

da "O. Poli, *Fratelli e sorelle: come incoraggiare i figli ad essere fratelli*, EDB"

Sommario

Introduzione

Cap. primo

- Gestire il rapporto tra i figli
- Il primo nemico: la gelosia
- Cosa non è la gelosia
- L'intensità e l'evoluzione dei sentimenti di gelosia
- Come si manifesta la gelosia
- La gelosia ed i figli unici
- La gelosia nell'età adulta
- Il rapporto morboso
- Come aiutare i figli a superare la gelosia
- Gli atteggiamenti da evitare
- Gli atteggiamenti da assumere
- Il dialogo con il figlio geloso
- La gelosia e la "paura di fare le differenze"
- I litigi tra fratelli
- I fratelli che fanno da papà e mamma

Cap. secondo

- Il secondo nemico: l'invidia
- Emulazione e denigrazione
- Dove agisce l'invidia
- L'invidia nei rapporti fra amici e fra colleghi
- L'invidia nei rapporti fra parenti
- L'invidia nel rapporto di coppia
- L'invidia tra genitori e figli
- L'invidia tra fratelli
- La difficoltà ad accettare la propria superiorità
- Come aiutare i figli a superare l'invidia
- Gli atteggiamenti del genitore
- I passi da attuare

Cap. terzo

- Aiutare i figli ad apprezzarsi reciprocamente
- Conclusione

Introduzione

E' desiderio di tutti i genitori che i propri figli abbiano un buon rapporto reciproco e che sperimentino la ricchezza e la positività del rapporto fraterno. Tale esito tuttavia non è facile né scontato, e nella maggior parte dei casi è raggiunto solo parzialmente.

Come dimostrato dall'esperienza, le dinamiche affettive che si stabiliscono tra fratelli e sorelle si possono connotare prevalentemente

- come distacco e lontananza (quando il legame non è sufficientemente consolidato e si ignorano reciprocamente)
- come conflittualità cronica (quando i fratelli si detestano, vivono in continua contrapposizione sentendosi perennemente in guerra fra loro)
- come vicinanza e sostegno reciproco (quando prevale un rapporto fatto di vicinanza emotiva, collaborazione, e la presenza di fratelli e sorelle è vissuta come una fortuna, una condizione di vita sostanzialmente positiva).

I genitori possono fare molto per favorire ciò che desiderano: vedere che i propri figli si apprezzano, si vogliono bene e "vanno d'accordo" fra di loro. A questo scopo essi debbono gestire non solamente il rapporto educativo con ciascun figlio, ma anche il rapporto tra loro, facendo sì che riescano ad apprezzare gli aspetti positivi della fraternità e della sorellanza, ed aiutandoli a superare tutti gli ostacoli che rendono difficile raggiungere questo traguardo.

Le prime esperienze di rapporto con fratelli e sorelle all'interno della famiglia sono decisive quanto alla capacità di instaurare dei rapporti paritari e positivi con gli altri. La maturazione affettiva raggiunta nel rapporto fraterno, come le ferite lasciate irrisolte in questo ambito, può successivamente influenzare gli atteggiamenti e la condotta personale in tutti i contesti in cui le relazioni sono tendenzialmente paritarie, quali i rapporti fra amici, le relazioni all'interno della coppia, i rapporti di colleganza nell'ambiente di lavoro.

Il rapporto tra fratelli e sorelle può dunque essere considerato come un efficace apprendistato emotivo che predispone le persone a comportamenti di fiducia reciproca, tolleranza, adattabilità oppure le rende inclini alla diffidenza, all'individualismo, alle maldicenze ed ai comportamenti "di ripicca" e a mantenere pretese irrazionali nei rapporti con gli altri.

I problemi non affrontati o rimasti irrisolti in ambito familiare e fin dai primi anni di vita, come pure le abitudini e gli aspetti del carattere che possono svilupparsi a seguito di una gestione non equilibrata del rapporto fraterno, possono inquinare la capacità di accettare gli altri, collaborare paritariamente con loro, avere degli scambi affettivi significativi, dare e ricevere sostegno e solidarietà.

