



EUROPÄISCHES INSTITUT FÜR EMOTIONELLE ERSTE HILFE

[Per la versione italiana clicca qui](#)

Liebe Basic Bonding Leiter*innen, EEH-Fachberater*innen und EEH-Therapeut*innen,

Babyblues und Seelenstürme

Emotionelle Erste Hilfe bei postpartaler Depression in der frühen Elternzeit

Etwa jede sechste Frau entwickelt nach der Geburt eine postpartale Depression – in manchen Studien werden sogar Zahlen von bis zu 20 Prozent genannt. Besonders dann, wenn es im frühen Beziehungsaufbau zwischen Eltern und ihrem neugeborenen Kind zu massiven Störungen oder Verletzungen kommt, wächst die Gefahr, dass sich Ablehnungsimpulse und Wut gegen das eigene Selbst richten. Daraus können Selbstwertverlust, innere Leere und Gefühle der Entfremdung entstehen.

Unsere EEH-Kollegin Notburga Egerbacher-Anker widmet sich diesem wichtigen Thema in ihrem neuen Buch „Postpartale Depression und andere Krisen vor und nach der Geburt“, das im März 2026 im Psychosozial-Verlag erscheinen wird.

In diesem Werk beschreibt sie die vielen Gesichter dieser Erkrankung: was Mütter – und auch Väter – in dieser Zeit erleben und wie wir im Rahmen der Emotionalen Ersten Hilfe (EEH) den beziehungsschwächenden Wirkungen depressiver Dynamiken mit gezielten, körperbasierten Interventionen begegnen können.

Das Buch eröffnet eine ermutigende Perspektive: Bei mildereren Verläufen – insbesondere in der sensiblen ersten Zeit nach der Geburt – bestehen vielfältige Möglichkeiten, den depressiven Kreisläufen mit den Mitteln der EEH etwas Stärkendes und Aufbauendes entgegenzusetzen. Davon profitieren nicht nur die betroffenen Eltern, sondern ebenso die Babys und Kleinkinder, die den krankheitsbedingten Verlust

von Resonanz und Feinfühligkeit besonders intensiv spüren.

Wer überzeugende Argumente für die Bedeutung körperbasierter Bindungsarbeit sucht, findet sie in diesem kompakten, praxisnahen und äußerst gelungenen Buch von Notburga Egerbacher-Anker.

Am **15. April 2026** wird sie ab **18. 00 Uhr** im **Veranstaltungsort Novum in Kufstein** zu einer Buchvorstellung einladen. Dort besteht die Gelegenheit, mehr über die Inhalte des Buches zu hören und mit der Autorin auf die Geburt ihres neuesten „Babys“ anzustoßen.

