

GELOSIA TRA FRATELLI





Introduzione

«Non ne posso più! Non sopporto quando litigano!», «Nonostante le attenzioni e le continue rassicurazioni, non gli basta mai, è sempre geloso di sua sorella!», «Con tutto quello che mi ha fatto passare mio fratello da piccola, non me la sento di mettere al mondo un altro figlio».

Fraasi dette o pensate. Inevitabili. Di fronte all'ostinazione e alle 'piccinerie' dei nostri figli, siamo colti dal dubbio che forse non era il caso di regalare un fratello al primogenito.

Segnati dalle tribolazioni dovute alle 'preferenze' dei nostri genitori, posticipiamo la decisione di una seconda maternità, anche se desideriamo un altro bambino.

Gli psicologi assicurano che i conflitti tra

fratelli sono positivi: i bambini imparano a farsi valere, a difendersi, a raggiungere compromessi e, spinti dalla molla della competizione, a impegnarsi con tenacia per dimostrare di essere capaci di raggiungere gli stessi risultati.

Ma c'è anche il rovescio della medaglia. Perseguitati dal fantasma del fratello 'bravo', si demoralizzano, rinunciano, perdono motivazione. Oppure, calati nel ruolo del fratello maggiore, quello 'responsabile', per il resto della vita non riescono a liberarsi dalla gabbia in cui sono stati rinchiusi.

Nei casi peggiori, le inevitabili predilezioni che si stabiliscono nei rapporti tra genitori e figli sono interpretate come par-

zialità, sollevano nel bambino l'irrazionale timore di non essere voluto, generano rancori a volte insanabili.

Una storia antica. La Bibbia racconta tre vicende esemplari e tragiche, nelle quali è sempre l'atteggiamento dei genitori a scatenare la gelosia tra fratelli.

- Caino uccide Abele perché il Padreterno «gradì l'offerta di Abele, ma non riguardò Caino e la sua offerta» (*Genesi*, 4:4-5).
- Esaù, il primogenito, si allontana da casa perché il fratello minore Giacobbe, «un uomo tranquillo», era il preferito della mamma Rebecca (*Genesi*, 4:5).
- I fratelli vendono Giuseppe, il minore, perché «Israele amava Giuseppe più di tutti i suoi figli, perché era il figlio della sua vecchiaia» (*Genesi*, 25:27-28).

Da dove nasce la gelosia tra fratelli?

Da dove nasce questa gelosia assoluta, incontrollabile, irrazionale? «Dal desiderio di ogni bambino di essere amato in modo esclusivo dai genitori,» rispondono Adele Faber ed Elaine Mazlish, che hanno dedicato diversi libri al rapporto genitori-figli. Dai genitori il bambino riceve tutto. Non solo cibo e protezione, ma anche valori impalpabili, come il senso della propria

identità, del proprio merito, della propria irripetibile unicità. L'intrusione di un fratello minaccia questa esclusività. Il bambino la interpreta immediatamente come meno tempo da trascorrere con i genitori, meno attenzione, meno coccole e forse meno regali.

Ma c'è di più. Nel profondo del suo animo si insinua il dubbio più devastante, che difficilmente viene espresso in modo esplicito, ma non per questo è meno reale: 'Non c'è forse la possibilità che questo intruso che mi toglie tanti privilegi, che loro amano alla follia come dicono di amare me, che è coperto di coccole, che monopolizza tutta la loro attenzione... insomma, che questo insopportabile rivale valga più di me? E che, prima o poi, rubi il mio posto?'

Fantasie che a noi genitori appaiono assurde, ma che per il bambino sono reali. E allora lotta con tenacia e assurdità per conquistare tutti gli spazi, avere tutti i giocattoli, accaparrarsi tutto il cibo, tutto l'amore, tutto lo spazio e, se potesse, far sparire l'usurpatore. Esagerazioni, si dirà. Proiezioni della fantasia perversa degli psicologi sull'anima innocente dei bambini. Ma non è così. A riprova del fatto, ecco uno degli innumerevoli episodi realmente accaduti.

Alberto e il pifferaio magico

Un mattino Alberto, 3 anni, vede arrivare la sorellina Emilia, appena nata, dall'ospedale. La sera precedente, il papà gli aveva raccontato la storia del pifferaio che con il suo flauto magico porta i topi ad annegarsi nel fiume, liberando la città dalla loro invasione. Poco dopo, i genitori trovano Alberto che, con tutto il fiato che ha in corpo, suona il flauto accanto alla culla di Emilia. «Io soffio,» dice deluso, «ma lei non se ne va!»

