

Synelio Band III Signal

Benjamin Oliver Turci

Table of Contents

SYNELIO® Signal

Kommunikation & Grenzregulation

Neurobiologisches Kommunikations- und Grenzregulationstraining

Autor: Benjamin Oliver Turci, staatlich anerkannter Ergotherapeut

Herausgeber: Synelio® Institut für Neurobiologische Regulation

Verlag: Synelio® Verlag · Bochum 2026

Reihe: Synelio® Ökosystem · **Band III - Signal**

Version: v1.1 · Stand: 2026

„Ein Nein, das mit Lächeln gesagt wird, ist kein Nein. Es ist FAWN.“

— Benjamin Oliver Turci

Für alle, die gelernt haben, freundlich zu sein, um zu überleben — und die jetzt lernen dürfen, klar zu sein, um zu leben.

IMPRESSUM

Titel: Synelio® Signal — Kommunikation & Grenzregulation.
Neurobiologisches Kommunikations- und Grenzregulationstraining.

Autor: Benjamin Oliver Turci (bürgerlich), staatlich anerkannter
Ergotherapeut

Synelio Band III Signal

Benjamin Oliver Turci

Table of Contents

SYNELIO® Signal

Kommunikation & Grenzregulation

Neurobiologisches Kommunikations- und Grenzregulationstraining

Autor: Benjamin Oliver Turci, staatlich anerkannter Ergotherapeut

Herausgeber: Synelio® Institut für Neurobiologische Regulation

Verlag: Synelio® Verlag · Bochum 2026

Reihe: Synelio® Ökosystem · **Band III - Signal**

Version: v1.1 · Stand: 2026

„Ein Nein, das mit Lächeln gesagt wird, ist kein Nein. Es ist FAWN.“

— Benjamin Oliver Turci

Für alle, die gelernt haben, freundlich zu sein, um zu überleben — und die jetzt lernen dürfen, klar zu sein, um zu leben.

IMPRESSUM

Titel: Synelio® Signal — Kommunikation & Grenzregulation.
Neurobiologisches Kommunikations- und Grenzregulationstraining.

Autor: Benjamin Oliver Turci (bürgerlich), staatlich anerkannter
Ergotherapeut

Herausgeber: Synelio® Institut für Neurobiologische Regulation

Erscheinungsjahr: 2026

Auflage: 1. Auflage 2026

Verlag: Synelio® Verlag (Selbstverlag) **Anschrift:** Benjamin Oliver Turci
c/o Holger Gutknecht, Peter-Zadek-Str. 7, 44789 Bochum

Druck und Bindung: epubli GmbH, Berlin (Print) · eBook-Distribution über epubli

ISBN: [nach epubli-Upload eintragen]

© 2026 Benjamin Oliver Turci, Bochum. Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil dieses Werkes darf ohne schriftliche Genehmigung des Herausgebers reproduziert, vervielfältigt oder in elektronischen Systemen verarbeitet werden.

Reihe — Synelio® PRT-Ökosystem:

Band

Titel

I

Synelio® PRM — Das Grundlagenwerk

II

Synelio® PRT — Das Praxis-Manual

III

Synelio® Signal — Kommunikation & Grenzregulation ← *dieses Buch*

IV

Synelio® Defense — Neuro-Somatische Grenzregulation · 2026

Kartendeck

Synelio® PZK-Aktionskarten — PDF verfügbar · Physisch exklusiv für Fortbildungsteilnehmer

Fachkreis-Vorbehalt (§ 11 HWG): Dieses Manual richtet sich ausschließlich an therapeutisches Fachpersonal mit staatlicher Anerkennung (ErgThG DE · MTDG 2024 AT · GesBG CH). Keine Eigenanwendung durch Laien.

DSGVO: Alle Fallvignetten in diesem Manual sind vollständig fiktionalisiert. Jede Ähnlichkeit mit realen Personen oder Behandlungsverläufen ist zufällig und nicht beabsichtigt.

SYNELIO® ist eine eingetragene Wortmarke. [DPMA-Nr. nach Markeneintragung einfügen]

Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil dieses Werkes darf ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert, vervielfältigt oder übertragen werden.

GESUNDHEITSDISCLAIMER

Dieses Werk richtet sich ausschließlich an staatlich anerkannte Fachkräfte der Gesundheits- und Sozialberufe — Ergotherapeuten, Psychotherapeuten, Pflegefachkräfte, Ärzte, Pädagogen mit therapeutischem Auftrag. Es ist nicht für den Gebrauch durch Patienten, Klienten oder Laien bestimmt.

Die enthaltenen Methoden und Konzepte **ersetzen unter keinen Umständen** eine ärztliche Diagnose oder psychotherapeutische Behandlung. Sie dienen als klinische Orientierungsrahmen für Fachpersonen.

Das Synelio® PRT stellt **kein Heilversprechen** dar. Es garantiert keinen spezifischen Therapieerfolg. Die Verantwortung für jede klinische Entscheidung liegt bei der anwendenden Fachperson gemäß den für sie geltenden berufsrechtlichen Bestimmungen.

