



## La gelosia entre germans

**La gelosia entre germans és un fenomen natural conseqüència de la rivalitat que s'estableix entre ells. Aquí teniu informació pràctica i un seguit de normes senzilles per evitar-la o disminuir-la.**

### La rivalitat augmenta a causa de:

- La necessitat d'atraure l'atenció dels pares o de tenir més atenció que la resta de germans.
- La comparació amb el germà i la necessitat de sentir-se superior a l'altre.
- El desig d'aconseguir més coses o privilegis que el germà.

Els pares no poden evitar la gelosia entre els seus fills ja que la gelosia depèn directament de la capacitat de tolerància i comprensió de cada nen, del seu tarannà. El que poden fer és potenciar una relació sana entre germans i disminuir les discussions.

### Què han de fer els pares davant el naixement d'un germà?

Han de preparar el nen pel naixement del nou germà. Han de parlar d'ell, han de fer que col·labori amb els preparatius (arreglar l'habitació, escollir roba, etc.). S'ha d'intentar que sigui quelcom seu o que intenti apreciar el concepte de tots, família, sense fer expressions de diferència de sentiments vers la novetat encara que s'ha d'adaptar a l'edat del o dels germans.

Es positiu fer activitats lúdiques o esportives d'àmbit familiar.

### Què fer quan neix?

Quan el nadó ja ha nascut, es bo que el germà gran ajudi en les tasques del nadó, però sempre sota la vigilància dels pares.

S'ha de reservar un temps de dedicació exclusiva pel germà gran i fer activitats que no es podrien fer amb el petit.

### Quina conducta han d'adoptar els pares davant les discussions?

Han de deixar que discuteixin entre ells sense intervenir-hi ja que afavoreix que els germans aprenguin a entendre's. S'ha d'evitar entrar a la discussió mitjançant judicis de valor deixant de banda les raons d'un germà o de l'altre.

Si la discussió és acalorada o han passat a la baralla de tipus físic, el millor és separar-los sense donar la raó a cap dels dos germans.

### Com hi participen els avis i la resta de familiars?

La resta de familiars reafirmaran l'estratègia que han fet servir els pares, i, d'aquesta manera, s'aconseguirà disminuir la intensitat de gelosia entre tots.

## NORMES GENERALS

- 1) S'ha d'evitar comparar les qualitats i aptituds dels fills ja que la comparació afavoreix la gelosia.
- 2) No s'ha de fer el mateix per a tots, ja que sempre resulta injust perquè cada fill té les seves pròpies necessitats.
- 3) Cal elogiar les qualitats de cada fill i animar-lo a corregir les seves dificultats sense comparar-lo amb els altres.
- 4) Cal afavorir que cada un d'ells realitzi les activitats que més li agraden i, d'aquesta forma, potenciar els interessos de cada un. Encara que és més còmode que facin les mateixes coses, forçar activitats disminueix la seva llibertat. Quan els nens poden fer coses junts o jugar amistosament, cal gratificar aquestes actituds.
- 5) Ensenyar els nens a discutir adequadament els seus conflictes, tot escoltant a l'altre i buscant solucions als seus problemes, és ideal perquè disminueixi la gelosia i creixin com a persones.