L'ambizione di questo libro è di aiutare i genitori a compiere il miracolo: amare ogni bambino come se fosse l'unico, senza privarlo neppure di una briciola di attenzione.

Al tempo stesso, e questo è un obiettivo ancora più difficile, indicare ai bambini la strada per costruire tra loro un legame profondo e duraturo che li accompagnerà per tutta la vita, e sarà la base più solida della sicurezza di sé.



Arriva l' 'intruso'



Appena tornata a casa dall'ospedale, mi sentivo terribilmente in colpa nei confronti di mio figlio Giulio. Pensavo di avergli fatto un torto nel volere un altro bambino solo per acccontentare il mio egoismo. Feci di tutto perché Giulio lo vedesse il meno possibile. Mi chiudevo in camera per allattare e, quando mi accorgevo della sua presenza, non prendevo in braccio il piccolo. Insomma, un tormento!

(Giovanna, mamma di Giulio, 3 anni, e di un bimbo di pochi mesi)

La gelosia è, sotto certi aspetti, un sentimento positivo: è la prova che il bambino non vuole perdere l'amore dei suoi

genitori. Va quindi accettata senza troppi complessi. Limitare le manifestazioni di affetto per il nuovo venuto, o nascondersi quando ci si prende cura di lui, non serve a porre un freno alla gelosia del fratello. La sete di affetto dei nostri piccoli non si acquieta razionando attenzioni o distribuendole equamente tra i due con la pignoleria di un farmacista. Può essere soddisfatta solo se saremo spontanei e contagiosamente entusiasti nel manifestare il nostro amore per entrambi i bambini. Più dimostreremo il nostro affetto in modo esplicito, meno dovranno combattere con le loro gelosie.

Per forza di cose il secondo figlio è vissuto dal primogenito come un intruso. Qual-



cuno con cui è costretto a 'condividere', nel senso di dare metà di quello che ha al nuovo venuto: metà della mamma, del papà, delle coccole, delle attenzioni, degli spazi... Come gli si può imputare una colpa se si ribella?

Per attutire il suo travaglio si possono adottare due strategie:

- diluire nel tempo i cambiamenti;
- oppure, presentarli in modo positivo,

così che siano vissuti dal bambino come conquiste e non come sconfitte. Vediamo come comportarsi nella pratica.

La conquista dello spazio

Cominciamo da quello che apparentemente è il problema più facile: creare un posto per il nuovo venuto. Se per ottenerlo siamo costretti a restringere lo spazio di cui ha sempre goduto il primogenito, il cambiamento va fatto molto prima della nascita del secondo, in modo che non sia vissuto come un'usurpazione.

Qualche mese prima dell'evento, possiamo decidere di riorganizzare gli spazi della casa. Se è possibile, non limitiamoci a cambiare la disposizione della camera del bambino, ma interveniamo in qualche modo anche negli altri locali. Può bastare ridipingere una parete, appendere qualche quadro e spostare i mobili. In tal modo il piccolo sarà più disposto ad accettare modifiche nella sua stanza.

Una stanza per due

Se i bambini sono vicini di età, anche se si dispone di due stanze la soluzione che propongono molti esperti è di farli dormire insieme in una camera, usando l'altra come sala giochi. In questo modo, impa-



reranno molto presto a farsi compagnia, soprattutto durante il momento critico del prender sonno. Condividendo lo spazio, è più facile che si crei tra loro un profondo senso di complicità e di intimità. Come afferma la psicologa americana Penelope Leach: «Il piccolo rivolgerà al fratello grande i sorrisi e il fascino che di solito riserva agli adulti. I momenti di gioco creeranno e rinforzeranno un rapporto di autentico affetto tra i bambini». Se invece il piccolo dorme nella camera

dei genitori o nel lettone, è più facile che si scateni la gelosia e che il primo rivendichi per sé un uguale diritto.