Il rapporto fraterno è dunque la prima palestra dove le ambiguità delle relazioni sono sperimentate nei loro effetti e nei loro esiti, ed è questa la ragione per cui queste esperienze sono così importanti nella formazione del carattere: esse contribuiscono grandemente a dare l'impronta affettiva di fondo al rapporto con gli altri.

Alla fatica di tutti i genitori nell'aiutare i figli a superare le inevitabili difficoltà dei figli a diventare fratelli e sorelle, sono dedicate le riflessioni che seguono.

Capitolo I

Il primo nemico: La gelosia

La capacità di vivere il valore della fratellanza ha nella gelosia un tenace oppositore; essa con le sue pretese e le sue lusinghe impedisce o rende difficoltoso sperimentare l'aspetto gratificante ed appagante del rapporto tra fratelli.

La gelosia è un sentimento "naturale" non indotto dalla cultura o dalle circostanze educative se non nella sua intensità e nella sua evoluzione. E' ragionevole credere che essa sia un vissuto emotivo connaturale alla condizione umana e presente come tendenza in tutti gli uomini e conseguentemente in tutti i figli.

Le caratteristiche culturali e lo stile educativo possono incidere nelle modalità, nelle variazioni d'intensità in cui la gelosia si manifesta, ed ancor più sul decorso della stessa, ma la presenza della gelosia appartiene alla dotazione psicologica presente in tutte le persone fin dalla nascita.

E' pertanto naturale e assolutamente normale riscontrare nei figli vissuti e comportamenti riferibili alla gelosia. Il genitore ha il compito di far evolvere tali sentimenti nella giusta direzione, senza negarne l'esistenza, ed evitando di colpevolizzare i figli o se stesso ed il proprio stile educativo per la presenza di tale tendenza psicologica.

E' importante che il genitore possieda una chiara definizione della gelosia, per poterla distinguere da altri movimenti affettivi presenti nei figli e con cui è generalmente confusa.

La gelosia è definibile come il timore di perdere l'esclusività dell'amore del genitore, la paura di non avere più in via esclusiva la disponibilità affettiva della persona da cui ci si sente amati.

Il geloso non accetta la perdita dell'esclusività del rapporto e non vi si rassegna facilmente.

Così il bambino vuole che la mamma voglia bene solo a sé, e non anche al fratello, anche se ciò non comporta alcuna perdita d'affetto o di attenzione nei suoi confronti. In questo modo anche il papà si comporta da persona gelosa quando teme che il figlio si "attacchi" affettivamente a qualcun altro oltre che a sé e cerca di impedire con numerosi sotterfugi, questa eventualità temuta. L'attaccamento del figlio ad altre persone non diminuirebbe l'amore e la stima nei suoi confronti, ma egli desidera continuare ad essere la sola persona da lui amata, al di là di ogni considerazione razionale.

Il secondo aspetto che definisce la gelosia consiste nella pretesa di mantenere una immagine grandiosa ed irrealistica di sé, quanto alla propria capacità di bastare affettivamente all'altro.

La persona gelosa inconsapevolmente pretendere di "essere tutto" per l'altro, di colmare con la propria presenza tutti i bisogni affettivi della persona amata.

La gelosia mette in luce una particolare difficoltà emotiva ad accettare il proprio limite: in questo caso il proprio limite di importanza nel rapporto con la persona amata.

La manifestazione più autentica di questa difficoltà è rappresentata dall'affermazione del bambino che rimprovera la mamma dicendo: "Cosa ti è venuto in mente di fare un altro fratellino? Non ti bastavo io?"

La pretesa di godere di un rapporto affettivo in via esclusiva e di rappresentare per l'altro tutto ciò che può affettivamente desiderare sono le clausole segrete che definiscono un rapporto caratterizzato dalla gelosia.

[...]

L'intensità e l'evoluzione dei sentimenti di gelosia

Per sua natura la gelosia si riferisce al timore di una perdita ed in quanto tale è il sentimento caratteristico (ma non esclusivo) del primo figlio.

Questi, infatti, sperimenta la perdita dell'esclusività dapprima goduta nel rapporto con i genitori, diversamente dai fratelli nati successivamente.

