



Fortbildungscurriculum  
**Somatic-Experiencing®**  
Trauma Arbeit nach Peter Levine  
Fortbildung: Frühjahr 2018 – Herbst 2020, 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

## ZIEL DER FORTBILDUNG

Diese Fortbildung soll den Teilnehmer\_innen als Ergänzung ihrer beruflichen Tätigkeit dienen - mit dem Ziel, die Konzepte und das Werkzeug von SE<sup>®</sup> in diese Tätigkeiten integrieren zu können.

## ZIELGRUPPE

Angehörige der Heil- und Beratungsberufe, wie Ärzt\_innen, Psychotherapeu\_innen (Erwachsene, Kinder und Jugendliche), Lebens- und Sozialberater\_innen, Klinische Psycholog\_innen, Physiotherapeut\_innen, Körpertherapeut\_innen, sowie Sozial- und Heilpädagog\_innen, Seelsorger\_innen, spezialisierte Krankenpflegekräfte, Rettungseinsatzkräfte und andere Personen, die traumatisierte Menschen begleiten.

## TEILNAHMEVORAUSSETZUNGEN

Voraussetzung für die Teilnahme an der Fortbildung in SE<sup>®</sup> ist **der Besuch eines 2-tägigen Einführungsworkshops (Intro)**, sowie ein ausgefüllter **Selbstauskunftsbogen**, den wir Ihnen bei Anmeldung zusenden. Aktuelle Informationen zu den Einführungsworkshops finden Sie auf [www.apsys.org](http://www.apsys.org)

## INHALTE DER FORTBILDUNG

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
- Transgenerationales Trauma

## 3. Jahr (Advanced)

- 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 FORTBILDUNG

Gesamtumfang: 252 Zeitstunden (entspricht 336 Unterrichtseinheiten à 45 Min.)

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

14.-19. Apr 2018	Beginner I	6 Tage	St. Wolfgang, Salzburg	Urs Rentsch
15.-20. Okt 2018	Beginner II	6 Tage	St. Wolfgang, Salzburg	Urs Rentsch
06.-11. Mai 2019	Intermediate I	6 Tage	St. Wolfgang, Salzburg	Urs Rentsch
16.-21. Sep 2019	Intermediate II	6 Tage	St. Wolfgang, Salzburg	Urs Rentsch
04.-09. Mai 2020	Advanced I	6 Tage	St. Wolfgang, Salzburg	Heike Gattnar
19.-24. Okt. 2020	Advanced II	6 Tage	St. Wolfgang, Salzburg	Heike Gattnar

### 2. Einzel-Selbsterfahrung: Mindestanforderung für Diplom: 18 Stunden (Pro Fortbildungsabschnitt 6 Sitzungen).

Die Einzel-Selbsterfahrungs-Sitzungen können während und zwischen den Fortbildungsmodulen bei anerkannten SE-Praktiker\_innen absolviert werden. Eine Liste der anerkannten Therapeut\_innen 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. Jahr)

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

### **4. Peergruppentreffen**

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

### **SEMINARZEITEN**

Die Fortbildungsmodulare 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.

### **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 zu Beginn der Ausbildung mitgeteilt.

### **KURSGRÖSSE**

Die Weiterbildung findet mit einer Teilnehmer\_innenzahl von 20 – 55 Personen statt. Der Veranstalter ist für den Fall der Unterschreitung der Mindestteilnehmer\_innenzahl berechtigt, die Veranstaltung bis spätestens 3 Wochen vor Fortbildungsbeginn abzusagen.

## **SEMINARORTE**

### **Einführungsworkshops:**

1.

Wien, 12.-13. November 2016  
Seminarzentrum Vitamynd  
Dornbacherstr. 62, 1170 Wien

2.

Graz, 1.-2. April 2017  
Studio 61  
Glacisstrasse 61a, 8010 Graz

3.

Hall/Tirol, 20.-21. Mai 2017  
Parkhotel Hall  
Thurnfeldgasse1, 6060 Hall

### **Fortbildung:**

bifeb – Bundesinstitut für Erwachsenenbildung  
Bürglstein 1-7, 5360 St. Wolfgang  
[www.bifeb.at/](http://www.bifeb.at/)  
[office@bifeb.at](mailto:office@bifeb.at)

## **UNTERKUNFT-FORTBILDUNG**

bifeb – Bundesinstitut für Erwachsenenbildung

## FORTBILDUNGS-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.

## ÜBERBLICK ÜBER UMFANG UND KOSTEN

Beginner I + II	72 Zeitstunden		€ 1680.-	+ 20% MwSt
Intermediate I + II	72 Zeitstunden		€ 1680.-	+ 20% MwSt
Advanced I + II	72 Zeitstunden		€ 1680.-	+ 20% MwSt
Einzelselbsterfahrung	18 Zeitstunden	à ca. € 85	ca. € 1530.-	+ 20% MwSt
Supervision	18 Zeitstunden	à € 50 - 90.-	ca. € 1260.-	+ 20% MwSt
Peergruppe (Empfehlung)			€ 0	
Gesamt (ohne Frühbucher)		ca.	€ 7830.-	+ 20% MwSt
Gesamt (Frühbucher)		ca.	€ 7470.-	+ 20% MwSt

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

## ZAHLUNGSBEDINGUNGEN

Sie erhalten von uns **gesonderte Rechnungen für jedes Fortbildungsjahr/jeden Abschnitt** (Beginner, Intermediate, Advanced). Der Erstbetrag ist nach erfolgter Anmeldung fällig, Zahlungsfrist für die beiden weiteren Fortbildungsjahre ist jeweils spätestens 4 Wochen vor Beginn des jeweiligen Jahres/Abschnitts. Ratenzahlung ist nach Absprache und gegen eine Bearbeitungsgebühr möglich.

