

ENVEXA E CELOS ENTRE IRMÁNS

As relacións entre irmáns caracterízase, case sempre, pola súa intensidade e pola súa ambivalencia. Poden ser unha importante fonte de conflitos e tensións, como se manifesta na frecuencia coa que se xeneran **envexas e celos**.

A **envexa** prodúcese ao percibir en outro algo que se desexa, ao admirar o que outro ten acadado e pola indignación ao considerar inxusto a diferenza que se observa.

É importante distinguir o que se chama **envexa san**, que serve de motivación constructiva para tratar de acadar o que é envexado, sen dificultar a relación coa persoa envexada, da **envexa destructiva** que obstaculiza tanto a motivación como a relación coa outra persoa..

A **envexa** prodúcese basicamente nunha relación de dúas persoas, e dáse con máis frecuencia nas relacións de certa simetría (entre irmáns, compañeiros e amigos), mentras que os **celos** implican sempre unha terceira persoa, co que o celoso desexa ter un **vínculo exclusivo** que non acepta compartir con outro.

En certo sentido **os celos** poden considerarse como un tipo especial de **envexa**. Ambos sentimentos están estreitamente relacionados. Por exemplo, os **celos** dun neno pola atención que os seus pais adican ao seu irmán mixtúrase coa **envexa** polas características que motivan dita atención (o feito de ser pequeno, de sacar boas notas.....).

O **nacemento dun irmán acostuma ter un gran impacto nos nenos**, e especialmente no primoxénito que, ata ese intre, tiña a atención en exclusiva dos seus pais, e séntese desprazado polo novo irmán. Durante os meses que seguen ao nacemento a maioría dos primoxénitos menores de cinco anos manifestan os seguintes trastornos:

1º- Problemas **co sono** así como no **control de esfínteres, choros frecuentes, diminución da autonomía, e a concentración**, trastornos que desaparecen oito meses despois do nacemento do irmán.

2º- Hostilidade cara a nai e, ás veces, cara o pai, aos que desobedece de forma moito máis frecuente que antes do nacemento do/a irmán.

Estes problemas son especialmente intensos nos primeiros meses e diminúen sensiblemente ao cabo dun ano. Coa súa conducta desobediente o/a neno/a tenta expresar o seu disgusto e trata de acadar a atención dos seus pais e dos adultos en xeral. Prefire a crítica e o castigo a sentirse ignorado polos seus pais e familiares.

Por outra banda, en calquera idade, o nacemento dun irmán é un acontecemento que orixina no neno unha grande curiosidade e interese por atendelo e coidalo. O feito de que este interese apareza, incluso, nos nenos e nenas con alteracións emocionais, reflicte a forte ambivalencia que caracteriza as relacións entre irmáns.

Baseándose neste interese, os pais poden tentar compartir co neno ou nena maior as rutinas do coidado do bebé. Deixalo participar de xeito activo fai que se sinta importante e eficaz e isto leva a que diminúan os **celos** e a **envexa**.

ASIGNACIÓN DE PAPEIS

A medida que os irmáns van medrando, con frecuencia, van repartíndose distintos papeis psicolóxicos a cada un deles. Este reparto reflicte a necesidade que ten cada neno e cada nena de desenvolver a súa propia identidade, diferenciándoa do resto dos irmáns. Esta necesidade soe ser máis intensa cando se aproxima a adolescencia.

COMO PREVIR

Para favorecer as relacións axeitadas entre irmáns e así previr os **celos e a envexa** convén ter en conta o seguinte:

³⁵₁₇ Se o neno dispón de máis dun adulto para propocionarlle seguridade e atención (a nai e o pai) os celos cara os irmáns menores soen ser máis fáciles de superar.

³⁵₁₇ Convén evitar que o nacemento dun irmán coincida con outros cambios importantes na vida do neno/a e non reducir despois de dito nacemento a **cantidade e a calidade** da atención que a nai que e o pai adican ao maior.

³⁵₁₇ Convén estimular a súa participación nos coidados do novo irmán de forma que se sinta importante e eficaz nesta función.

³⁵₁₇ Os pais deben destacar os avances de cada fillo/a nos distintos ámbitos e, cando existen grandes diferencias entre os irmáns, non convén utilízalas como referencia para valorar o nivel de cada un deles.

E como punto final engadir que é un tema difícil e que causa moita preocupación nas familias e dor nos nenos que se sinten desprazados, desprotexidos e, ás veces, ignorados nesta vivencia que, ben manexada polos pais, pode ser **constructiva e madurativa** cara unha vida por vivir e chea de alegrías e sufrimentos e todo hai que aprendelo. **Tamén temos que aprender a sufrir.**

Un saúdo