Il secondo ed il terzo figlio normalmente non sperimentano l'esclusività del rapporto, trovandosi già a dover condividere l'affetto e le cure dei genitori con qualcun altro, e di conseguenza temono meno intensamente la perdita di questa condizione.

La primogenitura rende pertanto più frequente ed intensa la difficoltà della rinuncia all'essere il solo oggetto di interesse e investimento affettivo dei genitori.

Alcune circostanze inoltre possono rendere più intensi e drammatici i vissuti di gelosia: una variabile importante a questo riguardo è la durata temporale dell'esperienza di esclusività. La nascita di un fratellino ad un anno di distanza piuttosto che dopo un intervallo di dieci anni crea condizioni molto diverse per il figlio maggiore. Nel secondo caso egli sperimenta per lungo tempo la condizione di "figlio unico", che diventa psicologicamente ancora più intensa se rafforzata dall'essere al centro anche delle famiglie d'origine di entrambi i genitori.

Se oltretutto la nascita del fratellino coincide con l'arrivo del primo nipote e con circostanze che rendono la mamma emotivamente "nervosa" e poco disponibile (a causa di un cambio di residenza della famiglia, di una crisi intervenuta nel rapporto di coppia, di un licenziamento a causa della maternità da lei subito e non accettato), le difficoltà emotive legate alla gelosia avranno una ripercussione ben più rilevante che in altre circostanze più favorevoli a mitigare tale sentimento.

Tali condizioni possono dunque accentuare la gelosia del maggiore, anche se tali difficoltà non sono esclusive del primogenito.

Anche altri figli, infatti, possono sperimentare, in alcuni momenti della loro storia evolutiva, i vissuti caratteristici della gelosia, e quindi affrontare le medesime difficoltà tipiche del figlio maggiore.

[...]

La gelosia ed i figli unici

E' un luogo comune privo di fondamento ritenere che i figli unici non debbano affrontare le difficoltà legate ai sentimenti di gelosia e di invidia. Sbagliano quindi i genitori che intendono risparmiarli ai figli questo disagio emotivo evitando l'arrivo di un fratello: ai figli unici mancheranno le occasioni immediate e più quotidiane di sperimentare tali sentimenti ma non saranno immuni dall'esperienza della gelosia. Essa si manifesterà semplicemente in altre circostanze, come ad esempio nei confronti del rapporto di coppia (la gelosia, infatti, rende emotivamente insopportabili le loro affettuosità e tutte le manifestazioni del reciproco attaccamento), nei confronti degli amici o dei compagni di classe (non sopportando le attenzioni che la mamma riserva loro quando sono invitati alla festa di compleanno, facendo molta fatica a condividere o prestare i propri giochi nelle poche occasioni in cui è necessario).

Sentimenti di gelosia del figlio unico possono inoltre manifestarsi nei confronti delle insegnanti che, dovendo distribuire equamente le loro attenzioni fra tutti gli alunni e non possono "guardare solo lui", rischiando inconsapevolmente di deludere le sue attese di esclusività.

Le reazioni di gelosia possono inoltre essere riferite alle persone con cui la mamma deve occuparsi per lavoro, mostrando antipatia e risentimento verso gli alunni della mamma insegnante, nei confronti dei nonni dell'ospizio se la mamma fa loro assistenza, dei bambini da lei assistiti se esercita la professione di pediatra, e perfino nei confronti degli animali di casa (sono mal sopportate anche le cure che il genitore riserva al gattino o al cane).

I figli unici pertanto non sono esenti dalla gelosia; hanno forse meno occasioni per farla emergere e per fare i conti con i "diritti affettivi" di un altro, ed anche i genitori hanno minori possibilità di aiutarli ad elaborarla in senso costruttivo.

Va inoltre precisato che l'esperienza caratteristica del figlio unico può riguardare più fratelli presenti nella stessa famiglia: un'eccessiva distanza quanto ad età, ad esempio, non permette loro di creare stretti rapporti di fratellanza.

Questa circostanza fa ritenere, infatti, a molti genitori di "avere avuto due figli unici", piuttosto che due fratelli, essendo loro mancata un'intensa esperienza di fratellanza in ambito famigliare.

