

CELOS Y RIVALIDADES **ENTRE HERMANOS**

A veces, a nuestro pesar la realidad es diferente a lo que solemos soñar, se idealizan las relaciones entre hermanos, “serán muy amigos, se apoyarán mutuamente y se contarán sus secretos y siempre se tendrán los unos a los otros. Pero lo cierto es que los hermanos no siempre se llevan bien, al menos durante la niñez y suelen pasar la mayor parte del tiempo discutiendo y peleándose.

En los niños de uno a cinco años de edad, los celos constituyen una reacción corriente, pero se puede convertir en una emoción exagerada que puede desembocar en dificultades de adaptación social.

La rivalidad entre hermanos está provocada:

- Para atraer la atención de los padres: Un niño mayor puede hacer una regresión hacia etapas más tempranas con la llegada de un nuevo hermano, aunque sólo sea para acaparar la misma atención que se le presta al bebé: chapándose el pulgar, bebiendo del biberón o haciéndose pipí encima.
- Para tener poder: El niño mayor intenta mantener una posición de poder a través de la talla, la edad o el orden de llegada, mientras un hermano más joven pretende esa posición a través de ser el más listo, más atlético, más guapo o cualquier otra ventaja.
- Para tener más cosas.

Los padres no pueden eliminar la rivalidad entre hermanos, pero sí pueden fomentar una relación sana entre ellos y mantener los conflictos familiares dentro de unos límites coherentes.

**No seamos justicieros, son ellos los que deben aprender a defenderse y negociar.
No seamos injustos, no siempre lleva la razón el mismo.
No menospreciemos sus sentimientos, las peleas son momentos de frustración.**

OBJETIVO: deben aprender a superar frustraciones y momentos de sufrimiento por ellos mismos.

Es normal intentar que nuestros hijos sufran lo menos posible a lo largo de la vida, nos incomoda ver como los hermanos se pelean, se tiran al suelo, se quitan los juguetes, e intentamos evitar a toda costa tal situación, pero ¿quién no ha tenido una disputa de pequeños?. Los niños durante las peleas aprenden:

- Cuándo y por qué se deben ceder.
- Cuáles son las mejores estrategias para salir victorioso.
- A compartir.
- A ser tolerantes.
- A manejar la agresividad

Pero sin ser consciente, los padres, nos interponemos en sus disputas, por el bien de ellos, pero.... ¿estamos haciendo bien?.

ESTRATEGIAS PARA EVITAR CELOS Y RIVALIDADES:



1. NO HACER COMPARACIONES ENTRE HERMANOS:

NUNCA las debemos hacer, aunque en ocasiones son inevitables, las comparaciones son peligrosas, aunque nuestras intenciones al comparar es que el que no come imite a su hermano buen comedor, o el que no recoge sus juguetes lo haga como su hermano.

Las comparaciones intensifican aun más las rivalidades, se debe valorar a cada niño individualmente, ayudándole a fomentar sus puntos fuertes y a hacer frente a sus puntos débiles.

En lugar de comparar, RECONOZCA TODOS SUS ÉXITOS. Con mucha frecuencia no solemos valorar y reconocer cuando un niño es solidario o comparte sus juguetes con el hermano, y tendemos a prestar mayor atención al que hace bien las tareas de casa y de la escuela, al más ordenado, al más cariñoso, convirtiéndose esto en un arma de doble filo.

- Debemos evitar frases como: “¿por qué no te sientas como lo hace tu hermano? ¿ves lo bien que se porta?, ¿tu hermana ha sacado notables y sobresalientes? ¿Por qué no estudias más?”
- Debemos intentar utilizar frases como: “estas mejorando, has aprobado matemáticas”, “estamos orgullosos de ti”, “TENGO DOS CHICOS QUE TRABAJAN MUCHO”.

2. EVITAR LA TRAMPA DE LA JUSTICIA

No es realista pensar que los padres tratan siempre a todos sus hijos de la misma forma. Es imposible lograrlo. No caiga usted en la trampa de pensar que si le ha dado o permitido algo a uno de sus hijos al otro también se lo debe dar. Esta acción por su parte, intentado un equilibrio, fomentaría la rivalidad, ya que cada niño es distinto del otro en edad y personalidad.

★Otorgue privilegios según la edad, personalidad y resultados:

A los hermanos mayores se les puede permitir que se acuesten más tarde, pero los más pequeños pueden gozar de más tiempo de televisión al no tener aun tareas escolares.

★No insista en que el hermano menor haga todo lo que hace el mayor.

★No fomente la competición. Esto se consigue no entrando al trapo ante comentarios como “No es justo, a Bea se le deja acostarse más tarde que a mí”



3. ESTABLECER REGLAS

Cualquiera que sea la edad de los niños, estos tienen que conocer las reglas de casa.

★ Escriba las reglas para los niños mayores. Puede conseguir que disminuyan los problemas entre hermanos con un cartel con las reglas que se han definido previamente.

Ejemplo:

<u>No se puede</u>	<u>Se puede</u>
- Pegar o empujar a los hermanos	- Intentar resolver problemas
- Insultar	- Evitar las discusiones
- Entrar en la habitación del hermano sin permiso	- Pedir ayuda a los padres
- Tomar cosas prestadas sin permiso	- Pedir permiso

★ Asigne responsabilidades. Se debe asignar con claridad las tareas que debe hacer cada niño. Se puede establecer un sistema rotativo para que el niño no se sienta que está trabajando injustamente.

