

● TERMIN & PREIS

Fr., 11.12., 18.30 h –
So., 13.12.26, 14.00 h

Kursgebühr 350 €
zuzüglich Vollpension
Ort/Anmeldung:
ZIST Penzberg Nr. 261230

*Anerkennung von
Fortbildungspunkten
wird beantragt.

● Anreise nach ZIST

Anreise Informationen scannen:



Falls Sie ein Taxi benötigen:
Taxi Zanker: +49-8856-2270 oder +49-172-8307339
Taxi Murat: +49-8856-8690576 oder +49-176-31756445



ZIST ist ein Institut für persönliche und berufliche Fortbildung zur Entwicklung menschlicher Kompetenz durch Selbsterfahrung in Krisenhilfe, Wegbegleitung und Psychotherapie vor dem Hintergrund der Humanistischen Psychologie und ist zudem Sitz der *ZIST Akademie für Psychotherapie*.

ZIST liegt in herrlicher Alleinlage im bayerischen Voralpenland in der Nähe von München.

Das Programmangebot von ZIST umfasst



SELBSTERFAHRUNG

- Workshops zur Selbsterfahrung in den Bereichen Persönliches Wachstum, Beziehungen, Gesundheit, Kreativität und Spiritualität.



FORT-, WEITER- UND AUSBILDUNG

- Workshops zur Fortbildung und
- längere Fort-, Weiter- und Ausbildungen in tiefenpsychologisch fundierten, potentialorientierten und Spiritualität integrierenden Verfahren.



ZIST AKADEMIE FÜR PSYCHOTHERAPIE

- Ausbildung zu Psychologischen Psychotherapeuten (m/w/d) an der staatlich anerkannten *ZIST Akademie für Psychotherapie*.



WEITERE ANGEBOTE

- Vorträge von namhaften Referenten und Dozenten (jeweils m/w/d).
- Schnuppertage.

ZIST gemeinnützige GmbH

Zist 1 | 82377 Penzberg

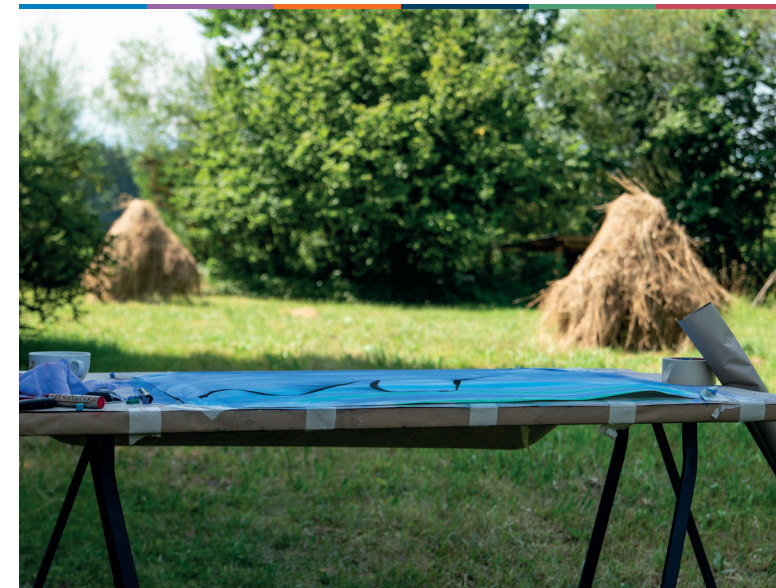
E-Mail **info@zist.de**
Telefon **+49-8856-93690**

www.zist.de | www.zist-akademie.de | Facebook



Lilian Troost

EINFÜHRUNG IN DIE TRAUMATHERAPIE *SOMATIC EXPERIENCING**



WEITERBILDUNG

DEZEMBER 2026

EINFÜHRUNG IN DIE TRAUMATHERAPIE SOMATIC EXPERIENCING*

● KURSBESCHREIBUNG

Dieser Kurs für Interessierte aus medizinischen und therapeutischen Berufen bietet eine theoretische und praktische Einführung in *Somatic Experiencing* (SE) nach Dr. Peter Levine, ein körperorientiertes Modell zur Traumabehandlung.

SE ist ein psychophysiologischer Ansatz zur Behandlung von Schock- und Entwicklungstrauma. Dabei wird durch

- behutsames Hinführen zur instinktiven Körperempfindung,
- Aufbau von Ressourcen und
- Arbeit in kleinen Schritten

eine umfassende Katharsis und eine dadurch möglicherweise ausgelöste Retraumatisierung vermieden. Der Körper kann den traumatischen Stress graduell abbauen und die im Nervensystem gebundene hohe Energie schrittweise entladen. Oft wird es dadurch möglich, die körperlichen und psychischen Traumafolgen aufzulösen. Eine ausführliche Beschreibung der Methode finden Sie auf der Webseite von Somatic Experiencing: www.somatic-experiencing.de

Die Teilnehmer (m/w/d) lernen, mit dem ganzheitlichen inneren Empfinden zu arbeiten und entwickeln ein Verständnis für die Selbstregulierungsmechanismen unseres Nervensystems.

Der Kurs bietet die Möglichkeit, die Voraussetzungen für die Teilnahme an den dreijährigen Weiterbildungen in Somatic Experiencing zu erfüllen. Die nächste Weiterbildung in ZIST beginnt im April 2027.

● BIOGRAFIE



Lilian Troost arbeitet in eigener Praxis für Psychologische Beratung. Seit 2013 ist sie in Somatic Experiencing (SE) ausgebildet. Sie assistierte in zahlreichen Trainings bei verschiedenen Lehrern (m/w/d) sowie bei Fortbildungen mit Peter Levine auf internationaler Ebene. Zu ihrem Hintergrund gehören die Arbeit mit Ego-State Therapie (Maggie Phillips), Neuroaffektiver Entwicklungspsychologie (Marianne Bentzen und Dr. Susan Hart) sowie SE mit Maggie Kline. Zudem praktiziert sie Biodynamische Craniosacrale Körpertherapie. www.lilian-troost.eu

