

Tema: CELOS ENTRE HERMANOS

El sentir celos es una situación natural, que tiende a surgir por sí misma. Los celos entre hermanos son un fenómeno natural consecuencia de la rivalidad que se establece entre ellos. Se les debe prestar atención cuando alteren la convivencia y sean persistentes.

La rivalidad está potenciada por:

- La necesidad de atraer la atención de los padres o de tener más atención que otro u otros hermanos.
- La comparación con el hermano y la necesidad de sentirse superior al otro.
- El deseo de conseguir más cosas o privilegios que el hermano.
- Los padres no pueden evitar los celos de sus hijos, ya que éstos dependen directamente de la propia capacidad de tolerancia y comprensión de cada niño, de su !manera de ser!.
- Lo que si pueden hacer es potenciar una relación sana entre hermanos y reducir discusiones hasta un nivel aceptable.

• **Llega un nuevo miembro**

Los celos son iguales independientemente de la edad. Y con los celos entre hermanos pasa lo mismo. Imagínate sí un día tu marido o tu esposa te dice que vendrá otra persona a vivir con vosotros, que a partir de ahora no seréis dos y sí tres. Y que además te consuela diciendo que será divertido que tengas otra persona con quien compartir y disfrutar de la compañía.

¿Qué harías? Creo que nadie dudaría de la reacción que tendría, ¿verdad? Pues eso es lo que dicen los padres a sus hijos cuando este esta a punto de tener un hermanito.

Que el pequeño jugará con él, que se llevarán de maravilla... El niño vive maravillosamente con sus papás, con las atenciones centradas en él, todo el cariño, todo el cuidado, toda la dedicación, y de repente, ¡ZAS! Todo empieza a cambiar...

Al nacer el segundo hermano, los celos del mayor son inevitables. Aparece en los niños sobretodo cuando creen que van a perder el cariño de sus padres. Es muy difícil dejar de ser el sol para ser una estrella más en el Universo de su casa.

• **Los celos son expresados de distintas formas**

Los niños expresan sus celos de distintas formas pero muchos de ellos lo manifiestan a través de un cambio en su conducta. Se vuelven más desobedientes, más rebeldes, y más agresivos al punto de llegar a morder y/o golpear a su nuevo hermanito, quitándole los juguetes u otros objetos, molestándole en cuanto tenga una oportunidad. Para él, su hermano es su rival, ha invadido su territorio y le ha robado mucho del tiempo que tenía con sus padres. Así que es normal que él se sienta amenazado por su nuevo hermanito.

Otros niños, en cambio, se vuelven llorones y se pegan a la falda de la madre en el intento de llamar su atención y de no perderla. Se sienten débiles, cómo si a nadie les importase ellos. Se reprimen y se vuelven profundamente tristes. Se niegan a comer, a jugar con los amigos, se niegan a todo, tomando una actitud rencorosa con sus seres queridos como forma de reprocharles por haber centrado su atención y cariño en el otro hermano.

Es común también que los niños celosos debido a la llegada de un hermanito, presenten algún retroceso en su desarrollo. Algunos vuelven a hacerse pis en alguna que otra ocasión, y otros llegan a pedir que les pongan de nuevo el pañal. Otros pueden volver a hablar de una forma más infantil, a chuparse el dedo, a exigir que su madre le devuelva su chupete, e incluso a querer su sillita de paseo o que le dé de comer. Son reacciones normales de la crisis que está atravesando. Esta es su protesta y hay que comprenderla con paciencia y muchísimo cariño.

- **Cómo evitar que los celos causen futuros problemas**

Depende mucho de la actuación de los padres, que la situación de celos que están viviendo en casa, se quede en una crisis temporal, dentro de unos límites razonables o que represente un sufrimiento mayor al niño y que se de espacio a una rivalidad duradera. Los efectos de unos celos mal resueltos, pueden representar algunos problemas en el temperamento del niño celoso como el egoísmo, la envidia, la codicia, etc.

Ningún niño esta preparado para recibir otro hermano. Cuando tengas que dar la noticia de un nuevo hermano a tu hijo, debes hacerlo tu mismo, antes de que alguien se te adelante. Hay que hablarle con mucho cariño y mucho tacto para que el niño sepa claramente lo que va a ocurrir. Hay que explicarle que su hermano va a quererle mucho y que él podrá cuidarle y protegerle. Y que además le enseñará muchísimas cosas. Pídale que cante su música favorita a su hermanito o que le cuente un cuento antes de dormir.

- **Normas generales**

- 1) Evitar comparar a los hijos respecto a sus cualidades o aptitudes, ya que la comparación favorece los celos.
- 2) No hay que hacer lo mismo para todos, ya que siempre resulta injusto puesto que cada hijo tiene sus propias necesidades.
- 3) Elogiar las cualidades de cada hijo
- 4) Favorecer que cada uno de ellos realice las actividades que más le gustan, potenciando de esta forma los intereses de cada uno. Cuando los niños han sido capaces de realizar tareas juntos o de jugar amistosamente hay que reforzar estas actitudes gratificándoles.
- 5) Enseñar a los niños a discutir adecuadamente sus conflictos, escuchando al otro y buscando soluciones a sus problemas, será ideal para que disminuyan los celos y crezcan como personas.

- **Desaciertos**

- Adelantar acontecimientos: cuando va a nacer el hermano alguien le dice al niño: !qué bien, vas a tener un hermano para jugar a la pelota!. Pero nace el bebé y el niño lo único que hace es comer, dormir y llorar y que le quita a la mamá. Se ilusiona al niño pero él se desilusiona y se enoja con la mamá y el bebé.

