



**Fortbildungscurriculum**  
**Somatic-Experiencing®**  
**Trauma Arbeit nach Peter Levine**

**Fortbildung: November 2015 – Frühjahr 2018, Salzburg**



**Leitung: Urs Rentsch**

**APSYS in Kooperation mit SE® AUSTRIA & Gerlinde Wawra**

# Somatic Experiencing®

## Trauma Arbeit nach Peter Levine

Somatic Experiencing (SE®) wurde von dem amerikanischen Trauma-Forscher, Psychologen und Körpertherapeuten Dr. Peter Levine in den vergangenen 40 Jahren entwickelt. Bahnbrechend war seine Erkenntnis, dass es sich bei „Trauma“ um eine komplexe psycho-physiologische Reaktion des gesamten Organismus handelt, welche auf lebensbedrohlich erlebte Situationen folgen kann. Wenn physiologische Überlebensreaktionen nicht vollständig abgeschlossen werden können, bleibt eine Störung der Selbstregulation im Nervensystem weiter wirksam. Vegetative, aber auch psychische und somatische Symptome können die anhaltende Folge davon sein.

Im Vergleich zu anderen Trauma-Behandlungs-Methoden fokussiert SE® weniger auf das überwältigende Ereignis sondern auf die seither weiterbestehenden Reaktionen des Organismus auf das Ereignis.

Bei SE® liegt das therapeutische Hauptaugenmerk auf der Vervollständigung der biologisch unvollständig gebliebenen Reaktionen und auf der Wiederherstellung der Fähigkeit zur Selbstregulation. Der Mensch soll auf der Ebene des Körpers, aber auch auf allen anderen Ebenen des Lebens aus der Erstarrung wieder in Fluss kommen. Deshalb arbeitet SE® vor allem mit den physiologischen, impliziten und prozeduralen Reaktionen des Nervensystems und orientiert sich auch bei der Arbeit mit anderen Erfahrungsbereichen (Kognitionen, Bildern, Erinnerungen, Affekten, etc.) an deren physiologischen Reaktionen. Über die Aufmerksamkeit auf körperliche Empfindungen ist es möglich, auch ohne Erinnerung an traumatische Ereignisse zu arbeiten. Im Pendeln der Aufmerksamkeit zwischen stabilisierenden Ressourcen und der für das Nervensystem überwältigenden Erfahrung wird die blockierte Überlebensenergie sanft gelöst. Die Veränderung erfolgt bewusst in kleinen Schritten, damit der Organismus die freiwerdende Energie integrieren kann und nicht durch erneut überwältigende Aktivierungen retraumatisiert wird. Die nicht abgeschlossenen Prozesse werden vervollständigt und der Körper kann die Reaktion auf Bedrohung auf natürliche Weise zum Abschluss bringen. Das Nervensystem findet so wieder zu seiner ursprünglichen Selbstregulationsfähigkeit zurück. Körperliche und psychische Symptome wie Schmerzen, Übererregbarkeit, Ängste, Depression, Dissoziation, Schlaflosigkeit u. a. lösen sich danach meist nachhaltig auf.

Somatic Experiencing (SE®) ist hilfreich als Basiskonzept zum Verständnis, zur Prävention, zur Bewältigung und Heilung von Schock- und Traumareaktionen. Als wertvolle Kurzzeit-Therapie, lässt es sich auch in viele Beratungs- und Therapiekonzepte integrieren. Im Unterschied zu anderen Methoden kann SE auch mit Traumafolgestörungen arbeiten, zu denen keine expliziten Erinnerungen in Form von Bildern mehr vorhanden sind, da die Arbeit auf den impliziten, prozeduralen Reaktionen basiert. Bei Notfall-Interventionen hat sich die Methode ebenfalls bewährt.

### Literaturempfehlungen:

Peter Levine, „Sprache ohne Worte“, Kösel-Verlag, 2011

Peter Levine, „Trauma-Heilung“, Synthesis Verlag, 1998

## ZIELGRUPPE

Angehörige der Heil- und Beratungsberufe, wie ÄrztInnen, PsychotherapeutInnen (Erwachsene, Kinder und Jugendliche), Lebens- und SozialberaterInnen, Klinische PsychologInnen, PhysiotherapeutInnen, KörpertherapeutInnen, sowie Sozial- und HeilpädagogInnen, SeelsorgerInnen, spezialisierte Krankenpflegekräfte, Rettungseinsatzkräfte und andere Personen, die traumatisierte Menschen begleiten.

