UTA Akademie
Aus- und Weiterbildung

Venloer Str. 5-7, 50672 Köln
Tel. +49-221-57407-0, info@uta-akademie.de

SOMA-Embodiment®-Training

Transformation emotionaler Traumata durch gezielte Berührung und Bewegung

Datum:	**09.12.2026 - 18.02.2028**
Dauer:	20 Tage
Leitung:	**Sônia Gomes, PhD**
Anzahlung	500,00 €
Preis:	**3.740,00 €**

» Link zur Kursbeschreibung und Online-Buchung

Ansprechpartnerin

Marion Bohr
Tel. 0221-57407-23
marion.bohr@uta-akademie.de

Montag - Freitag
11:00 - 16:00 Uhr

SOMA-Embodiment® unterstützt die Wiederherstellung der multi-sensorischen Wahrnehmung und ermöglicht es, die Verbindung zum eigenen Körper sowie zu Empfindungen und Gefühlen neu zu entdecken. So entsteht ein Gefühl von Handlungsfähigkeit und Verkörperung. Die Methode lässt sich gut in Somatic Experiencing (SE)® und andere Traumaheilungsansätze integrieren.

Seminarbeschreibung

Was ist SOMA-Embodiment®?

SOMA-Embodiment® ist eine ganzheitlich psycho-physiologische Methode zur Transformation emotionaler Entwicklungs- und Schocktraumata durch gezielte Berührung und Bewegung. Die Methode wurde in Sônia Gomes' Doktorarbeit theoretisch beschrieben und wird heute von Fachleuten in mehr als einem Dutzend Ländern in der klinischen Praxis angewendet. SOMA-Embodiment® bietet einen Weg zurück in den lebendigen Körper. Der Fokus liegt auf der Reaktivierung der multi-sensorischen

Wahrnehmung des Körpers. Das Curriculum schöpft dabei aus einer Vielzahl von Einflüssen, darunter:

- **Psycho-physiologische Traumaverständnis** nach Peter Levine (SE®)
- **Polyvagal-Theorie** nach Stephen Porges
- **Tonische Funktion** nach Hubert Godard
- **Haptische System** nach James Gibson
- **Strukturelle Integration** nach Ida Rolf
- **Bindungsdynamik** nach Wallon, Winnicott und Bullinger

Zusammenhang zwischen Haptik, Erdung und Trauma

Jedes Trauma kann potenziell zu Störungen in der multi-sensorischen Wahrnehmung führen. Unser Tastsinn ist ein zentrales Element dieser Wahrnehmung. Er ermöglicht es, ein Gespür für uns selbst und unsere Umgebung beizubehalten, selbst, wenn wir mit anderen Aktivitäten beschäftigt sind. Ist dieser Sinn beeinträchtigt, verlieren wir eine wichtige Beziehungsgrundlage zu uns und unserer Umwelt. SOMA-Embodiment® legt daher besonderen Wert auf die Arbeit mit haptischen Reizen. Durch die Wiederherstellung unserer Innen- und Außenwahrnehmung können wir eine Basis für gesunde Beziehungen im Leben schaffen.

Hinzu kommt die Bedeutsamkeit physischer Stabilität im Körper – einem Gefühl, geerdet zu sein. Ist das Gefühl der Schwerkraft im Körper gestört, können Emotionen gehemmt oder nicht gehalten werden. SOMA-Embodiment® räumt deshalb der verkörperten Schwerkraft einen großen Stellenwert ein.

Hat der Körper einmal seine haptische Wahrnehmung zurückerobert und steht geerdet im Leben, kann die traumatische Energie neu verhandelt werden. Dies hilft Betroffenen, den Schock des Traumas langsam freizusetzen. Sie können beginnen, sich für Gefühle und Körperempfindungen zu öffnen, die zuvor durch die Erstarrungsreaktion unterdrückt wurden.

Schwerpunkte & Ziele

Die Teilnehmenden von SOMA-Embodiment® haben die Möglichkeit, täglich spezifische Sequenzen von Berührungen, Bewegungen und Wahrnehmungslenkung zu üben.