Avere dei fratelli rappresenta pertanto una circostanza favorevole che, guidata dall'atteggiamento equilibrato dei genitori, attraverso prove e difficoltà (litigi, incomprensioni), può favorire nei figli una più stabile maturità affettiva, derivante dalla rinuncia alla pretesa di godere in via esclusiva dei rapporti affettivi.

L'intervento educativo dei genitori è comunque possibile e doveroso anche nei confronti dei figli unici, in tutte le circostanze immancabili in cui tali richieste possono emergere.

[...]

I litigi fra fratelli

Gli interventi presentati raramente si addicono alle circostanze concrete ed immediate in cui il genitore deve decidere repentinamente come intervenire nella gestione del rapporto fra fratelli.

Non tutte le circostanze richiedono una comprensione profonda della dinamiche del loro rapporto e comunque non è sempre possibile nelle circostanze concrete della vita quotidiana. E' il caso tipico della gestione dei litigi, che richiede al genitore sicurezza di intuito e prontezza di intervento nell'adottare le misure più opportune senza ricorrere lì per lì ad analisi psicologiche troppo sofisticate.

I possibili interventi del genitore che si trova a gestire questi episodi critici della vita familiare, si possono così differenziare:

- Lasciare che risolvano il conflitto da soli

In alcuni casi la scelta più opportuna consiste nel "chiudere la porta" della loro camera e lasciare che risolvano da soli le loro controversie. Questo è ragionevole quando il litigio sia occasionale, l'età e la capacità di autodifesa dei fratelli non sia troppo dissimile e quando il genitore ha la sensazione di non riuscire a ricostruire la dinamica dei fatti che ha scatenato la loro contrapposizione. Molte volte, infatti, il genitore chiede spiegazioni, vuole capire cosa sta succedendo ed apre il suo intervento con un volenteroso "chi ha cominciato?" trovandosi immediatamente irretito da spiegazioni contrapposte difficilmente valutabili che lo lasciano confuso ed incerto sul da farsi.

In alcuni di questi casi è realmente difficile distinguere il "colpevole" dal "provocatore" (il fratello che stuzzica e indispettisce di nascosto); spesso chi si lamenta non è esattamente la reale vittima della situazione. A volte, infatti, i bambini sono mossi al litigio dal segreto desiderio di mettere in difficoltà il genitore, di metterlo alla prova per verificare chi difenderà, oppure dal desiderio di vedere il fratello sgridato e punito.

Quando il rischio appare dunque ragionevole si può permettere che i fratelli "se la sbrighino da soli"; astenendosi dall'intervento si disinnescano le segrete dinamiche che possono manipolare il genitore suo malgrado. La verifica della ragionevolezza del chiamarsi fuori consiste nel constatare in seguito, che non è accaduta la catastrofe che si temeva.

- Mediare: aiutarli a trovare un accordo

In altri casi il genitore deve aiutare i figli a raggiungere una realistica mediazione fra i loro bisogni, dando esempio di imparzialità e moderazione.

Ciò presuppone che entrambi i contendenti ne abbiano le capacità, ed il conflitto sia realistico (quando intuitivamente hanno entrambi una parte di ragione)

Il genitore può dunque porre delle domande esplorative (esempio: Perché vuoi entrare nella sua stanza? E tu perché non vuoi lasciarlo entrare in camera tua?) mettendo in chiaro le preoccupazioni, i timori ed i bisogni che motivano le reciproche posizioni, trasformando lo scontro in un problema da risolvere ed aiutandoli a ricercare una soluzione reciprocamente vantaggiosa.

Un esempio di intervento di mediazione può essere il seguente

Papà: perché litigate per il telecomando?

Figlia: Lo vuole sempre tenere lui

Figlio: Non è vero! L'ho appena preso, l'ha tenuto lei fino ad ora!

Papà: Perché sei arrabbiata?

Figlia: perché lui cambia sempre canale

Papà: Se smette di cambiare canale, glielo lasci?

Figlia: Se non cambia continuamente ...Va bene, d'accordo

Papà (al figlio): allora tieni tu il telecomando, ma non cambiare continuamente canale, d'accordo?

