

La gelosia del germà gran cap al petit

Per què existeix aquest sentiment recelós i com tractar-lo

La gelosia és un sentiment habitual en les relacions humanes i existeix en totes les persones. Què és? Per què es considera un sentiment dolent i negatiu? Com afecta tenir un altre germà més petit als fills grans?

La gelosia és un sentiment que existeix en totes les persones i fre protagonitza les relacions humanes. Acostuma a aparèixer en d'intimitat i proximitat, com la parella, les amistats i els familiar sentiment és objecte de recreació de moltes històries clàssiques com Otel·lo de William Shakespeare o Cims borrascosos d'Emily Brontë.

Per començar direm que la gelosia no es té o es deixa de tenir com una varicel·la, sinó que és un sentiment de totes les persones i apareix davant la de perdre l'amor d'algú perquè apareix un altre més interessant. Aleshores podria entendre's com una alerta que fa témer la pèrdua de l'amor (en major mesura) i els signes d'aquest amor d'una persona valorada.

Quan la gelosia és vers el germà petit és, entre altres coses, signe d'estimació nena cap als pares. El germà gran tem haver deixat de ser estimat o ser-ho causa del naixement d'un germà, que ha passat a ser el focus d'interès i d'amor

Els pares que neguen la gelosia

Quan els pares ens consulten al Centre de Salut Mental Infantil i Juvenil (CSMIJ) sobre algun tema referent als seus fills i li preguntem pel germà sovint ens responen: "No va tenir gelosia", negant aquest sentiment.

La gelosia es considera un sentiment negatiu perquè provoca patiment i pot generar agressivitat. Si això passa no ens hem d'alarmar: el nen gelós ho passa malament, pateix perquè sent els pares allunyats i més pendents del germà petit que d'ell.

Pot observar-se per l'agressivitat als pares o al germà, però també per falta de col·laboració en les tasques familiars, pèrdua d'alguns hàbits que semblaven adquirits, fer-se pipí de forma involuntària (enuresi), problemes en el son.



El germà gran encara és petit

*"La preparació
l'arribada del
germà ajuda a
una transició
progressiva, com
i a sentir-se inclòs
tot el procés"*

També podem trobar-ne signes a l'escola: disruptor classes, desatenció a les explicacions, sensibilitat reaccions irades en rebre alertes o càstigs.

Cal entendre que l'arribada d'un germà petit és el primer canvi important que viu un nen. El mór protector, estable, que fins al moment ha proporcionat condicions de vida pateix un canvi que desestabilitza témer que es perdi.

Tot canvi és aconsellable que sigui avisat, parlat amb anticipació i aquest n'és un d'important. Cal naixement del germà amb temps, fent participar l'embaràs i dels canvis que es viuran. Aquesta ajuda a fer una transició progressiva, confiable i inclòs en tot el procés.

El sentiment d'exclusió és el nucli que vertebrava el sentiment de gelosia i cal evitar-lo perquè el nen no se senti oblidat pel gran. El nen sentirà que el germà petit ara és el centre d'atenció i desitjarà ser petit com ell per gaudir dels mateixos tractes, d'activitats i retrocessos en hàbits adquirits.

No se l'ha de renyar ni fer servir el raonament "però tu ja ets gran" o quan fem referència al nomenat, "és que ell és petit". No ha triat l'ordre de naixement i no és cert que sigui gran. Molt sovint tractem els fills com a nens més grans quan neix el petit. És aconsellable que els pares dediquin un temps exclusiu al germà gran o permetin que faci de petit per recrear quan ell és petit. És important que el germà que ara veu tant ben atès i de qui sent gelosia.

A poc a poc el vincle amb el germà petit s'anirà enfortint, sovint és el millor aliat perquè té devoció pel gran i el vol seguir i imitar.

Per acabar, volem recordar que la gelosia és un sentiment viu i no desapareix, es transforma i causa menys malestar quan s'orienta bé però sempre i en tot moment, cal tenir en compte que el gelós se sent insegur i no sentiria gelosia si no estimés el germà petit.

Llegeix més articles a **"la càpsula"**

Visita la web de **Sant Pere Claver - Fundació Sanitària**

C. Vila i Vilà, 16 08004 Barcelona | Tel. 93 442 39 03
info@spcsalut.org | www.spcsalut.org
