

LA GELOSIA

Què són els gelós?

"Els gelós es podrien definir com a una variable psicològica que té unes causes i produeix uns efectes secundaris"

Constitueixen una reacció corrent entre infants d'1 a 5/7 anys, tot i que s'afirma que als 5 mesos de vida poden aparèixer.

Durant el primer any de vida es desenvolupa la "conducta d'apego" amb aquelles persones que exerceix més contacte, que comporta una vinculació emocional i necessitat de proximitat física. Els gelós sorgirien quan es percep l'amenaça/es (errònies o no) respecte aquella vinculació afectiva, seria doncs la por a perdre l'afecte o la primacia de l'efecte.

Estaria present en persones que tendeixen a considerar les persones estimades com a "objecte de la seva propietat" (privatització). Però els gelós no només es donen en aquells intervals d'edat, sinó que també estarien presents en moments de canvis, crisis, angoixa.... per exemple l'entrada de l'adolescència. En aquest sentit els gelós no tindrien edat cronològica. Només es donen entre persones que s'estimen, la relació afectiva ha de ser recíproca (sinó només són fenòmens de rivalitat, enveja...)

Normalment s'inicien en situacions de pobresa afectiva i lligat a sentiments d'inseguretat.

Causes del comportament gelós:

- Naixement d'un nou germà: Cal tenir present que aquest factor per sí sol no és causa dels gelós. Es produeixen quan hi ha un descens o percepció d'un descens de l'atenció rebuda desplaçada al nou germà. Pot comportar regressió a etapes anteriors.)
- Frustració d'amor: por a perdre l'afecte.
- Rivalitat fraterna: seria la rivalitat / competència que es dona entre germans. Per exemple per aconseguir mèrits davant els pares, atraure l'atenció (o al menys més que el germà), obtenció de poder del germà gran .
- Causes de tipus psicopatològic : són les menys freqüents. Ex. Psicosi infantil.
- Enveja: es produeix quan la persona és un amic, germà o persona estimada.
- Ruptura del vincle afectiu mare - fill, pare - germà: fet que comporta una interacció desigual. Hi ha un canvi, modificació de la conducta d'interacció de forma significativa.
- Tipus de família: en famílies nombrosa és més difícil l'aparició dels gelós, perquè és més difícil que reclami l'exclusivitat de l'efecte dels pares. Les famílies d'un sol fill és, també, difícil l'aparició dels gelós, doncs no té en qui comparar-se.
- La diferència d'edat entre germans: si és superior a 3 anys és més difícil l'aparició de gelós vers el petit perquè aquest ja estarà bastant madur com per necessitar l'efecte patern. Entre germans bessons tampoc es sol donar ja que normalment esdevenen companys inseparables en quasi totes les activitats.
- El lloc que ocupa entre els germans: seria la posició ordinal entre ells. El primer fill pot tenir gelós cap el pare. L'últim fill sol estar més protegit (sobretot quan la desigualtat d'edat entre els germans és significativa, això comporta inestabilitat emocional, contradicció entre enveja i admiració). Els fills intermitjos tenen menys freqüència de gelós perquè interactuen amb els petits i grans.
- Nens adoptats: poden generar gelós entre els fills biològics.
- Nens separats precoçment dels seus pares: per exemple absència de llar, separació matrimonial, mort, malaltia, ... ja que en molts casos provoquen una privació afectiva que suposa vivències d'abandonament.
- Factors de tipus socio-cultural i educatius: Les normes culturals i socials tenen incidència sobre el comportament.

EFFECTES DEL COMPORTAMENT GELÓS. COM ES MANIFESTEN ELS GELÓS?.

Manifestacions comportamentals/conductuals:

- ✓ Aïllament social.
- ✓ Ploriqueig desproporcionat.
- ✓ Rebequeries.
- ✓ Mutisme
- ✓ Protestes constants
- ✓ Rebuig a menjar.
- ✓ Rebuig a qualsevol ajuda.
- ✓ Fugides de la llar.
- ✓ Robatoris.
- ✓ Tricotilomia (hàbit patològic a arrencar-se el cabell)
- ✓ Monopolització de la mare. (amor captiu)
- ✓ Agressivitat destructiva. (contra l'altre)
- ✓ Conducta autoperjudicial.
- ✓ Complexes d'inferioritat.
- ✓ Problemes en acceptar responsabilitats.
- ✓ Inseguretat / desconfiança.

Manifestacions Psíquiques.

- ✓ Susceptibilitat exagerada.
- ✓ Actituds reivindicatives, ressentiment.
- ✓ Crueltat contra animals.
- ✓ Mentides / Fabulacions.
- ✓ Terrors nocturns.
- ✓ Insomni.

