

Caro/a HSPs,

E' passato un po' di tempo dalle ultime comunicazioni, quindi ho piacere di condividere alcune news:

1. "Sensibile in amore" sarà il prossimo film, sulle relazioni, non il film circa i bambini sensibili. Verrà più avanti, come terzo film.

Attraverso l'ultima campagna Kickstarter molti HSP e i loro amici hanno permesso di coprire in parte il costo di fabbricazione di "Sensibile: The Untold Story". Un film che sta ancora guadagnando centinaia di seguaci in tutto il mondo. Non sarebbe mai stato possibile senza questo sostegno, quindi spero che la comunità di HSPs e loro amici possano aiutarci di nuovo. Pensiamo che questo film potrebbe avere un impatto ancora maggiore.

2. Ci sarà il prossimo [workshop di due giorni di HSPs e cavalli](#) è 11-12 giugno. Lo scorso fine settimana abbiamo tenuto un seminario e una persona ha commentato in seguito, "lo scorso fine settimana è stato assolutamente squisito. Ogni persona e ogni creatura arricchito la mia vita." Queste riunioni di HSPs e cavalli sono incredibili!



3. HSP Gathering Retreats: ci sono ancora spazi disponibili al 31 HSP Gathering Retreat, **28 giugno - 2 luglio** alla bella YMCA a bella Estes Park, Colorado. Attualmente, sono presenti HSPs da Canada, California, Colorado, Minnesota, North Dakota, Virginia e Washington. È inoltre possibile [registrarsi ora per il 32mo HSP Gathering, 22-26 di settembre](#), In Fennville, MI, dove "Cavalli come insegnanti & guaritori" sarà integrato nel raduno.

I HSP Gathering Retreats offrono un'opportunità unica per scoprire, esplorare e celebrare il vostro tratto e ritornare a casa emozionati e ispirati di creare e vivere una vita autentica, sensibile, tuttavia è necessario definirla.

4. Libri e CD consigliati:

[Genitorialità e il bambino sensibile: linee guida e pratiche](#) di Robert Pluke. Il titolo parla da sé. Anche se non ho letto ogni sua parola, mi è parso eccellente.

[Comunicazione non violenta](#) di Marshall Rosenberg. Molti di voi hanno probabilmente sentito parlare di questo metodo di affrontare i conflitti tra esigenze di due persone, creato da Rosenberg. Io l'ho appena scoperto e penso sia geniale. Se non avete avuto un assaggio del suo lavoro, vi consiglio il suo [libro audio](#) o un [set di CD](#) per ascoltarli mentre guidate.

[Parenting tutta la vita](#) di J. Allen Boone. Si tratta di un piccolo libro divertente, profondo. La parte divertente è che è raccontato da un uomo che sta facendo babysitting a un cane, famosa stella del cinema denominato *Strongheart*. Racconta come il cane, molto più saggio prenda il sopravvento. La parte profonda è come l'autore impara a comunicare con il cane e poi con tutti gli animali...--pony, puzzole, formiche, vermi, una mosca. Questa forma di "parenting" è qualcosa che sono sicura che possiamo fare (e godere) più facilmente di altri. Se senti già un feeling con gli animali, lo sigillerà.

Un bell'articolo: "[Perché l'arte è importante per persone altamente sensibili](#)". Questo pezzo va ben oltre l'importanza dell'arte per HSP. È davvero una bella descrizione di noi, con un bel tocco.

5. [Una nuova pubblicazione](#) scientifica di Jadzia Jagiellowicz , che ha fatto questa ricerca sulle nostre risposte emotive per la sua tesi, e che ho già citato in precedenza in alcuni altri post. Ora la sua ricerca è ufficialmente pubblicata in una rivista scientifica inter-pares. Il titolo è "Rapporto tra il tratto di temperamento dell'elaborazione sensoriale- sensibilità e reattività emozionale" e appare (quest'anno) nel *comportamento sociale e personalità*. È possibile [Leggi l'abstract qui](#).

L'individuazione di base era che come HSPs tendiamo a reagire a immagini di scene emotive (per es., ragni, serpenti, torte di compleanno, cuccioli) più positive o negative secondo il contenuto, quanto gli altri, ma rispondere alle immagini ancora più veloce se positive. Le HSP con buona genitorialità hanno risposto più fortemente, specialmente a scene emotive positive, rispetto a tutti gli altri (cioè, più fortemente di HSPs con un'infanzia carente e la maggior parte non-HSP, con qualunque tipo di infanzia).

Questo è il secondo risultato che dimostra come noi rispondiamo in modo più fortemente positivo a stimoli positivi, rispetto a rispondere negativamente a stimoli negativi, e aiuta a spiegare la nostra suscettibilità "differenziale": facciamo peggio in ambienti poveri, vero, ma meglio di altri in quelli buoni, a quanto pare perché prendiamo su ed elaboriamo di più le esperienze positive nella nostra vita.

Elaine