Ejemplo: Si hay dos niños en casa, uno quita la mesa y otro barre el suelo, si hay que recoger los juguetes, un día lo hace uno y al siguiente el otro.

★ No espere la perfección. Ningún niño puede hacerlo todo bien. Acepte a cada hijo cómo es.



4. FOMENTE LA COOPERACIÓN

El objetivo de los padres debe ser pillar al niño cuando se porte bien y elogiarle. Intentemos no esperar a que empiece la pelea para saltar con normas y advertencias.

★ Frases como: “lo habéis ordenado todo muy bien, y al hacerlo juntos, habéis tardado menos tiempo” fomenta la cooperación.

★ Apunte los momentos de colaboración. Es muy eficaz registrar, en un lugar visible, las veces que los niños cooperan en lugar de pelearse. Se puede pegar una cartulina en una de las paredes de la cocina y conseguir una sorpresa al final de la semana.

5. ENSEÑE AL NIÑO A MANEJAR CONFLICTOS

Hay que tener en cuenta que los niños son buenos observadores, por ello es importante evitar discutir en su presencia, ya que un niño puede llegar a sentirse culpable por haber motivado la pelea. Piense antes de discutir con su pareja de cualquier tema, que su hijo es como un amigo ¿discutiría usted delante de un amigo?, ¿le gustaría que otras personas se pelearan delante de usted?.

Importante:

- Revisar nuestra capacidad para resolver conflictos y asegurarnos de que estamos dando ejemplo para que luego, el niño las imite.
- Ante un problema familiar, convoque una reunión y pidan opinión tanto a mayores como a pequeños, se sentirán así muy valorados.

Si continúa el conflicto:

- Separar a los dos contendientes, dado que se están pegando de verdad, la primera intervención es separarlos físicamente y con tono firme: “ahora tú, Antonio, te vas a tu habitación, y tú Lucas al comedor”. Ninguno de los dos puede permanecer en la sala donde ha ocurrido el conflicto, porque lo interpretarían como una victoria.
- Le interrogaremos por separado: Para conocer la versión correcta de los hechos. La experiencia no dice que interrogando a los dos niños juntos, nos arriesgamos únicamente a desencadenar una discusión que no tendrán fin; cada afirmación de uno de ellos la contradirá el otro. Preguntándoles por separado el niño podrá estar más disponible para bajar la guardia y como consecuencia, compartir sentimientos verdaderos.

DOS SITUACIONES QUE PUEDEN HACER PELIGRAR LA CONVIVENCIA:

LA LLEGADA DE UN NUEVO HERMANO

El mundo de su hijo está a punto de cambiar de una forma dramática en cuanto llegue un nuevo bebé al hogar.

Qué puede hacer:

- Háblale del nuevo hermano.
- Hazle que se vea envuelto en los preparativos y en la espera del bebé.
- Después del parto, haga que el niño acuda al hospital a visitar a su nuevo hermano y permíteles que lo toque y acaricie.
- Intente que ayude en el cuidado del bebé, como si fuera un juego. Hay que dejarles hacer lo que puedan, con vuestra supervisión constante.
- Saque tiempo para los hermanos mayores. Es necesario. A ellos les parecerá que los padres andan siempre ocupados con el bebé y quizás tengan celos o se enfade con los padres y con el bebé. Pueden intentar atraer la atención de los padres haciendo payasadas, haciéndose los perfectos o incluso retrocediendo a comportamientos típicos de recién nacido. Organícese y pase tiempo con el mayor sin estar con el bebé. Es muy importante.

CUANDO EL MAYOR ES AGRESIVO CON EL PEQUEÑO

La agresividad es a menudo desencadenada por alguna frustración. Si un niño se siente frustrado porque sus padres le impiden satisfacer sus deseos, por que están más pendientes a su hermano pequeño puede reaccionar de forma agresiva.

Cuando los padres son excesivamente severos y exigentes e imponen una disciplina excesivamente dura, el niño se siente continuamente frustrado en sus deseos y busca a toda costa una salida. También cuando los padres imponen castigos injustos o cuando continuamente el niño está castigado suelen existir actitudes agresivas.

Privación afectiva

- Los niños más agresivos suelen ser aquellos que se sienten rechazado y no querido, o se siente menos querido que su hermano, creándose una imagen de desconfianza hacia el mundo al que percibe como hostil y reacciona tratando a los demás como sus padres le trataron a él.
- Cuando los padres no dan al niño el cariño que necesita puede reaccionar de forma agresiva. Este caso puede darse cuando los padres no dedican tiempo a su hijo por estar muy absorbidos por el trabajo o porque ha nacido un nuevo hermanito.

Remedios para mejorar la situación

Una regla importante:

- no pegar ni amenazar al niño cuando se muestra agresivo ya que en ese momento el padre o madre está sirviendo de modelo. Lo más eficaz reforzar la conducta contraria: elogiar cuando ayuda a su hermano, elogiar cuando le dice algo agradable, cuando juega adecuadamente.
- Pedir colaboración: “ayúdame a bañar al hermano, ponle tu los calcetines, busquémosles un regalo”. Esta es una forma de pasar más tiempo con el mayor y hacerle sentir importante.

La mejor forma de que un niño no se muestre agresivo es ofrecerle un hogar donde se sienta querido y aceptado