

## **Le relazioni tra fratelli: impariamo a litigare bene!**

A cura della dott.ssa *Elena Pegoraro*

pedagogista del Servizio di Progettazione Educativa, Comune di Venezia



*Puoi imparare un sacco di cose dai bambini.*

*Quanta pazienza hai, per esempio.*

*Franklin P. Jones*

*Non sei più mio amico...*

Questa è una delle frasi “tipiche” dei bambini piccoli quando sono molto feriti nell’amore proprio e delusi dall’amicizia, dal comportamento di un altro bambino/di un fratello-sorella ma anche degli adulti.

*Amore e odio.*

Le relazioni con gli altri - gli incontri e gli scontri - sono laboratorio per crescere e imparare a gestire le prime frustrazioni, per apprendere che a volte si è diversi (noi e gli altri) da come si vorrebbe essere (caratteristiche, aspettative, limiti, desideri, stati d’animo, ecc.).

Fin da piccoli, a partire dall’anno di età, i bambini stabiliscono legami stabili, selettivi e reciproci dimostrando preferenze per alcuni bambini rispetto ad altri, soprattutto per quelli che vedono più spesso, con cui hanno maggiore familiarità.



L'attenzione e l'interesse per l'altro sorgono fin dai primi mesi di vita: dapprima gli altri bambini incuriosiscono e poi sempre più rappresentano, di volta in volta, un *compagno di gioco, un rivale, un punto di riferimento da imitare.*



Le relazioni si ampliano e si rafforzano con l'entrata alla scuola dell'infanzia e poi alla scuola primaria, anche grazie ad esperienze condivise e ad interessi in



comune (attività scolastica, sociale e motoria); i bambini sanno distinguere gli "amici" dai semplici "compagni".

Si formano soprattutto delle "coppie" di amici o di "migliori amici" che si scelgono per simpatia ed affinità.

Dal nido alla scuola dell'infanzia possiamo notare come i bambini comincino con l'osservarsi reciprocamente e a volte ad "assaggiarsi", siano attratti spesso dagli stessi giocattoli e soprattutto da quello che l'altro ha in mano..., si imitino all'inizio condividendo uno spazio, impegnati ciascuno nel proprio gioco e poi arrivando a fare lo stesso tipo di attività e/o gioco. Con il passare degli anni, grazie alla maturazione delle competenze cognitive, prosociali, linguistiche e motorie i bambini apprendono a cooperare, a scambiarsi gli oggetti, a conversare, ad assumere dei ruoli come nel "facciamo finta di".



Sono immersi fin dalla nascita nella continua scoperta di sé e degli altri e l'adulto li sostiene in questo viaggio esplorativo.

Con l'esperienza e le diverse relazioni tra bambini si allenano le capacità prosociali (es. altruismo, solidarietà, empatia, collaborazione, rispetto di sé e dell'altro, ecc.) e viene stimolata l'*intelligenza emotiva* (vd. per es. Daniel Goleman e Howard Gardner: l'intelligenza emotiva è la capacità di riconoscere i propri sentimenti e quelli degli altri, di saper gestire le emozioni in modo efficace).

Alcune strategie educative di insegnanti e genitori aiutano a potenziare l'intelligenza emotiva con cui il bambino si sforza di fronteggiare e gestire i momenti di socialità che a volte richiedono anche un po' di fatica!

- **Predisposizione dell'ambiente:** è significativo anche "dove" si gioca e con quali strumenti. L'adulto cerca di mettere a disposizione materiali e giocattoli in modo che ogni bambino/fratello/sorella abbia qualcosa con cui



giocare e magari la possibilità di scegliere tra due giocattoli che siano diversi da quelli del compagno di giochi in modo da rendere il più possibile lo spazio accogliente e stimolante. Anche le caratteristiche

dell'ambiente in cui si gioca infatti "parlano" ai bambini: uno spazio troppo pieno di giocattoli, materiali diversi, luci, suoni, colori contemporaneamente potrebbe, a seconda del temperamento e dello stato d'animo del bambino, disorientare, sovraeccitare, innervosire, annoiare. Mettiamo quindi temporaneamente via tutto ciò che pensiamo possa ostacolare i bambini nel loro momento di gioco facendo sì che lo spazio sia organizzato ma non sovraccarico (in caso si possono sempre aggiungere

degli oggetti), sicuro e tale per cui i bambini possano giocare senza la presenza dell'adulto in grado comunque di poterli osservare e, se necessario, intervenire.

