

---

## Somatic Experiencing® Trauma-Therapie

**Somatic Experiencing®** 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“ nicht nur um eine psychische, sondern um eine komplexe psycho-physiologische Reaktion handelt. Somatic Experiencing® sieht Trauma als eine Antwort des Körpers auf eine als lebensbedrohlich erlebte Situation, die biologisch unvollständig geblieben ist und als eine Blockade im Nervensystem weiter wirkt. Traumatische Verfestigungen entstehen u.a. dadurch, dass Überlebensreaktionen, die vom Nervensystem geplant wurden, nicht erfolgreich abgeschlossen werden konnten.

**Im Somatic Experiencing® arbeiten wir** mit den Folgen des überwältigenden Ereignisses im Körper und im Nervensystem und nicht mit dem Ereignis selbst. Der Kontakt mit dem Nervensystem wird vor allem über die körperlichen Empfindungen hergestellt.

**Das Trauma wird „neu verhandelt“** durch ein „Pendeln“ zwischen den belastenden traumatischen Erfahrungen und den nicht genutzten biologischen Ressourcen. Diese Arbeit erfolgt in kleinen Schritten. Das traumatische Ereignis selbst wird nicht fokussiert. Eine Verstärkung und Re-Traumatisierung wird dadurch vermieden.

**Die nicht abgeschlossenen Prozesse** werden vervollständigt. Dadurch gewinnen die Personen nach und nach die im Trauma eingefrorene Überlebensenergie wieder zurück. Körperliche und psychische Symptome wie Schmerzen, Überregbarkeit, Ängste, Depression, Dissoziation, Schlaflosigkeit u. a. lösen sich dann meist nachhaltig auf.

**Somatic Experiencing®** ist eine wertvolle Kurzzeit-Therapie, die sich in viele Beratungs- und Therapiekonzepte integrieren lässt. Bewährt hat sich die Methode auch bei Notfall-Interventionen.

---

## Weiterbildung in Somatic Experiencing®

Die dreijährige Weiterbildung besteht aus 6 Blockseminaren ...

### **Beginn:**

16. – 21. September 2008

### **Weitere Termine:**

März 2009,

September 2009,

März 2010,

September 2010,

März 2011

jeweils Dienstag, 10:00 Uhr – Sonntag, 13:30 Uhr

*Seminargebühr €*

*zuzüglich Pensionskosten:*

---

## Leitung

### **Heike Gattnar,**

geb. 1943, verheiratet, 2 Kinder, hat ihre berufliche Laufbahn als Forschungs-Assistentin auf dem Gebiet der Neuropsychologie in München begonnen.

Sie ist ausgebildet in tiefenpsychologisch fundierter Körperarbeit, Stimm- und Kunsttherapie, Feldenkrais® und Somatic Experiencing®. Ihre Arbeit ist durch die Jung'sche Psychologie, Meditation und holistische Heilansätze geprägt.

1997 traf sie Dr. Peter Levine und arbeitet seither kontinuierlich mit und über Somatic Experiencing. Selbst während des 2. Weltkrieges geboren, ist es Ihr Wunsch, bei der Verbreitung von SE als Methode zu helfen und zur Auflösung des Traumas der Kriege in Europa beizutragen, insbesondere bei Betroffenen der 2. und 3. Generation.

Heike Gattnar gehört dem Lehrkörper der Foundation for Human Enrichment (FHE) an und unterrichtet SE-Trainings-Programme sowie Einführungskurse (Intros) in Deutschland, Österreich, der Slowakei, in Norwegen und Schweden. Sie wohnt in München, wo sie als Körperpsychotherapeutin in eigener Praxis tätig ist.



---

## Einführungs-Workshops (Intros)

**Die 2-tägigen Einführungs-Workshops** in Somatic Experiencing (SE)® bieten Gelegenheit, sich mit diesem biologisch orientierten Ansatz der Traumabewältigung bekannt zu machen.

**Eingeladen sind Interessierte** aus medizinischen, pädagogischen und psychotherapeutischen Berufen, KörpertherapeutInnen sowie SeelsorgerInnen, NotfallhelferInnen und alle, die traumatisierte Menschen begleiten.