Für den EEH-Europa Vorstand

Thomas Harms



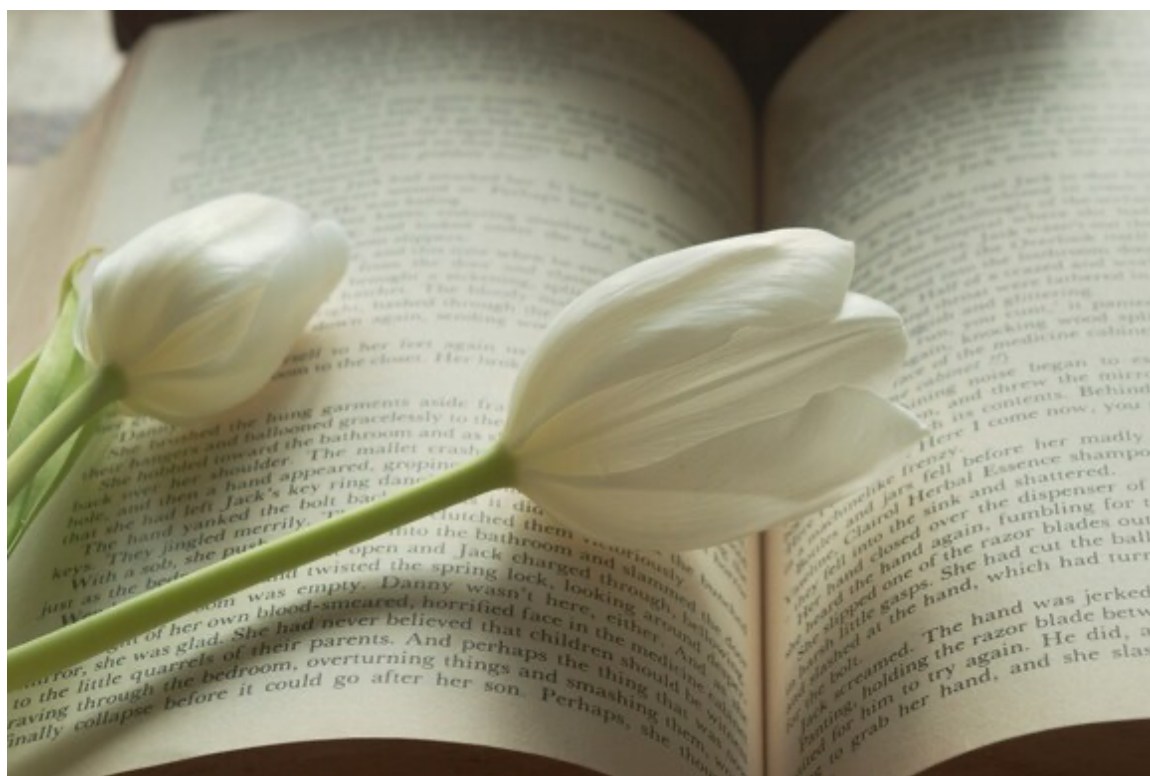
Hier geht es zur direkten Verlinkung zu den drei Schwerpunktbereichen [Aktuelles](#), [Wissenswertes](#) und [Veranstaltungskalender](#).

Rezertifizierung 2026

Ab sofort starten wir wieder mit dem neuen Rezertifizierungsdurchgang 2026. Alle, die im Jahr 2021 ihr letztes Zertifikat der Phasen I - III erhalten haben, werden gebeten, die Unterlagen bis September 2026 im EEH Europa Sekretariat einzureichen: kontakt@emotionelle-erste-hilfe.org

Falls ihr euch gerade in einer weiterführenden EEH Ausbildung befindet, seid ihr von der Rezertifizierungspflicht ausgenommen.

Wissenswertes



Buch Tipps

Neuerscheinungen

Postpartale Depression und andere Krisen vor und nach der Geburt

Familien mir Emotioneller Erster Hilfe sicher begleiten

von Notburga Egerbacher Anker

Erscheinung: März 2026

Psychozialverlag



Die Buchvorstellung findet am 15.04.2026 um 18 Uhr im Novum Kufstein statt.



Vorankündigung:

Das neue Buch von Thomas Harms - ab sofort könnt ihr es bestellen! Erscheint im Juni 2026!

Hinweis

Videomitschnitte, Newsletter, Artikel und weitere relevante Informationen findet ihr immer auch über unsere EEH Homepage www.emotionelle-erste-hilfe.org

Veranstaltungskalender



Hier der aktuelle Veranstaltungskalender, in welchem ihr relevante EEH-Supervisions- und Vertiefungsangebote findet.

EEH-Vertiefung, Supervision, Ausbildung, Selbsterfahrung

EEH-Rezertifizierungs- und Vertiefungsangebote

Refresher 2026

Datum: 18. - 20. 03. 2026

Leitung: Notburga Egerbacher-Anker, Ursula Schoner

Ort: EEH-Österreich, ZOI Kufstein

[Nähere Informationen](#)

Gewebe der Bindung

Datum: 30. 03. - 02. 04 2026

Leitung: Karin Meyer-Harms

Ort: EEH-Deutschland, ZePP Bremen

[Nähere Informationen](#)

Holding Space

Datum: 13. - 14. 04. 2026

Leitung: Cornelia Reichlin

Ort: EEH-Schweiz

[Nähere Informationen](#)

Mit dem Herzen hören - Körperliche und bindungsorientierte Grundlagen des

menschlichen Hörens

Datum: 15. - 16. 04 2026

Leitung: Dirk Beckedorf, Thomas Harms

Ort: EEH-Österreich, Kufstein

[Nähere Informationen](#)

Frauen in ihrem Muttersein stärken - online

Datum: 12. - 13. 05. 2026

Leitung: Barbara Walcher

Ort: EEH-Italien

[Nähere Informationen](#)

