



EUROPÄISCHES INSTITUT FÜR EMOTIONELLE ERSTE HILFE

Car\* Condittrice Basic Bonding, Consulente PSE e  
Terapeuta PSE,

**«Il bicchiere è mezzo pieno o mezzo vuoto o grande il doppio del necessario»**

L'accompagnamento di persone che in situazioni di stress e con sentimenti negativi verso una maggiore sicurezza, competenza e cura di sé è una delle competenze centrali del PSE. Però come stiamo noi individualmente con i nostri sentimenti negativi? Ci fidiamo ad esprimere ciò che ci infastidisce e contemporaneamente ad ascoltare chi ci sta di fronte oppure le nostre parti del sé più vecchie hanno velocemente il sopravvento e si arriva velocemente a evitamento, aspettative, offese, ferite e delusioni? Le persone che sono attive con impegno e dedizione nel campo dell'accompagnamento precoce di genitori e bambini sono solitamente persone che hanno imparato sin da piccole a badare agli altri senza dare troppa importanza a se stesse. Nella formazione PSE si impara, tramite il modello dell'autolegame, a considerare nuovamente anche se stessi, a darsi una maggiore importanza. Inoltre impariamo con ciò anche una competente cultura del conflitto, dato che nel campo del PSE siamo apert\* e trasparent\*. C'è qualcosa che ribolle in profondità e che però non trova espressione nello scambio diretto?

Ci siamo chiest\* quale cultura desideriamo per il campo del PSE. E che cosa significa cultura per una comunità di persone con la stessa motivazione e lo stesso entusiasmo?

La parola cultura in questo contesto si riferisce a valori e norme condivise, all'obiettivo e alla visione comuni. Noi del direttivo EEH Europa abbiamo come obiettivo la diffusione del PSE e il rafforzamento della connessione tra tutt\* noi. I valori del nostro lavoro come attenzione consapevole, trasparenza, empatia, sensibilità e una capacità di conflitti costruttivi e di espressione sono ciò che desideriamo anche nella rete PSE. Per poter inseguire la visione comune: rafforzare genitori e bambini, crescere anche noi come persone e trovare in un campo protetto appartenenza e supporto. Sviluppando la visione il PSE ha il potenziale di portare più pace nel mondo, appoggiandosi al pensiero di Eva Reich.

Quindi accogliamo con favore critiche costruttive, desideri, sostegno e contatti. Fatevi sentire direttamente se vi sta a cuore qualcosa e se vi sentite trascurat\* o non ascoltati\* da parte nostra. Solamente così per noi è possibile affrontare le vostre richieste in maniera costruttiva. A volte forse non riusciamo a reagire immediatamente. Dateci un po' di tempo per rispondere, ognun\* di noi è molto impegnat\*.

E come citato all'inizio: « **Il bicchiere è mezzo pieno o mezzo vuoto o grande il doppio del necessario** »

È tutta una questione di prospettiva.

Per il direttivo EEH Europa  
Conny Reichlin

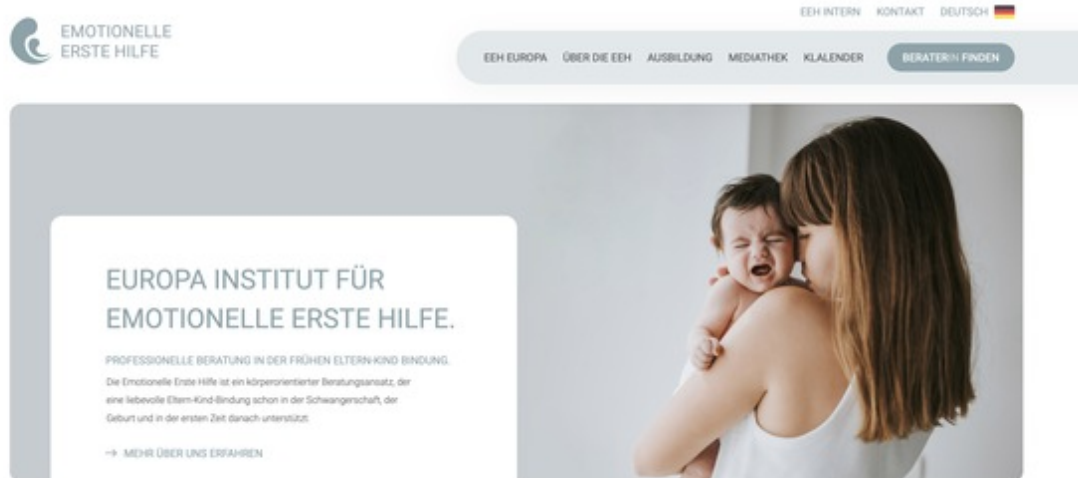


Tramite questi link raggiungete direttamente le tre aree: [attualità](#), [informazioni utili](#) e il

## Attualità

### Nuova pagina web

Nell'ultimo semestre la pagina web dell'EEH-Europa ha improvvisamente smesso di funzionare. Siamo stati costretti ad avviare una nuova programmazione della pagina. Abbiamo iniziato una splendida collaborazione con la ditta Puls-Design in Tirolo. Potete già rallegrarvi con l'idea della nuova pagina: sarà molto bella e rappresenterà il PSE in modo ancora più invitante e professionale. Qui una prima impressione. Anche i nuovi volantini si baseranno sullo stesso design.