## ZIEL DER WEITERBILDUNG

Diese Weiterbildung soll den TeilnehmerInnen als Ergänzung ihrer beruflichen Tätigkeit dienen - mit dem Ziel, die Konzepte und das Werkzeug von SE in diese Tätigkeiten integrieren zu können.

## TEILNAHMEVORAUSSETZUNGEN

Voraussetzung für die Teilnahme an der Weiterbildung in SE<sup>®</sup> ist **der Besuch eines 2-tägigen Einführungsworkshops**. Informationen zu den Einführungsworkshops finden Sie auf [www.apsys.org](http://www.apsys.org)

## INHALTE DER WEITERBILDUNG

Je nach Lernprozess der Gruppe kann sich die Reihenfolge des Curriculums verändern.

### 1. Jahr (Beginner)

- Vermittlung der grundlegenden SE<sup>®</sup>-Begriffen und -Techniken
- Überlebens-, Verteidigungs-, Orientierungs-Reaktionen
- Funktionen des Nervensystems - Signale und Zeichen
- Arbeit mit Ressourcen, Stabilisierung
- Containment und Grenzübungen
- Prinzip der Titration und der „horizontalen“ Arbeit
- Arbeit mit SIBAM (Empfindungen, Imaginationen, Verhalten, Affekt, Bedeutungen)
- Kopplungs-Dynamiken bei Traumata (Über- und Unterkopplung)
- Arbeit mit Symptomen
- Erste Hilfe und Verhinderung von Retraumatisierung

### 2. Jahr (Intermediate)

- Präsentation der verschiedenen Trauma-Kategorien mit entsprechenden Interventionen
- „Globale Hohe Aktivierung“ (frühe Traumata, Fieber, Ertrinken, etc.)
- Unvermeidbarer Angriff (generell, Vergewaltigung, Gewalt, Überfälle, etc.)
- Körperliche Verletzungen (Operationen, Anästhesie, Verbrennungen, etc.)
- Starker Aufprall (High Impact wie Unfälle, Stürze, Kopfverletzungen, etc.)
- Emotionales Trauma (generell, Verlust, Vernachlässigung, Verlassen werden)
- Naturkatastrophen (Erdbeben, Überschwemmungen, Feuer, soz. Veränderungen)
- Horror (Folter, ritueller Missbrauch, Konzentrationslager, Krieg)
- Unterscheidung zwischen Schock- und Entwicklungs-Trauma
- Transgenerationale Trauma

### 3. Jahr (Advanced) (wird von einer/m noch zu bestimmenden Lehrer/in unterrichtet)

- Detaillierteres zur Neurophysiologie des polyvagalen Nervensystems
- Arbeit mit Syndromen (chronische Müdigkeit, Fibromyalgie, Asthma, Migräne, etc.)
- Vertiefung der praktischen Fertigkeiten und Techniken
- Arbeit mit Berührung
- Arbeit mit Kohärenz

## DIDAKTISCHE UMSETZUNG DER INHALTE

- Lernen am Modell: Demonstrationen zu entsprechenden Ausbildungsthemen
- Übungen in Kleingruppen unter Supervision
- Theorie-Inputs
- Lehrvideos
- Literaturstudium
- Schwerpunkt: erfahrungsbezogenes Lernen
- Einzelselbsterfahrung
- Gruppensupervision
- Empfohlen: Selbstorganisierte Intervisionsgruppen (Peergruppen)

## AUFBAU DER WEITERBILDUNG

Gesamtumfang: 249 Zeitstunden (entspricht 332 Unterrichtseinheiten à 45 min.)

