

SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Ospedaliera di Reggio Emilia
Arcispedale S. Maria Nuova



Ottobre 2015

Open month

Visite, esami, eventi e info point
negli ospedali con i Bollini Rosa che
curano patologie femminili attinenti
al tema dell'alimentazione.

D.N.D.A.

Osservatorio Nazionale
sulla salute della Donna



Autostima: questa sconosciuta L'importanza dell'autostima nei Disturbi del Comportamento Alimentare

Dott.ssa Giulia Camozzi

Psicologa

S.S.D. Diabetologia e Disturbi del Comportamento Alimentare

Arcispedale Santa Maria Nuova

Reggio Emilia

L'autostima rappresenta un fattore
di primaria importanza nella
costruzione e nel mantenimento
del benessere sociale ed emotivo



Un bambino con un livello di autostima
sano riuscirà più facilmente a sfruttare le sue
potenzialità e a formare
delle relazioni positive rispetto a un bambino
che soffre di profondi
sentimenti di scarso valore personale

L'autostima è legata a:

- Sentirsi degni d'amore
- Sentirsi capaci
- Presenza di un forte senso di valore personale che permetta di affrontare sia i fallimenti che i successi



Le valutazioni degli altri su di noi e la loro conseguente disponibilità ad accettarci o rifiutarci svolgono un ruolo estremamente importante nella formazione e nel mantenimento dell'autostima (Rosenberg, 1979)

Importanza delle figure di attaccamento nelle fasi precoci di sviluppo del sé e del primo nucleo dell'autostima:

il bambino tende a introiettare i valori di riferimento degli adulti significativi, a far sue le loro richieste e aspettative, a condividere i giudizi e gli atteggiamenti che loro manifestano nei suoi confronti



Come si forma l'autostima?



“Il sé si forma specchiandosi nelle reazioni degli altri” (Cooley, 1902): se veniamo trattati con noncuranza o disprezzo, o se veniamo giudicati severamente dagli altri, tenderemo di riflesso ad adottare il punto di vista negativo dell'altro



Come si forma l'autostima?



- Deriva dalla percezione di essere o non essere accettati, apprezzati, riconosciuti importanti
- Comprende la valutazione delle esperienze e dei comportamenti passati, influenza i comportamenti attuali e predice quelli futuri
- Nel tempo può diventare molto solida e difficilmente permeabile

Come si forma l'autostima?



Discrepanza tra *sé percepito* e *sé ideale*

Il *sé percepito* equivale al concetto di sé:

una

visione oggettiva di quelle abilità,
caratteristiche e qualità che sono presenti e
assenti.

Il *sé ideale* è l'immagine della persona
che ci piacerebbe essere. La discrepanza tra

sé

percepito e sé ideale crea problemi di
autostima.

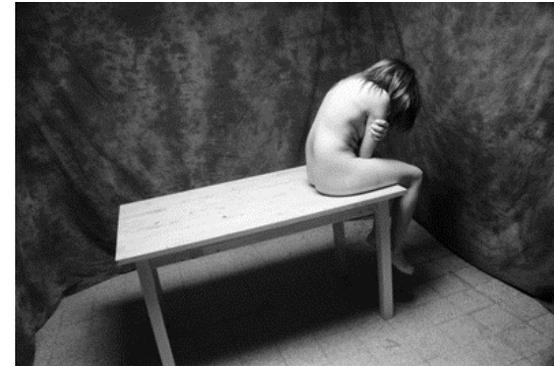


Disturbi del Comportamento Alimentare e Autostima



- Sentimenti di inadeguatezza e incompetenza
- Senso paralizzante di “inefficacia” che pervade tutto il pensiero e ogni attività del soggetto (Hilde Brunch)
- Forte bisogno di essere accettati e approvati dagli altri attraverso il conformismo, la rinuncia all'autonomia, all'iniziativa personale e alla libertà di giudizio
- Credenza disfunzionale: “per essere benvoluta/o dagli altri è necessario dar loro ragione, non contrastarli o contraddirli, corrispondere alle loro richieste e aspettative, perché se valgo poco o nulla è ragionevole essere e mostrarsi dipendenti dagli altri”

Disturbi del Comportamento Alimentare e Autostima



- Gli adolescenti oggi si vergognano per le imperfezioni del proprio corpo e derivano la propria autostima più dalla propria immagine che non da capacità e competenze
- I vissuti di inadeguatezza degli adolescenti e la rigidità dei modelli estetici imperanti cui si ispirano li inducono ad attaccare il proprio corpo nutrendolo troppo o troppo poco

Disturbi del Comportamento Alimentare e Autostima



E' importante educare i giovani all'autostima partendo dall'assunto che, attraverso un miglioramento dell'autostima (individuato da molti studi come "fattore protettivo" rispetto all'insorgenza dei DCA) è possibile influire positivamente sull'immagine corporea e sui comportamenti alimentari degli adolescenti

Amati!
Sei la persona con cui
passerai tutta la Vita!



Grazie dell'attenzione