

ORIENTACIONES SOBRE LA RIVALIDAD/CELOS **ENTRE HERMANOS**

(Peleas entre hermanos/as)



La rivalidad entre hermanos y hermanas suele ser común en el entorno familiar y, en ocasiones, forma parte del desarrollo de los niños/as. Sin embargo, los celos entre los hermanos/as van más allá y generan una situación complicada dentro de la familia.

Los celos son sentimientos de envidia y resentimiento hacia otra persona que se supone obligada a prestarnos atención y no lo hace.

En la familia, **la rivalidad entre los hermanos/as por conseguir el afecto y la atención de los padres suele ser el principal y primer motivo de celos.**

Las fuentes de este sentimiento pueden ser reales (particularmente cuando los padres establecen comparaciones diferenciadoras entre sus hijos, que comportan una agravio comparativo para uno de ellos) o imaginarias (cuando el niño atribuye o malinterpreta la valía y/o intención de sus padres, hermanos o compañeros).

*Los celos son un **estadio relativamente normal que hay que superar** y no tienen importancia sin son circunstanciales y pasajeros, pero hemos de **prestarles atención cuando alteren la convivencia y el desarrollo normal del niño o sean persistentes y no remitan pasados los cinco años.***

CAUSAS DE LOS CELOS INFANTILES

Existen distintas situaciones que pueden provocar en el niño el temor a perder el afecto de los padres o el sentimiento de haberlo ya perdido. Cabe destacar:

- **El nacimiento de un hermano/a:** el recién nacido requiere una serie de cuidados y atención que hace perder al mayor parte de la que se le dedicaba a él; la conducta de la madre hacia los hijos cambia durante y después del embarazo, puede aparecer impaciente o fácil de enfadarse, estos cambios están asociados a la gestación y el niño hace responsable de ellos al bebé.
- **Los favoritismos y preferencias de los padres:** a veces abierta y otras solapadamente los padres manifiestan preferencias por uno de los hijos, lo que crea celos en los otros. Puede existir una situación especial que se crea entre dos hermanos cuando alguno de ellos presenta algún tipo de deficiencia, sobre todo física, con lo que acapara la atención y protección de los padres.
- **La excesiva dependencia o necesidad de uno de los padres por parte del niño/a:** normalmente de la madre, lo que desencadena celos hacia al otro progenitor por considerarle rival.
- **El sentimiento de inseguridad y de inadaptación:** el niño/a frecuentemente envidia a los demás; estos sentimientos suelen ser el

resultado de situaciones de ridículo en la infancia, de sentirse rechazado o bien criticado de forma severa. El alentar la competencia entre los hermanos favorece la presencia de los celos.

LA RIVALIDAD ENTRE HERMANOS

La armonía fraternal no significa que no haya rivalidad. La rivalidad y el sentimiento ambivalente de amor/odio entre los hermanos **son completamente naturales e inevitables**. En alguna medida existe siempre. Desde que nace el hermano pequeño, el mayor siente celos de él por las atenciones que recibe, quedando para él sólo las responsabilidades; más adelante, el pequeño también tiene envidia del mayor porque se le permiten cosas que a él todavía no. Existe una competencia permanente por gozar del cariño y la atención de los padres. **El resultado: constantes discusiones, burlas, acusaciones, empujones y golpes hasta un punto en que piensas que te van a volver loco/a.**

La verdad es que **algunos hermanos y hermanas van a chocar todas sus vidas**, así que es mejor que aceptes que cierto nivel de conflicto a tu alrededor es inevitable. Por otro lado, es bueno que tus hijos aprendan cuanto antes la importancia de respetarse y de saber resolver sus propios problemas. Mediar en los conflictos fraternos no es algo fácil, pero con un poco de cuidado y mucha comprensión podrás navegar las situaciones, reducir los dolores de cabeza y mantener la paz y armonía del hogar.

QUÉ PUEDES HACER SI TUS HIJOS/AS SE PELEAN MUCHO



- ✿ **Tratar de no estimular la competencia.** Resiste la tentación de compararlos. El clásico: "¿Por qué no puedes ser más como tu hermano?" seguro que hiere los sentimientos de alguien. En su lugar, destaca los atributos propios de cada niño: "Enrique, qué bien te has puesto la camiseta. Y Raquel, estoy orgullosa de que escribiste el cuento tú solita". Siempre que puedas, halágalos a ambos a la vez: "¡Qué bien, hoy nadie derramó la leche!".
- ✿ **No busques la igualdad por todos los medios.** Cuando los padres, con la mejor intención, buscan tratar a sus hijos equitativamente, crean más problemas de los que resuelven. Trata a tus niños como individuos. Llegará un momento, si es que no ha llegado ya, en que uno de ellos vaya a una clase de gimnasia para la que el otro es demasiado pequeño. Y los dos van a pasar por ver cómo su hermano celebra su cumpleaños y le toca abrir montañas de regalos mientras ellos no reciben nada.