Haftung: Autor und Verlag übernehmen keine Haftung für Schäden, die durch unsachgemäße Anwendung der beschriebenen Methoden entstehen.

PUBLIKATIONSHINWEIS — HWG-COMPLIANCE

Das in dieser Publikationsreihe vorgestellte Prädiktive Regulationsmodell (PRM) und das darauf aufbauende Training (PRT) stellen explizit kein Heilversprechen dar. Die hier vermittelten Konzepte bieten die Möglichkeit, als theoriegeleitete, neurobiologisch fundierte Orientierungsrahmen zu dienen. Das System besitzt keine medizinische Zweckbestimmung zur automatisierten Diagnose oder Therapie und ist damit kein Medizinprodukt im Sinne der Verordnung (EU) 2017/745 (MDR). Es richtet sich als

didaktisches Hilfsmittel ausschließlich an staatlich anerkannte Fachkräfte der Gesundheitsberufe.

Wichtiger Hinweis — Fachkreisvorbehalt (§ 11 HWG): Dieses Werk richtet sich ausschließlich an medizinische und psychologische Fachkreise im Sinne des § 2 Heilmittelwerbegesetz (HWG). Die Inhalte dienen der neutralen fachlichen Weiterbildung. Sie sind ausdrücklich **nicht für medizinische Laien, Patienten oder Betroffene** bestimmt und ersetzen keine ärztliche oder psychotherapeutische Diagnose.

Fiktionalisierungsklausel (§ 203 StGB / DSGVO): Sämtliche in diesem Werk geschilderten klinischen Fallbeispiele, Vignetten und Patientenäußerungen sind vollständig fiktionalisiert und didaktisch stark verfremdet (Komposit-Fälle). Jede Ähnlichkeit mit realen Personen ist rein zufällig und unbeabsichtigt.

VORWORT

Benjamin Oliver Turci · Bochum, im Frühjahr 2026

Ein Patient, der seit zwölf Jahren in Therapie ist, sitzt in der Gruppe. Er lächelt, während er sagt: „Nein, das ist mir eigentlich nicht recht.“ Die Gruppe nickt. Die Fachkraft nickt. Alle sind zufrieden.

Das Nervensystem dieses Patienten hat gerade ein falsches Signal gesendet.

Das Lächeln hat die Grenze unsichtbar gemacht.

Dieses Manual ist nicht für Patienten geschrieben, die nicht kommunizieren können. Es ist für Patienten geschrieben, die zu gut kommunizieren — im falschen Zustand. Die gefällig sind. Die nickend zustimmen. Die lächeln, wenn sie Schmerz empfinden. Die „Alles gut“ sagen, während ihr Körper in ROT ist.

FAWN — der Maskierungs-Modus des Nervensystems — ist keine Charakterschwäche.

Es ist eine hocheffiziente Schutzreaktion.

Und es ist das häufigste Hindernis authentischer Kommunikation.

Dieses Manual beantwortet eine Frage: *Wie kommuniziere ich aus GRÜN — nicht aus FAWN?*

Nicht durch das Erlernen neuer Sätze. Nicht durch Sprachtraining. Nicht durch kognitive Umstrukturierung.

Sondern durch die Wiederherstellung des Zustands, aus dem authentische Kommunikation emergiert.

Zustand vor Sprache. Körper vor Satz. Signal vor Inhalt.

Synelio® ist kein Therapieverfahren. Synelio® ist eine gemeinsame klinische Sprache zur Beschreibung, Steuerung und Reflexion menschlicher Regulationsprozesse. Band III liefert die Kommunikation in dieser Sprache: wie zwei Nervensysteme sich über Zustand statt über Inhalt verständigen.

Dieses Manual ist der dritte Band des Synelio® PRT-Ökosystems. Es baut auf Band I (das neurobiologische Grundlagenwerk) und Band II (das klinische Praxis-Manual) auf. Es kann jedoch als eigenständiges Arbeitsbuch verwendet werden — die wesentlichen Konzepte werden hier neu eingeführt, kurz und funktional.

Wer Band I und II kennt: Sie sind im Vorteil, aber nicht vorausgesetzt.

Das Manual ist in zwei Teile gegliedert:

Teil 1 liefert das neurobiologische Fundament — kurz, klinisch, ohne akademischen Ballast.

Teil 2 enthält den 10-Wochen-Kommunikationspfad — vollständig, sessionfertig, mit allen Skripten.

Zusätzlich gibt es einen 4-Wochen-Loop für offene Gruppen und eine Werkzeugkiste für den Alltag.

Eine letzte Anmerkung:

Dieses Manual wurde nicht geschrieben, damit Patienten lernen, „richtig“ zu kommunizieren. Es wurde geschrieben, damit Fachkräfte erkennen, *wann* Kommunikation aus einem regulierten Nervensystem kommt — und wann nicht.

FAWN erkennen ist Therapie. FAWN unterbrechen ist Therapie. FAWN zu benennen ohne Scham — das ist das Ziel.

