

# Somatic Experiencing (SE)<sup>®</sup>

## Workshop mit Heike Gattnar

Wie kann Somatic Experiencing die Feldenkrais Methode und verwandte somatische Ansätze unterstützen und bereichern?

1. – 3. März 2024 in Wien



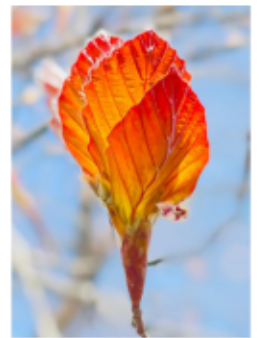
**Somatic Experiencing (SE)<sup>®</sup>** wurde von dem Traumaforscher und Körpertherapeuten Dr. Peter Levine entwickelt und ist ein Basiskonzept zum Verständnis, zur Prävention und zur Bewältigung und Heilung von Schock und Trauma.

SE versteht Trauma nicht als eine psychische, sondern als eine komplexe psycho-physiologische Reaktion, die durch eine biologisch unvollständige Antwort des Körpers auf eine als lebensbedrohlich erlebte Situation entsteht. Dr. Levine hat eine Methode entwickelt, um diese autonomen Reaktionen zu vervollständigen.

In diesem Einführungs-Workshop wird aufgezeigt wie die Prinzipien des SE in der Körperarbeit angewandt werden können.



**Heike Gattnar** hat sich intensiv mit verschiedenen Wahrnehmungsmethoden beschäftigt und in der neurophysiologischen Grundlagenforschung gearbeitet. Heike ist Feldenkrais Assistant Trainerin und hat seit 1985 eine aktive Feldenkrais Praxis. Seit über 20 Jahren praktiziert sie Somatic Experiencing, sie ist seit 2002 von Dr. Peter Levine als SE-Trainerin akkreditiert und unterrichtet in SE Trainings in Deutschland und Österreich. 2003 hat Heike einen Ansatz zur Arbeit mit transgenerationalen Trauma entwickelt.



**Unterrichtszeiten:**  
Freitag 14:00 – 18:00  
Samstag/Sonntag 10:00 – 17:00 Uhr

Für Fragen und um Ihre Teilnahme zu reservieren, kontaktieren Sie uns gerne:

**E-Mail:** [training@feldenkraisinstitut.at](mailto:training@feldenkraisinstitut.at)

**Tel.:** +43 (0) 699 1133 1043

**Workshop:** € 390,- (inkl. 20% USt.)

Feldenkrais Institut Wien  
Taborstraße 71/1a  
1020 Wien  
[www.feldenkraisinstitut.at](http://www.feldenkraisinstitut.at)

**FELDENKRAIS  
INSTITUT  
WIEN**

Es gelten unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen ([www.feldenkraisinstitut.at/agb](http://www.feldenkraisinstitut.at/agb)).