Grenzen und Selbstaufgabe - online

Datum: 20. 05. 2026

Leitung: Cornelia Reichlin

Ort: EEH-Schweiz

[Nähere Informationen](#)

Bioenergetik am Fuß

Datum: 12. - 13. 06. 2026

Leitung: Mechthild Deyringer

Ort: EEH-Österreich, ZOI Kufstein

[Nähere Informationen](#)

Das Baby im Zentrum der EEH - online

Datum: 01.07.2026

Leitung: Iris Schöning

Ort: EEH-Deutschland, online

[Nähere Informationen](#)

Leben und Überleben - online

Datum: 26. 08. 2026

Leitung: Cornelia Reichlin

Ort: EEH-Schweiz

[Nähere Informationen](#)

Scham und Schuld in der EEH Beratung

Datum: 29. - 30. 08. 2026

Leitung: Thomas Harms

Ort: EEH-Italien, Lugano-Tessin (CH)

[Nähere Informationen](#)

Nähernde Nähe - online

Datum: 14. - 15. 09. 2026

Leitung: Barbara Walcher

Ort: EEH-Italien

EEH-Supervision

Supervisionsangebote werden ab sofort ausschließlich über den Kalender auf der **EEH Europa Webseite** angeführt: www.emotionelle-ersthilfe.org/kalender/

EEH-Ausbildung - Start der Phasen I, II und III in den jeweiligen Standorten

Phase I

Start EEH-Phase-I - Italien

Datum: 27. - 29. 04. 2026

Leitung: Barbara Walcher

Ort: EEH-Italien, Bildungshaus Kloster Neustift, Vahrn

[Nähere Informationen](#)

Start EEH-Phase-I - Österreich

Datum: 06. - 08. 05. 2026

Leitung: Notburga Egerbacher-Anker, Ursula Schoner

Ort: EEH-Österreich, Wien

[Nähere Informationen](#)

Start EEH-Phase-I - Deutschland

Datum: 08. - 10. 06. 2026

Leitung: Thomas Harms

Ort: EEH-Deutschland, ZePP Bremen

[Nähere Informationen](#)

Start EEH-Phase-I - Österreich

Datum: 17. - 19. 06. 2026

Leitung: Notburga Egerbacher-Anker, Ursula Schoner

Ort: EEH-Österreich, ZOI Tirol

[Nähere Informationen](#)

EEH-Selbsterfahrung

Herz und Bindung

Datum: 16. - 18. 04. 2026

Leitung: Iris Schöning

Ort: EEH Deutschland, ZePP Bremen

[Nähere Informationen](#)

Geburt und Bindung

Datum: 27. - 28. 04. 2026 / 01. - 02. 06. 2026

Leitung: Cornelia Reichlin

Ort: EEH-Schweiz, aava Basel

[Nähere Informationen](#)

Bindungserfahrungs - Intensiv - Workshops

Jenseits der Verstrickung

Datum: 25. 08. - 26. 08. 2026

Leitung: Thomas Harms

Ort: EEH Deutschland, ZePP Bremen

[Nähere Informationen](#)

Geburt und Bindung

Datum: 31. 08 - 01. 09. 2026 / 19. - 20. 10. 2026

Leitung: Cornelia Reichlin

Ort: EEH-Schweiz, aava Basel

[Nähere Informationen](#)

Wurzeln der Bindung

Datum: 30. 09 - 02. 10. 2026

Leitung: Cornelia Reichlin

Ort: EEH-Schweiz, aava Basel

[Nähere Informationen](#)

[Per la versione italiana clicca qui](#)

EEH-Fachtage



EEH-Fachtagung Österreich

Hinhören und Gehört-werden

am Lebensbeginn und in erschütternden Zeiten rund um eine Geburt

- **17.04.2026 - Fachtag in Kufstein**

mit Dirk Beckedorf, Silke Derwanz, Thomas Harms, Franziska Maurer, Kathleen Wermke und Maria Wild

- Ort: Fachhochschule Kufstein

Sprache: deutsch

Weitere Informationen findet ihr [hier](#).