- **Allestimento delle attività e proposta di gioco:** incoraggiamo i bambini a trovare giochi di relazione con il fratello/la sorella, evidenziando gli interessi in comune e le possibili affinità; allo stesso tempo però ricordiamo che ogni bambino è a sé cioè ha bisogno del proprio spazio e qualche volta potrebbe voler concentrarsi da solo su qualcosa che piace senza dover condividerlo con il compagno di giochi.

Per incentivare dei giochi tra i bambini possiamo anche noi proporre delle attività che diano la possibilità di rafforzare le modalità di relazione positiva come per es. lo scambio di giocattoli e il rispetto del proprio turno.



L'adulto ha la consapevolezza che la sua presenza innesca dinamiche inedite anche tra i bambini. Quando tra fratelli si gioca assieme ed interviene il genitore uno dei due bambini potrebbe aver voglia di avere per sé tutta l'attenzione di mamma/papà e l'altro pure!

Cerchiamo quindi di introdurci in una situazione di relazione tra fratelli al termine di un gioco, se invitati esplicitamente dai bambini e comunque



attenti a dosare le lodi e i rimproveri all'uno e all'altro, riservando più o meno la stessa attenzione e modalità di comunicazione simili (se accarezzo la testa all'uno faccio lo stesso

con l'altro: anche se pare non voglia nulla infatti sotto sotto si aspetta di ricevere un gesto di affetto per sentirsi quanto meno sullo stesso piano del fratello/della sorella e amabile come lui/lei...).

- **Sostegno alla risoluzione positiva dei conflitti:** litigare bene fa bene! Ovvero quello che più come genitori temiamo ovvero il conflitto tra bambini in realtà è un'opportunità di crescita, per mettere in campo quelle abilità e competenze a cui abbiamo fatto cenno, per conoscere meglio se stessi e gli altri, per gradualmente imparare ad uscire dall'idea che si può fare quello che si vuole quando si vuole.

Ben venga dunque il litigio anche tra fratelli/sorelle ma a patto che non degeneri e soprattutto non si generino "schemi viziosi": per esempio può darsi che un fratello abbia sempre



il ruolo di quello che prende in giro, picchia, offende ecc. e l'altro assuma invece il ruolo di colui che non reagisce, piagnucola, picchia anche lui, si



rifugia da mamma e papà, nasconde le cose, e via dicendo.

*Come fare per aiutare i bambini a "litigare bene"?*

Sì, perché alcune relazioni si fortificano anche e proprio a seguito di "scontri" e a volte le

amicizie durature scaturiscono proprio da un litigio o da una iniziale reciproca sorta di antipatia. Secondo il metodo "Litigare bene" teorizzato da Daniele Novara, l'adulto dovrebbe:

- a. *lasciare che i bambini se la sbrighino da soli se possibile...* ovvero subentrare in situazione solo se chiamato in causa o in caso di pericolo (perciò è necessario porsi in un punto di osservazione che consenta di sorvegliare l'andamento del conflitto);
- b. *fare che i bambini si spieghino tra loro, ma non insistere* (ovviamente i bambini che sanno esprimersi con le parole ma a volte si capiscono anche solo con il comportamento non verbale fatto di occhiate, pacche sulle spalle, spintoni, ecc.). In caso non riescano a "dirsi" cosa provano e pensano in quel momento (potrebbero anche essere troppo nervosi, emozionati, agitati, non disponibili, ecc.) aiutarli a dare un nome alle emozioni puntando noi a far emergere, a seconda del caso, gli stati d'animo, i bisogni profondi, le ragioni, le aspettative, i propositi dell'uno e dell'altro. L'esercizio è quello di provare a capire che anche l'altro sta bene o male e che ciò che si dice e si fa ha delle conseguenze;
- c. *spronarli a trovare un accordo, una soluzione con proposte loro* (Come potreste fare per mettervi d'accordo? Cosa potete pensare per la prossima volta? Troviamo un gioco che vi piace fare assieme). Se non sanno o non vogliono trovare un accordo proviamo noi a suggerire delle modalità e delle alternative positive "ripescandole" dal nostro modo di risolvere i conflitti con le persone... per esempio chiedere scusa è un modo per rimediare e ricominciare dall'inizio;
- d. *dare noi per primi il buon esempio, fornendo delle modalità di risoluzione positiva dei conflitti quando "litighiamo" con i bambini e tra adulti:* si discute - anche in maniera accesa ma sempre rispettosa -

