



LA LLEGADA DE UN HERMANO: LOS CELOS Y LA RIVALIDAD

Los celos ante la llegada de un bebé y la rivalidad entre hermanos son situaciones frecuentes en cualquier casa. Hasta el año y medio de edad, dos años, el niño que tiene un hermanito pequeño tendrá la sensación de que siempre estuvo ahí, que siempre convivió con él.

Los niños de tres a cinco años

Cuando el primogénito tiene este rango de edad es cuando más reacciones de celos se producen, porque los niños a esa edad no han adquirido suficiente autonomía de las figuras paternas como para aceptar el tiempo que éstas dedican al bebé.

El hermano mayor, al ver peligrar la exclusividad que le dedicaban sus padres, empieza a comportarse de forma diferente. Es muy frecuente el regreso a etapas evolutivas anteriores ya superadas para captar de nuevo la atención de los adultos.

Los niños suelen pensar que esta nueva situación puede hacerles perder el afecto de sus padres, y por ello reaccionan llamando la atención constantemente, a veces con comportamientos de oposición a las normas o volviéndose más mimosos de lo habitual.

Cuando el pequeño empieza a caminar, a seguir a su hermano y a quitarle los juguetes, el mayor ya tiene cuatro o cinco años. Sus padres le repiten constantemente que debe cuidar a su hermano pequeño, *cargándole con una responsabilidad excesiva* y pidiéndole que se convierta en un ejemplo para él. El mayor interpreta que sus padres están más pendientes del pequeño que de él, o incluso que es él quien se porta mal, por lo que no merece ser tan querido como su hermano... Es entonces cuando aparecen los celos.

Los padres deben hacer entender a los hijos que son queridos por igual y que, además, tener hermanos tiene muchas ventajas.

Hacia los seis o siete años

A partir de los seis años, la capacidad de razonamiento de los niños cambia, por lo que ya no asocian la llegada del nuevo hermano con la pérdida del afecto de los padres. Tienen su propio grupo de amigos y no dependen tanto de la figura paterna como en etapas anteriores; no necesitan tanta exclusividad.

En esta etapa, si existen celos, son de menor intensidad, debido sobre todo al nivel de maduración y razonamiento del hermano mayor. En este momento el niño ve a su hermano como *un posible compañero de juegos y diversiones*; con el tiempo se crea una complicidad entre ambos.

Cuando los celos sí viven en casa

* Los niños que tienen un hermano bebé deben saber que los padres les quieren, deben sentirlo, pero eso no autoriza a los padres a hiperprotegerlos, a permitirles todo y dárselo sin límites ni normas. Los niños que tienen normas y límites educativos, coherentes, racionales, no sienten que sus padres no les quieran, sino todo lo contrario.

A los niños que tienen un hermano hay que manifestarles el amor que sentimos por ellos, transfiriéndoles la sensación de lo importante que es ser el mayor...pero si les damos nuestro amor tenemos que ser educativos. Tendremos que atender con sabiduría tanto las necesidades del mayor como las necesidades del más pequeño.

* Entre los hermanos rivales hay que establecer reglas claras, justas, hay que intervenir moderando los impulsos, educándolos, principalmente siempre en la línea de la *tolerancia y la aceptación del otro*.

* Si decimos algo, o llegamos a alguna conclusión, los niños deben percibir no tanto la inflexibilidad de nuestra postura, como la coherencia de que *si se dice algo se hace*. Si no somos coherentes en lo que pedimos a los hermanos rivales, y hacemos diferencias sin darnos cuenta, no podemos esperar que el conflicto se solucione, al contrario, obtendremos un recrudecimiento de la conflictividad de los celos. Ser *consecuentes y flexibles* es básico para la administración del conflicto de los celos.

* Hay que resaltar los aspectos positivos y no tanto estar ahondando en los negativos. Si valoramos los aspectos positivos siempre fortalecemos la autoestima, pero si herimos los sentimientos a través de un continuo destacar los aspectos negativos, lo que incitamos y fomentamos es el sentimiento del rencor, enfado, y por tanto incrementamos los celos.

