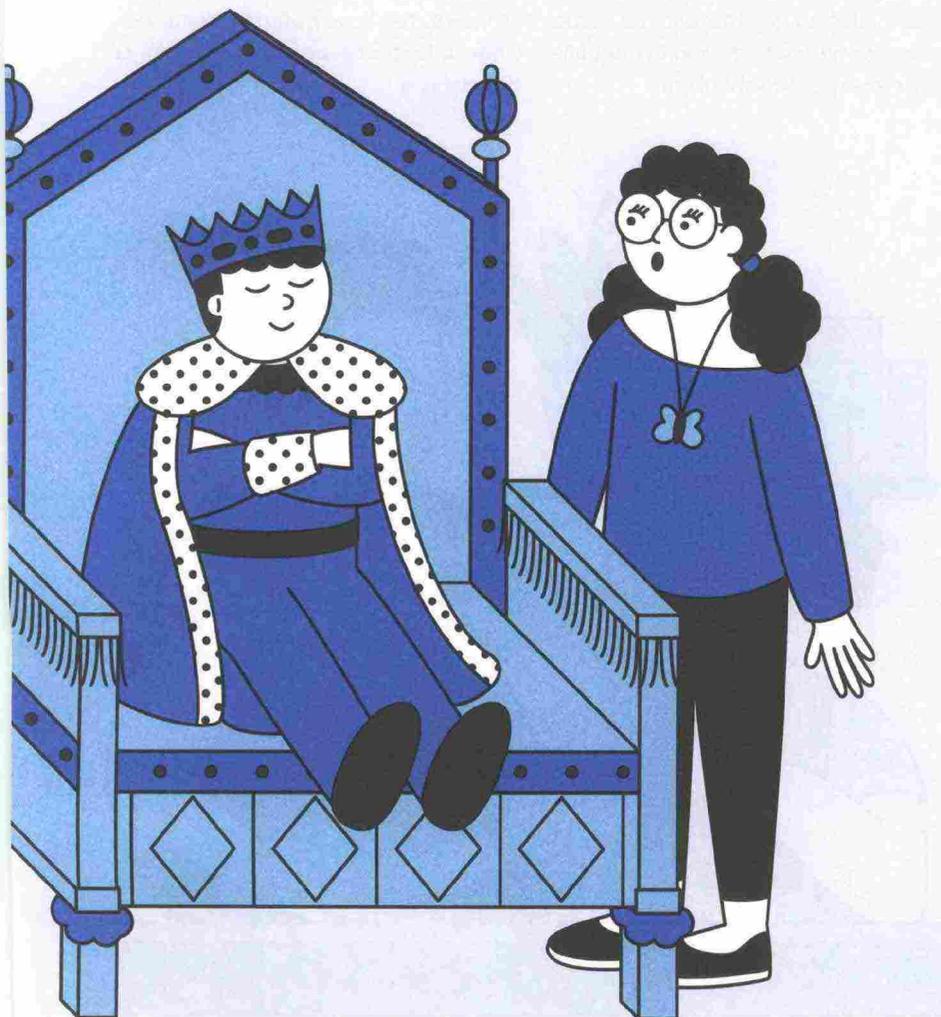


«A lui non dite mai niente!»

Quando in famiglia i bambini sono più di uno, non è infrequente che le relazioni tra fratelli e sorelle siano un po' tese e che i più grandi accusino gli adulti di comportarsi in maniera diversa con i più piccoli. Non serve negare tali differenze: occorre capire il messaggio sotteso alla protesta

Silvana Quadrino, psicologa e psicoterapeuta



Claudia è arrabbiata. È vero, ha dimenticato di dare da mangiare al micio, che è compito suo nella divisione delle incombenze domestiche, come indica il planning attaccato in bella vista sul frigo, però... «Però quando Roby si dimentica qualcosa non gli dite mai niente!», prorompe tra i singhiozzi, per poi concludere con un secco: «Non è giusto!». Roby è il fratellino. Ha 5 anni, mentre Claudia ne ha ben 8, o meglio «quasi 9!», come ripete sempre lei, con orgoglio da ragazzina grande. Ma essere grandi ha degli inconvenienti.

PICCOLO E GRANDE

Piccolo, grande: gli adulti non sono sempre coerenti nell'utilizzo di queste categorie. Per certe cose un bambino, un ragazzino, può essere "troppo piccolo", ma ecco che poco dopo lo si richiama alle sue responsabilità di "bambino grande".