Bochum, im Frühjahr 2026 Benjamin Oliver Turci

WAS IST SYNELIO®? — Die 3-Minuten-Essenz

Lesen Sie das, bevor Sie irgend etwas anderes aufschlagen.

Das Problem: Viele Patienten sprechen scheinbar gut — ihr Nervensystem ist aber gerade nicht verfügbar. Ein dysreguliertes Nervensystem kann keine authentische Kommunikation produzieren. Es imitiert Kommunikation.

Die Lösung: Zuerst den Zustand herstellen. Dann kommunizieren. Diese Reihenfolge ist nicht verhandelbar.

Die vier Zustände im Kommunikatio nskontext:

Zustand

Was Sie hören

Was das System macht

Was Sie tun

ROT

Lautstärke, Anklage, Druck

Kampf/Flucht

Übung sofort stoppen

VIOLETT

Einsilbigkeit, Rückzug, Starre

Abschaltung

Warten + sanft anbieten

SAND

Freundlichkeit ohne Substanz, Lächeln bei Nein

FAWN-Modus

Unterbrechen + Neustart

GRÜN

Klarer Ton, echte Grenze möglich

Reguliert

Kommunikationsübung starten

Die eine Regel: Zustand vor Kommunikation. Körper vor Satz.

POSITION IM ÖKOSYSTEM

Band

Titel

Funktion

Schlagfrage

I

Synelio® PRM — Das Grundlagenwerk

Theorie

Warum reguliert das Nervensystem so?

II

Synelio® PRT — Das Praxis-Manual

Sitzungs-Navigation

Was tue ich jetzt, in dieser Sitzung?

III

Synelio® Signal — Kommunikation & Grenzregulation

Beziehungs-Regulation

Wie kommuniziere ich aus GRÜN, nicht aus FAWN?

IV

Synelio® Defense

Körpergrenze

Wie verteidige ich meine somatische Grenze?

Kerndifferenz zu Band II: Band II = Sitzungs-Triage. Was tue ich *jetzt*, in *dieser* Situation? Band III = Kommunikationsmuster verändern. Wie verändert sich der *Beziehungsstil* über Wochen?

Kerndifferenz zu Band IV: Band III = Kommunikation, Sprache, soziale Signale, Grenzen im Dialog. Band IV = Körperliche Grenze, somatische Defense, physisches Raumgefühl.

Dieses Buch ist kein Soziales Kompetenztraining. Es ist zustandsbasiert — nicht verhaltensbasiert. Verhalten emergiert, wenn der Zustand stimmt.

Der Unterschied im direkten Vergleich:

Klassisches SKT

Synelio® Signal

Lernziel

Erlernte Sätze, korrekte Formulierungen (z. B. „Ich-Botschaften“)

Regulationszustand vor dem Sprechen — Aufrichtung vor dem Wort

Lächeln bei Nein

Wird als soziales Bindungssignal gewertet

Wird als FAWN-Signal erkannt und unterbrochen

Rolle der Fachkraft

Bewertet inhaltliche Richtigkeit der Aussage

Wirkt als nonverbaler Ko-Regulator und Safety Prior

Übungsform

Normierte Rollenspiele

P.I.E.R.-Mikroschritte: erst Körperanker, dann ein klares Wort

Erfolgskriterium

Korrektes verbales Verhalten

Stabile GRÜN-Regulation unter Belastung

Feedback

Leistungs- und Fehlerbewertung

Beobachtung des Zustands als klinischer Befund



ANFÄNGER-BYPASS — Wenn Sie frisch im Beruf sind

Dieser Abschnitt ist für den dritten Tag auf der Station geschrieben.



Vorbedingung: Dieser Bypass gilt ausschließlich, wenn der Patient tagesaktuell ärztlich gesichtet wurde (Medical Clearance). Bei plötzlicher somatischer Verschlechterung: Bypass ist sofort nichtig — Abbruch + Notfallprotokoll (Kap. 4.10 Band II).

Ihr Freifahrtschein für die ersten drei Monate:

Ignorieren Sie in den ersten drei Monaten alle Red-Flag-Boxen außer Suizidalität und Fremdgefährdung. Konzentrieren Sie sich auf drei Dinge:

Zustand lesen: ROT / VIOLETT / SAND / GRÜN. Sonst nichts.

FAWN erkennen: Lächeln + Nein = Stopp und Neustart.

System-Reset immer machen: Tisch-Modifikator. Immer. Egal was.

Alles andere lernen Sie durch Wiederholung.



Berufsanfänger? Ignorieren — erst ab 3. Monat. (→ S. VII)

DIE FÜNF EISERNEN REGELN — BAND III

Bevor dieses Manual beginnt, eine Erinnerung an das, was immer gilt — unabhängig von Woche, Modul, Setting und Pfad.

Regel 1 — ZUSTAND SCHLÄGT KOMMUNIKATIONSÜBUNG

Dysregulierter Patient → Übung sofort stoppen. Kein Kommunikationstraining in ROT oder VIOLETT. Kein Programm rechtfertigt iatrogenen Stress.

Regel 2 — KÖRPER VOR SPRACHE