der Arena finden außerdem auch immer wieder Konzerte statt.

Wer Triers absolutes Vorzeigeschild- „die Eintracht“- bewundern möchte, ist im Moselstadion genau richtig. Aber dort kann man nicht nur erstklassigen Fußball bewundern, sondern auch schöne Jogging-Runden drehen. Mit der Linie 5 in Richtung Castelforte könnt Ihr direkt an der Haltestelle Moselstadion aussteigen.

Im Winter lockt die Eissporthalle, die leider relativ weit außerhalb im Industriegebiet Richtung Zewen/ Luxemburg liegt.

Wenn Ihr Euch nicht nur hier und da mal bewegen wollt, gibt es in Trier viele Sportvereine mit einem breiten Angebot. Welche genau das sind und ob sie Eure Lieblings-Sportart anbieten, schaut Ihr am besten im Internet unter www.trierer-vereine.de nach.

Natur erleben

Der einzig nennenswerte Park in der Innenstadt ist der Palastgarten. Der Trierer nennt diesen wunderschönen Park aber nicht „Palast-garten“ (wie die Schreibweise und die Herkunft vom Wort Palast vermuten lassen könnten), sondern vielmehr „Pallastgarten“. Gelegen ist er zwischen Basilika/ kurfürstlichem Palais und den Kaiserthermen.

Weiterhin gibt es auf dem Petrisberg (in der Nähe des Campus II) den „Petrispark“, eine riesige Anlage, auf der 2004 die Landesgartenschau stattgefunden hat. Neben Beachvolleyball- und Fußballfeldern, einem Skatepark, einem grandiosen Wasserspielplatz und mittlerweile mehreren Lokalitäten findet Ihr dort- besonders im Sommer- immer einen netten Platz auf der Wiese zum Sonnen und Picknicken. Auch eine wunderbare Aussicht auf ganz Trier findet man oben auf dem Petrisberg bei den Weinbergen.

Eine andere Alternative für den Sommer ist es, sich abends gemütlich ans Moselufer zu setzen und zu grillen etc. Am besten findet Ihr selbst heraus, welcher Teil Eure Lieblingsstelle ist.

Die Wege rund um die Mosel bieten außerdem die perfekte Strecke für einen gemütlichen Spaziergang oder eine ausgiebige Fahrrad-Tour. Wer gut zu Fuß ist, kann sich auch mal in die Weinberge oder Richtung Mariensäule begeben (siehe auch „O-Woche“). Die Landschaft rund um Trier ist wunderschön und es lohnt sich, sie zu erkunden. Mit unserem Semesterticket und der Bahn kommen wir außerdem noch ein ganzes Stück die Mosel entlang, dort findet man überall kleine wunderschöne Orte, wie zum Beispiel Cochem, wo man ebenfalls ganz wunderbar spazieren, wandern oder Fahrrad fahren kann.

Rathaus

Zu guter Letzt und nicht ganz unwichtig, an dieser Stelle noch ein kurzer Absatz zum Rathaus. Im Bürgerbüro könnt Ihr Euren Erstwohnsitz anmelden (und damit die Zweitwohnsitzsteuer umgehen) und bekommt außerdem die gelben Säcke und ein „Bio-Starterset“. Ihr findet das Bürgerbüro fast gegenüber vom Theater und erreicht es mit den Linien 3 (13) und 6 (16).

Aussteigen müsst Ihr an der Haltestelle „Rathaus/Stadttheater“.

Nachtleben

Zum „guten Studentenleben“ gehört neben dem Lernen und Nacharbeiten natürlich auch die ein oder andere Party, genauso wie ein guter Wein oder ein kühles Bier dazu. Damit das nicht zu kurz kommt, gibt es in Trier neben dem „normalen Feiern“ in den örtlichen Clubs, auch einige Uni- oder Psycho-spezifische Partys, die man mal erlebt haben sollte.

An erster Stelle (terminlich, sowie auch von der Notwendigkeit her) steht die Psycho-Ersti-Party, die perfekte Gelegenheit andere Erstis kennenzulernen oder auch neue Bekanntschaften mit den höheren Semestern zu knüpfen. Näheres zur Party dieses Jahr findet Ihr am Anfang unter „O-Woche“.

Wer es etwas rockiger mag, für den sind zum einen die Geo-Partys zu empfehlen.

