

● **Anreise mit der Bahn**

Fahren Sie vom Starnberger Bahnhof, einem Flügelbahnhof des Münchener Hauptbahnhofs, in Richtung Garmisch bis Tutzing und von dort weiter mit der Regionalbahn Richtung Kochel bis nach Penzberg. Von dort geht es weiter mit dem Taxi. Wir empfehlen, das Taxi vorzubestellen unter den Rufnummern: +49-8856-81844 oder +49-8856-2270

● **Anreise mit dem Auto**

Mit dem Auto fahren Sie auf der Autobahn München–Garmisch bis zur Ausfahrt Penzberg, dann rechts in Richtung Iffeldorf, nach etwa 120 m direkt nach dem Ortsschild Unteraurach (dort steht links ein Wegweiser Richtung ZIST) wieder nach rechts und auf dem Nantesbucher Weg durch Wiesen und Wälder und an Seen vorbei genau 3,7 km bis ZIST.



Stand: 26.11.2021

- **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 in herrlicher Alleinlage im bayrischen Voralpenland und Heimat der *ZIST Akademie für Psychotherapie*.

Das Programmangebot von ZIST umfasst

- Workshops zur Selbsterfahrung in den Bereichen Persönliches Wachstum, Beziehungen, Gesundheit, Kreativität und Spiritualität.
- Workshops zur Fortbildung und
- längere Fort-, Weiter- und Ausbildungen in tiefenpsychologisch fundierten, potentialorientierten und Spiritualität integrierenden Verfahren.
- Ausbildung zu Psychologischen Psychotherapeutinnen/Psychotherapeuten an der staatlich anerkannten *ZIST Akademie für Psychotherapie*.



ZIST gemeinnützige GmbH

Zist 1 | 82377 Penzberg

E-Mail **info@zist.de**
Telefon **+49-8856-93690**
Mo. – Fr. 9.00 – 13.00 Uhr
und 14.00 – 15.30 Uhr

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



neu Sonia Gomes

SOMA-EMBODIMENT – WORKSHOP ZUR EINFÜHRUNG*

Auch als Voraussetzung zur Teilnahme am
SOMA-Embodiment Training



Kurs Sprache Englisch mit Übersetzung

FORTBILDUNG

APRIL 2022

SOMA-EMBODIMENT – WORKSHOP ZUR EINFÜHRUNG

● TERMIN & PREIS

**Do., 7.4., 18.30 h –
Mo., 11.4.22, 14.00 h**

Kursgebühr 720 €
zuzüglich Vollpension
Ort/Anmeldung: ZIST
Penzberg Nr. 220432

● KURSBESCHREIBUNG

Als Somatic Experiencing Practitioner und als Trauma-Therapeutinnen und -Therapeuten müssen wir bestimmte Fähigkeiten entwickeln, um unsere Klientinnen und Klienten dabei unterstützen zu können, ihre Erfahrungen zu *halten* und den Teil des Nervensystems zu integrieren, den das Erinnerungsvermögen in einer Lebensphase, in der die Klientinnen und Klienten ihre Plastizität (flexible, adaptierende Fähigkeit, sich von Stress oder Verletzung zu erholen) verloren haben, nicht vervollständigen konnte.

Wenn sich das Trauma erst einmal festgesetzt hat, ist der Körper nicht mehr erreichbar und es kommt zur Dissoziation. Wir müssen einen Zugang zum Erinnerungsvermögen finden, in dem Klientinnen und Klienten in das gewohnheitsmäßige Muster des Überlebensinstinkts eingebunden sind, um sie so unterstützen können, ihren Körper, ihren Geist und ihr Gehirn einen Ausweg finden zu lassen.

Das grundlegende Konzept von SOMA-Embodiment
In jeder Art von Trauma kommt es zu einem Bruch der sensomotorischen Koordination. Dies kann auf jeder Stufe der menschlichen Entwicklung geschehen. Der Körper muss, bevor das emotionale Trauma neu verhandelt werden kann, zu physischer Stabilität finden.

SOMA-Embodiment Practitioner unterstützen ihre Klientinnen und Klienten darin, neu durch das Trauma zu navigieren, indem sie mit ihnen Aufmerksamkeit auf das soziale Nervensystem (Porges) richten und alte Bewegungsmuster neu betrachten (Godard, Rolf). So können sie die Klientinnen und Klienten darin unterstützen, physische Stabilität, Wahrnehmung und Propriozeption wieder herzustellen. Practitioner titrieren die Freisetzung gebundener Traumaenergien und -muster, um die physiologische Funktion, Orientierung und Belastbarkeit der Klientin/ des Klienten zu verbessern (Levine). Dies spiegelt sich dann in einer größeren Fähigkeit zu persönlicher Handlungsfähigkeit, angemessener Beziehung, zu Leichtigkeit und Freude wieder.

Das von Dr. Sonia Gomes entwickelte SOMA-Embodiment Training bietet diagnostische Fähigkeiten, Berührungs- und Bewegungstechniken sowie ein haptisches Gewahrwerden, um Klientinnen und Klienten darin zu unterstützen, emotionale und Entwicklungs- und Schock-Traumata zu transformieren. Es beinhaltet technische Aspekte der Strukturellen

Integration von Dr. Ida Rolf sowie die Tonische Funktions- und Bewegungsanalyse von Hubert Godard. Weiterhin ist der SOMA-Ansatz mit dem psycho-physiologischem Verständnis von Trauma von Dr. Peter Levine durchzogen sowie durch die Polyvagal-Theorie von Dr. Stephen Porges und die Beiträge der von Dr. James Gibson entwickelten ökologischen Psychologie gestützt. Ansätze von Henri Wallon, Donald Winnicott und André Bullinger ergänzen das Programm.

Zielgruppe

Somatic Experiencing Studentinnen und Studenten, Somatic Experiencing Practitioner oder andere Fachleute, die mit Trauma arbeiten.

● BIOGRAFIE



Sonia Gomes, Ph.D., ist international als SE Lehrerin mit großem Herz und tiefem neurologischen Fachwissen bekannt. Dank ihrer Hintergründe 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 gut vernetztes theoretisches wie praktisches Wissen bauen. Ihre Live-Demos gelten als exklusiv und berührend. Sie liebt es, Menschen in ihrer persönlichen und spirituellen Entwicklung zu unterstützen. Sie hat außerdem die Körpertherapieform SOMA entwickelt. Sie lehrt in Südamerika, Südafrika, Europa, Asien und den USA.

*Anerkennung von
Fortbildungspunkten wird
beantragt.