

## Gelosia fra fratelli

Di Annalisa Croci

*Spesso la nascita di un fratellino modifica l'equilibrio della famiglia e crea gelosie. Ecco alcuni consigli*

La gelosia è un fenomeno inevitabile all'interno di una famiglia, ogni bambino vuole essere considerato il più amato e riconosciuto come il più bravo.

La nascita di un fratellino provoca una normale reazione di paura, insicurezza; quindi il bambino vive un momentaneo periodo di cambiamento e tensione.

Spesso però viene percepito dai genitori come un bambino buono, che all'improvviso si comporta male e diventa "cattivo".

È importante che i genitori siano consapevoli che c'è gelosia e devono accettare questa reazione, bloccare la gelosia non la elimina, ma fa sì che la somatizzi in un sintomo o che la ripresenti più avanti ancor più accentuata. I più piccoli possono anche essere maneschi e violenti, in modo impulsivo e negli atteggiamenti; oppure spesso hanno il vissuto di sentirsi messi da parte e sgridati sempre.

Ma quali sono le manifestazioni tipiche di gelosia?

Prendere in giro, comportamenti ostili, isolarsi, tenere il broncio, regredire (enuresi, difficoltà a prendere sonno o nell'alimentazione, bisogno smodato di coccole).

Talvolta aggressività verbale e/o fisica, comportamenti distruttivi es. con giocattoli) e invidia; ma anche eccessiva dipendenza dal genitore.

Ecco alcuni rapidi consigli per smorzare la gelosia:

Evitare di prendere le parti di uno dei due,

Fare in modo che gestiscano da soli il litigio e trovino una soluzione, senza arrivare alle mani.

Nel caso in cui i bambini non riescano ad appacificarsi dare un "time-out" o dividerli in due stanze diverse

Evitare che il bambino grande faccia del piccolo la sua vittima.

Evitare anche di dare immediatamente le colpe al grande.

Cercare una soluzione e non un colpevole.

Cercare di dare attenzione ad entrambi i bambini, ad esempio con elogi e limiti per entrambi e con attività diversificate ed individuali.

Non forzarli a condividere oggetti per forza.

Aiutate ad avere amici ed interessi diversificati, così ognuno avrà possibilità di sperimentarsi.

Evitare di chiedere ad uno di adeguarsi sempre alle esigenze dell'altro.

Evitare di fare confronti.

Dott.ssa Annalisa Croci

PSICOLOGA PSICOTERAPEUTA

[www.ascoltopsicologo.it](http://www.ascoltopsicologo.it)

cel. 334/2357696