

Cos' è il Pronto Soccorso Emozionale?

Il Pronto Soccorso Emozionale (PSE) è una pratica orientata al corpo, che viene utilizzata nella promozione del legame, negli interventi di crisi e nella psicoterapia preventiva con genitori, neonati e bambini.

Questo approccio ha le sue radici nella psicoterapia orientata al corpo e nelle conoscenze derivanti dalla moderna ricerca scientifica nel campo delle neuroscienze.

In base a queste premesse, negli anni '90 lo psicologo e psicoterapeuta corporeo di Brema Thomas Harms ha sviluppato il Pronto Soccorso Emozionale nella sua forma attuale.

L'idea centrale del Pronto Soccorso Emozionale è il sostegno, il mantenimento e la promozione del bonding (legame) emotivo tra genitori, neonati e bambini, il più precocemente possibile.

Il PSE parte dal presupposto che un dialogo sensibile ed affettuoso tra genitori e neonati può essere facilitato partendo da un corpo rilassato. Per lo sviluppo di un legame stabile, la premessa più importante è la creazione nel genitore di un autolegame emozionale.

In quali campi può essere applicato?

I campi di applicazione del Pronto Soccorso Emozionale si dividono in tre aree principali:

- 1) **Gruppi Basic Bonding:** nei quali si utilizzano elementi del PSE per rafforzare e promuovere la sensibilità e la capacità di legame nei genitori, a partire dalla gravidanza fino alla fine della prima infanzia.
- 2) **Counselling di crisi:** nel quale si utilizzano semplici modelli per interrompere nei genitori e nei bambini il circolo vizioso di paura, tensione corporea e perdita di contatto che si manifestano quando ci sono problemi di suzione, di sonno o di pianto eccessivo.
- 3) **Terapia genitori - bambini:** in caso di disturbi precoci nella relazione genitori - bambini, che perdurano nel tempo e hanno origine in esperienze travolgenti e traumatiche nei periodi della gravidanza, attorno al parto e nel primo anno di vita.

Come si lavora?

Nel Pronto Soccorso Emozionale vengono utilizzati differenti strumenti di tipo corporeo per migliorare e promuovere la capacità di contatto e di legame (ad es: esercizi per aumentare la percezione del proprio corpo, tecniche respiratorie di rilassamento, contatto corporeo).

I genitori vengono supportati a comprendere meglio i propri vissuti emotivi, ad apprendere come individuare e utilizzare i segnali del proprio corpo per interrompere precocemente circoli di paura, stress e perdita di contatto. Ad es.: per la mamma con un bambino con pianto continuo il percepire l'angustia nel petto può diventare un segnale di allarme precoce, anticipando il rischio di perdita del contatto con il proprio bimbo.

Invece di ricercare la soluzione nel bambino, i genitori possono partire da sé stessi, per apprendere a ritrovare dentro di sé quella sicurezza e quell'autolegame, che permettano di collegarsi emotivamente con il proprio bambino.

Per maggiori informazioni:

www.prontosoccorsoemozionale.it

Chi siamo?

Dott.ssa Elisa Pastorelli e dott.ssa Sara Gobbi

Psicologhe e Psicoterapeute
formate secondo l'Approccio Centrato sulla
Persona di Carl Rogers

Consulenti PSE in formazione

Cosa offriamo?

Attività clinica di consulenza psicologica e
psicoterapia

Sostegno di gravide e di futuri genitori nello
sviluppo di un bonding affettuoso col bambino in
utero

Accompagnamento per la risoluzione di crisi nel
post parto tra genitori e neonato

Facilitazione di gruppi genitori-figli (gravidanza e
puerperio) per promuovere il legame



Contatti

Dott.ssa Elisa Pastorelli

*Iscrizione all'Albo degli Psicologi della Provincia di Trento
n. 488 sez. A (in precedenza all'Albo della Regione Emilia Romagna con il n.
2050) e all' Albo degli Psicoterapeuti dell'
Ordine degli Psicologi della provincia di Trento
tel. 347 5011153*

e-mail: elisa.pastorelli@gmail.com

Dott.ssa Sara Gobbi

*Iscrizione all'Albo degli Psicologi della Provincia di Trento
n° 399 sez. A e all' Albo degli Psicoterapeuti dell'
Ordine degli Psicologi della provincia di Trento
tel. 347 2901241*

e-mail: gobsara@gmail.com

*Si riceve solo su appuntamento
presso lo Studio di Psicologia e Psicoterapia
via Bronzetti, 22 Rovereto (TN)*



Studio di Psicologia e Psicoterapia

Consulenza psicologica e psicoterapia

Consulenze in Pronto Soccorso Emozionale