stando centrati sull'argomento del litigio, senza cadere in offese, prese in giro o peggio arrivando alle mani o a lanciare oggetti.

Anche questo metodo ci parla di come sia necessario prendere coscienza dei nostri vissuti e del nostro modo di porci in situazione per poter poi, al bisogno, aiutare i bambini ad individuare, tra le modalità opportune e socialmente accettabili, quelle che fanno al caso loro, ovvero che sentono più in sintonia con il loro modo di essere.

Si parte sempre dall'idea che il desiderio del bambino di entrare in relazione sia legittimo e corretto ma la modalità per esprimere questo desiderio a volte non sia evidentemente quella giusta.

Per esempio, i bambini potrebbero mordere e picchiare per diverse ragioni:



- a. sfogare i propri stati d'animo (rabbia, paura, gelosia, invidia ma anche felicità, soddisfazione);
- b. poco controllo sul corpo e sulla propria forza fisica, quando sono molto piccoli: anche i baci si trasformano in morsi e le carezze in botte (morsi d'affetto);
- c. entrare in relazione con l'altro (non conosco altre modalità di approccio);
- d. attirare l'attenzione dell'altro e/o la contesa dell'attenzione dell'adulto (situazione di gelosia, invidia, confusione, senso di solitudine ...);
- e. osservare una reazione dell'altro (a volte diverte/stupisce capire che possiamo indurre in altre persone stati d'animo "esplosivi"; altre volte piuttosto che l'indifferenza dell'altro si cercano le cosiddette "carezze

- negative” ovvero dei gesti come le botte, le offese, i rimproveri che ci fanno paradossalmente “sentire visti”…);
- f. contendere un giocattolo e/o per difendersi da una presunta aggressione (ci si sente minacciati nel proprio «territorio»);
  - g. stanchezza, bisogno di riposo, stato d’ansia (fatica a controllare i propri impulsi);
  - h. fatica a decentrarsi, ad entrare in empatia anche a causa dell’egocentrismo infantile).

Morsi, botte, offese, prese in giro, che appaiono come gesti di aggressione e di prepotenza, potrebbero invece nascondere quindi una certa fragilità e un tentativo di “difendersi” del bambino. Qualsiasi bisogno ci sia alla base rimane il fatto che il bambino va aiutato ad abbandonare lo “schema” e ad assumerne altri di tipo non-verbale (prestare il giocattolo, accarezzare l’altro, prendere per mano, sedersi vicini, ecc.) e verbale quando potrà (chiamare per nome, dire all’altro ciò che provo, dire all’altro ciò che vorrei, ecc.).

È strategico il fatto di cominciare fin dal primo morso ad indirizzare i gesti del bambino evitando di ridere e/o di stare al suo “gioco” (magari facendo finta di morderlo a nostra volta, anche il gioco della lotta deve avere dei limiti ovvero si gioca per divertirsi e non per farsi male); dire subito al bambino che il morso non va bene e che non ci piace perché fa star male; i denti si usano solo per masticare il cibo e le mani per costruire le cose, per salutare, e via dicendo “Ho capito che mi vuoi bene ma i dentini/le mani si usano per mangiare/giocare. Fai invece così (un bacio, una carezza, prendere per mano, ecc.”.

Evitiamo di esagerare punendo e rimproverando perché, per contro, il comportamento che non va potrebbe venire così incentivato.