Il modo in cui il bambino vive il cambiamento dipende molto dal nostro atteggiamento. Ogni spostamento o modifica vanno comunicati come novità positiva, e non come rinuncia cui il bambino si deve rassegnare per far posto all'altro. È importante quindi compiere uno sforzo consapevole per far sì che il più grande non viva il fratellino come qualcuno che lo priva



Come nasce la gelosia

«La gelosia è bella e salutare. Nasce dall'amore. Se i bambini fossero incapaci di amare, non sarebbero nemmeno gelosi,» afferma il grande psicologo e psicanalista inglese Donald Winnicott. Amare significa desiderare ardentemente qualcuno, sentirsi attratto da lui. E poiché, istintivamente, si ha paura di perdere l'oggetto di quest'amore, si diventa gelosi: qualsiasi rivale che ne impedisce la realizzazione va distrutto o neutralizzato.

Un sentimento da non reprimere

Come l'amore, la gelosia non è un tratto costitutivo della personalità, ma un sentimento: non si nasce gelosi, lo si diventa.

E, come l'amore, la gelosia cresce, si radica, si rafforza, dilaga fino ad annullare qualsiasi capacità di ragionamento logico e soffocare ogni altro sentimento. Si è soliti dire: «È accecato dalla gelosia», perché la gelosia priva della capacità di vedere le cose in modo obiettivo, spinge a comportamenti irrazionali, violenti, illogici. Sospetto, collera, delusione formano una miscela esplosiva, difficile da controllare e riportare entro i limiti della ragione. Si desidera ottenere il controllo di una persona e possederla esclusivamente.

Eppure, nonostante ciò, la gelosia non va repressa. Provare gelosia per il fratello, poterla esprimere per poi superarla è una tappa obbligata della crescita, rivela la ca-



I mille volti della gelosia

Come reagiscono i bambini all'arrivo del nuovo venuto? Con quali espressioni del viso manifestano il loro disagio? Ecco alcune storie che mostrano l'intensità delle tempeste che si agitano nel cuore dei nostri figli.

L'aggressione esplicita

Per preparare Valentina all'arrivo del secondo bambino, una sera io e il suo papà ci sedemmo sul divano del salotto e spiegammo le fasi del parto. «Prima esce la testa.» le dissi. «poi il corpo e alla fine le gambe.» Valentina ci guardò spalancando gli occhi dalla meraviglia, ed esclamò: «Che bello!»

Io gongolai, perché ero convinta che avrebbe ricevuto il nuovo bebè con gioia. «Che bello!» ripeté con ancora più entusiasmo. «Così, lo posso smontare e rimontare quando voglio!»

(Rossana, mamma di Valentina, in attesa del secondo figlio)

L'altro giorno, entrando in cucina, ho scoperto Giuliano, 4 anni, chino sulla culla di Clara. 'Bene!' mi sono detta. 'Vuole baciare la sorellina.' Poi ho sentito un pianto disperato. Sono accorsa. Giuliano si era rintanato sotto il tavolo e, sul braccino della piccola, era evidente il segno dei suoi dentini.

(Nadia, mamma di Giuliano e Clara)

sé come un fiume in piena senza argini. È necessario quindi che qualcuno gli ponga un freno, e gli impedisca di fare veramente male al fratellino. Se dovesse succedere, lui per primo ne soffrirebbe, e potrebbe essere traumatizzato dalle conseguenze delle sue stesse azioni. Spiega lo psicologo Giovanni Marazzan: «Il genitore che lascia fare, che non sa dire: 'Alt!', che non pone limiti alle azioni dei bambini, mantiene i figli in uno stato di immaturità e di disorientamento che li rende insicuri». Di fronte a un bambino che «ha perso la testa» è inutile domandargli perché l'ha fatto. Non saprebbe rispondere. Chi è impulsivo manca proprio della capacità di conoscere i motivi delle sue azioni. Invece è più utile domandare: «Descrivimi come l'hai fatto; come è successo?». Ripercorrendo la sequenza delle sue azioni e raccontandole, il bambino non si sente giudicato, e impara a rendersi conto della sua impulsività. È questo il primo passo per decidere di controllarla.

I linguaggi segreti della gelosia

L'aggressione diretta è il modo più semplice con cui la gelosia si esprime. Ma non sempre il bambino è in grado di manifestare i pensieri che lo tormentano in

modo così esplicito. Soprattutto se è già abbastanza grande, è assalito da sensi di colpa. Sa che non è bene odiare il fratellino, si vergogna dei suoi sentimenti e delle sue azioni e cerca vie più occulte per manifestare il suo disagio.

Talvolta, nemmeno noi ci rendiamo conto del significato del suo comportamento.