Per questo periodo di transizione in cui non funziona la vecchia pagina web non vi addebiteremo alcun costo.

---

### Fare il pieno di pensieri

*Estratto del discorso di Astrid Lindgren alla consegna del premio Nobel per la Pace (1978).*

Io penso che si debba partire dal basso, dai bambini.

Perché saranno loro che assumeranno la guida dei Paesi del mondo un giorno, dovranno decidere della guerra o della pace, della società che vorranno, caratterizzata dalla violenza oppure dalla pace e dalla fratellanza.

Sono sempre anche i singoli a determinare la storia del mondo. Perché però non sono sempre stati tutti buoni? Perché ci sono così tante persone che vogliono solo violenza e che aspirano al potere? Alcune persone erano perfide di natura? All'epoca non lo potevo credere e non lo credo nemmeno oggi.

" Nulla si impara a conoscere, se non ciò che si ama ",  
disse Goethe, e quindi sarà vero.

Un bambino trattato con amore e che ama i propri genitori riceve in dono un rapporto amorevole con l'ambiente che lo circonda e mantiene questa attitudine per tutta la vita. E questa è una buona cosa anche se questo bambino in futuro non fa parte di coloro che guidano il destino del mondo. Ma se il bambino, contro ogni aspettativa, un giorno sarà uno di questi potenti, allora è una fortuna per tutti noi se il suo atteggiamento è stato caratterizzato dall'amore e non dalla violenza. Anche futuri statisti e politici vengono formati nel carattere ancora prima del raggiungimento del quinto anno di vita – spaventoso ma vero. Sì, ma se noi dunque cresciamo i nostri figli senza violenza e senza redini tirate, allora ci sarà una nuova umanità che vive in pace eterna? Qualcosa di così diretto lo può sperare solo un autore di libri per bambini! So che è utopico. E di sicuro nel nostro povero mondo malato c'è molto altro che deve essere cambiato perché ci possa essere la pace. Ma in questo nostro presente, anche senza guerre, ci sono così tante atrocità, violenze e sottomissione che non vengono risparmiate agli occhi dei bambini. Vedono, sentono e leggono quotidianamente e finiscono anche per credere che la violenza sia una condizione naturale. Non è doveroso, almeno a casa, mostrare loro con il nostro esempio che c'è un altro modo di vivere? Forse sarebbe buono se ognuno di noi appoggiasse un sassolino sul piano della cucina per ricordare a noi stessi e ai bambini:

### **MAI VIOLENZA!**

Potrebbe, nonostante tutto, diventare nel tempo un microscopico contributo alla pace nel mondo.

---

### **L'inizio della Fase II in Ticino in lingua italiana**

Dopo una una pausa un po' più lunga del previsto al termine della Fase I, alla fine di luglio abbiamo potuto proseguire con la Fase II in Ticino. Da molti anni c'è una collaborazione costruttiva con l'associazione „Nascere Bene“. Janine Koch l'ha resa possibile. È stata lei a portare il PSE nella Svizzera italiana e da allora ne cura la diffusione. Christina Kever la sostiene per la parte amministrativa. GRAZIE a voi due per il grande impegno e dedizione! Questa formazione nella Svizzera Italiana viene condotta dalle due responsabili Cornelia Reichlin e Barbara Walcher. Siamo molto felici del proseguimento di questo viaggio PSE. Qui alcune impressioni del primo Workshop della Fase II.



Il team della PSE Fase II in Ticino: Christina Kever (Segreteria), Partecipanti , Anita Caramaschi (Assistenza) und Janine Koch (Coordinatore)

---

## Informazioni utili

### Dialogo PSE

Segnatevi questo appuntamento:

**28. 11. 2023** dalle 19:30 alle 21:00

**Accompagnamento al sonno nel PSE versus altri concetti di consulenza sul sonno.**

*Quali sono le nostre competenze, i nostri punti di forza e le nostre debolezze?*

Barbara Walcher e Cornelia Reichlin in dialogo

Piattaforma Online Zoom

Link: [us06web.zoom.us/j/83842785624?pwd=RStnYlZMTXVsZ3VHRjFZNnZ1Vi9NZz09](https://us06web.zoom.us/j/83842785624?pwd=RStnYlZMTXVsZ3VHRjFZNnZ1Vi9NZz09)

Meeting-ID: 838 4278 5624

Kenncode: 965791

Connettetevi 1-2 minuti prima dell'inizio del meeting al link indicato.