Si è scritto molto sulla condizione di primogenito, quindi di "bambino grande" per definizione rispetto ai fratellini o alle sorelline più piccoli: i primogeniti risulterebbero più intelligenti, più empatici, più capaci di attenzione verso gli altri. Nei ricordi da adulti, però, sono ancora vivi quei momenti in cui essere il più grande coincideva con l'obbligo di essere sempre ragionevole e obbediente, di aiutare la mamma, di essere gentile con il fratellino "rompicatole".

Ai genitori, le recriminazioni dei primogeniti appaiono il più delle volte ingiustificate, tant'è che tendono a

ribattere in modalità poco efficaci, ad esempio: «Ma cosa dici, non è affatto vero!», oppure: «Guarda che tuo fratello è molto più preciso di te nelle cose che toccano a lui». La frase di Claudia, e la sua emozione, qualunque essa sia – risentimento, gelosia, senso di ingiustizia o paura di non essere amata –, non si prestano né a bilanci più o meno rigorosi né a confronti sul piano di realtà: in quella frase c'è (come del resto, ricordiamolo, in tutto ciò che noi o gli altri diciamo) una richiesta. Che non è, ovviamente, «sgridate di più Roby»: in fin dei conti il «più» o il «meno», quando si parla di comportamenti, non si prestano a misurazioni. È su questa richiesta, quindi, che i genitori possono interrogarsi: Claudia sta soltanto reagendo al rimprovero, difendendosi e contrattaccando? Se è così, possiamo considerare il suo comportamento legittimo e accettabile, non è il caso di aprire un dibattito sull'effettiva quantità di rimproveri rivolti a lei e al fratellino, meglio accogliere la reazione della bambina, consolarla e rassicurarla: non siamo arrabbiati con lei, non si è trattato di niente di grave e siamo sicuri che non succederà più.

Se invece il confronto con Roby diventa frequente, è necessario chiedersi se non ci sia qualcosa nel comportamento dei genitori che fa sentire Claudia «meno amata».

GELOSIA O PAURA DI NON ESSERE AMATI?

La sicurezza di essere amati, accettati, apprezzati è una necessità che riguarda

tutti noi, per tutta la vita. Per i bambini, è la base irrinunciabile per la costruzione di un'immagine positiva di sé e per la conquista della sicurezza necessaria per affrontare la realtà e gli altri. Questa sicurezza va rafforzata ogni volta che qualcosa, al di là della «verità dei fatti», ci fa sospettare che il bambino o la bambina la stia perdendo, anche soltanto un po'.

Claudia fa riferimento a un'abitudine, sembra quasi che abbia aperto una specie di libro dei conti in cui fa il bilancio del numero di rimproveri rivolti a lei o a Roby. E se noi pensassimo a un bilancio delle approvazioni, gratificazioni, apprezzamenti? Spesso propongo ai genitori di tenere, per qualche settimana, un quadernino in cui annotare, su due colonne, le volte in cui criticano, rimproverano, o segnalano al bambino ciò che non ha fatto o non ha fatto bene, e le volte in cui invece sottolineano qualcosa di positivo, quando gli rivolgono un apprezzamento sincero, specifico e non generico. Moltissimi si accorgono che la colonna degli apprezzamenti rimane quasi vuota.

COME PIACERE A MAMMA E PAPÀ

Non dovremmo dimenticare che un bambino, in ogni momento della crescita e con tutti i cambiamenti che la crescita comporta, cerca di capire che cosa può fare per «piacere» alla mamma e al papà. Quella che un po' superficialmente viene considerata «gelosia» nei confronti di un fratello o di una sorella è molto spesso la convinzione che il

fratello o la sorella abbia «qualcosa» che lo rende più amabile, e che non sarà mai possibile essere amati come lui, o lei.

Racconta Monica, affermata avvocata quarantenne, due volte separata e senza figli: «Sono la seconda di tre figlie femmine. La più grande, Giada, è andata via di casa appena finito il liceo, ha studiato all'estero e adesso vive in Francia con il suo compagno e due bambine. Io ho 5 anni meno di lei e la ricordo sempre fuori casa per qualche impegno, fin da bambina. A me sembrava felice, o almeno serena. La più piccola, Aurora, è nata quando io avevo 2 anni; è nata prematura, mamma e papà sono stati assorbiti da lei fin da quando l'hanno portata a casa dall'ospedale. Mi trascuravano? Assolutamente no! Ma io ricordo un'unica preoccupazione che mi accompagnava continuamente: fare sempre la cosa giusta per non creare loro ulteriori problemi. Non fare capricci, non fare richieste, essere gentile con Aurora, aiutare la mamma, non dare problemi a scuola. E tutto questo era «normale». Come era normale che Giada rimanesse a lungo fuori casa già a 14 anni, senza molti controlli, e che Aurora fosse capricciosa, disordinata, mai coinvolta nelle incombenze domestiche».