Dies bietet eine Vielzahl von Lerneffekten an:

- Verfeinerung der eigenen Wahrnehmung und Selbstregulation
- Verbesserung der Funktion ihres sozialen Nervensystems für gesündere Beziehungen
- Auflösung von traumabezogenen Spannungen im Körper
- Wiederherstellung der Funktion des sensomotorischen Systems
- Ausgleich des emotionalen Muskeltonus
- Sicherer Umgang im klinischen Kontext mit Resonanz und Intuition
- Effektiverer Umgang mit Geburtstraumata

In der Praxis ermöglicht SOMA-Embodiment® Menschen

- eine Neuverhandlung von Traumata durch die Wiederherstellung der Wahrnehmung und Propriozeption – Stabilität und Erdung,
- eine sanfte Freisetzung der traumatischen Energie,
- eine Entkopplung von verzerrter Wahrnehmung emotionaler Erlebnisse durch einen bewussten Fokus auf die Sinne und das haptische System – Berühren und Berührtwerden,
- einen Zugang zu den natürlichen Bewegungen des Körpers als Ausweg aus Zuständen hoher Aktivierung,
- das Finden eines neuen Realitätsbezugs durch das Umlernen von alten Bewegungsmustern,
- das Erleben von Selbstwirksamkeit,
- die Kapazität für angemessene Beziehungen, Freude und Leichtigkeit.

Themenübersicht

Insgesamt umfasst die Fortbildung in SOMA-Embodiment® 20 Unterrichtstage, aufgeteilt in 4 Module à 5 Tage. Jedes Modul bietet ausreichend Raum für praktische Übungen, die sich mit Themen wie Verkörperung, Atmung, Haptik, Bewegung, Schwerkraft und vielem mehr befassen. Darüber hinaus enthält jedes Modul Live-Demonstrationen mit freiwilligen Teilnehmenden aus der Gruppe.

Modul 1

- Trauma und Bedrohung, vor- und nachgeburtlicher Stress
- Traumatische Erinnerungen und das Nervensystem
- Territorialität und das phorische System als Territorium
- Tonische Funktion (Godard) und Tonus/Körperhaltung (Bullinger)
- Verkörperung und Wahrnehmung
- 4 grundlegende Gelenke
- Vestibuläres System, räumliche Organisation und Kinesphäre
- Otolithen, Vergenz und Schwerkraft
- Fixierung und Hemmung
- Aktives und inaktives haptisches System
- Globale Traumata wie emotionaler Missbrauch, unvermeidbarer Angriff, Trauma durch heftigen Aufprall

Modul 2

- Territorialität und das phorische System
- Sicherheit und Bedrohung in der frühkindlichen Entwicklung
- Selbstregulation – Körperzustände
- Interozeption
- Berührung und Bewegung in der Traumaheilung
- Bewegung als Bestandteil der Körperhaltung (Bullinger)
- Festhalten und die geometrische Korrektur der körperlichen Abwehrhaltung
- Auflösen von Haltemuster
- Finden des Schwerkraftpunktes: "G"-Punkt ("G" wie Gravity)

- Rumpfstabilisierungsmuskeln
- Spindelaktivität und Muskeltonus
- Medizinische Eingriffe und transgenerationales Trauma

Modul 3

- Psychomotorische Entwicklung
- Biologisch vorgegebene Reaktionen im Verhalten von Säuglingen und Kleinkindern und der Zusammenhang mit Bindungsdynamik
- Psyche trifft Körper: die neuromuskulären Spindeln
- Gamma-Motoneuronen und Plastizität
- Prä- und perinatale und Entwicklungstraumata

Modul 4

- Bindung und tonische/emotionale/sensorische Funktionen nach Bullinger und Winnicott
- Emotionale Regulation und das Nervensystem
- Grundlegende Emotionen und ANS-Reaktionen
- Das Zwerchfell: das Verständnis für den Atem vertiefen
- Sexuelles Trauma, Komplextraumatisierung und Syndrom-Kategorien
- Gesunde Bindung nach Maggie Kline
- Zustand des Im-Fluss-Seins (Flow-Erleben)

Zertifizierung

Um die Zertifizierung zu erlangen, ist es erforderlich, an allen 4 Fortbildungseinheiten teilzunehmen und insgesamt 7 Credits zu erwerben. Diese Credits können durch Einzelsitzungen und Gruppensupervisionen erlangt werden. Die Aufteilung der Credits sieht vor, dass 5 Credits aus Einzelsitzungen und 2 Credits aus Supervisionen bei dafür qualifizierten SOMA-Embodiment®-Praktizierenden erworben werden. Die Einzel- und Supervisionsstunden sind nicht im Preis der Fortbildung enthalten.

- Eine Einzelsitzung dauert eine Stunde und kostet 100 €. Sie ergibt einen Credit. Einzelsitzungen können während der Module oder auch zwischen den Modulen in Anspruch genommen werden.
- Die Gruppensupervisionen dauern eineinhalb Stunden und kosten 30 € pro Person. Eine Gruppensupervision ergibt 0,5 Credits. In jedem Modul wird eine Gruppensupervision angeboten.

