

CELOS Y RIVALIDAD ENTRE HERMANOS



LOURDES GRIJALBA GÓMEZ
ORIENTADORA – EQUIPO BURGOS 1

¿Qué son los celos infantiles?



Etimológicamente la palabra celo procede de la expresión latina “zelus” que significa celo o envidia.

- ❑ Es una **reacción adaptativa transitoria**: sin embargo, no hay que dejarlo pasar, debemos ayudar al niño a superar la situación que está viviendo, porque le desborda debido a su inmadurez emocional y cognitiva.
- ❑ Es una **alteración emocional y de comportamiento**: el sufrimiento del niño es real, debemos ayudarlo a minimizarlo para que no se agrave.
- ❑ Es una **respuesta a un desequilibrio** en el ambiente: la familia se altera al llegar un nuevo miembro.
- ❑ Si quedan **mal resueltos**, se pueden convertir en patológicos y permanentes.

Y además, los celos



- ✓ Son un **comportamiento afectivo defectuoso**, a través del cual el niño expresa su temor a ser abandonado o a perder para siempre, sus figuras de apego.
- ✓ Los celos surgen porque el niño percibe amenazas (erróneas o no) respecto a la vinculación afectiva con su madre.
- ✓ Lo más frecuente es que los celos aparezcan en el hijo mayor respecto al pequeño, pero también se dan casos (los más raros) en los que la conducta celosa la manifiesta el más pequeño.

¿Cuándo aparecen los celos en los niños?



- Suelen aparecer a partir del año y medio y pueden prolongarse hasta los siete años, aproximadamente.
- Se ha comprobado en diferentes estudios que son más frecuentes en los niños que en las niñas.
- La mayoría de los expertos consideran que los celos episódicos (que desaparecen espontáneamente) afectan al 50 % de la población infantil.

Veamos algunos ejemplos...

Antonio, cuatro años

Es un niño muy sensible y dependiente de sus padres. Su nacimiento y desarrollo fue normal hasta que llegó su hermana...Desde entonces la madre relata que el niño manifiesta los siguientes comportamientos:

- ✓ Enuresis (se hace pis).
- ✓ Insomnios, pesadillas, terrores nocturnos.
- ✓ Descalificación de la hermana recién nacida.
- ✓ Aislamiento social en clase.
- ✓ Pérdida de apetito.
- ✓ Balbuceos, tartamudeos y trastornos del lenguaje.



Margarita, cinco años

Margarita es una niña de cinco años, la menor de dos hermanas, cuyo desarrollo fue completamente normal hasta hace un año cuando comenzó a negarse a comer, vomitando cuando se le insistía o forzaba a alimentarse contra su voluntad.

Al parecer Margarita se siente destronada ya que siendo la más pequeña y la que necesita más protección, es la que menos cuidados recibe, pues, en su opinión, sus padres se han volcado únicamente, sobre la otra hija mayor de ocho años de edad.



Tomás, seis años

- Tomás empezó a tener problemas al pasar de la guardería a la escuela, momento que coincidió con la llegada de su nuevo hermano.
- Hasta este momento el niño dormía en la habitación de sus padres, aunque en su propia cama. Al nacer el hermano, ha tenido que salir de la habitación de sus padres y se ha instalado en su propia habitación.
- Se llevaba muy bien con su padre, pero éste cambia de trabajo y pasa mucho tiempo fuera de casa.
- Comienza a manifestar problemas: llanto frecuente, negativa a ir al colegio, terrores nocturnos, ansiedad de separación,...etc.



JO, PORQUE A ÉL SI Y A MI NO

- Los celos son una respuesta normal, frecuente y universal de un niño ante la sospecha o amenaza de pérdida de una relación afectiva que es significativa para él.
- El amor materno es entendido por el niño como posesión y exclusividad.
- Los niños no son “ celosos” se comportan de manera “ celosa” como reacción adaptativa ante una determinada situación.
- El comportamiento celoso no tiene porque mantenerse consistente y estable en el tiempo.
- Los celos son un sentimiento que puede ser muy incapacitante para el niño que los padece (aislamiento, culpabilidad, ...)



RIVALIDAD ENTRE HERMANOS

- La relación entre los hermanos ofrece la posibilidad de aprender los modos de convivir con los demás, salir de sí mismos para abrirse a nuevos núcleos o ámbitos, a buscar y hallar nuevas amistades y vínculos afectivos.
- La rivalidad entre hermanos surge:
 - Para atraer la atención de los padres (“ desde que mi hermano enfermó no me hacéis ni caso”).
 - Para tener poder (“ soy el mayor y punto” , “ mi hermano mayor es un vago... yo saco mejores notas”).
 - Para tener más cosas (“ esto es mío”).
- Las disputas entre hermanos es algo normal, inevitable y adaptativo (durante las peleas los niños aprenden a ceder, a manejar la agresividad, a compartir,..)

