

LOS CELOS

ENTRE HERMANOS

Recomendaciones

Podríamos decir que los celos entre hermanos son tan normales que casi deberíamos preocuparnos si no se producen. Los celos son una reacción natural, afloran en los niños independientemente de la edad.

Causas

Fundamentalmente, se trata de la imaginaria y sentida pérdida de afecto, en especial, de la estima de la madre. Suele deberse a la llegada de un hermanito, y la aparente predilección de la madre por él. Son más frecuentes en los primogénitos, cuando hay mucha diferencia de edad entre los hermanos, en niños sobreprotegidos, y en hogares con intensa rivalidad entre los parientes adultos. Los padres debemos preparar a los niños para la llegada del bebé fomentando sobre todo, su autoestima y haciéndole partícipe de todo lo relacionado con la llegada del nuevo miembro de la familia. En definitiva, los padres debemos actuar con cariño, pero con firmeza y sin perder de vista sus criterios educativos. Si durante esta etapa de celos, los padres siguen dedicando el mismo tiempo a su hijo mayor, y ofreciéndole el mismo cariño y afecto que le demostraban antes de nacer el bebé, esos sentimientos acaban por desaparecer.

Manifestaciones

Los niños celosos suelen tener reacciones de hostilidad y agresividad hacia el hermano sobre todo, cuando el bebé no está acompañado. A veces, pueden alternar manifestaciones de excesivo cariño con otras de agresividad. En cuanto a la madre, la hostilidad hacia ella puede manifestarse en forma de desobediencia sistemática, mal humor o frases agresivas. A veces, se observan cambios en la personalidad del niño (aislamiento, hablan poco, o con conductas de regresión e infantilismo tales como solicitar ayuda para comer o para el aseo personal, incontinencia de esfínteres, volver a utilizar chupete etc.). En niños escolarizados podemos observar un rechazo a ir al colegio y abandonar el entorno del hogar en general, incluso para la realización de actividades que son de su agrado.

Actitud de los padres

Existen algunas pautas que debemos tener en cuenta para minimizar en los hijos mayores los efectos de la llegada de un nuevo miembro a la familia:

1. Antes del nacimiento

Los padres deben mostrarse tranquilos, dando la información necesaria en un clima de calma. Hay que evitar el chantaje emocional. Es recomendable que unos meses antes de que nazca el bebé abonemos el terreno y preparemos al hermano mayor para el nacimiento. Hacia el segundo trimestre del embarazo, es bueno hablarles de los cambios que se van a ir produciendo, pero conviene hacerlo con un lenguaje que entiendan y sin saturarles con demasiada información. Si se prevén cambios de habitación, es mejor hacerlos antes del nacimiento. Así, evitaremos que nuestro hijo piense que la llegada del bebé le va desplazar y le quita de su sitio.



2. El nacimiento

No es recomendable llevar al niño fuera de casa los días en torno al nacimiento. De alguna manera, es como advertirle de que quien está llegando lo echa de casa. Si se necesita ayuda, es mejor que un familiar vaya a la casa. Si esto no es posible, y se debe marchar a casa de los abuelos o de otros familiares, es bueno que vuelva a su casa lo antes posible, para estar rodeado de sus juguetes y de todo aquello que le da seguridad. Es deseable que el niño pueda ir al hospital el mismo día del nacimiento para ver al pequeño y a la madre. Además, sería bueno que fuera el padre quien acompañara al niño en esta visita y que se respetaran unos momentos de intimidad, evitando la presencia de terceras personas.

3. La llegada del hermanito a casa

Es recomendable que la vuelta a casa se produzca cuando el niño no esté fuera. Hay que permitirle ver y tocar al pequeño, para así disminuir la ansiedad y la curiosidad. La madre le animará a que la ayude en el cuidado del bebé, pero sin presionarlo. Debe ser como un juego, no como una obligación. Además, debemos no culparle si se equivoca.

4. Primeros días en familia

Es muy importante no aprovechar estos días para hacer cambios en la vida del niño. Intenta seguir pasando tiempo de calidad con tu otro hijo. Si las visitas traen regalos para el recién nacido, no es bueno hacer obsequios “de compensación” al mayor. No deja de ser una manera de premiar los sentimientos de celos: “toma, esto para ti, para que no tengas celos”. Si el niño quiere volver a las costumbres del pequeño (biberón, chupete, etc.), hay que negárselo con firmeza, pero sin darle mayor importancia, sin humillarlo. Debe evitarse el refuerzo de las actitudes regresivas: no deben reírse las “gracias” si estas son una regresión hacia conductas más infantiles. Para evitar este tipo de conductas es recomendable “hacer responsable” al niño de alguna de las actividades de cuidado del recién nacido, por ejemplo: dar la crema después del baño, participar en el cambio de pañal, etc. con el objetivo de formar vínculos de apego del niño hacia su hermano/a recién nacido/a. La ayuda que recibamos del niño para cuidar al bebé debe ser recompensada con halagos y muestras de reconocimiento tanto verbales como materiales.

Siempre debemos tener en cuenta que los niños tienen unas capacidades de comunicación de ajuste social y de expresión emocional que son acordes con su edad y su desarrollo. Y que por tanto, la reacción a la llegada de un nuevo miembro familiar va a estar en parte influenciada por la edad de desarrollo del niño.

Hay que Intenta seguir pasando tiempo de calidad con tu otro hijo o hijos. Explícales que cuando nace un bebé, al principio la rutina de la vida diaria cambia un poco, es más agitada, pero luego todo volverá pronto a la normalidad.

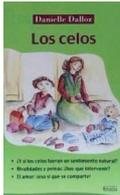


“Es muy difícil dejar de ser el sol para ser una estrella más en el universo”



lecturas recomendadas:

- Para padres:



“Los celos” Danielle Dalloz.
S.A. EIUNSA EDICIONES INTERNACIONALES
UNIVERSITARIAS, 2003.



“Mi hijo tiene celos” Juan Manuel Ortigosa.
PIRÁMIDE, 2008

- Para niños:



“Soy el mayor” Begoña Ibarrola
EDICIONES SM, 2004



“Ha sido el pequeño monstruo” Helen Cooper
JUVENTUD, 1999



Dra. M^a José Torres Ralero
Col: 28 / 56469



Jorge Bueno Gil
Psicólogo
Nº Col: M-22524