### 1. Weiterbildungsmodule: 36 Tage à 8 Unterrichtseinheiten (288 UE à 45 min., entspricht 216 Zeitstunden)

01. – 06.11.2015	Beginner I	6 Tage	Salzburg, Holzöster	Urs Rentsch
23. – 28.05.2016	Beginner II	6 Tage	Salzburg, Holzöster	Urs Rentsch
05. – 10.09.2016	Intermediate I	6 Tage	Salzburg, Holzöster	Urs Rentsch
22. – 27.05.2017	Intermediate II	6 Tage	Salzburg, Holzöster	Urs Rentsch
01. – 06.10.2017	Advanced I	6 Tage	Salzburg, Holzöster	Heike Gattnar
07. – 12.05.2018	Advanced II	6 Tage	Salzburg, Holzöster	Heike Gattnar

### 2. Einzel-Selbsterfahrung: Mindestanforderung für Diplom: 15 Stunden (Pro Studienjahr 5 Sitzungen).

Die Einzel-Selbsterfahrungs-Sitzungen können während und zwischen den Fortbildungsmodulen bei anerkannten SE-Praktikern absolviert werden. Eine Liste der anerkannten Therapeuten und genauere Angaben werden im Studienbuch bei Trainingsbeginn abgegeben.

### 3. Supervision: Mindestanforderung für Diplom: 18 Stunden (je 4/6/8 Stunden pro 1./2./3. Studienjahr)

Die Supervisionen können als Einzel- oder Gruppensupervisionen während und zwischen den Fortbildungsmodulen bei anerkannten SE-Praktikern absolviert werden. Eine Liste der anerkannten Therapeuten und genauere Angaben werden im Studienbuch bei Trainingsbeginn abgegeben.

### 4. Peergruppentreffen

Es wird empfohlen, dass sich die TeilnehmerInnen selbstorganisiert und ggf. regional in Selbstlerngruppen zusammenfinden. Diese dienen dem Austausch, der Intervention und gegenseitigen Unterstützung der TeilnehmerInnen während der Fortbildung.

## ÜBERBLICK ÜBER UMFANG UND KOSTEN

Beginner I + II	72 Zeitstunden		EUR 1680.-	+ 20% MwSt
Intermediate I + II	72 Zeitstunden		EUR 1680.-	+ 20% MwSt
Advanced I + II	72 Zeitstunden		EUR 1680.-	+ 20% MwSt
Einzelselbsterfahrung	15 Zeitstunden	à ca. EUR 85.-	EUR 1285.-	+ 20% MwSt
Supervision	18 Zeitstunden	à EUR 50 – 90.-	EUR 1260.-	+ 20% MwSt
Peergruppe (Empfehlung)			EUR 0.-	
<hr/>				
Gesamt (ohne Frühbucher)		ca.	EUR 7585.-	+ 20% MwSt
Gesamt (Frühbucher)		ca.	EUR 7225.-	+ 20% MwSt

**Kosten pro Weiterbildungsteil:** EUR 840,- + 20% MwSt. (je 6 Tage à 140,- + 20% MwSt ) = EUR 1008,-

**Frühbucherpreis:** bei Anmeldung zur Weiterbildung und Anzahlung bis 6.7.2015 wird ein **Preisnachlass von EUR 10.- + 20% MwSt.) pro Seminartag** gewährt (= EUR 432.- für die gesamte Weiterbildung). Die Kosten für Einzelselbsterfahrung und Supervision sind von diesem Angebot ausgenommen.

## SEMINARZEITEN

Die Fortbildungsmodule beginnen jeweils am ersten Tag um 10.30 Uhr und enden am letzten Tag um 13.00 Uhr. Die täglichen Arbeitszeiten werden beim Seminar Beginner I bekannt gegeben. Am ersten und vierten Abend findet ein Abendprogramm statt.

Ein Arbeitstag in den Fortbildungsmodulen entspricht 8 Unterrichtseinheiten à 45 min. (entsprechend 6 Zeitstunden), kann sich an einzelnen Tagen jedoch leicht ändern.

Supervision und Selbsterfahrung werden als Zeitstunden gerechnet.