Monica non parla di gelosia nei confronti di Aurora, ma di un malessere indefinibile, una specie di tristezza che la portava a volte a sfogarsi con pianti senza motivo, che in casa hanno finito per venire spiegati in un modo che ha imposto a Monica un'etichetta da cui non è più sfuggita: «Monica non →

ha mai superato del tutto la gelosia nei confronti di Giada».

RICHIESTE DIVERSE, RISPOSTE DIVERSE

Monica ha vissuto una situazione che in modo assai più intenso vivono i fratelli e le sorelle di bambini con gravi problemi, disabilità, malattie croniche. Una condizione che viene definita *sibling* e sulla quale si sta riflettendo seriamente solo da alcuni anni, la quale provoca emozioni e sentimenti contrastanti che possono rendere faticose le relazioni in famiglia: istinto di protezione e rivalità, invidia e senso di colpa, bisogno di attenzioni e negazione di provare quel bisogno.

Senza approfondire questo tema particolare, che merita una trattazione specifica, credo che sia utile ragionare sul delicato equilibrio tra richieste, rimproveri e riconoscimenti che deve guidare l'atteggiamento educativo dei genitori che hanno più di un figlio. Anche quando non sono determinate da una malattia o da una disabilità, le differenze tra i figli non si possono negare ed è importante tenerne conto. Quando i genitori mi chiedono, con un certo stupore, «come è possibile che i nostri figli siano così diversi se i genitori di tutti e due (o tre, o quattro) siamo sempre noi?», il invito all'osservazione di una qualsiasi cucciolata. Fin dalle prime ore i gattini o i cagnolini si muovono in maniera diversa: c'è chi si avventura per primo lontano dalla mamma, chi resta fermo impaurito e perplesso, chi cerca di spostare un

fratellino per conquistare una posizione migliore nell'allattamento e chi compie piccoli gesti aggressivi nei confronti degli altri. Si tratta di differenze che producono risposte a loro volta differenti. Nel regno animale, queste risposte sono in qualche modo codificate in vista di un obiettivo supremo: la sopravvivenza. Per noi umani, le cose non sono così semplici; sono legate al contesto familiare, ai valori, agli obiettivi educativi. Ma le nostre risposte ai diversi comportamenti dei bambini influiscono sulle relazioni tra tutti i membri della famiglia.

Confrontarsi con i figli sulle loro richieste, invece di difendersi da quelle che ci paiono accuse immotivate, è il modo migliore per abituarli a prendere contatto con le proprie emozioni e a trasformarle in uno scambio costruttivo.

Tornando a Monica, dalla differenza "di fatto" fra lei e Giada (che era già autonoma e indipendente fin dall'infanzia) e fra lei e Aurora (che inizialmente era molto fragile) sono nate richieste e aspettative diverse, a cui ciascuna delle tre ha in qualche modo risposto e che hanno influito sull'immagine che ciascuna di loro ha creato di sé stessa. L'indipendenza di Giada è stata accettata, apprezzata, valorizzata, oppure

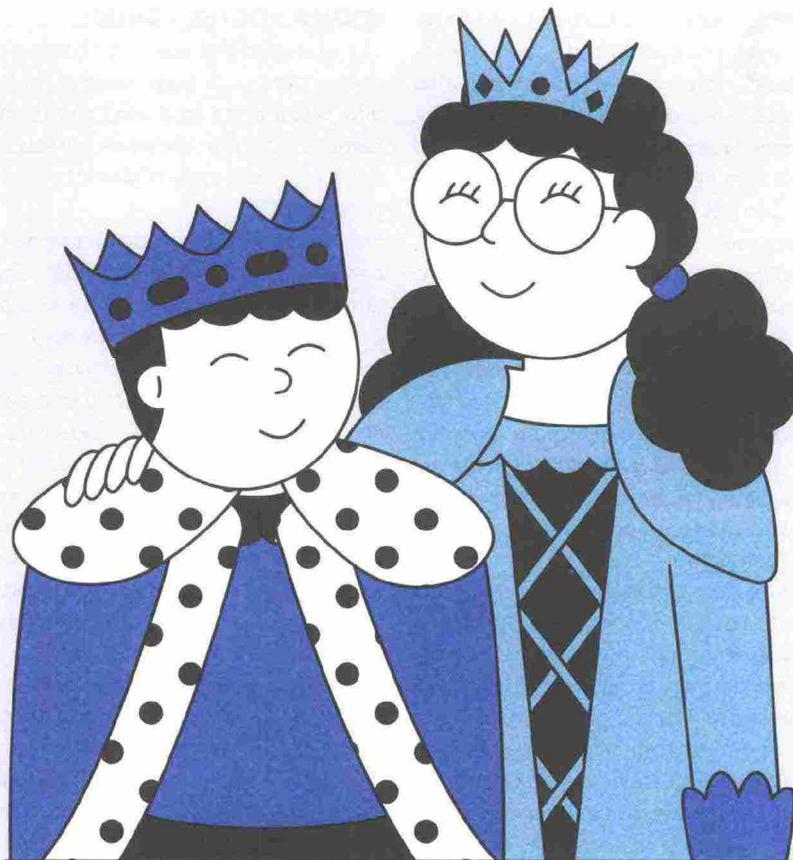
richiesta, imposta e pretesa? Non possiamo saperlo. Ma possiamo vedere che la sua vita è proseguita con quelle caratteristiche. La fragilità di Aurora e l'indipendenza di Giada, spesso assente da casa, hanno concentrato su Monica le aspettative di adeguatezza e di protezione della serenità familiare: non far preoccupare i genitori, non procurare loro altri problemi. Non è niente di drammatico, intendiamoci: nelle famiglie è così che si giocano gli equilibri. Quello che però probabilmente è mancato è stato un altro tipo di equilibrio: l'equilibrio tra le richieste, la segnalazione delle mancanze e l'apprezzamento dei comportamenti positivi.