### Frühbucherpreis:

Wir gewähren einen Preisnachlass für Frühbucher\_innen von EUR 10.- (+ 20% MwSt.) pro Seminartag, das sind für 12 Seminartage pro Fortbildungsjahr EUR 120.- (+ 20 % MwSt.).

- Die Frühbucher\_innen Anmelde- und Zahlungsfrist für das erste Fortbildungsjahr (Beginner) ist der **15.09.2017**
- Die Frühbucher\_innen Anmelde- und Zahlungsfrist für die beiden weiteren Fortbildungsjahre ist **jeweils 3 Monate** vor Beginn des nächsten Jahres/Abschnitts (Intermediate, Advanced)

Die Kosten für Einzelselbsterfahrung und Supervision sind von diesem Angebot ausgenommen.



## ANMELDUNG

Voraussetzung für die Teilnahme an der Fortbildung in SE<sup>®</sup> ist **der Besuch eines 2-tägigen Einführungsworkshops** (Intro) (siehe auch Teilnahmevoraussetzungen S. 3), sowie ein ausgefüllter **Selbstauskunftsbogen**, den wir Ihnen bei Anmeldung zusenden.

Wir bitten Sie, diesen Selbstauskunftsbogen 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.

Nach positiver Prüfung des Selbstauskunftsbogens durch Urs Rentsch ist Ihre Anmeldung abgeschlossen. Wir bestätigen Ihnen dies sodann schriftlich.

Ihr Platz ist damit für den gesamten 3-jährigen Zeitraum der Fortbildung gesichert. Sie melden sich aber gesondert für jedes weitere Fortbildungsjahr an: nach dem Seminar Beginner II wird eine Vereinbarung zur verbindlichen Teilnahme am Abschnitt Intermediate (I+II) getroffen, sowie nach dem Seminar Intermediate II eine Vereinbarung zur verbindlichen Teilnahme am Abschnitt Advanced (I+II)

Bitte senden Sie Ihre Anmeldung mit beiliegendem Formular per Email, Fax oder Post an:

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

## RÜCKTRITTSBEDINGUNGEN

Der Rücktritt muss schriftlich erfolgen.

### Rücktritt vor Beginn der Fortbildung

Bei Rücktritt bis 15. Dezember 2017 wird eine Bearbeitungsgebühr von € 80,- verrechnet. Danach ist der volle Beitrag für das 1. Fortbildungsjahr zu bezahlen, wenn der für Sie reservierte Platz nicht durch eine/n Ersatzteilnehmer\_in besetzt werden kann.

### Rücktritt während der Fortbildung

Ihr Platz ist von unserer Seite für den gesamten 3-jährigen Zeitraum der Fortbildung gesichert. Sie melden sich aber gesondert für jedes Fortbildungsjahr an: am Ende des Seminars Beginner II wird eine Vereinbarung zur verbindlichen Teilnahme am Abschnitt Intermediate (I+II) getroffen, sowie am Ende des Seminars Intermediate II eine Vereinbarung zur verbindlichen Teilnahme am Abschnitt Advanced (I+II)

Bei Rücktritt ab dem 30. Tag vor Beginn des nächsten Fortbildungsjahres, zu dem Sie sich angemeldet haben, sind 50% des Beitrags des jeweiligen Abschnitts (Beginner / Intermediate / Advanced) zu entrichten. Bei einem späteren Rücktritt ist der gesamte Beitrag zu bezahlen.

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 der Beitrag für das jeweilige Fortbildungsjahr trotzdem sofort zu bezahlen und der Betrag wird auf schriftlichen Antrag beim Institut APSYS für die Teilnahme zu einem späteren Zeitpunkt des noch ausstehenden Kurses bzw. Gesamtkursgebühr gutgeschrieben. Es besteht kein Erstattungsanspruch auf die Seminargebühr versäumter Fortbildungsabschnitte.

Sollten wir aus wichtigem Grund (z.B. Erkrankung der Kursleiterin bzw. des Kursleiters oder zu geringe Teilnehmer\_innenzahl) gezwungen sein, die Fortbildung kurzfristig zu stornieren oder zu verschieben, so verpflichten wir uns zur Rückzahlung der vollen Seminargebühr. 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 Teilnehmer\_in im Hinblick auf die Arbeit mit traumatisierten Menschen noch mehr der persönlichen Stabilisierung bedarf, ist der Veranstalter auf Anraten der Trainer\_innen berechtigt, den/die Teilnehmer\_n 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 Fortbildungsleitung mitgeteilt. Bei einem Rücktritt werden unter diesen Umständen keine weiteren Seminargebühren fällig.

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

## **HAFTUNG**

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

## Anmeldeformular zur SE-Weiterbildung 2018 - 2020

Name:.....

Vorname:.....

PLZ / Ort:.....

Straße:.....

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

E-Mail:.....

Beruf: .....

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

.....

**Anmeldung** BEGINNER I +II

Hiermit melde ich mich verbindlich zur SE-FORTBILDUNG 2018 - 2020 an. Ich nehme auf eigene Verantwortung teil. Mit meiner Unterschrift bestätige ich, dass ich alle Konditionen des Curriculums zur Kenntnis genommen habe und damit einverstanden bin

Ort / Datum: .....

Unterschrift: .....