Für den Fall von Fehlzeiten besteht die Möglichkeit, diese in begrenztem Umfang durch Einzelsupervision mit dem Lehrteam nachzuholen. Der Umfang der aufzubringenden Leistung variiert. In der Regel gleicht eine Stunde Einzelsupervision einen versäumten Tag aus. Zeitnahe Absprache mit dem Team ist erforderlich.

Zielgruppe & Voraussetzungen

SOMA-Embodiment® richtet sich an Menschen, die eine Ausbildung in Somatic Experiencing (SE)® begonnen haben oder bereits praktizieren. Die Fortbildung ist auch für Fachleute geeignet, die in verschiedenen therapeutischen Ansätzen im

Bereich der Traumaheilung ausgebildet sind. Die ausreichende berufliche Qualifikation wird anhand eines kurzen Bewerbungsbogens überprüft.

Termine & Seminarzeiten

Modul 1

09.-13. Dezember 2026 (Mi - So, 5 Tage)

Modul 2

17.-21. Mai 2027 (Mo - Fr, 5 Tage)

Modul 3

18.-22. Oktober 2027 (Mo - Fr, 5 Tage)

Modul 4

14. - 18. Februar 2028 (Mo - Fr, 5 Tage)

Beginn jeweils am 1. Tag um 10:00 Uhr,
Ende jeweils am letzten Tag um 17:00 Uhr.

Ratenzahlung

Für diese Ausbildung bieten wir die Möglichkeit der Ratenzahlung an. Die Raten und deren Fälligkeiten stehen im Ratenzahlungsvertrag, den wir rechtzeitig vor Fälligkeit der ersten Rate zuschicken.

Gesamtpreis bei Ratenzahlung: 3.780 €
4 Raten à 820 €
zzgl. der Anzahlung von 500 €

English Description

SOMA-Embodiment®
Transforming emotional trauma through intentional touch and movement

The essence of SOMA-Embodiment® lies in restoring multi-sensory perception. It enables individuals to reconnect with their bodies, re-opening access to their sensations and feelings. As a result, they experience themselves as capable of action and embodied. SOMA-Embodiment® can seamlessly be integrated into the practice of Somatic Experiencing (SE)® and other trauma healing methods.

What is SOMA-Embodiment®?

SOMA-Embodiment® is a holistic, psychophysiological method for transforming developmental and shock traumas through touch and movement. The method was theoretically described in Sônia Gomes' doctoral thesis and is now applied in clinical practice by professionals in more than a dozen countries. SOMA-Embodiment® offers a way back into the living body, focusing on reactivating the body's multi-sensory perception. The curriculum draws on a variety of influences, including:

- **Psychophysiological trauma understanding** according to Peter Levine (SE®)
- **Polyvagal Theory** according to Stephen Porges
- **Tonic function** according to Hubert Godard
- **Haptic System** according to James Gibson
- **Structural Integration** according to Ida Rolf
- **Attachment dynamics** according to Wallon, Winnicott, and Bullinger

Interplay between Hapticity, Grounding, and Trauma

Every trauma can potentially lead to disruptions in multi-sensory perception. Our sense of touch is a central element of this perception. It allows us to maintain a sense of ourselves and our surroundings, even when we are occupied with other activities. If this sense is impaired, we lose an essential basis for connecting with ourselves and our environment. SOMA-Embodiment® therefore places special emphasis on working with haptic stimuli. By restoring our inner and outer perception, we can create a foundation for healthy relationships in life.

In addition, the significance of physical stability in the body – a sense of being "grounded" – is considerable. If the sense of gravity in the body is disturbed, emotions can be inhibited or not contained. Therefore, embodied gravity holds great importance in SOMA-Embodiment®.

Once the body has reclaimed its haptic perception and stands grounded in life, the traumatic energy can be renegotiated. This helps clients to gradually release the shock of trauma. They can start to open up to feelings and bodily sensations that were previously suppressed by the freezing response.

Focus and Objectives

Participants in SOMA-Embodiment® have the opportunity to practice specific sequences of touch, movement, and guided perception on a daily basis.