VS

- Idealización paterna: “ serán muy amigos, se apoyarán mutuamente, y se contarán sus secretos y siempre se tendrán los unos a los otros” .

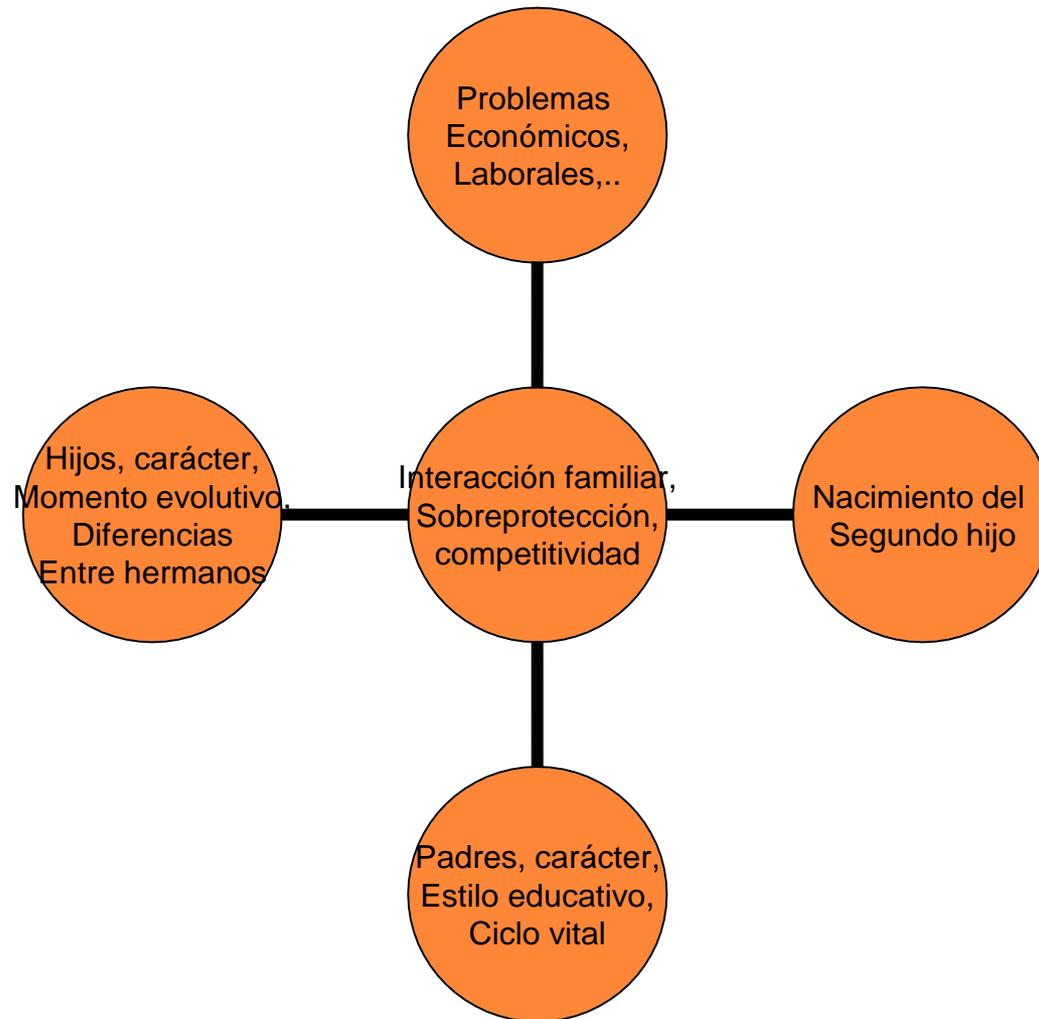


RIVALIDAD ENTRE HERMANOS

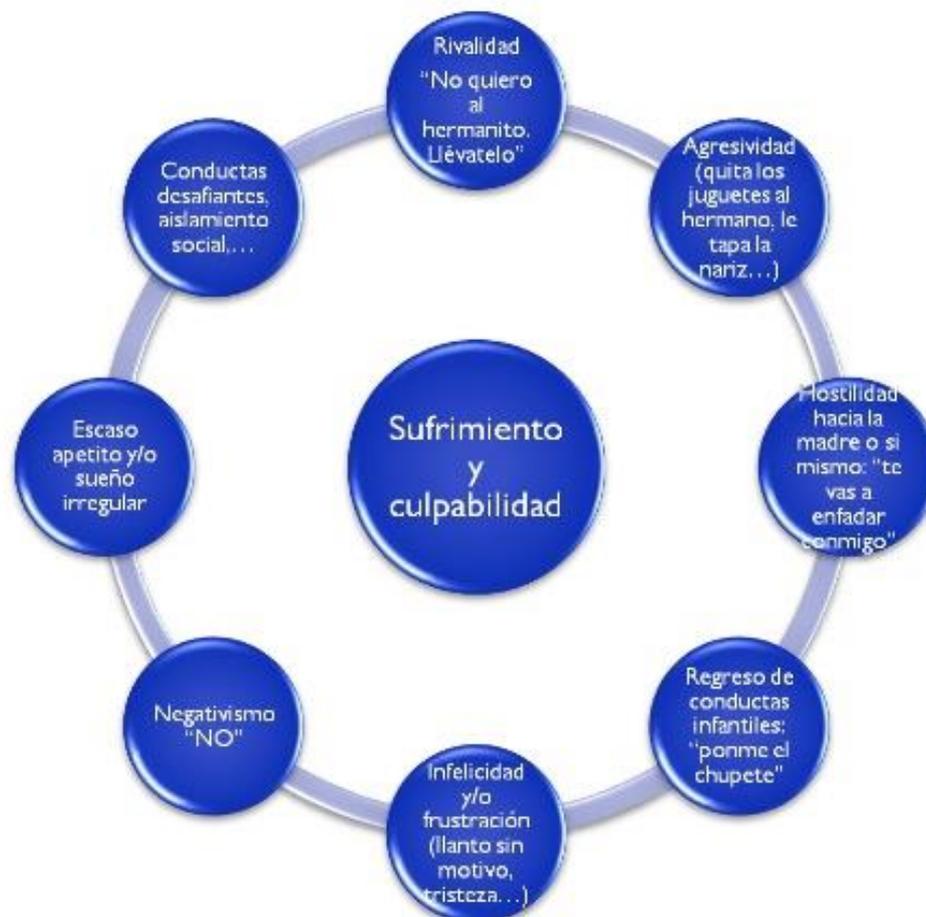
- Los padres no pueden eliminar la rivalidad entre hermanos, pero sí pueden:
 - Mantener los conflictos familiares dentro de unos límites coherentes.
 - Enseñar a los hijos a resolver conflictos.
 - Fomentar una relación sana entre ellos.
- Los padres no deben:
 - Ser justicieros (son ellos los que deben aprender a defenderse y negociar).
 - Ser injustos (no siempre lleva la razón el mismo).
 - Menospreciar sentimientos (las peleas son momentos de frustración).
- El objetivo principal es que los hijos aprendan a superar frustraciones y momentos de sufrimiento por ellos mismos.



POR QUÉ APARECEN LOS CELOS ENTRE LOS HERMANOS



“Está muy raro desde que nació su hermano...”



ESTÁ MUY RARO DESDE QUE NACIÓ SU HERMANO,...



ESTRATEGIAS PARA EVITAR LOS CELOS INFANTILES. NO HACER COMAPRACIONES ENTRE HERMANOS

- En ocasiones son inevitables.
- Intención positiva: comparar para el que no come imite al hermano que come bien o el que no recoge lo haga como su hermano.

VS

- Consecuencia negativa: intensifican aún más las rivalidades.

¿QUÉ DEBEMOS HACER?