Manifestacions psicossomàtiques

- ✓ Enuresi
- ✓ Encopresi
- ✓ Vòmits
- ✓ Anorèxia
- ✓ Mareig
- ✓ Cefalees

Manifestacions escolars

- ✓ Dificultats d'aprenentatge
- ✓ Tartamudeig / balbuceig
- ✓ Aïllament escolar
- ✓ Negativisme
- ✓ Absentisme escolar
- ✓ Incompliment de normes
- ✓ Desafiament a mestres.

Manifestacions familiars

- ✓ Rivalitat entre germans
- ✓ Enveja
- ✓ Susceptibilitat
- ✓ Petits robatoris
- ✓ Fugides de la llar
- ✓ Alteracions en la relació entre germans

- ✓ Culpabilitat
- ✓ Sentiment d'abandó
- ✓ Aversió / rebuig / sobreprotecció cap el nou germà.

Aquestes manifestacions són desiguals i varien molt en funció de: La manera de ser, l'edat, el context...

FACTORS DE RISC DEL COMPORTAMENT GELÓS INFANTIL

- ✓ Nens retrets i insegurs.
- ✓ Nens afectivament dependents
- ✓ Nens submisos, tímids i excessivament sensibles.
- ✓ Nens sobreprotegits: afecte possessiu.
- ✓ Nens amb dificultats d'adaptació en àmbits que els hi són familiars.
- ✓ Factor biològic / genètic
- ✓ Pares - mares: que estableixen comparacions / amb conflictes conjugals / manifestació de no haver-los desitjat

CRITERIS DIAGNÒSTICS

Com saber si un fill/a, alumne/a, és o no gelós/a?

- ✓ Davant l'afecte paternal no presenta respostes de conducta d'apego: a través de conductes, manifestacions d'afecte com somriure, seguir la mirada, imitar verbalitzacions.
- ✓ Comportaments de menyspreu, burla sense motiu.
- ✓ Si ho declara directament (verbalment)
- ✓ Atacs agressius conductuals físics / verbals.
- ✓ Si s'entretén amb fantasies venjatives amb joguines pròpies, de companys, de germans.
- ✓ Si crea aliances amb professors / pares per acusar, difamar sobre companys, germans...
- ✓ Si està sempre sol a l'hora del pati, rebutja constantment els companys.
- ✓ Si oclulta o nega el germà petit.
- ✓ Si es fa notar per atraure l'atenció a través de conductes estereotipades, entremaliadures...
- ✓ Entristeix davant recompenses als altres, o les reclama
- ✓ No mostra empaita ni comparteix.
- ✓ Comportament afectiu: susceptibilitat, favoritisme, discriminació, dependència...

ORIENTACIONS PSICOLÒGIQUES

Família

- ✓ No establir comparacions entre germans ni respecte a l'afectivitat, ni a habilitats ni destreses... perquè provoquen rivalitats entre germans.
- ✓ Evitar comportaments que provoquin inseguretats emocionals com per exemple "sinó menges no t'estimo", "m'estimo més a perquè és bo i tu dolent.
- ✓ Donar informació de l'arribada d'un germà. Que sigui una experiència que hi pugui participar en els preparatius, viure-la (acudint a l'hospital), preparar la incorporació a casa...
- ✓ No fer diferències notòries respecte el temps d'atenció. Els pares han de proporcionar a cadascun dels seus fills una atenció individual cada dia, encara que sigui uns minuts. Per exp.: a l'hora de sopar, abans d'anar a dormir. Si l'atenció dels pares és un hàbit diari donarà al nen una seguretat imprescindible pel bon desenvolupament de la personalitat i el farà menys propens als gelós.
- ✓ Cal que els sentiments es manifestin, exterioritzin. Informar al nen/a dels canvis, aspectes inesperats, informar d'allò que pot passar, perquè la informació fonamenta la seguretat. També donar-li l'oportunitat que expressi els seus sentiments, preocupacions, alegries...
- ✓ No desenvolupar actituds sobreprotectores perquè limiten el desenvolupament de l'autonomia i prorroguen la dependència afectiva.

Escola

- ✓ No establir diferències, preferències, comparacions entre els diferents alumnes.



- ✓ No fer manifestacions d'expectatives acadèmiques com a element negatiu, tant de manera implícita com explícita.
- ✓ Proporcionar una atenció individualitzada a tots els alumnes.
- ✓ Donar reforç positiu social per igual a tots els alumnes.
- ✓ Facilitar canals de comunicació emocional - afectiva
- ✓ Proporcionar un context, ambient , clima positiu a l'aula que faciliti unes bones interaccions entre tots els alumnes.
- ✓ Cal vetllar per una normalització i integració de tots els alumnes, evitant l'aïllament.