



Què és la teoria de l'aferrament i com explica el nostre caràcter?

[inicialreport]La **teoria de l'aferrament** explica com anem formant vincles emocionals al llarg de la nostra vida i aprenem a relacionar-nos amb altres persones a través de la nostra educació, vivències, família, etc. L'aferrament es desenvolupa des que naixem gràcies a la influència dels nostres pares, amics, parella i fins i tot fills, sempre va evolucionant.

El principi més important d'aquesta teoria declara que un nou-nat necessita desenvolupar una **relació amb almenys un cuidador** principal perquè la seva evolució social i emocional es produeixi amb normalitat. Aquesta teoria no sols explica la manera com ens relacionem, sinó que pot arribar a influir en la salut mental d'una persona.

Quins tipus d'aferrament hi ha?

```
[playbuzz](function(d,s,id){var js,fjs=d.getElementsByTagName(s)[0];if(d.getElementById(id))return;js=d.createElement(s);js.id=id;js.src='https://embed.ex.co/sdk.js';fjs.parentNode.insertBefore(js,fjs);}(document,'script','exco-sdk'));
```

[/playbuzz]

[finalreport]