- Pedirle al hermano mayor que ceda ante las exigencias de un hermano pequeño: !pásale el juguete porque él es más chico que tú, para qué lo haces llorar!. A uno se le olvida que ese niño sigue siendo niño por mucho que sea el mayor, por lo tanto, le va a costar compartir sus cosas porque pasan muchos años en esta etapa egocéntrica.

- Decirle al niño que tiene que querer al otro porque es su hermano: el cariño y amor se da con el tiempo y de forma gradual. No hay que presionarlo a que quiera a su hermano.
- Preguntarle al niño continuamente si quiere al hermano: hay que evitarlo porque también es una manera de presionarlo.
- Hacer crecer a los niños de golpe porque llegó otro hermano: quitar los pañales de un día para otro, sacarle el chupete y dárselo a la bebé, quitarle el biberón y darle la leche en vaso. De la noche a la mañana estos niños crecieron. Todo esto se debe hacer gradualmente y anticipándose a la llegada del hermano.
- Sobrevalorar la capacidad afectiva del niño para arreglárselas solo! ahora haces las tareas solo, ya eres grande y tú las puedes hacer!.
- Ridiculizar a uno de los hermanos: hay que ser cuidadoso con lo que se dice para no herir al niño. Si los niños se ridiculizan entre ellos lo hacen con un afán de mostrarse mejor que el otro, y los padres tienen que tratar de evitar esas situaciones tratando de hacer ver que cada uno tiene sus potencialidades.
- Pedir al mayor que represente el papel de !modelo! para sus hermanos: por ser el mayor debe dar el ejemplo y a uno se le olvida que sigue siendo niño. Son los papás los que tienen que dar el ejemplo. Lo que sí pueden hacer los papás es mostrarle las ventajas o beneficios que tiene el ser el mayor.
- Demostrar preferencia por uno de los hijos por parecerse a uno cuando era niño: si el niño es bueno para la pelota, el papá dice !igual que yo cuando era niño!
- Tolerar los comportamientos dañinos o destructivos
- Esperar la perfección de los hijos y caer en comparaciones o favoritismos

- **Aciertos**

- Incentivar objetivos separados: permite la diferenciación de los hijos y que ellos se planteen sus propios objetivos y que los cumplan
- Buscar el momento oportuno para corregir y encauzar los sentimientos: cuando los niños expresan los sentimientos negativos que tienen hacia el hermano u otra persona hay que esperar el momento adecuado para conversar acerca de esos sentimientos y tomarse el tiempo necesario para hacerlo
- Enseñar modos de expresión: si el niño no tiene el vocabulario adecuado para hacerlo, ponerle el adulto las palabras exactas de lo que siente: pena, rabia, vergüenza, etc., estando atento a lo que los niños dicen sin presionar cuando la expresión es negativa.
- Darle medios de entretenimiento propios al hermano menor: el menor siempre quiere los juguetes del mayor pero hay que saber respetar los juegos para cada edad y el espacio del mayor
- Convencer a cada hijo que tiene un lugar muy especial en el corazón de sus padres: no sirve de nada decirle a los hijos !te quiero mucho!, si no lo acompaña con hechos

- Si a un niño no se le conceden las mismas cosas que a otro mayor darle una explicación clara y a su nivel. Debemos usar la alabanza y el elogio apropiadamente.
- Hacer partícipes a los hijos del cuidado del hermanito: esto significa que colabore con llevar el pañal sucio a la basura, ayude a coger la ropa,... y no que se encargue del hermano al estar los padres ausentes
- Explicar los beneficios de ser ya mayor y las desventajas de ser bebé: poder salir al supermercado, etc.
- Hacer que los hijos formen equipo y darle a cada niño alguna tarea específica en el hogar en la que se sientan cómodo.
- Establecer reglas generales que se perciban como justas para todos y conversarlas: hora de comer, lavarse, acostarse, etc.
- Permitir que los niños mantengan objetos que sean exclusivamente de su uso personal: puede darle los juguetes que ya no usa a la bebé y los nuevos son de su uso exclusivo
- Seguir la regla !todos para uno y uno para todos!: si todos los hijos quieren el mismo juguete para la Navidad, dárselo a todos y no a uno sólo.
- Felicitar a los niños cuando juegan juntos y ayudarlos en hacerse responsables de resolver sus propios problemas.
- Actuar como moderadores en las posibles agresiones que surjan entre los hermanos
- Planificar y realizar actividades conjuntas con toda la familia

CONCLUSIONES

- No podemos evitar los celos, sólo ayudar a que sean menos dolorosos y a no fomentarlos.
- Cada niño debe sentir que es especial para sus papás. Los celos disminuirán con el tiempo si el niño ve que tiene un lugar especial en el afecto de los padres, y que los hermanos lejos de ser una amenaza para su seguridad, llegarán a ser compañeros con quienes compartir, a quienes querer y también capaces de darles amor.
- Las relaciones entre los hermanos nos preparan para una adecuada participación en la sociedad: enseñan a respetar los sentimientos de los demás, a compartir, perdonar y confiar. Cuando los celos no son superados en la niñez, florecen cuando somos adultos.
- La clave está en fomentar en el niño una alta autoestima y confianza, que le proporcionen seguridad interna, con la cual nunca se sentirá inferior a sus hermanos.