- Se debe valorar a cada uno de manera individual, ayudándole a fomentar su puntos fuertes y a hacer frente a sus puntos débiles.
- Reconozca todos sus éxitos.
- Debemos evitar frases como: “¿por qué no te sientas como oo hace tu hermano?”, ¿ves lo bien que se porta?
- Debemos utilizar frases como: “estás mejorando, has ordenado tu habitación”, “estoy orgulloso de ti”, “tengo dos chicos estupendos”



ESTRATEGIAS PARA EVITAR LOS CELOS INFANTILES. EVITAR LA TRAMPA DE LA JUSTICIA

- Los padres tratan a todos su hijos de la misma manera. Es imposible lograrlo.
- Trampa: si le he dado o permitido algo a uno de mis hijos, al otro también se lo debo dar.
- Intención positiva: equilibrio

VS

- Consecuencia negativa: fomento de la rivalidad.
- Otorgue privilegios según la edad, personalidad y resultados.
- No insista en que el hermano menor haga todo lo que hace el mayor.
- No fomentar la competición. Esto se consigue no entrando al trapo ante comentarios como: “ No es justo, a Bea se le deja acostar más tarde que a mí”



ESTRATEGIAS PARA EVITAR LOS CELOS

ESTABLECER REGLAS:

- Cualquiera que sea la edad de los niños, estos deben conocer las reglas de la casa.
- Escriba las reglas para los mayores. Se puede conseguir que disminuyan los problemas entre hermanos con un cartel con las reglas que se han definido previamente.