* En el tema de los celos lo mejor es *prevenir y educar en la aceptación del otro*, más que imponer dictatorialmente.

Algunos consejos

1. Los hermanos estimulan los aprendizajes, debemos potenciar la colaboración.
2. La familia es un “pequeño laboratorio” de las primeras experiencias sociales.
3. La rivalidad fraterna permite a la familia educar actitudes de amor y cariño, frente a la agresividad y el odio. Los padres deben proponerse metas y objetivos.
4. En la familia todos debemos aceptar al recién nacido
5. La ambigüedad de los sentimientos entre hermanos mayores debe educarse hacia situaciones de aceptación positiva.
6. No realices comentarios de comparación entre los hermanos, en el sentido de valorar lo mejor o lo peor. Cada cual es como es, la personalidad humana es única, diferencial, pero todas muy respetables. Saber aceptar en familia al otro es una de las claves de la resolución de la rivalidad. Hay que valorar lo positivo para generar una buena autoestima en nuestros hijos. Deben sentir que los queremos...
7. Haz participar a tu hijo mayor en el máximo de tareas del hogar, que para él sean divertidas. Se sentirá bien consigo mismo y útil a sus padres.
8. Presta atención a cómo reacciona tu hijo ante el hermano o hermana



9. No debemos negar el amor visible al más pequeño, se debe aceptar el reparto del cariño de los padres.
10. Todo en el fondo se trata de saber aceptar unas reglas de convivencia y aceptación entre iguales. Saber compartir cosas, cariños, cuidados...
11. Considera normal que tu hijo “destronado” intenta por todos los medios acaparar el cariño de sus padres. Tu obligación es educar poco a poco ese impulso.
12. Unos padres que logran controlar la angustia sobre estos temas tienen más probabilidades de ayudar más eficazmente a sus hijos, pues no proyectarán sobre ellos sus dudas e inquietudes, la angustia...
13. Los padres deben lograr a la larga un cambio muy importante en la relación entre sus hijos. La rivalidad se debe tornar alianza. El juego entre los hermanos fomenta esta alianza.
14. El modo en que se resuelva durante la infancia el hecho de la rivalidad, determina el tipo de relación que posiblemente tendrán los hermanos durante la adolescencia.
15. Los padres que están excesivamente preocupados por el tema de la rivalidad entre sus hijos, suelen agravar con ello el efecto. Lo mejor es tomárselo con cierta despreocupación, esto ayuda a la solución del problema.

Es decir, que:

Los celos entre hermanos son un fenómeno universal en nuestra cultura. La rivalidad fraterna es producto del miedo que los seres humanos tenemos a la soledad y al desamparo. Este temor básico es lo que lleva a los niños a la lucha por el cariño y las llamadas de atención de sus mayores.

Todo ello es un episodio de los sentimientos humanos, de la ambivalencia entre el amor y el odio. Hay niños en los que este fenómeno de la rivalidad fraterna apenas si tiene expresión negativa, sin embargo en otros sí tiene una expresión negativa, generando en el interior del niño una intensa angustia, un conflicto interno, que se exterioriza en conductas desadaptadas dentro de la familia o en otros entornos sociales...

Saber compartir es la clave al problema de la rivalidad entre hermanos. Hay que enseñar este valor con normalidad, con ejemplos continuados, sin ansiedad. Los niños, en su proceso de socialización familiar llegan a darse cuenta de este valor y poco a poco irán cambiando de actitud. Los hermanos se hacen amigos, colaboradores...Este es el objetivo a corto, medio y largo plazo.

El niño o la niña que ven a un hermano como bueno, alguien a quien se protege, se quiere y se cuida, se implica en un proceso de maduración en lo social y en lo personal, aún cuando el niño sea muy pequeño o pequeña.

Yolanda Ruiz de la Fuente