Ovviamente non è sempre facile comporre il diverbio, soprattutto perché i motivi reali della contesa sono spesso più oscuri e complessi; in ogni caso è da notare lo sforzo del genitore di mettere in chiaro i rispettivi bisogni, chiarificando i sentimenti e le motivazioni che danno origine a posizioni contrapposte per arrivare ad una mediazione ragionevole che si conclude con reciproca soddisfazione, senza nessun perdente.

Nella medesima circostanza il genitore può più semplicemente ricordare ad uno dei figli che generalmente ha a sua disposizione il telecomando, che spesso il fratello guarda senza recriminare il programma televisivo da lui scelto, e può invitarlo a cedere perché è giusto che "si faccia un po' per uno".

Se queste osservazioni sono realistiche, le rinunce che questo principio richiede non danneggia realmente il rapporto

con il genitore che impone con giustizia la composizione del conflitto.

- Fare l'arbitro

Vi sono situazioni in cui il genitore è chiamato a prendere una chiara posizione nel conflitto, come nel caso in cui uno dei due figli non abbia le capacità di difendersi, oppure dalla ricostruzione dei fatti il genitore ritenga che entrambi abbiano torto, o quando intuisce che un figlio ha provocato l'altro, cercando un pretesto per aggredirlo o farlo mettere in punizione.

L'intervento più comune ed appropriato consiste nello smascherare simili situazioni, dare chiaramente torto e ragione, richiamare e sgridare entrambi o chi ritiene si sia comportato male.

Il genitore non può che fare appello al suo senso di giustizia, e soprattutto alla conoscenza del carattere dei figli, distribuendo i torti e le ragioni con imparzialità e correggendo entrambi se è necessario.

Anche se il genitore assume involontariamente posizioni sbagliate, queste non possono ferire profondamente ed in modo duraturo la sensibilità dei figli; essi stessi si rendono conto della impossibilità, per il genitore, di avere a disposizione tutti gli elementi di realtà per un giudizio davvero imparziale, e le loro proteste per l'eventuale ingiustizia subita, non lasciano segni importanti nella stima che hanno nei confronti del loro genitore.

- Motivare alla rinuncia

In altri casi è ragionevole che un genitore possa chiedere ad un figlio di "cedere" rinunciando ad un diritto o ad una situazione di vantaggio, se tale richiesta non è troppo ricorrente e non riguarda sempre e solo uno di essi.

La protesta più ricorrente, in questi casi è: "Devo cedere sempre io!"

Il figlio più grande è maggiormente esposto alle richieste di comprensione verso il più piccolo e di rinuncia che, per quanto spiacevoli, possono essere realistiche ed inevitabili e diventare per questo motivo di crescita. Egli, infatti, può sperimentare che in alcuni casi la rinuncia non è insopportabile e che il superamento del suo egocentrismo è motivo di un apprezzamento ben più sostanziale da parte dei genitori.

- Aiutarli a comprendere cosa succede nel loro rapporto

A volte l'intervento educativo, pur ragionevole nelle singole situazioni, appare insufficiente a risolvere il problema, particolarmente nel caso in cui i litigi siano espressione di dinamiche più profonde, note e ricorrenti (gelosia, invidia, bisogno di dominio nella relazione). In questi casi i normali interventi dei genitori (il richiamo, la mediazione, la sgridata) non sono sufficienti ed è necessario aiutare i figli ad affrontare le vere difficoltà del rapporto. È opportuno pertanto aiutarli a "leggere" più profondamente i loro comportamenti e le motivazioni sottese (esempio: quando giochi con lui vuoi sempre decidere tu cosa fare) e a rendersi conto delle reazioni che i loro modi di fare suscitano nel fratello o nell'amico (quando ti comporti così, lui si stanca di dover sempre ubbidire, e non vuole più giocare con te o non ti presta più i suoi giochi). Questa consapevolezza rende più facile intuire le proprie responsabilità e orienta il bambino ad una scelta costruttiva nei rapporti con gli altri.

[...]