En vez de buscar la igualdad, diles a tus niños que siempre tratarás de ser justa: eso es todo lo que puedes hacer. Cuando uno se queje de que "Sofía tiene más cerezas que yo", prueba con: "¿Te gustaría otra cereza? ¿Cuántas más crees que vas a comer?". Deja que uno de los dos corte el pastel y el otro elija la primera porción. El encargado del corte seguro que intenta hacer las porciones iguales y ambos disfrutarán de una experiencia nueva.

✿ **No aceptes las acusaciones.** Cuando el más pequeño corra a decirte que su hermana mayor está comiendo dulces a escondidas, dile que no te interesa que él te diga lo que hace su hermana. Pero si ella quiere decirte lo que *ella* está haciendo, escúchala con atención. Deja claro que no vas a aceptar que uno de los hermanos trate de crear problemas para el otro. Pero asegúrate de que entienden que esa regla tiene una excepción: si uno de los dos está en peligro de hacerse daño o de dañar a alguien, entonces sí necesitas saberlo inmediatamente.

✿ **Ejerce de árbitro y pon límites cuando sea necesario.** En general, evita meterte en sus discusiones excepto para facilitar la comunicación. Puedes probar con: "Vuelvo en un minuto. Si para entonces no han aclarado cómo van a compartir el juguete, ninguno de los dos podrá jugar con él". Pero los niños más pequeños frecuentemente necesitan la presencia de un adulto para mantener la civilidad y guiarlos hacia una solución, especialmente si las emociones suben de tono y percibes que alguien va a empezar a llorar o a gritar. Si esto ocurre (y piensas que los niños ya son suficientemente maduros), intervén y escucha las dos partes. No dejes que ninguno interrumpa hasta que el otro explique su versión. Luego resume el problema, reconoce su dificultad y ayúdalos a alcanzar una solución sencilla.

Claro está, habrá veces en que la culpa será claramente de uno de los dos. Si es del más pequeño, llévatelo aparte y pon claras las reglas para futuros conflictos. Por ejemplo: "A veces a tu hermano mayor le gusta jugar construir con bloques contigo pero otras veces, no. Cuando no quiere no lo puedes obligar. Tienes dos opciones: o jugar a los bloques tú sola o preguntarle si quiere jugar contigo a otra cosa".

✿ **Reconoce sus sentimientos.** A veces, simplemente hablar sobre lo que sienten basta para acabar con una pelea. Si tu hija pequeña lleva toda la tarde tratando de arrebatarle a su hermano mayor una piedra que encontró en un parque, en vez de buscar una piedra del mismo color, habla con ella. Dile que comprendes cuánto le gusta la piedra de su hermano y cuánto la desea. Escucharla con respeto puede ahorrarte una expedición al parque para buscar otra piedra. Además, la próxima vez que intente quitarle un juguete a su hermano, recuérdale que eso no está permitido, y luego explícale que comprendes por qué quiere ese juguete y que entiendes lo difícil que es esperar. Enséñale a preguntar si puede jugar después que su hermano mayor acabe de

hacerlo.

- ✿ **Fija límites sobre los objetos personales.** No esperes milagros, pero muchos conflictos pueden evitarse designando un lugar especial para los objetos personales de cada uno: por ejemplo, un estante para cada uno. Diles que antes de tocar algo del estante de su hermano, tienen que pedir permiso. Ayúdalos a elaborar rótulos con sus nombres y señales como NO TOCAR, o PRIMERO PEDIR PERMISO. Al pequeño seguro que le entusiasma tener su propio estante, y eso lo va a hacer ser más respetuoso con el espacio personal de su hermano mayor. Si los niños tienen edades muy parecidas, una manera de evitar conflictos es comprarles juguetes idénticos siempre que sea posible.
- ✿ **Divide y vencerás.** Los hermanos tienden a pasar por fases en las que son los mejores amigos y fases en que son rivales encarnizados. Cuando la familia pasa por una fase de "guerra", hacer parejas de hermano/progenitor, puede aliviar la tensión. Uno de los niños tiene un "Día con mamá" y el otro, un "Día con papá". Si no tienes compañero/a, pide a un amigo/a o pariente que te ayude a darles a los niños su propio espacio.