This offers a variety of learning effects:

- Refining one's own perception and self-regulation
- Improving the function of their social nervous system for healthier relationships
- Dissolving trauma-related tensions in the body
- Restoring the function of the sensorimotor system
- Balancing of emotional muscle tone
- Safe handling of one's own resonance and intuition in a clinical context
- More effective dealing with birth traumas

In practice, SOMA-Embodiment® allows people

- Renegotiating trauma through the restoration of perception and proprioception – stability and grounding
- A gentle release of traumatic energy
- Decoupling distorted perception of emotional experiences through conscious focus on the senses and the haptic system – touching and being touched

- Accessing the body's natural movements as a way out of hyper arousal states
- Finding a new reality reference by unlearning old movement patterns
- Experiencing self-efficacy
- The capacity for appropriate relationships, joy, and ease

Curriculum – Overview

The SOMA-Embodiment® training course comprises a total of 20 teaching days, divided into four modules of five days each. Each module provides room for practical exercises dealing with topics such as embodiment, breathing, haptics, movement, gravity, and many more. Furthermore, each module contains live demonstrations with volunteer participants from the group.

Module 1

- Trauma and threat, pre- and postnatal stress
- Traumatic memories and the nervous system
- Territoriality and the phoric system as territory
- Tonic Function (Godard) and Tonus/Posture (Bullinger)
- Embodiment and perception
- 4 fundamental joints
- Vestibular system, spatial organization, and kinesphere
- Otoliths, vergence, and gravity
- Fixation and inhibition
- Active and inactive haptic system
- Global traumas like emotional abuse, inescapable attack, high impact trauma

Module 2

- Territoriality and the phoric system
- Security & threat in early childhood development
- Self-regulation – Body states
- Interoception
- Touch and movement in trauma healing
- Movement as part of posture (Bullinger)
- Holding on and the geometric correction of physical defensive posture
- How can holding patterns be dissolved?
- Finding the center of gravity – "G" point (G for Gravity)
- Core stabilizing muscles
- Spindle activity and muscle tone
- Medical interventions and transgenerational trauma

Module 3

- Psychomotor development
- Biologically predetermined reactions in the behaviour of infants and toddlers and the relationship with attachment dynamics
- Psyche meets body: the neuromuscular spindles
- Gamma motor neurons and plasticity
- Pre- and Perinatal and developmental traumas

Module 4

- Attachment and tonic/emotional/sensory functions according to Bullinger and Winnicott
- Emotional regulation and the nervous system
- Basic emotions and ANS reactions
- The diaphragm: Deepening understanding of the breath
- Sexual trauma, complex traumatization, and syndrome categories
- Healthy attachment according to Maggie Kline
- The state of being in flow (Flow experience)

Dates

Module 1
25-29 May 2026

Module 2
11-15 November 2026

Module 3
17-21 May 2027

Module 4
18-22 October 2027

Certification

In order to obtain certification, it is required to participate in all 4 training units and earn a total of 7 credits. These credits can be earned through individual sessions and group supervisions. The distribution of credits requires 5 credits from individual sessions and 2 credits from supervisions with qualified SOMA-Embodiment® practitioners. The individual and supervision sessions are not included in the price of the training.

- An individual session lasts one hour and costs € 100. This yields one credit. Individual sessions can be taken during the modules or between modules.
- Group supervisions last an hour and a half and cost € 30 per person. A group supervision yields 0.5 credits. A group supervision is offered in each module.

In the event of absences, it is possible to make up for them in a limited capacity through individual supervision with the teaching team. It is required to coordinate the catch-up dates and amount of hours with the team in a timely manner.

Target Group & Prerequisites

SOMA-Embodiment® is aimed at people who have started a training in SE® or are already practicing SE®. The training is also suitable for professionals who are trained in various therapeutic approaches in the field of trauma healing. Adequate professional qualification is checked on the basis of a short application form.

Seminarsprache

Englisch mit deutscher Übersetzung

Unterlagen anfragen

Datum

09.12.2026 - 18.02.2028

Beginn:

10:00 Uhr

Dauer:

20 Tage

Preis:

3.740,00 €

oder

Preis bei Ratenzahlung:

3.780,00 €

Anzahlung:

500,00 €

Von der MwSt. gemäß § 4 Nr. 21a) bb) UStG befreit.

Unterlagen anfragen

Dozent*innen

Sônia Gomes, PhD

Ist Psychologische Psychotherapeutin und seit 35 Jahren im Bereich körpertherapeutischer Verfahren tätig. Sie ist international als Somatic Experiencing (SE) Lehrerin mit großem Herz und tiefem neurologischen Fachwissen bekannt. Dank ihres Hintergrundes 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 berührend. Sie liebt es, Menschen in ihrer persönlichen und spirituellen Entwicklung zu unterstützen.