Auf der **EEH - Fachtagung am 17. April 2026 in Kufstein** werden wir uns unter dem Titel „**Hinhören und Gehört – Werden**“ mit dem Thema der körperlichen Grundlagen menschlicher Kommunikation tiefergehend beschäftigen. Die **Verhaltensforscherin Kathleen Wermke** wird dort ihre überaus spannenden Untersuchungen zu den kulturellen Besonderheiten des menschlichen „Babygesänge „vorstellen. **Der Psychotherapeut und Systemische Hörtherapeut Dirk Beckedorf** wird in seinem Vortrag mit den vegetativen Grundlagen des pränatalen Hörens beschäftigen. Die **Hebamme und Beraterin Franziska Maurer** wird in ihrem Vortrag über die kommunikativen Grundlagen im Krisenkontext mit Eltern nach Verlusterfahrungen berichten. Ein spannendes und bereicherndes Programm und eine tolle Gelegenheit, sich mit anderen Kolleg:innen zu vernetzen, zu dem der Standort EEH Österreich euch herzlichst einlädt. -> [Anmeldung hier!](#)

In einem zweitägigen Vertiefungskurs auf diesem EEH - Fachtag werden sich Dirk Beckedorf und Thomas Harms am 15./16. April 2026 unter dem Titel „**Mit dem Herzen hören**“ mit unterschiedlichen Perspektiven mit den körper-, bindungs- und herzbasierten Grundlagen des Hörens – als zentralem Aspekt menschlicher Kommunikation - auseinandersetzen. Dabei sollen die neuen Methoden und Zugänge für die beratende und therapeutische Arbeit erprobt und in Form von Hör - Übungen und Kleingruppen – Arbeit erfahrbar gemacht und erprobt werden. -> [Anmeldung hier!](#)

EEH-Fachtagung Italien

Die 4. EEH-Fachtagung Italien trifft auf 25 Jahre VSLs

Faszination Körper in der Eltern-Kind-Beziehung

12. – 14. November 2025, Bildungshaus Kloster Neustift, Vahrn (I)

Bei dieser 4. Fachtagung rückt der Körper mit all seinen Wechselwirkungen in den Fokus, ist er doch Zentrum des zwischenmenschlichen Dialogs. Lange bevor Worte uns ermöglichen uns auszudrücken, kommunizieren unsere Körper miteinander. Verschiedene Abläufe wirken unmittelbar darauf ein, wie wir unseren Körper wahrnehmen, Grundlage dessen, wie sich die Beziehung mit anderen Menschen entfaltet. Welche Aspekte prägen die Körpersprache? Wie kommunizieren bereits Babys mit ihrem unmittelbaren Umfeld? Welche physiologischen Abläufe fördern oder hemmen ein Zusammenfinden von Eltern und Kind?

Barbara Walcher - EEH-Ausbildungsleitung, Sabine Brunner - Vorsitzende des VSLs, die

Verantwortlichen des EEH-Vereins Italien, Andrea Hauser - Verantwortliche des Bildungshauses und Anna Egger – Moderatorin, werden gemeinsam mit den Expert*innen Thomas Harms, Gabriele Nindl, Claudia Sfetez und Alessandro Volta Impulse für den gemeinsamen Austausch mit den Teilnehmenden setzen. Herzstück der Fachtagung ist der EEH-Fachtag, am **Freitag, 13. November 2026**, der von zwei weiterführenden Tagesveranstaltungen eingebettet wird.

- Am **12. November rückt das Thema Stillen** ins Zentrum. Gabriele Nindl, langjährige Direktorin des Europäischen Instituts für Stillen und Laktation wird diesen ersten Vertiefungstag gestalten. [Nähere Informationen](#)
- Am **14. November wird das Thema „Eltern ohne Grenzen – Traumatische Schuld, symbiotische Verstrickungen und Entgrenzung“** von Thomas Harms in einem Weiterbildungstag vertiefend erörtern. [Nähere Informationen](#)

Wir freuen uns auf einen regen Austausch!

Nachdem ich die Redaktionsleitung für die letzten vier Newsletter - gemeinsam mit Julia Kaltenböck - inne hatte, werde ich jetzt den Staffelstab an eine meiner Kolleginnen aus dem EEH- Vorstandsteam weitergeben.

Ich wünsche euch allen einen schönen Winterausklang und einen guten Start in den - hoffentlich - sonnigen Frühling.

Herzlich

Thomas für das EEH Europa Team mit Barbara, Burgi und Conny
Julia – EEH Sekretariat