Cuando la rivalidad va más allá aparecen LOS CELOS ENTRE LOS HERMANO/AS

Cuando la relación entre los hermanos va más allá de la rivalidad normal que se genera en la convivencia diaria y aparecen celos que generan problemas en la familia y sufrimiento en el hijo/a que los sufre, debemos plantearnos:

1. Ante un niño celoso, **no se debe adoptar una actitud demasiado permisiva ni excesivamente represora.** No corregir la conducta celosa como se debe -- sin exigencias descarnadas, pero también sin blandas e injustas tolerancias -- supone el que los padres están enseñando a sus hijos a odiar a sus rivales. Los padres que permiten esas conductas enseñan al hijo que ciertos sentimientos de envidia y de odio pueden estar justificados; que compararse con los demás es lo normal; que descalificar al compañero porque tiene más o mejores habilidades que nosotros es algo corriente. Pero una atención desmedida de los padres al comportamiento celoso de sus hijos o sus machaconas referencias al problema pueden contribuir a prolongar lo que tal vez no era sino apenas una conducta sin importancia.

Si entre el niño celoso y el hermano de quien tiene celos **hay diferencia de edad significativa**, los celos pueden resolverse con gran rapidez a través de

actitudes miméticas que le permitan al hermano mayor celoso imitar a la madre en las tareas y prestaciones que esta realiza con el recién nacido.

Las madres desempeñan en la educación afectiva una importante e irremplazable función, ya que la conducta de apego entre sus hijos y ellas no son simétricas ni se sitúan al mismo nivel. En efecto, para cada niño su madre es única e irremplazable, mientras que para muchas madres el amor de su pequeño es también irremplazable y único pero de otra manera, ya que deben atender a las demandas de afectos que les hacen los otros hijos.

2. Tratar de implantar en los hijos y alumnos actitudes más cooperativas y menos competitivas.

La formación de actitudes cooperativas en los hijos pasa por educarles en la solidaridad y el altruismo. Si desde pequeños aprenden a ser generosos, a compartir aquello que tienen--y que, lógicamente, es suyo--, pero que quizás otro de sus hermanos puede necesitarlo también, de seguro que su competitividad será menos egoísta y más madura, a la vez que mejoraran también sus actitudes hacia la cooperación.



Otras actividades que no deben faltar consisten en solicitar y conseguir algún pequeño favor para el hermano más pequeño; ayudarle en las pequeñas dificultades que pueda tener; enseñarle a solucionar los problemas que se le presentan de manera que sea él mismo, a través de la ayuda que recibe, el que los resuelve, etc.

También debe aprender a escuchar, conocer los proyectos y juegos de los otros y colaborar con ellos, tolerar otras peculiaridades y aficiones aunque sean muy innovadoras o discrepantes de las que para él son usuales, es decir, desarrollar el gusto por todo lo que sea instructivo y ayude a la convivencia y al respecto por un sano pluralismo.

3. Es necesario reflexionar sobre el estilo de conducta que desean aprendan sus hijos.



Si la madre tolera las peleas y riñas entre hermanos, estas irán a más. Si los padres se gritan entre ellos, sus hijos aprenderán a resolver sus conflictos gritando. Si el padre se manifiesta celoso y desconfiado respecto de la madre, es lógico que alguno de sus hijos siga más tarde su ejemplo. Si nos mostramos injustos --comprensivos con unos e intolerantes con otros--, es muy probable que entre nuestros hijos se establezca una dosis mayor de rivalidad, igualmente injusta. Si reaccionamos con ansiedad o perdemos la compostura ante un hecho sin importancia, nada de particular tiene que esa misma conducta se manifieste mas tarde en nuestros hijos.

4. No manifestar, ni siquiera de broma, las preferencias por este o aquel hijo. En ningún hogar debiera existir jamás un hijo o una hija preferida. Todos los hijos son, en cierto modo, igualmente preferidos, porque cada uno de ellos es irrepetible, insustituible y único.

EN RESUMEN...

La educación en la afectividad del niño celoso puede sintetizarse en lo que sigue:

Tratar de hacer de él una persona que sepa querer y que no sea dependiente de los demás, por el afecto que de ellos recibe.

En principio, durante las primeras etapas del desarrollo son dependientes del afecto que de sus padres reciben. Pero si esa dependencia afectiva se prolongase a lo largo de su vida, su personalidad entera sería dependiente, constituyéndose y configurándose de una forma neurótica. Por consiguiente, **al niño hay que educarle para que sepa querer, que es algo muy diferente de depender afectivamente de los demás.**

Un niño madura y aprende a querer:

- A)** Si es capaz de establecer un vínculo afectivo y auténtico con alguien y no condiciona su querer únicamente al hecho de que le quieran.
- B)** Si es capaz de autoestimarse y respetarse a sí mismo, independientemente de que reciba o no afecto continuo de otras personas.
- C)** Si no confunde las discrepancias, desacuerdos y diversas maneras de ser, con manifestaciones de rechazo, animadversión y descalificación personal.
- D)** Si tolera las frustraciones que la convivencia humana comportan, sin que por ello se rompa o destruya la amistad y el afecto que tiene a las otras personas.

Fuentes utilizadas para la elaboración del documento:

- www.mapfre.com (Psicología Infantil)
- www.babycenter.com
- <http://www.guiainfantil.com/libros/cuentos/celos.htm>