## SEMINARORTE

### Einführungsworkshops:

1.  
Salzburg, 1.-2. November 2014  
[Seminarhaus Holzöstersee](#)  
Holzleithen 15, 5131 Franking  
[seminarhaus@obermair.at](mailto:seminarhaus@obermair.at)

2.  
Wien, 24.-25. Jänner 2015  
[Seminarzentrum Wendepunkt](#)  
Lindengasse 37/6, 1070 Wien  
[office@wendepunkt.at](mailto:office@wendepunkt.at)

3.  
Graz, 20.-21. Juni 2015  
Studio 61  
Glacisstrasse 61a, 8010 Graz

## Weiterbildung:

[Seminarhaus Holzöstersee](#)  
Holzleithen 15, 5131 Franking  
[seminarhaus@obermair.at](mailto:seminarhaus@obermair.at)

## UNTERKUNFT

### Weiterbildung:

[Seminarhaus Holzöstersee](#)  
Holzleithen 15, 5131 Franking  
[seminarhaus@obermair.at](mailto:seminarhaus@obermair.at)

EZ: VP EUR 85,- (ohne Sanitäreinheit EUR 68,-)  
DZ: VP EUR 74,-

Falls Sie das wünschen oder die Gruppengröße die Kapazitäten des Hauses übersteigt, stellt das Seminarhaus Holzöstersee Kontakte zu Vertragspensionen in der nahen Umgebung her.

## LEITUNG

Einführungsworkshops, Beginner I und II, Intermediate I und II: **Urs Rentsch**



**Urs Rentsch**

Geb. 1956 in Zug (CH), Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie FMH, hat eine psychiatrisch-psychotherapeutisch-homöopathische Praxis in Olten. Studium in Elektrotechnik an der ETH Zürich. Anschliessend Arbeit in der Entwicklungszusammenarbeit. Danach Studium der Medizin mit Spezialisierung zum Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie. Seit 1983 Ausbildungen in klassischer Homöopathie, Polarity und Focusing. Weiterbildungen in kognitiver Verhaltenstherapie, Schematherapie und ACT. Training in Somatic Experiencing bei Dr. Peter Levine seit 1999. Gehört zu den erfahrensten SE-Praktizierenden in der Schweiz. Seit 2013 Mitglied des internationalen SE-Lehrerkollegiums.

Advanced I und II: **Heike Gattnar**



**Heike Gattnar**

Geb. 1943. Körperpsychotherapeutin in eigener Praxis in München. Heike Gattnar hat einen reichen Erfahrungsschatz in verschiedenen Wahrnehmungsmethoden, Meditation, Kunsttherapie, Atem- und Stimmarbeit. Sie hat 8 Jahre in der neurophysiologischen Grundlagenforschung gearbeitet, ist Heilpraktikerin und zertifizierte Feldenkrais-Lehrerin. Seit 1999 gehört sie zum Trainings-Team von Dr. Peter Levine, seit 2002 ist sie autorisierte SE-Trainerin und Supervisorin. Sie unterrichtet SE-Einführungskurse, SE-Trainings und Postgraduate Trainings und leitet Seminare zur Überwindung von transgenerationaler Traumatisierung in Deutschland und Europa.

# Institut APSYS

---

## ANMELDUNG

Institut APSYS  
Leonhardstrasse 91/I  
A-8010 Graz  
Tel: +43 | 316 | 325291  
Fax: +43 | 316 | 325293  
Email: [office@apsys.org](mailto:office@apsys.org)  
Homepage: [www.apsys.org](http://www.apsys.org)

Nach Einlangen Ihrer Anmeldung schicken wir Ihnen einen **Selbstauskunftbogen** zu.

Wir bitten Sie, diesen auszufüllen und direkt per E-Mail an Urs Rentsch zu senden: [urs.rentsch@hin.ch](mailto:urs.rentsch@hin.ch). Der Fragebogen hilft, die Fortbildung so zu gestalten, dass darin Ihre Wünsche und Ihr Arbeitskontext mitberücksichtigt werden können. Zusätzlich dient er als Information und Bestätigung Ihrer beruflichen Vorerfahrungen und Ihres Ausbildungshintergrundes sowie dafür, eventuell noch notwendige oder sinnvolle Vorbereitungsschritte mit Ihnen persönlich abzusprechen.

## Anmeldung

Voraussetzung zur Teilnahme ist ein 2-tägiger Workshop (Intro) und die Zusendung eines von Ihnen ausgefüllten Fragebogens zur Selbstauskunft (erhältlich beim Institut APSYS) .

Bitte senden Sie Ihre **Anmeldung** mit beiliegendem Formular per Fax, Email oder Post an Institut APSYS (Adresse: siehe Anmeldebogen). Die Anmeldung ist für je 1 Ausbildungsjahr (12 Seminartage) verbindlich.

