



Contribution ID: 243

Type: **Keynote**

Emotionsregulation als Mechanismus für Wohlbefinden

Wednesday, 7 September 2022 09:00 (50 minutes)

Die Fähigkeit unsere Emotionen kognitiv zu regulieren, um den Einfluss von Emotionen auf unser Verhalten abzuschwächen, ist nicht nur von großem adaptivem Wert in sozialen Situationen, sondern auch zentral für unsere mentale und körperliche Gesundheit. Der Begriff der Emotionsregulation beschreibt alle extrinsischen und intrinsischen Kontrollprozesse, bei denen Menschen das Auftreten, die Intensität und die Dauer emotionaler Reaktionen überwachen, bewerten und modifizieren. Defizite in der Emotionsregulation sind mit schweren psychischen Störungen wie Depressionen und Angstzuständen verbunden. Effektive Emotionsregulation könnte daher einen wichtigen Wirkmechanismus für subjektives und emotionales Wohlbefinden darstellen.

Dieser Vortrag zielt darauf ab, aktuelle Forschungsergebnisse zu den neuronalen Grundlagen der Emotionsregulation und ihrer Beziehung zu Situations- und Personenfaktoren vorzustellen. Anhand eines integrativen Forschungsansatzes werden unterschiedliche Beschreibungsebenen kausal miteinander verknüpft (z.B. Persönlichkeit, Verhalten, physiologische und neuronale Parameter). Die vorgestellten Ergebnisse bilden die Grundlage eines neuronal-informierten Emotionsregulationsmodells, das zu der Entwicklung und zum Aufbau von Interventions- und Präventionsprogrammen zur Förderung von Wohlbefinden und Resilienz beitragen könnte.

Primary author: MORAWETZ, Carmen (Universität Innsbruck)

Presenter: MORAWETZ, Carmen (Universität Innsbruck)

Session Classification: Keynote