### **Inhalte:**

- Hintergründe zur Trauma-Geschichte
- Grundlegende Theorie zu Somatic Experiencing (SE)® und zur Biologie von Trauma: Wie entstehen körperliche und psychische Symptome durch Trauma?
- Demonstration der Arbeitsweise im Somatic Experiencing® mit den wesentlichen Arbeitsprinzipien
- Erste praktische Erfahrungen durch eigenes Üben unter Supervision

Die Teilnahme an einem Einführungs-Workshop ist Voraussetzung für die Zulassung zur 3-jährigen Weiterbildung in Somatic Experiencing (SE)®.

### **Termine und Orte:**

1. 09. – 10. November 2007 in Hamburg

2. 15. – 16. März 2008 im Odenwald-Institut

3. 17. – 18. Mai 2008 im Osterberg-Institut

4. 30. – 31. August 2008 in Hannover

### **Seminargebühr:**

€ 190 (1 und 4) bzw € 200 (2 und 3) für Privatzahler bzw. € 240 / € 250, wenn die Kosten ganz oder teilweise von einem Anstellungsträger übernommen werden. Hinzu kommen nach den jeweiligen Gegebenheiten die Pensionskosten..

### **Literatur zu Somatic Experiencing (SE)®:**

Peter Levine, Ann Frederck: Trauma-Heilung. Das Erwachen des Tigers (Synthesis)

Peter Levine, Maggie Kline: Verwundete Kinderseelen heilen (Kösel)

## Anmeldung

- Ich bin interessiert an der Weiterbildung und bitte um ausführliche Informationen.
- Ich melde mich an zum Intro in  
Datum \_\_\_\_\_ Seminar-Nr. \_\_\_\_\_

Name \_\_\_\_\_

Straße \_\_\_\_\_

PLZ / Ort \_\_\_\_\_

Telefon / Fax \_\_\_\_\_

Beruf / Arbeitsfeld \_\_\_\_\_

Geburtsdatum \_\_\_\_\_ männlich  weiblich

### Zahlungsweise:

Die Kursgebühr wird 8 Wochen vor Kursbeginn überwiesen. Ziehen Sie die Kursgebühr und die Pensionskosten zum jeweiligen Termin von dem unten genannten Konto ein.

Kt.-Nr. \_\_\_\_\_ KontoinhaberIn  
Bank \_\_\_\_\_ BLZ \_\_\_\_\_

Sie sparen sich und uns Zeit, wenn Sie die Einzugsermächtigung unterschreiben. Andernfalls überweisen Sie bitte die Kursgebühr 8 Wochen vor Kursbeginn und zahlen die Pensionskosten vor Ort

### Zimmerwunsch:

- Doppelzimmer.
- Einzelzimmer im Haus, wenn möglich.
- Unbedingt Einzelzimmer, nötigenfalls gegen Mehrkosten in einem Gasthaus / Hotel.
- Ich übernachtete nicht im Tagungshaus.
- Ich wünsche fleischloses Mittagessen.

Ich habe von den allgemeinen Geschäftsbedingungen im aktuellen Programmheft Kenntnis genommen und erkenne sie für mich und die von mir angemeldeten Personen an. Ich bin in der Lage, eigenverantwortlich am Kurs teilzunehmen.

\_\_\_\_\_  
Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift

## Im Programm des Osterberg-Instituts finden Sie

**Training und Coaching**  
für Menschen mit Leitungs- und Führungsaufgaben

**Fort- und Weiterbildung**  
für MultiplikatorInnen, die mit Kindern, Jugendlichen, Paaren, Eltern und Familien arbeiten

**Kurse zu Sinnfragen**  
und zu Wegen  
spiritueller Erfahrung

**Angebote für Familien, Paare,**  
werdende und junge Eltern

Gern senden wir Ihnen unsere Programmhefte. Alle Seminare sowie aktuelle Ergänzungen finden Sie auf unserer Website.



**Osterberg-Institut**  
der Karl Kübel Stiftung

Am Hang

24306 Niederkleveez

Fon 04523 – 99290

Fax 04523 – 992950

Email [info@osterberginstitut.de](mailto:info@osterberginstitut.de)

Internet [www.osterberginstitut.de](http://www.osterberginstitut.de)



**Osterberg-Institut**  
der Karl Kübel Stiftung

# Somatic Experiencing

## Ein biologischer Ansatz zur Trauma-Bewältigung

Einführungskurse und  
Informationen  
zur Weiterbildung

**Bild?**

Akkreditiert durch die  
Psychotherapeutenkammer  
Schleswig-Holstein ?