Capitolo II

Il secondo nemico: l'invidia

L'invidia rappresenta la seconda e più comune difficoltà del rapporto fraterno, ed in quanto tale è un ostacolo che i figli devono essere aiutati a riconoscere e superare integrando tale sentimento nella loro personalità.

L'invidia è definibile come il dolore psicologico dovuto alla constatazione della propria inferiorità nei confronti di un'altra persona. L'intollerabilità di questa constatazione e la conseguente difficoltà ad accettare il proprio limite rappresenta il caratteristico "morso" con cui l'invidia si manifesta.

Così come la gelosia rappresenta l'incapacità di accettare il proprio limite di importanza per l'altra persona, l'invidia è definita dalla difficoltà di accettare il proprio limite di perfezione, nel tentativo di mantenere una rappresentazione grandiosa ed onnipotente di sé.

L'attività del confronto, del "paragonarsi" ad altri è un'attività psicologica molto consueta fin dalla più tenera età ed i suoi esiti possono essere spesso dolorosi per la concezione narcisistica di sé. La realtà della vita richiede progressivamente di abbandonare i propri sogni di perfezione e di accettare che altri abbiano ciò che a noi manca.

L'invidia caratterizza esattamente l'incapacità di accettare con realismo il proprio limite e riguarda più precisamente non tanto il "sapere" di essere inferiore a qualcuno quanto "l'accettare" tale inferiorità.

Il confronto tra fratelli, la pratica sportiva, l'esperienza scolastica, la frequentazione degli amici inevitabilmente mettono in luce aspetti della propria inferiorità che possono "dare fastidio" e non essere facilmente accettati. Fra i più comuni: accorgersi di essere meno abili, meno brillanti ed intelligenti, non essere belli e fisicamente attraenti quanto altri, oppure constatare di essere dotati di un carattere meno felice o di essere meno fortunati quanto a circostanze favorevoli di vita (ricchezza materiale e culturale della propria famiglia d'origine, salute fisica).

Tutto ciò che di positivo altri possiedono in misura maggiore a sé, può potenzialmente costituire motivo di invidia; qualsiasi “bene” materiale, morale e spirituale, fisico o intellettuale in cui si avverta la superiorità di un altro può dunque provocare il sentimento invidioso. In questo caso la superiorità altrui è vissuta con la caratteristica “tristezza”, come se ciò costituisse un'oscura ed inaccettabile ingiustizia che richiede di essere eliminata.

Nelle relazioni famigliari il sentimento invidioso è caratteristico (ma non esclusivo) del secondo figlio, o più generalmente del piccolo rispetto al grande, o di chi trovandosi inferiore al fratello, è nella condizione di vivere con difficoltà il confronto con chi sente maggiormente dotato di capacità, abilità e conoscenze.

Le vicissitudini della vita rendono generalmente più complesso l'andamento del rapporto fraterno, facendo in modo che in periodi diversi e per aspetti diversi, tale sentimento sia sperimentato alternativamente e vicendevolmente da tutti i figli.

Le relazioni famigliari anche in questo caso rappresentano la naturale palestra in cui questa difficoltà è affrontata ed avviata verso una positiva evoluzione, prefigurando in questo la costruzione della capacità decisiva di vivere positivamente i rapporti amicali, di colleganza e le relazioni sociali in genere. La serena accettazione del proprio limite e delle maggiori qualità, doti, possibilità economiche di altre persone permette di non dover ricorrere a meccanismi di difesa distruttivi dei rapporti con gli altri per mantenere la stima di sé.

[...]

Emulazione e denigrazione

Il dolore psicologico legato alla constatazione della propria inferiorità ed il conseguente bisogno di negare il proprio limite è un sentimento naturale e inevitabile al pari della gelosia. L'emergere di tali vissuti non è pertanto imputabile al cattivo carattere dei bambini né necessariamente ad un'incapacità educativa dei genitori.

La responsabilità dei figli non riguarda l'emergere di tali sentimenti, ma si riferisce esclusivamente ai comportamenti ed alle azioni concrete eventualmente attuate a motivo dell'invidia.

Dal punto di vista psicologico, la constatazione dalla propria inferiorità può seguire due percorsi evolutivi molto diversi: l'emulazione e la denigrazione.