Ejemplo:

- Asigne responsabilidades: se debe asignar con claridad las tareas que cada uno debe hacer.
- No espere a la perfección, ningún niño puede hacerlo todo bien.
- Acepte a cada hijo como es.

SE PUEDE	NO SE PUEDE
Intentar resolver los problemas.	Pegar o empujar a los hermanos.
Evitar discusiones	Insultar
Pedir ayuda a los padres.	Entrar a las habitaciones sin permiso.
Pedir permiso.	Coger cosas sin permiso.



ESTRATEGIAS PARA EVITAR LOS CELOS INFANTILES. FOMENTE LA COOPERACIÓN

- El objetivo de los padres debe ser pillar al niño cuando se porta 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 la hacerlo juntos habéis tardado menos tiempo”, fomenta la cooperación.
- Apuntar los momentos de cooperación.



Estrategias para evitar los celos infantiles

ENSEÑE AL NIÑO A MANEJAR CONFLICTOS



- Evitar discutir en su presencia. Pregúntese: ¿discutiría usted delante de un amigo?, ¿le gustaría que otras personas se pelearan delante de usted?.
- Cómo actuar ante un conflicto de nuestros hijos: Dando ejemplo, para que luego nuestros hijos lo imiten.
Ante un problema fraterno, convoque una reunión y pida opinión tanto a mayores como a pequeños, se sentirán así muy valorados.
- Si aún así continúa el conflicto entre ellos:
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.
Les preguntaremos por separado. Interrogando a los dos niños juntos, nos arriesgamos únicamente a desencadenar una discusión que no tendrán fin; ya que 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.



Cuando el príncipe es destronado Ante la llegada del nuevo hermano



- Hacer partícipe al niño de las tareas que conlleve el nuevo hermano.
- Valorar al niño/a tras la realización de estas tareas.
- Resaltar la importancia de tener hermanos y de la felicidad que comporta para el juego, en las labores diarias,...
- Advertir a los familiares que con las visitas eviten expresiones del tipo: “ahora sí que vas a tener que compartir”, “ya sabes, lo tendrás que cuidar porque es pequeño y tú ya eres mayor”.
- Asimismo indicarles que en sus expresiones hagan alusión a aspectos positivos del nuevo hermano: “te vas a divertir mucho”, “vas a poder jugar cuando se haga un poco más mayor”.
- Se debe evitar la coincidencia de llevar al hermano mayor a una guardería cuando nace el pequeño. Nace mi hermano = salgo de casa.



Cuando el príncipe es destronado Tras el nacimiento del nuevo hermano

- Evitar frases que recriminen sus acciones.
- Estimular con expresiones positivas todo acercamiento.
- Involucrar a los hermanos en las tareas de cuidado.
- Buscar espacios para atender de forma preferente a los hermanos en el momento del nacimiento del nuevo bebé y en periodo posterior. Las personas adultas solemos dirigirnos rápida y exclusivamente al recién nacido, relegando a los hermanos mayores; sin embargo son estos los que pueden manifestar conductas celosas y no el recién nacido que no es consciente del momento.
- Procurar dar afecto a los hijos sin distinción de edad.
- Valorar a nuestros hijos delante de otras personas, tratando de omitir las conductas negativas.





QUÉ HARÍAS TU SI

- Tomás es un niño de ocho años de edad.
- Tomás asistió a una guardería infantil donde se sentía feliz. Al cambiar de centro educativo el niño se sintió desplazado. En ese periodo el hermano menor (4 años) fue diagnosticado de leucemia.
- Hasta el momento de enfermar su hermano, Tomás dormía en la misma habitación que él. Como consecuencia de la enfermedad del hermano , éste ha ocupado otra habitación.
- Las relaciones con los padres han disminuido ya que la madre pasa mucho tiempo con Javier en el hospital y el padre continúa trabajando fuera de casi durante casi todo el día.
- Hace unos meses Tomás empezó a tener pesadillas y pérdida de apetito. En estos momentos realiza descalificaciones constantes hacia su hermano y se pelean mucho



DE CUALQUIER FORMA LOS CELOS
SON EN REALIDAD UNA CONSECUENCIA
DEL AMOR: NOS GUSTE O NO EXISTEN

STEVENSON, ROBERT LOUIS
(escritor británico)

