

## Curriculum SOMA-EMBODIMENT®

**Berührung und Bewegung zur emotionalen Regulation in der Trauma  
Therapie**

**Mit Sônia Gomes, PHD, Brasilien**



### **Sônia Gomes, PHD**

Dr. Sônia Gomes (BRA) ist Psychologische Psychotherapeutin und seit 35 Jahren im Bereich körpertherapeutischer Verfahren tätig. Sie ist Begründerin von SOMA-EMBODIMENT®, einer ganzheitlich orientierten Begleitform mit Inspirationen aus dem SE® von Peter A. Levine, dem Rolfing von Ida Rolf, der Polyvagalen Theorie von Stephen Porges und der Bewegungslehre von Hubert Godard. Dankbar ist sie auf ihrem Weg für die Unterstützung durch Marcelo Muniz und Urs Honauer. Sônia ist international als SE®-Lehrerin mit großem Herz und tiefem neurologischen Fachwissen bekannt. Dank ihren Hintergründen in der Rolfing Körperarbeit, der Bewegungslehre von Hubert Godard, ihrer naturalistisch ausgerichteten brasilianischen Herkunft und langjähriger Erfahrung als SE®-Advanced-Lehrerin kann sie auf ein enorm dichtes und gutvernetztes theoretisches wie praktisches Wissen bauen. Ihre Live-Demos gelten als exklusiv und berührend. Es ist ihr ein großes Anliegen, Menschen in ihrer persönlichen und spirituellen Entwicklung zu unterstützen. Wenn sie nicht auf Reisen ist, wohnt Sônia Gomes in Salvador de Bahia.

Besuchen Sie die Homepage von SOMA: [www.soniagomesphd.com](http://www.soniagomesphd.com)

## **Was ist SOMA-EMBODIMENT®?**

Soma-Embodiment® wurde von Sônia Gomes, PHD, entwickelt. Soma-Embodiment® bietet diagnostische Möglichkeiten, gibt Berührungs- und Bewegungs-Werkzeuge und unterstützt das haptisches Erwachen, um emotionales Trauma, Entwicklungs- und Schocktrauma zu transformieren.

Das SOMA-EMBODIMENT® Trainingsprogramm wurde neu überarbeitet und erweitert.

Es beinhaltet technische Aspekte der Struktur- und Bewegungsintegration nach Dr. Ida Rolf und der Tonic Funktion nach Hubert Godard, der die Aspekte von Wahrnehmung, Koordination, Körperstruktur und Psychologie in sein Arbeitsmodell integriert hat. Daneben ist Soma-Embodiment® erfüllt von einem psycho-physiologischen Verständnis von Trauma durch Dr. Peter Levine, gestützt auf die Polyvagal Theorie von Dr. Stephen Porges und Beiträgen der ökologischen Psychologie dargelegt durch Dr. James Gibson. Die Arbeiten von Henri Wallon, Donald Winnicott und André Bullinger gestalten das Programm ebenso mit.

## **Das grundlegende Konzept von SOMA-EMBODIMENT®**

Bei jedem Trauma kommt es zu einer Unterbrechung in der sensomotorischen Koordination. Dies kann in jedem Stadium menschlicher Entwicklung geschehen. Daher braucht es vor einer Neustrukturierung eines emotionalen Traumas eine körperliche Stabilisierung.

Soma-Embodiment® Praktizierende helfen den Klient\*innen Trauma-Bereiche durch Aufmerksamkeit auf das Soziale Nervensystem (Porges), durch Bewegung und Integration (Godard, Rolf), durch das Wiederherstellen von physischer Stabilität, durch Wahrnehmung und Propriozeption (Eigenwahrnehmung) wiederherzustellen.

Praktizierende unterstützen in kleinen Schritten die Befreiung von gebundenen Trauma-Energien und Mustern, um die physiologische Funktion, die Orientierung und Resilienz (Levine) des Klienten zu optimieren, was sich in einer größeren Fähigkeit zur persönlichen Vertretung, in angemessenen Beziehungen, Leichtigkeit und Freude ausdrückt.

## **Der Beitrag von SOMA-EMBODIMENT®**

In der Arbeit mit traumatisierten Klient\*innen müssen Therapeut\*innen ihre persönliche Verkörperung als Model zur Verfügung stellen. Diese verkörperte

Präsenz befähigt die Klient\*innen, ihre Sicherheit in ihren Trauma-Bereichen wieder zu gewinnen.