## MINDEST-ANWESENHEIT

Es darf maximal ein Fortbildungstag (8 Std.) versäumt werden, ohne diesen nachholen zu müssen. Fehlzeiten darüberhinaus (z.B. durch Erkrankung) können nach Rücksprache mit der Kursleitung nachgearbeitet werden. Die Bestimmungen dazu werden am Anfang der Ausbildung mitgeteilt.

## ZAHLUNGSBEDINGUNGEN

Mit der Bestätigung für Ihre Teilnahme an der Fortbildung erhalten Sie eine Rechnung zur Überweisung einer Anzahlung von EUR 1008,- bzw. EUR 936,- (Frühbucher). Diese Anzahlung entspricht der Teilnahmegebühr für das erste Modul (EUR 840,- + 20% MwSt. bzw. Frühbucher EUR 780,- + 20% MwSt.). Die Teilnahmebeiträge für die weiteren Module werden jeweils 4 Wochen vor Beginn der Veranstaltungen fällig. Ratenzahlung ist nach Absprache und gegen eine Bearbeitungsgebühr möglich.

## Zahlung

Sobald Sie die Kursgebühr überwiesen haben, bestätigen wir Ihnen per Email/Post Ihren Kursplatz. Sollte der Kurs bereits belegt sein, teilen wir Ihnen das sofort mit und überweisen Ihnen die bereits entrichtete Kursgebühr zurück. Es steht Ihnen dann frei auf unserer Warteliste geführt zu werden. Ratenzahlung ist nach Absprache und gegen eine Bearbeitungsgebühr möglich. Die 1.Kursgebühr ist spätestens 8 Wochen vor Kursbeginn fällig. Falls aus unvorhergesehenen Gründen in einem Weiterbildungsteil ein Trainerwechsel stattfinden müsste (z.B. Krankheit), könnten sich die Kosten für den entsprechenden Kursabschnitt um die Summe der Reisekosten des Ersatztrainers leicht verändern.

## RÜCKTRITTSBEDINGUNGEN

Bei schriftlichem Rücktritt von Ihrer Anmeldung bis 7. Juli 2015 wird eine Bearbeitungsgebühr von € 80,- verrechnet. Danach ist der volle Seminarbeitrag zu bezahlen, wenn der für Sie reservierte Seminarplatz nicht durch eine/n ErsatzteilnehmerIn besetzt werden kann.

Am Ende des Seminars Beginner II wird eine Vereinbarung zur verbindlichen Teilnahme am Fortbildungsabschnitt "Intermediate" getroffen, sowie am Ende des Seminars Intermediate II die verbindliche Teilnahme am Fortbildungsabschnitt "Advanced". Danach wird bei einem Rücktritt der gesamte Betrag der Kosten für den jeweiligen Fortbildungsabschnitt verrechnet.

### Rücktritt

Der Rücktritt muss schriftlich erfolgen. Bei Rücktritt ab dem 30. Tag vor Kursbeginn sind 50% der gesamten Kursgebühren des jeweiligen Fortbildungsabschnitts (Beginner / Intermediate / Advanced) zu entrichten. Bei einem späteren Rücktritt ist die gesamte Kursgebühr fällig, es sei denn, es kann eine Ersatzperson gestellt werden oder ein/e InteressentIn von der Warteliste nachrücken. In diesem Falle berechnen wir eine Bearbeitungsgebühr von € 80,-.

Wir empfehlen sicherheitshalber eine Seminarrücktrittsversicherung dafür abzuschließen (siehe z.B. [reise-schutz-direkt.de](http://reise-schutz-direkt.de) oder [medicomservice.de](http://medicomservice.de). (In Österreich konnten wir bisher kein entsprechendes Angebot finden).

Sollten im Einzelfall schwerwiegende und von Ihnen nicht zu verantwortende Umstände den Abbruch der Fortbildung erzwingen, ist auf schriftlichen Antrag beim Institut APSYS eine Gutschrift für die Teilnahme zu einem späteren Zeitpunkt des noch ausstehenden Kurses bzw. Gesamtkursgebühr möglich. Es besteht kein Erstattungsanspruch auf die Kursgebühr versäumter Fortbildungsabschnitte.