Se il piccolo è nel periodo in cui mette i dentini per cui è spesso con le mani in bocca, sbava e tende a mordere per trovare sollievo, allora possiamo proporre giocattoli all'uso, fatti apposta per la dentizione.

Se invece il bambino, un po' più grandicello, è nella fase del "tutto è mio" - e anche il fratello costituisce una "minaccia" perché può prendere i giocattoli, invadere lo spazio, catalizzare su di sé lo sguardo di mamma e/o papà - è opportuno rassicurarlo sul fatto che abbiamo capito che ha paura che l'altro gli



rompa il giocattolo, gli impedisca di giocare come vuole, ecc. ma che, messo in un posto sicuro il giocattolo preferito, si trovano due giocattoli o un gioco da fare con il fratello che ha voglia di giocare con lui (per es. due macchinine, due palle simili). La

prima volta che il bambino arriva a condividere un momento di gioco con il fratello/l'amico lo si rinforza positivamente: "Hai visto che sei stato capace di prestare il giocattolo?" "Hai fatto bene a dargli la mano" "Puoi fare come l'altra volta".

A volte le tensioni da sfogare aumentano quando il bambino vive situazioni di accentuato stress emotivo e psicologico (un trasloco, un lutto, una separazione, dei litigi frequenti in famiglia e un clima teso, ecc.). Anche l'attesa per la nascita



di un fratellino e/o il periodo che segue il lieto evento sono potenzialmente dei periodi delicati per tutti, adulti e bambini: il mondo dei vissuti del piccolo sarà

*senz'altro variegato e potrebbe passare dal "Mamma e papà mi fareste un altro fratellino/una sorellina?", "Sì evviva, una sorellina/un fratellino!" a "Perchè un fratellino/una sorellina? Non stavamo bene così, io te e la mamma?" oppure "Ok adesso è arrivato/a ... ma quando se ne va?" ed anche "Non lo voglio, portatelo via! Vorrei invece un fratellino come quello del mio amico..."*



E' necessario permettere al bambino/ai bambini di trovare un *equilibrio emotivo nuovo* quando nasce un fratellino/una sorellina: tutti gli equilibri infatti vengono rimessi in discussione e ridefiniti (spazi, tempi, oggetti, attenzioni).



A fratelli/sorelle maggiori arrivano le cosiddette "raccomandazioni": per es. "Mi raccomando fai piano che il tuo fratellino dorme"; "Stai attento a toccarlo in quel modo perchè potresti fargli male"; "Lascia un pò in pace la mamma che è tanto stanca ...". Potrebbe essere che il bambino più grande non trovi parole per esprimere le sue emozioni ma gesti sì (es. dispetti, capricci, pipì in giro, ritmo sonno-veglia disturbato, tentativi di far "sparire" la carozzina, ecc.).

Come ci suggerisce Alberto Pellai è il caso di rassicurare il bambino ed aiutarlo, in seguito ai suddetti comportamenti, a tirare fuori ciò che lo fa stare male e gli dà da pensare che il fratellino sia "l'intruso pericoloso":



*"Dopo che è nata la sorellina, forse tu ti sei sentito un pò solo. Abbiamo avuto meno tempo per stare con te e giocare insieme, perchè lei ha bisogno di molte cure e attenzioni, proprio come quando tu eri nato da poco. Allora, io passavo*

*“molto tempo con te: ti davo il latte, ti coccolavo e ti tenevo stretto al mio cuore”*  
(Pellai A., *Il mio cuore è un purè di fragole*).

Il “fratello maggiore” deve potersi sentire amato e apprezzato a prescindere, non in quanto “fratello/sorella buono/a del nuovo arrivato”.

Comprendere che avrà sempre nel cuore di mamma e papà il suo “posto speciale” lo aiuta a sentirsi magari non più al centro della famiglia ma ancora parte della famiglia.

Poi piano piano arriverà a maturare l’idea che il fratellino nato da poco, piccolo e non ancora in grado di giocare e condividere giochi con lui, può rivelarsi “un tesoro prezioso per la vita”... ma questo è un traguardo, non un punto di partenza. 😊