La tristezza di cui parla Monica indica un bisogno insoddisfatto: la necessità di sentirsi dire da mamma e papà che si accorgono di lei, che apprezzano quello che fa, e che non pretendono che lei sia "più perfetta" di quello che è, perché la amano comunque.

A quest'osservazione, molti genitori controbattono: «Ma io mi sento "strano" a dire queste cose a mio figlio, mi sembra di recitare una parte». Chiediamoci: perché, invece, non ci sentiamo strani, non ci sembra di recitare una parte, quando dobbiamo sgridare i figli? Come se l'apprezzamento fosse qualcosa di superfluo, di cui si dovrebbe fare a meno, o come se fosse un incoraggiamento diseducativo alla presunzione. La frase «Fai solo il tuo dovere», usata come se fosse il massimo dell'apprezzamento, forse non è più così comune, ma la sostanza non cambia.

USCIRE DALLA CRISI

Riprendiamo l'esempio con cui abbiamo aperto l'articolo: cosa c'è nelle lacrime della piccola Claudia? La richiesta di più rimproveri al fratellino o di più apprezzamenti nei propri confronti? È un tema di cui i genitori possono tranquillamente parlare in una situazione di quel genere: confrontarsi con i figli sulle loro richieste, invece di difendersi da quelle che ci paiono accuse immotivate, è il modo migliore per abituarli a prendere contatto con le proprie emozioni e a trasformarle in uno scambio costruttivo. Tentare di convincere Claudia che la sua frase non rispecchia la realtà, aprire un dibattito su ciò che è vero e ciò che non lo è, equivale a chiederle di non provare le emozioni che sta esprimendo con le parole e con il pianto semplicemente perché qualcuno - i genitori - le dice che non è giusto provarle. Non è un buon modello di educazione emotiva. Si può invece ricorrere a modalità di relazione basate sull'accoglienza e il confronto, che si organizzano in tre passi: l'accettazione della reazione di Claudia («Ok, ti abbiamo sgridata e adesso sei arrabbiata; capita, lo sappiamo benissimo»), la dichiarazione serena della propria convinzione sull'argomento («A me non pare di non sgridare mai Roby, ma posso sbagliarmi»), e una domanda che rappresenta l'apertura di un dialogo, che può anche non avviarsi subito ma che segnala la disponibilità dei genitori a parlare dei desideri e dei bisogni di Claudia («A te cosa piacerebbe che facessimo di diverso?»).



A volte i bambini accolgono questa domanda virando sull'umorismo, e rispondendo ad esempio: «Adesso sgridate lui tre volte di fila». È un bel segnale, che può trasformare un momento di crisi in una sorta di sceneggiata in cui il rimprovero perde la sua valenza negativa e diventa un gioco verbale che coinvolge tutti, e che si può impiegare, anche in futuro, come un rituale di "fine conflitto". La frase «Cosa

facciamo adesso, sgridiamo mamma (o papà, o Claudia) tre volte di fila?» resterà nel lessico familiare come segnale che si vuole passare oltre, che la crisi è finita. ♦

Per approfondire

Per approfondire il tema dei *sibling* si può leggere Alessia Cinotti, *Sorelle e fratelli nella disabilità. Dimensioni esistenziali e scenari educativi*, Scholé, 2021.