Sollten wir aus wichtigem Grund (z.B. Erkrankung der Kursleiterin bzw. des Kursleiters oder zu geringe Teilnehmerzahl) gezwungen sein, den Kurs kurzfristig zu stornieren oder zu verschieben, so verpflichten wir uns zur Rückzahlung der vollen Kursgebühr. Weitere Ansprüche an uns bestehen nicht. Die Fortbildung dient der professionellen Wissensvermittlung mit Selbsterfahrungseinheiten in unterschiedlicher Tiefe und kann bzw. soll eine (Psycho-)Therapie keinesfalls ersetzen. Sollte es sich zeigen, dass ein/e TeilnehmerIn im Hinblick auf die Arbeit mit traumatisierten Menschen noch mehr der persönlichen Stabilisierung bedarf, ist der Veranstalter auf Anraten der TrainerInnen berechtigt, den/die TeilnehmerIn von der Fortsetzung der Fortbildung zurückzustellen.

Wenn im Verlauf der Fortbildung sichtbar wird, dass die Bedingungen für ein Abschluss-Diplom kaum erreicht werden können, wird dies im persönlichen Gespräch von der Kursleitung mitgeteilt. Bei einem Rücktritt werden unter diesen Umständen keine weiteren Kursgebühren fällig.

Durch Umstände, die außerhalb des Einflussbereiches des Veranstalters liegen, kann es zu Änderungen sowohl bei den ReferentInnen als auch den Kursdaten kommen.

## KURSGRÖSSE

Die Weiterbildung findet mit einer Teilnehmerzahl von 20 - 32 Personen statt. Der Veranstalter ist für den Fall der Unterschreitung der Mindestteilnehmerzahl berechtigt, die Veranstaltung bis spätestens 3 Wochen vor Kursbeginn abzusagen.

## HAFTUNG

Für die physische und psychische Eignung zur Teilnahme ist jeder Teilnehmer selbst verantwortlich. Er verpflichtet sich, alle von uns hierzu gegebenen Hinweise zu beachten. Die Haftung für Beeinträchtigungen jeglicher Art infolge mangelnder Eignung eines Teilnehmers oder infolge Nichtbeachtung von Hinweisen ist, soweit gesetzlich zulässig, ausdrücklich ausgeschlossen.



# Institut APSYS

---

## Anmeldeformular zur SE-Weiterbildung 2015 - 2018

Name:.....

Vorname:.....

PLZ / Ort:.....

Straße:.....

Tel:..... Fax:.....

E-Mail:.....

Beruf: .....

Ich habe bereits ein INTRO absolviert bei (bitte Namen des Instituts + Trainers sowie Kursdatum angeben):

.....

**Anmeldung** BEGINNER I +II  INTERMEDIATE I+II  ADVANCED I+II

Kursort: .....

Kursgebühr für Beginner Teil I + Teil II: € 2.016,- inkl. 20 % MwSt (Frühbucher: € 1.872,-)

Kursgebühr für Intermediate Teil I + II: € 2.016,- inkl. 20 % MwSt (Frühbucher: € 1.872,-)

Kursgebühr für Advanced Teil I + Teil II: € 2.016,- inkl. 20 % MwSt (Frühbucher: € 1.872,-)

Bitte mit dem Vermerk "SE-Beginner I + II etc." bis spätestens 8 Wochen vor Kursbeginn überweisen auf das Konto von:

**Institut APSYS, Stmk. Bank und Sparkassen AG**  
**IBAN AT822081500004849824, BIC STSPAT2GXXX**

Ihre Anmeldung wird verbindlich, wenn der von Ihnen ausgefüllte Selbstauskunftsbogen bei Urs Rentsch eingelangt ist und die Kursgebühr an Institut APSYS überwiesen wurde.

Ort / Datum: .....

Unterschrift: .....

Hiermit melde ich mich verbindlich zur **Weiterbildung SE 2015 -2018** an. Ich nehme auf eigene Verantwortung teil. Mit meiner Unterschrift bestätige ich, dass ich alle Konditionen des Curriculums sowie die oben genannten Bedingungen zur Kenntnis genommen habe und damit einverstanden bin