

Celos y rivalidades entre hermanos

La experiencia de tener hermanos/as es siempre positiva. La relación entre hermanos/as es beneficiosa para el desarrollo del/la menor, porque es una experiencia básica de socialización, aprende que no está solo/a, que no es único/a; realiza la experiencia de compartir, ceder, de negociar, de dialogar, de defenderse. Todo ello en un ambiente de seguridad y control como el la familia.

¿Qué son los celos y la rivalidad entre hermanos?

Los celos son un **sentimiento**, en el que la sensación predominante es el miedo a perder o ver reducido el cariño y atención de sus progenitores. Los celos suelen acompañarse de envidia y resentimiento hacia quien se percibe como rival.

En el/la niño/a celoso/a aparecen sentimientos ambivalentes: por una parte de resentimiento hacia el/la hermano/a, pero a su vez le aman y le quieren, y en parte reconocen que no tiene la culpa. Que aparezca este sentimiento es completamente normal.

La rivalidad entre hermanos/as se manifiesta en **conflictos y disputas** provocadas por la posesión de objetos, actividades, espacios, privilegios o la atención de los progenitores

Manifestaciones

1. **Molestar.** Es frecuente que un/a hermano/a busque al otro con la intención de molestarle, fastidiarle y provocarle.
2. **La agresión.** El rencor o los sentimientos negativos llevan al/la niño/a a agredir al pequeño sin una provocación. A veces, la agresión está solapada: a la vez que abrazan, pellizcan. En ocasiones, los/as niños/as intentan justificar la agresión diciendo que lo han hecho porque el pequeño estaba haciendo algo indebido.
3. **Desprecios e insultos.** Comentarios despectivos que buscan ridiculizar y herir al otro.
4. **Delatar.** El/la hermano/a mayor suele actuar de "chivato/a", incluso en situaciones que han provocado ellos mismos. Intentan demostrar a los padres que el hermano no es tan bueno como piensan, busca ser colaborador y persiguen que los progenitores adopten medidas contra el pequeño.
5. **Cambio de conducta.** El/la niño/a puede empeorar su comportamiento, aunque no sea inmediatamente, suele ocurrir cuando el pequeño se hace notar más, cuando alrededor del año comienza a hablar y a andar. Suelen negarse a hacer lo que antes aceptaban sin problemas, reaccionar de forma desproporcionada, contestar de malos modos o desobedecer.
6. **Regresión.** Pueden presentar con el nacimiento del hermano comportamientos que tenían con menos edad: pedir de nuevo el biberón, hablar de forma más infantil, querer dormir con los padres o dejar de control de esfínteres.

¿Qué persiguen estos comportamientos?

1. **Atraer la atención de los progenitores.** "Yo sigo estando aquí, no me olvidéis".
2. **Expresar rencor o resentimiento.** Los sentimientos negativos se dirigen hacia el/la hermano/a, que es percibido como rival, o hacia los progenitores como causantes de la situación.



3. **Hacerse la víctima.** De esta manera reprochan a sus progenitores que él/ella sólo/a sufre, ha quedado desplazado y ya no le quieren.
4. **Mantener su situación privilegiada.** Las conductas más agresivas, son una forma de mantener el poder, seguir siendo el dueño de objetos, de determinados espacios de la casa...
5. **Forma de rebeldía hacia los progenitores.** En los/as niños/as más mayores, la rivalidad hacia su hermano/a pequeño/a es una forma de rivalidad hacia sus progenitores.

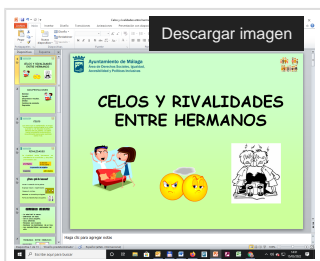
Consejos para tratar los celos y las rivalidades

A continuación, planteamos una serie de consejos que nos ayudarán a conseguir este objetivo, y permitirán una significativa mejora en la convivencia.