Per chi ascolta il dialogo in lingua tedesca non è necessaria l'iscrizione. Chi desiderasse ascoltarlo in lingua italiana è pregato di iscriversi all'indirizzo [info@barbarawalcher.it](mailto:info@barbarawalcher.it) in modo che possa venire organizzata la traduzione.

Per le persone che non possono essere presenti in diretta, ci sarà ancora la possibilità di rivedere e riascoltare la registrazione sulla homepage, nell'area „per consulenti PSE”: [www.emotionelle-erste-hilfe.org/it/per-consulenti-pse/](http://www.emotionelle-erste-hilfe.org/it/per-consulenti-pse/)

---

## Calendario delle manifestazioni



Segue l'attuale calendario delle manifestazioni, in cui potete trovare proposte di supervisione e approfondimento PSE. Troverete a breve una visione d'insieme di tutte le manifestazioni PSE sulla nostra homepage aggiornata all'indirizzo [www.emotionnelle-erste-hilfe.org](http://www.emotionnelle-erste-hilfe.org)

## Proposte di approfondimento, supervisione, formazione, autoscienza PSE

### Formazione PSE

#### *Fase I*

#### **Inizio della formazione PSE fase 1 - Italia**

Data: 12. - 14. 09. 2023

Conduzione: Barbara Walcher

Luogo: PSE Italia, Centro Convegni Abbazia di Novacella, Varna

Lingua: Tedesca con traduzione in Italiano

[Nähere Informationen](#)

#### **Inizio della formazione PSE fase I - Svizzera**

Data: 17. - 19. 09. 2023

Conduzione: Barbara Walcher, Cornelia Reichlin, Janine Koch

Luogo: PSE Italia / Svizzera - Ticino (CH)

Lingua: Italiana

[Ulteriori informazioni](#)

---

### Convengo PSE Italia

## **Save the date!**

11. 11. 2023 Convegno PSE a Bolzano (I) in collaborazione con l'Azienda Sanitaria dell'Alto Adige dalle 09.00 alle 17.00 sul tema:

### **Pronto Soccorso Emozionale in ambito clinico** – *L'esperienza di cinque anni di implementazione in una struttura clinica*

Durante questo convegno le relatrici e i relatori descriveranno l'effetto che le prospettive globali e orientate al soggetto del PSE hanno sul lavoro con genitori e bambini ma anche sulle collaborazioni professionali e la soddisfazione del personale. Una manifestazione che mostra nuove vie per un accompagnamento delle famiglie professionale ma anche attento e consapevole, rivolta a tutte le persone che desiderano un cambiamento sulla base di una collaborazione rafforzante in ambito clinico e di salute pubblica. Per ulteriori informazioni [info@barbarawalcher.it](mailto:info@barbarawalcher.it)  
Lingua: Tedesca con traduzione in Italiano

---

La natura rende felici. É solo un'affermazione? No, è una realtà studiata, come conferma uno studio della University of British Columbia Okanagan Campus. Lo sguardo nel verde – o nei colori dorati e ambrati in autunno – è sufficiente per farci stare meglio. E soprattutto l'autunno ci invita a rivolgere la nostra attenzione ai colori. Non è più così caldo, i colori della natura esplodono, i profumi dell'autunno ci fanno respirare.

Lo studio dimostra anche che per avere questo effetto non dobbiamo neppure essere all'aperto. É un fatto che conosciamo bene dal lavoro di risorse del PSE. Durante l'esperimento i probandi hanno fotografato motivi della natura e hanno scritto i loro pensieri. Un secondo gruppo ha osservato artigiani al lavoro. Il risultato è stato chiaro: chi ha avuto davanti all'obiettivo alberi e vegetazione si sentiva più felice e in connessione con gli altri.

Con questa newsletter vi auguriamo un energetico inizio del secondo semestre dell'anno. Portate con voi la natura con i suoi colori e nutrite le vostre anime. Infine con questa splendida canzone di Rihanna vorremmo toccarvi il cuore e vi auguriamo – in linea con il titolo – rasserenanti momenti autunnali (Rihanna – Lift me up)  
[www.youtube.com/watch?v=Mx\\_OexsUI2M](https://www.youtube.com/watch?v=Mx_OexsUI2M)

Di cuore

**Conny** per il team EEH Europa con Barbara, Burgi e Thomas

**Julia** – segreteria EEH Europa



Potete sempre trovare **vari contributi video e tutte le newsletter** con l'attuale calendario delle manifestazioni anche sulla nostra homepage all'indirizzo [www.emotionelle-erste-hilfe.org/fuer-eeh-berater/](http://www.emotionelle-erste-hilfe.org/fuer-eeh-berater/)

[Al sito web](#)

Europa Institut für Emotionelle Erste Hilfe | Leonhardsberg 14 | CH - 4051 Basel |



---

[Abmeldelink](#) | [unsubscribe](#) | [Lien de désinscription](#) | [Anular suscripción](#) | [Link di cancellazione](#)