**SOMA-EMBODIMENT®** bietet den Teilnehmenden Unterstützung und Anleitung bei der strukturellen Reorganisation und führt zu einer Erleichterung in der Körperorientierung in Beziehung zur Schwerkraft und zum Raum. Dies führt zu einer wiederhergestellten Wahrnehmung und Selbstwahrnehmung (Propriozeption) mit größerer Stabilität und mehr Erdung, was wichtige Vorbedingungen für die Behandlung bzw. Verhinderung von Emotionalen Traumen sind. Die Teilnehmenden arbeiten an einer Selbstregulierung und lernen Resonanz und Intuition mit größerem Vertrauen zu nutzen.

Die durch SOMA entwickelten Bindungen für Unterstützung und Sicherheit helfen dem/der Therapeut\*in, die Lösung des durch Trauma verursachten Schocks zu initiieren. Auf diese Weise können sich Klient\*innen ihrer Gefühle und Empfindungen bewusstwerden und sie spüren. Sie können sich ihren Wahrnehmungen öffnen, zu denen sie zuvor durch die eingefrorenen Reaktionen (Freeze) keinen Zugang hatten.

Die Fixierung von bestimmten Elementen in der Entwicklung, die noch nicht vollständig ausgereift sind, kann dazu führen, dass der Körper des Klienten ein Abwehrmuster in der Körperhaltung zeigt, das sich in frühen entwicklungsbedingten Bewegungen oder in frühem emotionalen Verhalten zeigt. Dies gibt dem Therapeuten Hinweise darauf, wo und wie Körper, Geist und Nervensystem in der Freeze-Antwort gefangen sind.

Die Teilnehmer\*innen lernen, wie sie bestimmte Verfahren auf verschiedene Arten von Traumata anwenden, um die verzerrten Wahrnehmungen der emotionalen Schichten, die in der Vergangenheit verinnerlicht und unterdrückt wurden, zu entkoppeln.

Durch die Erforschung des haptischen Systems ist es möglich, Betroffenen zu helfen, ihre interne konditionierte Umgebung zu verlassen und Elemente der externen Umgebung mit den Sinnen zu erkunden. Durch Berühren und Berührt werden durch den/die Therapeut\*in in gegenseitiger Resonanz wird eine natürliche innere Bewegung der angeborenen Intelligenz des Körpers hervorgerufen. So kann es die Symptome von Schock oder chronischem Trauma und/oder komplexen Erkrankungen wie Syndrome heilsam verändern und zu einem JA zum Körper, JA zum inneren Kind, JA zum Leben führen.

# Die Struktur der SOMA-EMBODIMENT® - Fortbildung

## Teilnehmer\*innen

Es sind Personen zur Ausbildung zugelassen, die eine SE®-Ausbildung abgeschlossen oder mindestens bis Intermediate absolviert haben.

Das Training umfasst 4 x 4 Tage.

Günstig ist es in dieser Zeit mind. 5 Einzelstunden Selbsterfahrung bei autorisierten Trainer\*innen zu absolvieren.

Der Lehrgang findet in Englischer Sprache mit Übersetzung statt.

## SOMA-EMBODIMENT® Trainingsablauf und Inhalte

### Modul 1 Do. 15. Okt. bis So. 18. Okt. 2020

- Trauma und Bedrohungen, Stresserfahrung vor und nach der Geburt
- Traumagedächtnis und Nervensystem
- Territorialität & Phorisches System als ein Territorium
- Tonic Function (Godard) Tonische Haltung ( Bullinger)
- Verkörperung und Wahrnehmung
- 4 fundamentale Gelenke
- Gleichgewichtssystem, Raumwahrnehmung, Kinesphäre
- Otholiten, Vergenzen, Schwerkraft
- Fixierung und Hemmung
- Sicherheit und Bedrohung in der frühen Entwicklung
- Das haptische System aktiv und inaktiv
- Wahrnehmung des Atems
- Übungen
- Demonstrationen zu Allgemeinem Trauma, emotionalem Missbrauch, Sturztrauma

### Modul 2 Do. 11. März bis So. 14. März 2021

- Territorialität & Phorisches System als Territorium
- Sicherheit und Bedrohung in der frühen Entwicklung
- Selbstregulation, unterschiedliche Körperzustand
- Selbstwahrnehmung

- Interozeption, Muskelwahrnehmung
- Berührung und Bewegung in der Trauma-Heilung
- Bewegung als Bestandteil der Körperhaltung (Bullinger)
- Abwehr- Verteidigungshaltungen des Körpers
- Körperhaltungen bei Stress und Trauma
- Der “G” Punkt
- Core-Stability (Kernstabilität) der Muskeln und des Körpers
- Medizinische Traumata
- Transgenerationale Traumata
- Demos
- Übungen zur Verkörperung