La mamma rifiutata

Vengo da una famiglia numerosa, e non volevo che il mio bambino rimanesse figlio unico. Nonostante litigassi dalla mattina alla sera con i miei fratelli e sorelle, avevo stabilito con loro un legame profondo che dura tuttora. Provai quindi una grande delusione quando vidi che Donato non mi perdonava di avergli portato in casa un fratellino. Era sempre stato un bambino dolcissimo e non si stancava di coprirmi di baci e complimenti: «Sei la mamma più bella del mondo,» mi diceva. «Ti voglio bene così!» e allargava le braccia per quanto poteva. Con l'arrivo del fratello, cambiò carattere. Con me era rabbioso, scontroso, mi rispondeva a monosillabi e, se tentavo di baciarlo, si puliva la guancia con la mano. Ero

depressa. Mi pentivo di aver voluto un secondo figlio e, dopo ogni sgarberia di Donato, scoppiamo a piangere.

(Letizia, mamma di due maschietti)

Il rifiuto del nuovo venuto ingigantisce le perplessità che tutti noi abbiamo sentito nel momento in cui si è deciso per un altro bambino.

D'altro canto, l'ansia e i sensi di colpa da cui siamo assaliti non fanno altro che confermare nel primogenito la convinzione di avere subito un torto. Anziché attenuarsi, la gelosia e l'aggressività si rinforzano e si alimentano. L'unico rimedio è reagire trattando il nostro piccolo geloso con tutto l'affetto che gli abbiamo sempre dato.



Bibliografia

- M. Azoulay *C'est toi le plus grand!*, Rets/Presses Pocket, Parigi
- B. Bettelheim *Un genitore quasi perfetto*, Feltrinelli, Milano
- B.T. Brazelton *Il primo legame*, Frassinelli, Roma
- A. Faber, E. Mazlish *Bambini smettetela di litigare*, Frassinelli, Milano
- H. Ginott *Between Parent and Child*, MacMillan, New York
- J. Gottman *Intelligenza emotiva per un figlio*, Rizzoli, Milano
- G. Honegger Fresco *Essere genitori*, red!, Milano
- P. Leach *Il bambino dalla nascita ai sei anni*, Mondadori, Milano
- R. Scalisi *La gelosia tra fratelli*, Franco Angeli, Milano
- D.W. Winnicot *Colloqui con i genitori*, Cortina, Milano

Indice

- 5 Introduzione**
- 6 Da dove nasce la gelosia tra fratelli?
- 9 I dubbi prima della nascita**
- 10 «Che ne pensi di un fratellino?»
- 10 La mamma aspetta un altro bambino
- 17 Arriva l'«intruso»**
- 18 La conquista dello spazio
- 21 I punti di riferimento
- 22 La celebrazione del nuovo arrivo
- 23 Un aiuto dal mondo della fantasia
- 24 «Io, quello lì, non lo voglio!»
- 25 Le frasi che non funzionano
- 26 Gli atteggiamenti da evitare
- 29 Come nasce la gelosia**
- 29 Un sentimento da non reprimere
- 30 L'evoluzione dei rapporti familiari
- 31 Una buona occasione per crescere
- 32 La gelosia età per età
- 34 La lenta crescita dell'amore fraterno
- 37 I mille volti della gelosia**
- 37 L'aggressione esplicita
- 42 I linguaggi segreti della gelosia
- 63 Come aiutare un bambino geloso**
- 63 Quattro strategie per combattere la gelosia
- 68 Le frasi che non funzionano

71	I litigi tra fratelli	101	La migliore garanzia per non fare differenze
74	Le buone e le cattive ragioni per litigare	102	I difficili equilibri dell'amore
76	I piccoli sfoghi di vera sofferenza	108	Le frasi che non funzionano
78	Le frasi che non funzionano	111	Le 'etichette' che non si staccano
80	I confronti da evitare	113	Come evitare di imporre modelli?
82	La lode	116	I ruoli 'inevitabili' a cui sfuggire
84	Il modo di rimproverare i bambini	120	Le frasi che non funzionano
87	Alcune situazioni 'classiche'	121	Un posto per ciascuno
87	«Nadia ha preso le mie matite!»	122	Le parole che imprigionano
92	«Marco mi ha dato un morso!»	122	Quanto costa essere il 'privilegiato'?
94	«Lui non mi fa giocare!»	126	Bibliografia
97	La baruffa che diventa pericolosa		
99	L'arte di essere 'imparziali'		
100	Uguaglianza: dare a ciascuno ciò di cui ha bisogno		