L'emulazione si manifesta attraverso il desiderio di assomigliare e “raggiungere” chi è più bravo, nel tentativo di migliorare se stessi ed eguagliare il livello di capacità, la bellezza, le prestazioni di chi è avvertito come migliore o superiore a sé.

L'emulazione è un potente stimolo per le capacità personali e fornisce un'indispensabile energia per dare il meglio di sé, ma presuppone l'accettazione della propria inferiorità attuale.

Chi si dispone all'emulazione, infatti, riconosce apertamente la superiorità dell'altro, non cerca di svilirne il valore e lascia trasparire una sincera ammirazione nei suoi confronti.

La denigrazione rappresenta invece l'evoluzione maligna del sentimento invidioso e si manifesta attraverso il tentativo di “abbassare” la persona percepita come migliore di sé per qualche aspetto. L'etimologia stessa (de-nigrare) indica l'attività del “gettare il nero”, sporcare, sminuire il valore dell'altra persona. Attraverso la denigrazione, la persona invidiosa si illude di salvare la stima di sé, negando un proprio limite e una propria inferiorità. Chi denigra non possiede nessuno stimolo per il proprio miglioramento; si accontenta di pareggiare illusoriamente il conto con chi è migliore togliendo onore e stima a colui che lo sopravanza.

Il segno distintivo della denigrazione è rappresentato, infatti, dall'incapacità di “fare i complimenti”, di riconoscere ed accettare il positivo altrui.

La denigrazione è pertanto la manifestazione più caratteristica e frequente dell'invidia, radice nascosta di molti comportamenti dei figli da riconoscere e correggere con atteggiamenti educativi adeguati.

L'invidia, come la gelosia, è un sentimento naturale ed universale, connaturato alla condizione umana. La presenza di sentimenti invidiosi non è dunque motivata dal fallimento educativo dei genitori, la cui responsabilità non riguarda la presenza di tali sentimenti nei figli, ma nell'atteggiamento educativo e nel tipo di aiuto che fornisce loro perché possano superarli.

In generale la responsabilità non riguarda il “provare sentimenti” difficili come l'invidia, quanto i comportamenti che ne conseguono; essi, infatti, sono frutto di una decisione personale e godono di un certo grado di libertà dai sentimenti provati, non essendo necessariamente determinati dai essi.

Quanto alla responsabilità dei genitori, l'esperienza indica che alcuni atteggiamenti educativi possono alimentare l'invidia invece che ridurre progressivamente l'influenza psicologica e che è dunque importante assumere atteggiamenti costruttivi in proposito.

L'obiettivo educativo dei genitori consiste dunque nel riconoscere nei rapporti tra i figli e tra questi ed i loro compagni gli eventuali comportamenti motivati dall'invidia ed aiutarli a limitarne la forza psicologica e motivazionale.

La mancanza di libertà psicologica nei confronti di questo sentimento rende molto difficile l'esperienza di rapporti sereni e costruttivi tra fratelli e tra gli amici: l'invidia agisce come una potente sostanza inquinante dei rapporti paritari. Essa, assumendo progressivamente la dominanza dell'organizzazione pulsionale della personalità, provoca la necessità di ferire, sminuire, annullare il valore altrui, rendendo difficili le relazioni personali.

E' dunque di particolare importanza l'esperienza del superamento dei sentimenti invidiosi a cominciare dai rapporti fraterni: una simile esperienza nell'ambito della famiglia avrà un grande peso nel creare le capacità psicologiche di

vivere positivamente tutti i rapporti paritari (amicali, di coppia, di colleganza) e sociali (rapporti tra suocera e nuora, fra cognate, coppie di amici, fino ai rapporti di vicinato).

Le prime esperienze familiari sono pertanto fondamentali ed hanno un effetto pervasivo molto importante nel creare le disposizioni adatte a vivere rapporti positivi con gli altri. Non si può, infatti, vivere il valore (la benevolenza reciproca) senza la fatica di sintonizzare le proprie strutture psicologiche rendendole adatte allo scopo, creando cioè le condizioni perché il valore possa vivere nella propria struttura di personalità.