Curriculum SOMA-EMBODIMENT

2024 - 2026

Berührung und Bewegung zur emotionalen Regulation in der Trauma Therapie

mit Sônia Gomes, Brasilien

Institut APSYS KG • Leonhardstrasse 91/I 8010 Graz • Tel +43 (0) 316 / 325291

office@apsys.org • www.apsys.org

Sônia Gomes

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

Was ist SOMA-EMBODIMENT®?

Soma-Embodiment wurde von Sônia Gomes, entwickelt. Soma-Embodiment bietet diagnostische Möglichkeiten, gibt Berührungs- und Bewegungs-Werkzeuge und unterstützt das haptische 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

Institut APSYS KG • Leonhardstrasse 91/I 8010 Graz • Tel +43 (0) 316 / 325291

office@apsys.org • www.apsys.org

(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 emotionalem Verhalten zeigt. Dies gibt dem/der Therapeut:in 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

Institut APSYS KG • Leonhardstrasse 91/I 8010 Graz • Tel +43 (0) 316 / 325291

office@apsys.org • www.apsys.org

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 Fortbildung zugelassen, die eine SE-Weiterbildung abgeschlossen oder mindestens bis Intermediate absolviert haben oder im Rahmen Ihrer beruflichen Tätigkeit berufsrechtlich Traumaarbeit bzw. Traumatherapie machen dürfen (Psychotherapeut:innen, Klinische Psycholog:innen, Arzt:innen für Psychiatrie/Psychotherapie).

Das Training umfasst 4 x 4 Tage.

Der Lehrgang wird von Sônia Gomes geleitet und sie wird dabei von Assistent:innen unterstützt, die die Übungen in den Kleingruppen begleiten.

Für das Zertifikat sind es in dieser Zeit mind. 5 Einzelstunden Selbsterfahrung bei autorisierten Trainer:innen (Assistent:innen) sowie 2 Gruppensupervisions-Stunden bei Sônia (über Zoom oder direkt) zu absolvieren.

Der Lehrgang findet in Englischer Sprache mit Deutscher Übersetzung statt.

SOMA-EMBODIMENT Trainingsablauf und Inhalte

Modul 1: 25. - 28. April 2024

- 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

Institut APSYS KG • Leonhardstrasse 91/I 8010 Graz • Tel +43 (0) 316 / 325291

office@apsys.org • www.apsys.org

Modul 2: 24. – 27. April 2025 (urspr. 14. - 17. November 2024)

- Territorialität & Phorisches System als Territorium
- Sicherheit und Bedrohung in der frühen Entwicklung
- Selbstregulation, unterschiedlicher 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: 05. – 08. Dezember 2025 (urspr. 24. - 27. April 2025)

- 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: 27. Februar – 02. März 2026 (urspr. 05. - 08. Dezember 2025)

- Darstellungsstrukturen des Körpers, die die Basisorientierung repräsentieren
- Emotionale Erlebnisse und Ausdrucksformen, wenn auf Traumata gestoßen wird
- Emotionen und Gefühle werden durch das Trauma zurückgehalten
- Wie der Präfrontale Cortex mit der emotionalen Stabilität und Wahrnehmung der Identität in Verbindung steht
- Den Zusammenhang von Emotionen mit dem neuronalen Kreislauf verstehen

Institut APSYS KG • Leonhardstrasse 91/I 8010 Graz • Tel +43 (0) 316 / 325291

office@apsys.org • www.apsys.org

- Emotionen und der Prozess des Bewusstseins
- Resonanz, Rhythmus und Synchronität
- Fokussierung auf: Heilung von Trauma unter Berücksichtigung der impliziten oder expliziten Erinnerungen
- Wie man emotionale traumatische Energie aufspürt, die mit den gespeicherten Erinnerungen im Zusammenhang steht durch: Arbeit mit den Interozeptoren/ Exterozeptoren sowie Propriozeptoren. Diese werden deutlich gemacht anhand der SE-Landkarte
- Körperwahrnehmung von komplexen Traumata
- Auflösen von Bewegungseinschränkungen im Körper, die mit bestimmten Symptomen und Verhaltensauffälligkeiten einhergehen, um ein Gleichgewicht im autonomen Nervensystem herzustellen.
- Integration und das Prinzip der Ganzheit

TERMINE

Modul 1: **25. - 28. April 2024 im Retzhof**

Modul 2: **24. - 27. April 2025** (urspr. 14. - 17. November 2024) **im Retzhof**

Modul 3: **05. - 08. Dezember 2025** (urspr. 24. - 27. April 2025) **im Retzhof**

Modul 4: **27. Februar – 02. März 2026** (urspr. 05. - 08. Dezember 2025) **im Retzhof**

Wir starten am Beginn des Moduls jeweils um 10:00 Uhr am ersten Tag und beenden das Modul am letzten Tag um ca. 13:30 Uhr.

REFERENTIN Sônia Gomes, in Englisch mit Deutscher 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:

Institut APSYS KG • Leonhardstrasse 91/I 8010 Graz • Tel +43 (0) 316 / 325291

office@apsys.org • www.apsys.org

RÜCKTRITTSBEDINGUNGEN

Bei einem schriftlich bekannt gegebenen Rücktritt bis vier Wochen vor Seminarbeginn wird eine Bearbeitungsgebühr von € 90,00 verrechnet. Danach ist der volle Seminarbeitrag zu bezahlen, wenn der für Sie reservierte Seminarplatz nicht durch eine/n Ersatzteilnehmer:In besetzt werden kann.

KOSTEN

€ 660,00 plus 20% MwSt. pro Seminarteil (pro 4 Tage á € 165,00 + 20% MwSt. = € 792,00) bei **Anmeldung und Einzahlung** bis 2 Monate vor dem 1. bzw. 2 Seminarteil. Anmeldungen nach dieser Frist sind möglich.

Wir bieten einen **Frühbucherbonus von € 84,00** (€ 70,00 plus 20% MwSt.), wenn Sie bis zum **25. Jänner 2024** den Betrag des ersten Teils der Fortbildung an das Institut APSYS KG überweisen. Für die anderen Teile gilt das gleich, d. h. bis jeweils 3 Monate vor dem nächsten Termin gilt derselbe Frühbucherbonus.

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

ORT

BH Retzhof, Dorfstraße 17, 8430 Wagna bei Leibnitz, Tel.: +43 (0) 3452 / 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.

Institut APSYS KG • Leonhardstrasse 91/I 8010 Graz • Tel +43 (0) 316 / 325291

office@apsys.org • www.apsys.org