

# STT 2014

## Angst und Selbstvertrauen

Welche Rolle spielt unser Körper dabei?

Der Beitrag der Körperpsychotherapie(n)

Dr. N. Schrauth

DGK, TIB e.V.

**1. Unterschied Körpertherapie**

**Körperpsychotherapie**

**2. Emotionale Wende und Körper?**

**3. Top- down vs. Bottom-up Regulation**

**4. Was hat unser Körper mit Gefühlen zu tun, mit Angst und Selbstbewusstsein? Wie entsteht Selbstgefühl und Selbstbewusstsein?**

**5. Kernaffektivität-vs.Kategoriale Affekte,**

**5b Basisaffekte vs. komplexe (reflexive) Affekte (me-emotions)**

**6. Affektdynamik: Psychovegetativer Zyklus**

**Körpertherapien** wie Krankengymnastik, Massage, Bewegungstherapie **behandeln (meist) körperlicher Symptome mit ausschließlich körperlichen Mitteln**

**Körperpsychotherapie(n)** behandeln psychische und psychosomatische Probleme mit einem Focus auf den Körper als Ort oder „Organ“ von Emotionalität und Begegnung.

