



▶ Carlotta Piovano

le emozioni dei bambini



## Preda della gelosia

Come la nebbia, la gelosia impedisce di vedere la realtà per quella che è. Aumenta le fantasie, costruisce sequenze dolorose e irreali, e rovina i rapporti cari e preziosi.

La gelosia non è un sentimento di cui si va fieri, forse perché mostra le nostre debolezze... le nostre incertezze... le nostre paure. Eppure, almeno una volta nella vita, tutti lo siamo stati: forse non fino al punto di pugnalarlo Desdemona e forse senza odiare a morte ma... certo lo siamo stati... e abbiamo sofferto... eccome...  
(tratto dal sito internet [www.ilmondodilucy.com](http://www.ilmondodilucy.com))

Se dovessi rappresentare la gelosia attraverso l'arte, disegnerei un'ombra grigia che avvolge la persona colpita da tale stato d'animo. Come la nebbia, la gelosia impedisce di vedere la realtà per quella che è. Aumenta le fantasie, costruisce sequenze dolorose e irreali, e rovina rapporti cari e preziosi. Nella vita, prima o poi, tutti siamo stati o saremo colpiti da questo «mostro», tutti abbiamo provato gelosia per un fratellino o una sorellina, per un compagno di classe, per un'amica, per il fidanzatino e, poi, per il compagno o marito/moglie. La gelosia non viaggia da sola, invita sempre un'altra emozione: la rabbia.

### Tra fratelli

Generalmente, nell'età compresa tra i due e i cinque anni, i bambini possono vivere l'esperienza di accogliere un fratellino o una sorellina nel nucleo familiare. Fino a poco tempo prima, tutte le attenzioni, gli

spazi e le cure erano rivolte solo a loro; con la nascita di un fratellino o sorellina, devono dividerle con il nuovo arrivato. Che fatica! I bambini devono poter partire da una posizione di sicurezza, devono essere sicuri di essere amati, e ora hanno ancora più bisogno di certezze e conferme.

Mi basta soffermarmi un momento e pensare a come cambiano i miei «cuccioli» a scuola quando, in famiglia, arriva un fratellino o una sorellina. Manifestano maggiore aggressività, sono molto più sensibili ed esigenti, hanno una regressione (vengono a scuola con il «ciuccio», non vogliono fermarsi a scuola per fare la nanna...). I bambini hanno bisogno di manifestare il loro disagio per essere rassicurati e sentirsi nuovamente amati.

Da un po' di tempo a questa parte, mi capita spesso di sentire delle mamme che decidono di dare un fratellino ai loro figli solo perché questi glielo do-

mandano. Un bambino tra i due e i cinque anni non può sapere che cosa significa «dar vita a un fratellino»; egli pensa che nasca già grande, pronto per giocare e assecondare le esigenze di chi c'è già.

I genitori fanno sempre più fatica a dire «no»; c'è la tendenza ad assecondare sempre i desideri dei propri figli, ma poi ci si trova a dover gestire gelosie e scatti d'ira, e spesso non si è pronti perché manca un periodo di riflessione e consapevolezza da parte dei genitori.

### Come preparare i bambini

La gelosia tra fratelli non si può prevenire, ma possiamo, in un certo senso, preparare il bambino alla nascita ripercorrendo il suo essere stato neonato e bisognoso di cure e attenzioni. Ogni famiglia possiede fotografie e video: questa è una bella occasione per guardarli e commentarli insieme. Possiamo anche ripercorrere l'evoluzione dei giochi, dai sonagli alle macchinine o alle bambole, un percorso da ripetere più volte durante la gravidanza e anche dopo la nascita.

Questa riflessione nasce perché sento la necessità di indurre le mamme e i papà a fermarsi un momento per riflettere. **Essere genitore vuol dire essere, pensare e agire da adulti.**