



Cofinançat per
la Unió Europea



ISTITUTO DEI SORDI
DI TORINO



COCEMFE
Sevilla



CITIZENS
IN POWER



European
Development



MoMs

MOTHER MATTERS

El dret a la maternitat de les dones amb discapacitat

Projecte Erasmus Plus número 2023-1-IT02-KA220-ADU-000153664

PÍNDOLAS INFORMATIVES

Les píndoles informatives ofereixen explicacions breus sobre estudis de discapacitat, accessibilitat per a professionals sanitaris i maternitat de dones amb discapacitat. Es basen en el microaprenentatge, una metodologia que divideix el contingut en unitats curtes centrades en un tema o habilitat.

- RELACIONS -

VINCES EMOCIONALS



La Teoria de l'Aferrament, desenvolupada pel psicòleg britànic John Bowlby a mitjans del segle XX, explica com els primers vincles emocionals amb els cuidadors influeixen en la nostra capacitat per establir relacions al llarg de la vida. Segons aquesta teoria, els humans estem biològicament programats per formar vincles, que ens serveixen de base segura per explorar el món i regular les emocions.

Per què són essencials els vincles emocionals amb els nostres fills/es?

- **Garanteixen seguretat i autoestima:** Els infants se senten estimats i valorats pels seus pares, cosa que els dona confiança.
- **Ensenyen habilitats socials i confiança:** A través de la interacció amb els pares, els nens aprenen a relacionar-se amb els altres.
- **Afavoreixen la regulació emocional:** Desenvolupar un vincle segur ajuda a gestionar millor les emocions al llarg de la vida.



momsproject.eu



Mother Matters



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



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

Finançat per la Unió Europea. Les opinions i punts de vista expressats són exclusivament dels autors i no reflecteixen necessàriament els de la Unió Europea ni els de l'Agència Executiva Europea d'Educació i Cultura (EACEA). Ni la Unió Europea ni l'EACEA en poden ser considerades responsables.

Bowlby destacava que aquests vincles es basen en la coherència, la capacitat de resposta i l'amor, no en l'habilitat física. Així que, si mai dubtes de la teva vàlua com a pare o mare, recorda-ho!

Els Vincles Emocionals i la Resiliència

Un estudi amb 37 infants de pares amb discapacitat sensorial va demostrar que aquests nens desenvolupen una major empatia gràcies als forts vincles emocionals amb els seus progenitors (Sigal E., et al., 2017).

A més, segons diverses investigacions, els fills de mares amb discapacitat sovint adquireixen resiliència emocional en observar com les seves mares superen reptes i ofereixen suport emocional. Això els proporciona seguretat i reforça la seva autoestima.

El paper dels vincles emocionals en la resiliència i el benestar

Els vincles emocionals són especialment importants per a mares amb discapacitat, ja que poden estar afrontant la maternitat en solitari o convivint amb malalties cròniques. Els estudis indiquen que el 86% de les persones milloren el seu benestar mental quan desenvolupen resiliència emocional, que es pot aconseguir a través de relacions sòlides i afectuoses (Font: UNICEF).

