

AD OGNUNO IL SUO POSTO: AMORE E RIVALITA' TRA FRATELLI

Dott.ssa Teresa Poli

Quando nasce un fratellino, l'identità del primogenito viene messa in discussione. Non sa più chi è, perché perde la collocazione conosciuta all'interno della famiglia: non è più figlio unico e non è più il più piccolo, si aggrappa disperatamente alla madre per conservare il suo posto. Ora riceve solo parte delle attenzioni e del tempo dei genitori, mentre prima li aveva tutti per sé. E' naturale dunque che il bambino provi risentimento ed ostilità per "l'intruso", anzi l'assenza di gelosia tra i 18 mesi e i 4 anni non è un buon segno perché per il bambino il nuovo arrivato è senz'altro un problema ed è bene che possa esprimere la sua gelosia invece di incamerarla e renderla così più forte e duratura.

Se il primogenito è aggressivo con il neonato non lo fa per cattiveria ma per angoscia, non va dunque sgridato ma preso da parte per spiegargli che lui ora è forte mentre il fratello è debole come lui quando era piccolo. E' utile dimostrare empatia e attenzione dicendogli di capirlo e di sapere che è doloroso e permettendogli di esprimere a parole i suoi sentimenti riguardo al fratello. L'arrivo di un fratellino può infatti far vacillare la fiducia nell'amore dei genitori e sarà dunque necessario riaffermarlo e rassicurarlo.

Nonostante l'inevitabilità della gelosia, è meglio avvisare sempre in anticipo il bambino che sta per arrivare un fratellino e spiegargli, magari mostrandogli delle foto di quando lui stesso era piccolissimo, che all'inizio il fratellino sarà piccolo, piangerà spesso ma lui non dovrà occuparsene o volergli necessariamente bene perché ci saranno i genitori per questo. Dicendo così si eviterà che il bambino creda di avere subito un compagno di giochi della sua età, inoltre arriverà a volergli bene in modo naturale, né per compiacere i genitori né per fargli dispetto in caso contrario.

La nascita del secondogenito spesso porta ad una "regressione" del primogenito perché prende a modello il neonato che il padre e la madre ammirano. Il primogenito può pensare che essere neonati sia qualcosa di maggior valore che diventare grandi, per questo perde momentaneamente varie autonomie e diventa più infantile. Nel caso di un figlio maschio il ruolo del padre o di un altro uomo della famiglia è quello di sostenere il primogenito nel suo sviluppo incoraggiando l'identificazione attraverso proposte di uscite "tra uomini" o "tra grandi". Inoltre il primogenito va spinto a frequentare coetanei spiegandogli che verrà il momento in cui potrà giocare anche con suo fratello, ma ora è troppo piccolo per lui.

Nonostante non abbia mai conosciuto una attenzione esclusiva, a volte è il più piccolo a dimostrarsi geloso verso il più grande e a voler sempre essere uguale a lui. Infatti, mentre il primo è stato per i genitori un vero bambino nuovo, lui sente di essere solo una ripetizione del già noto. Può essere utile in questo caso parlargli da solo (non davanti al fratello grande) per sottolineare ciò che è diverso tra lui e il fratello, evidenziando le sue qualità e aiutandolo a scegliere secondo i suoi gusti. Si può dirgli "tu prendi tuo fratello come modello, ma non può esserlo, siete molto diversi, invece di cercare di essere come lui sarà meglio cercarti un amico". La gelosia, come la dipendenza, è infatti una sofferenza che deriva dalla convinzione falsa di valere di meno. Si deve spiegare ai propri figli, sempre attenti alle divergenze di trattamento, che non c'è mai inferiorità di valore ma solo di statura e di età. Ognuno di loro è un figlio unico perché unici sono i suoi bisogni e le sue caratteristiche; inoltre in una famiglia ci sono due tipi di primogeniti, quello delle femmine e quello dei maschi. I figli sono persone diverse, con bisogni diversi e dunque vanno trattate diversamente: vestirli nello stesso modo ad esempio, oltre ad essere un segno di possessività, una sorta di marchio di fabbrica, lede la loro personalità. Lo sviluppo per ciascuno di loro avverrà in aree e ad età diverse, con diversi gradi di facilità: il secondo non si deve accelerare per stare col maggiore e il primo non deve rallentare per aspettare il fratellino. Rispondere allo stesso modo è un errore perché ciascuno è ad un proprio grado di soluzione del problema. Quando il primogenito è più grande (5-6 anni), può succedere invece che voglia occuparsi del più piccolo sostituendosi ai genitori. Questo comportamento da "adulto"