### **Modul 3** Sa. 18. Sept. bis Di. 21. Sept. 2021

- Psychomotorische Entwicklung
- Biologische Verhaltensreaktionen von Kindern und was dazu gehört
- Die Neuromuskuläre Spindel ist wo sich Psyche und Körper treffen
- Gammamotoneuronen: gute Plastizität wird durch das Gamma System erzeugt
- Vorgeburts- und Geburtstraumata,
- Entwicklungsherausforderungen
- Bewegung und Gestik des Atems
- Einfluss der Schwerkraft auf die Atemmuskulatur und wie man sie verringern kann
- Demonstrationen und praktische Übungen

### **Modul 4** Mi. 23. März bis Sa. 26. März 2022

- wird noch ergänzt

## **Termine**

- 1. Modul:** Do. 15. Okt. bis So. 18. Okt. 2020
- 2. Modul:** Do. 11. März bis So. 14. März 2021
- 3. Modul:** Sa. 18. Sept. bis Di. 21. Sept. 2021
- 4. Modul:** Mi. 23. März bis Sa. 26. März 2022

Wir starten am Beginn des Moduls jeweils um 10 Uhr und beenden das Modul jeweils um 18 Uhr

**Referentin:** Sônia Gomes, PHD in Englisch mit Übersetzung

**Anmeldung:** Sie melden sich zur gesamten Fortbildung an, nach dem ersten Seminarteil können Sie ohne Kosten aussteigen, wenn Sie nicht weitermachen wollen. Danach gelten folgende **Rücktrittsbedingungen:** Bei einem schriftlich bekannt gegebenen Rücktritt bis vier Wochen vor Seminarbeginn wird eine Bearbeitungsgebühr von € 50,00 verrechnet. Danach ist der volle Seminarbeitrag zu bezahlen, wenn der für Sie reservierte Seminarplatz nicht durch eine/n Ersatzteilnehmer\*In besetzt werden kann.

**Kosten:** EUR 660,- plus 20% MwSt. pro Seminarteil (pro 4 Tage á EUR 165,- + 20% MwSt. = EUR 792,-) bei **Anmeldung und Einzahlung** bis 2 Monate vor dem 1. Modul. Anmeldungen nach dieser Frist sind möglich, solange es freie Plätze gibt.

Wir bieten einen **Frühbucharbonus von EUR 84,-** (EUR 70,- plus 20% MwSt.), wenn Sie bis zum **15. August 2020** den Betrag des ersten Teils der Fortbildung an das Institut APSYS KG überweisen. Für den 2., 3. und 4. Teil gilt bis jeweils 3 Monate vor dem nächsten Termin derselbe Frühbucharbonus.

Dazu kommen Kosten für mind. 5 Einzelselbsterfahrungsstunden, mögliche Übernachtung und Verpflegung.

**Ort:** BH Retzhof, Dorfstraße 17, 8430 Wagna bei Leibnitz, Tel.: 03452 827880. Falls Sie ein Zimmer oder einen Abholdienst brauchen, klären Sie das bitte direkt mit dem Bildungshaus, da Unterkunft und Verpflegung nicht von APSYS organisiert wird. Das Bildungshaus stellt ein Zimmerkontingent von 20 Zimmern bis 2 Monate vor Seminarbeginn zur Verfügung.

# ANMELDUNG

Bitte senden Sie Ihre Anmeldung **schriftlich**  
**per Online-Formular:** [www.apsys.org](http://www.apsys.org)

**per E-Mail:** [office@apsys.org](mailto:office@apsys.org) oder

mit beiliegendem Anmeldeformular

**per Fax** (+43 316 325293) oder **per Post** an:

Institut APSYS KG, Leonhardstraße 91/1, 8010 Graz

Ich melde mich verbindlich zu folgender Fortbildung an (Ausstieg nach Modul 1 ohne Folgekosten möglich):

## SOMA-EMBODIMENT® mit Sonia Gomes, 2020-2022

NAME .....

ADRESSE .....

TEL. + FAX .....

EMAIL .....

BERUF .....

Ich bin mit den im Curriculum beschriebenen Rücktrittsbedingungen einverstanden.

Mit dieser Anmeldung stimme ich der Datenschutzerklärung, nachzulesen unter:

<https://apsys.org/datenschutz/> zu.

DATUM .....      UNTERSCHRIFT .....