Insgesamt findet man in Trier immer eine Möglichkeit den Abend zu verbringen. Beliebte Clubs sind vor allem:

- Villa Wuller
- Mergener Hof
- Secret Club
- Forum
- CLUB 11 (der beste von allen!)
- Casino
- Zeitlos

Haltet einfach die Augen nach Plakaten und Insta-Posts offen und Ihr findet bestimmt eine Party oder einen Club der Euch gefällt! Wer weniger feiern und lieber einen entspannten Abend in Gesellschaft verbringen möchte, der kommt in unserer Stadt auch nicht zu kurz. Es gibt vor allem im Sommer und Herbst etliche Feste wie das Altstadtfest, Zurlaubener Heimatfest oder das Weinfest in Olewig. Außerdem gibt es viele gemütliche kleinere und größere Kneipen, die Ihr zum Beispiel bei diversen Kneipentouren (für Euch) entdecken könnt.

Suchst du noch?

Es ist ja wohl bekannt, dass der Student an sich meistens eher knapp bei Kasse ist. Da kann es schon mal schwierig werden, eine Wohnung neu einzurichten oder sich zum Beispiel eine Waschmaschine zuzulegen.

Abhilfe schaffen können da diverse Plattformen und Internetseiten, sowie die Aushänge in der Uni.

Kleinanzeigen ist eine gute Anlaufstelle, wenn du auf der Suche nach Möbeln, Elektrogeräten, Fahrrädern, Büchern oder anderen Dingen bist. Gerade in Trier gibt es eine große Auswahl an gebrauchten Sachen – und einiges wird sogar verschenkt.

Auch das Prinzip „**Free Your Stuff**“ funktioniert in Trier ziemlich gut: Dinge, die andere nicht mehr brauchen, werden einfach verschenkt. Es gibt mehrere größere oder kleinere Facebook-Gruppen, in denen Ihr vieles geschenkt bekommt, was andere nicht mehr brauchen. Einfach beitreten, absprechen und abholen. Also: Augen offen halten, bei Interesse melden und abholen!

Eine weitere Möglichkeit ist **nebenan.de**. Auf dem Marktplatz kannst du in deiner Nachbarschaft Dinge kaufen, verkaufen oder verschenken. Gerade für Möbel und Haushaltsgegenstände kann sich ein Blick lohnen. Außerdem kannst du dich dort über Veranstaltungen und andere Dinge in deiner Nachbarschaft informieren.

Und natürlich lohnt sich auch ein Blick auf die Aushänge an der Uni – manchmal findet sich dort genau das, was du gerade suchst.

... oder gibst du schon?

Genauso wie du auf all diesen Seiten Sachen findest, kannst du auch selbst alles Mögliche loswerden. Für fast jedes „Give“ gibt es jemanden, der sich darüber freut. Also lieber weitergeben als wegwerfen!

Impressum

Wir hoffen, wir haben Euch den Anfang etwas erleichtert und schon mal einige wichtige Fragen beantwortet. Lasst Euch von den vielen Infos nicht verrückt machen und genießt Euer erstes Semester in vollen Zügen! Natürlich stehen wir Euch auch weiterhin mit Rat und Tat zur Seite!

Ein besonderer Dank gilt unseren AK-Ersti-Vorgänger*innen, die für den „Kleinen Psycho“ großartige Vorarbeit geleistet haben und damit in hohem Maß dazu beigetragen haben, dass dieses Heft nun so existieren kann, wie Ihr es hier vor Euch habt.

Herausgeber:

AK Erstsemesterarbeit Fachschaftsrat Psychologie

Universität Trier

Universitätsring 15

54296 Trier

E-Mail: psycho@uni-trier.de

Redaktion und Überarbeitung:

2026: Anna Lisa Himmer und Josefine Verfürth

Layout und frühere Überarbeitungen:

Max Birk, Marc Stelling und Julia Angenendt

überarbeitet 2017 von Julian Scherhag und Lisa Brauner,

2018 von Alina Zumkley und Julia Seitz,

2019 von Karina Maaß und Maren Rogawski,

2021 von Christina Bohlinger, Sophie Hartmann und Jens Rüdiger,

2022 von Selina Meurisch, Sophie Hartmann und Max v. Zedlitz,

2024 von Arved Bode, Judith Farrenkopf und Alexander Sahm,

2025 von Simon Haas und Nick Poeggel

V.i.S.d.P.:

Judith Farrenkopf und Paulina Sartor (Sprecher*innen FSR)

Bildnachweis:

Titelbild: KI-generiert mit ChatGPT (OpenAI), erstellt von Anna Lisa Himmer am 22.07.2026.

Hinweis:

Alle Angaben ohne Gewähr.

Trier, den 23.08.2026