serve a sottolineare la sua differenza dal più piccolo ed è un modo indiretto di dimostrare la gelosia. Si può lasciare che il primogenito aiuti e collabori ma senza perdere di vista la propria esistenza di bambino trasformandosi in una mamma o papà in miniatura perché questo nuocerebbe allo sviluppo di entrambi. Inoltre nel periodo edipico una figlia può dimostrare la sua gelosia per il fatto che il padre abbia dato un bambino alla madre e non a lei cercando di accaparrarsi il piccolo per far finta di essere lei la madre. In questi casi devono essere ribaditi con fermezza i ruoli nella famiglia. Nonostante spesso si parli solo della rivalità tra fratelli, queste figure rappresentano fonti di attaccamento stabili e fonti di sostegno che durano spesso per tutta la vita. Il bambino guadagnerà un compagno che mitigherà il senso di solitudine che a volte può provare e potrà fare riferimento ad una sorta di lo plurale , di lo-noi. Il bambino infatti non acquista solo un compagno complice con cui allearsi nelle ribellioni agli ordini dei genitori, un compagno di giochi, ma vede anche alleggerirsi il peso di essere l'unico destinatario delle aspettative e delle proiezioni familiari e delle cure materne. I giochi comuni, i segreti condivisi, costituiranno spesso il modello di intimità sul quale si formeranno i successivi rapporti di amicizia e di amore. Avere dei fratelli insegna a stringere un'amicizia, a superare una lite, a condividere, a controllare l'odio e la distruttività e ad avere l'esperienza immediata di un'altra mente e del suo funzionamento. I figli unici si costruiscono spesso compagni immaginari come sostituti dei fratelli mancanti ma possono integrare quest'esperienza attraverso la frequentazione di cuginetti o, all'asilo, di altri bambini virgola che virgola pur non essendo veri e propri fratelli, vengono vissuti pressoché come tali. Anche i genitori spesso sono cresciuti accanto a fratelli e sorelle e i loro sentimenti inconsci di amore e odio possono ripercuotersi sul rapporto coi figli. Ad esempio avendo sofferto per la nascita di un fratello possono identificarsi col primogenito e dedicargli maggiori attenzioni trascurando il secondogenito; oppure in quanto secondogeniti possono sentirsi in colpa per aver sottratto al fratello gran parte delle cure materne e cercano di risarcire dedicando al loro figlio maggiore più attenzioni. L'importante è invece cercare di capire il problema e il punto di vista del bambino senza presupporre che sia uguale al vostro.

Alcuni consigli:

- avere unità di intenti: se i genitori sono d'accordo su come comportarsi, i figli si sentono più sicuri e sereni.
- non cercare di evitare ogni litigio (porta solo frustrazione): è normale che i fratelli litighino, in questo modo imparano a difendere le proprie ragioni , a negoziare e a difendersi fisicamente.
- non schierarsi : di solito nelle liti fra fratelli hanno ragione tutti e nessuno. Se si prendono le parti del fratello minore solo perché è piccolo questo si sentirà protetto e provocherà impunemente il fratello più grande. In questo modo non lo armerete per la vita in società e lo abituerete al bisogno di protezione. Ascoltate e commiserate la vittima senza biasimare l'attaccante; al piccolo si può dire "non si è reso conto della sua forza" e al grande "non è facile avere un fratello non all'altezza di giocare con te". Lasciate che trovino la loro soluzione personale incoraggiandoli a trovare da se il modo di adattarsi all'inevitabile. Solo se i litigi diventano troppo clamorosi Allora i contendenti vanno separati proponendo una attività alternativa, per poi parlarne quando gli animi si saranno calmati. Chiedere ai figli la loro opinione per trovare una soluzione gli trasmette fiducia e rende molto più probabile che rispettino gli accordi. Intervenire ad ogni litigio insegna ai bambini che quello è un modo efficace per ottenere la vostra attenzione; litigare diventa allora un modo per manipolare gli adulti, per tirare la corda che fa suonare la campana meglio allora può essere meglio andarsene in un'altra stanza dicendo "se vi fate male vi porterò l'ospedale".
- ogni comportamento anche se sembra fatto apposta per arrecare solo disturbo nasconde un bisogno insoddisfatto. Ad esempio i litigi sulla proprietà e sulla condivisione coinvolgono i bisogni di controllo, di attenzione e di riservatezza. Un grande può rimpiangere quando era piccolo e volere le cose del fratellino o un piccolo può pensare che essere grande significhi prendere le cose del maggiore. Una soluzione può

essere fornire ad ognuno un cassetto o una scatola tutta per sé con un lucchetto a combinazione insegnando una efficace difesa passiva delle proprie cose.

- Non ascoltare le spiate, il ricatto deve essere stroncato appena sboccia dicendo "non lo sgridero' perché non l'ho visto".

- trascorrere del tempo separatamente con ciascun figlio, svolgendo attività che piacciono ad entrambi, permette al figlio di vivere momenti in cui non deve competere con l'altro per ottenere attenzione amore. Inoltre il bambino più impegnativo e con cui avete più difficoltà a relazionarvi è di solito quello che ha più bisogno di voi.

- cercate di spostare l'attenzione dagli sbagli che compiono alle cose che fanno bene. È importante sottolineare i comportamenti positivi ai figli perché ciò fa sì che li ripetano mentre, focalizzarci solo sui problemi, porta i bambini a smettere di ascoltare i rimproveri per proteggere la loro autostima.

- non fate paragoni perché portano solo di sentimento, e non etichettare per non creare aspettative limitanti.

BIBLIOGRAFIA

N. Ammaniti "Io e te" 2010

T. B. Brazelton "Il bambino da 0 a 3 anni" 2005

F. Dolto "I problemi dei bambini" 2005

F. Dolto "Come crescere un bambino felice" 2004

F. Dolto "Seminario di psicoanalisi infantile" 1982

A. Freud "Normalità e patologia nel bambino" 1998

J. Lacan "I complessi familiari" 2005

E. Quagliata "Essere genitori" 2010

E. Quagliata "Fratelli e gemelli" 2010

M. Rufo "Le bugie vere" 2005

S. Thiella "Domande di genitori" 2009

S. Vegetti Finzi "I bambini sono cambiati" 2011