Consejos para tratar los celos y las rivalidades

1. **Disponer de normas claras y concretas.** Las normas no pueden ser abstractas ni llevar a equívoco.
2. **Establecer consecuencias** si las normas se incumplen.
3. **Ser coherentes.** Cuando los padres dicen que "sí" es que "sí", y cuando dicen "no" es "no".
4. **Elogiar y prestar atención** a las conductas positivas.
5. **Enseñar a compartir** ayuda a tratar los celos a largo plazo.
6. **Fomentar las relaciones familiares** (establecer días o momentos a la semana para comunicar libremente sus vivencias, mantener contacto con la familia extensa, etc.)
7. **Hacer colaborador al /la mayor.** Así se sentirá más integrado/ a y no se sentirá aislado/ a o rechazado/ a cuando los padres prestan atención al /la menor.
8. **Enseñar la manera adecuada de relacionarse.** Enseñarle cómo actuar en situaciones conflictivas (como pedirle que le preste un juguete, que deje de molestarle...).
9. **Promover la responsabilidad.** Hay que explicar al mayor por qué el /la pequeño /a necesita ciertos cuidados y por qué le consienten ciertas conductas.
10. **Atención especial** cuando se porta bien.
11. **Evitar comparaciones.**
12. **Procurar momentos de exclusividad** a cada hermano (haciendo algo sólo con él o ella).
13. **Dejarle expresar sus sentimientos.**
14. **No entrometerse demasiado** en sus disputas (excepción siguiente).
15. **Se debe cortar la agresión.** En caso de agresión la intervención debe ser inmediata. Los padres cortarían la agresión y prestarán más atención al niño agredido consolándolo, al otro hermano ni siquiera se le regaña en ese momento, para no prestarle atención y recompensar así su comportamiento.
16. Trato individual y respeto a su intimidad.
17. Ignorar conductas inadecuadas como pueden ser:
 1. Delatar al /la hermano /a o "chivarse" de sus comportamientos negativos para que los padres adopten medidas con él..

2. Regresiones del comportamiento. Conductas más infantiles ya superadas (que mama le dé de comer, piden de nuevo el chupete, muestran un habla más infantil...) Sin reprender estos comportamientos ni ridiculizarlos.
18. Evitar que el /la pequeño /a sea una carga y que el mayor deba asumir su responsabilidad. En momentos puntuales puede supervisarlos, pero no de manera continuada o en situaciones que superan sus posibilidades.
19. Aprovechar el juego para cultivar la relación entre los hermanos.



PROBLEMAS EN EL JUEGO Descargar imagen

PROBLEMA **CHIVATAZOS**

ACTUACIÓN INCORRECTA Prestar atención al hermano/a que se queja constantemente por lo que supuestamente ha hecho el otro/a

ACTUACIÓN CORRECTA Decirle al menor que solo quieres que te oigan si uno de sus hermanos se hace daño y necesita ayuda. Evita escuchar los chivatazos. De lo contrario, el niño se acostumbra a llamar la atención de esa manera.

PROBLEMAS EN EL JUEGO Descargar imagen

PROBLEMA **PELEAS**

ACTUACIÓN INCORRECTA Preguntar quién ha empezado y hacer de juez

ACTUACIÓN CORRECTA Si pasados unos minutos sigue la discusión, sepárenlos a los niños mandándolos a distintas habitaciones. Cuando se calmen, se habla de lo que pasó y cómo lo vive cada uno. Se piden perdón y se buscan alternativas al problema, que surgió.

PROBLEMAS EN EL JUEGO Descargar imagen

PROBLEMA **Rebeldes**

ACTUACIÓN INCORRECTA Enfadarnos, castigarlos continuamente o estar menos tiempo con ellos.

ACTUACIÓN CORRECTA Cuando los niños se muestran desafiantes y protestones, te están enviando un mensaje en clave: necesitan mayor atención.

PROBLEMAS EN EL JUEGO Descargar imagen

PROBLEMA **REGRESIÓN**

ACTUACIÓN INCORRECTA Ridiculizar su forma de actuar y hacerle más caso a él, dejando de lado al bebé en su presencia.

ACTUACIÓN CORRECTA Tiene celos de su hermano pequeño. Hay que estar pendiente de él y valorarlo mucho por lo que es y lo que sabe. Hacerle participe.

PROBLEMAS EN EL JUEGO Descargar imagen

RIVALIDADES

La rivalidad entre hermanos se manifiesta en conflictos y disputas provocadas por:

- privilegios
- la atención de los padres
- la posesión de objetos
- espacios
- actividades