



MOTHER MATTERS

The right of women with disabilities to motherhood

Numero del progetto Erasmus plus 2023-1-IT02-KA220-ADU-000153664

PILLOLE INFORMATIVE

Le pillole informative forniscono brevi spiegazioni relative agli studi sulla disabilità, all'accessibilità per i professionisti sanitari e alla maternità per le donne con disabilità. Si basano su un approccio di microlearning, una metodologia di apprendimento che suddivide il contenuto in brevi unità incentrate su un singolo argomento o abilità

- RELAZIONI -

LEGAMI EMOTIVI



La teoria dell'attaccamento, sviluppata per la prima volta dallo psicologo britannico John Bowlby a metà del XX secolo, spiega come i legami emotivi precoci con le figure di accudimento influenzino la nostra capacità di instaurare relazioni per tutta la vita. Secondo questa teoria, gli esseri umani sono biologicamente programmati per formare legami con gli altri, che costituiscono una **base sicura per l'esplorazione e la regolazione emotiva**.

Stabilire legami affettivi con i nostri figli è essenziale per molte ragioni. Innanzitutto, garantisce un senso di sicurezza e autostima. I bambini si sentono al sicuro e protetti quando sanno di essere amati e apprezzati dai genitori. Inoltre, inconsciamente, vengono loro insegnate competenze sociali, fiducia e regolazione emotiva, tutte necessarie per relazioni solide in futuro.



momsproject.eu



Mother Matters



[moms.mothermatters](https://www.instagram.com/moms.mothermatters)



[MoMs_MotherMatters](https://www.youtube.com/MoMs_MotherMatters)

La teoria dell'attaccamento di Bowlby sottolinea che il legame emotivo si basa su coerenza, reattività e amore, non sulle capacità fisiche. Pertanto, se mai dovessi mettere in dubbio la tua adeguatezza come genitore, ricordatelo!

Da uno studio condotto su 37 bambini nati da genitori con disabilità sensoriali, è emerso che i bambini sviluppano un maggiore senso di empatia (Sigal E., et al. (2017). e questo può essere attribuito al successo dei legami emotivi creati tra i genitori e i loro figli..

Inoltre, secondo la ricerca, i figli di madri con disabilità spesso imparano la resilienza emotiva osservando le proprie madri adattarsi alle sfide e fornire loro supporto emotivo. Questo legame permette al bambino di sentirsi sicuro anche di fronte alle avversità, promuovendo la stabilità emotiva e un senso di autostima. I bambini con un forte attaccamento alla madre disabile tendono ad affrontare meglio le sfide della propria vita..

Il Ruolo dei Legami Emotivi nel Coping e nella Resilienza:

I legami emotivi svolgono un ruolo cruciale nel migliorare la capacità di affrontare i problemi e la resilienza, soprattutto per le mamme con disabilità che potrebbero essere genitori single o affrontare malattie croniche. Gli studi dimostrano che l'86% delle persone si sente meglio mentalmente quando sviluppa resilienza emotiva, che può essere raggiunta attraverso forti legami emotivi. Per le mamme con disabilità, un supporto emotivo costante è fondamentale. (<https://www.unicef.org>).

