



Lunedì 29 marzo 2021 € 1,50

QUOTIDIANO **Libero**



FONDATORE VITTORIO FELTRI

14

Libero
lunedì
29 marzo
2021

ATTUALITÀ

Cronaca familiare

Le invidie e gelosie che distruggono i rapporti tra fratelli

LAURA AVALLE

■ Ci sono fratelli (o sorelle) che hanno molte affinità, oppure diversissimi fra loro. Spesso i primi ad accorgersene e a risaltare disparità o somiglianze sono proprio i genitori e tutto questo definisce l'identità dei loro figli. Ne parliamo con la dottoressa Gaia Vicenzi, psicologa e psicoterapeuta: «I fratelli, l'uno per l'altro, possono rappresentare modelli positivi da imitare, mentre difficilmente ne imiteranno gli aspetti negativi. Nel primo caso "mi piaccio perché sono come mio fratello", nel secondo "mi piaccio perché sono diverso da lui". All'interno di queste dinamiche, mamme e papà cercheranno inevitabilmente di incoraggiare o di scoraggiare questi comportamenti. Poi

di queste dinamiche, mamme e papà cercheranno inevitabilmente di incoraggiare o di scoraggiare questi comportamenti. Poi ovviamente ci sono differenze dettate dal genere (tra un fratello e una sorella) e differenze di gap generazionale (se ci sono molti anni di differenza fra i due fratelli). La famiglia dovrebbe fare in modo che l'individuo si definisca indipendentemente dall'altro, bypassando la logica del confronto e della competizione, della definizione dell'uno in relazione all'altro».

Capita spesso che fratelli e sorelle che da piccoli si ignoravano, da grandi si ritrovino e si avvicinino molto l'uno all'altro. Come mai succede questo? «Una possibile spiegazione è che è vero che fino a un certo momento della loro vita erano due mondi diversi che non si sono incontrati, ma all'interno comunque della stessa famiglia», risponde la dottoressa Vicenzi. «Poi, magari terminato il percorso di studi e cominciata la carriera, diventa piacevole condividere i traguardi, gli stessi ricordi e le stesse esperienze magari da due punti di vista. È un arricchimento perché ognuno ritrova nell'altro una sorta del proprio bagaglio di vita, che nessun altro può avere così in comune come un fratello. È un modo per sentirsi ancora più integri nel momento in cui si entra nel mondo del lavoro o di una nuova famiglia, perché si riconosce nell'altro lo stesso patrimonio fatto di vissuti, di valori e di esperienze. Questo succede in maniera esplosiva quando, nel corso degli anni, i due fratelli si ritrovano a gestire i genitori anziani. L'aspetto di supporto reciproco diventa importante sia dal punto di vista materiale, sia emotivo. Di nuovo, ci si ritrova a condividere emozioni, pensieri, progetti, e avere una spalla su cui appoggiarsi rende sicuramente più forti. Diventa non solo un'esigenza, ma anche un riconoscimento di risorsa da non trascurare».

Due altri temi ricorrenti tra fratelli e sorelle, a prescindere dall'età, sono invidie e gelosie... «La gelosia c'è nella misura in cui bisogna spartirsi la stessa fetta di torta e magari ho l'impressione che mio fratello abbia avuto più di me», sottolinea la psicologa. «L'invidia è un passaggio successivo dove, a seguito del continuo confronto, io ritengo che l'altro sia migliore di me. Se questo produce una voglia di miglioramento, può essere un modo per evolvere che fa parte di un buon processo di crescita (maturazione), viceversa se è un sentimento nocivo mi deprime, senza possibilità di crescita e di miglioramento. È il caso, per esempio, di coloro che hanno un fratello bravissimo in tutto e che invidiano a tal punto da non fare più niente: non studiano, non lavorano, si definiscono loro stessi "la pecora nera della famiglia", entrando in questa identità perché pensano sia impossibile cambiare le cose. In realtà non c'è mai una pecora nera, così come non c'è mai una pecora bianca: ci dovrebbe essere un'apparente invidia che mi sprona a migliorare, a riconoscermi diverso in certi aspetti da mio fratello e migliore in altri».