



CELOS Y RIVALIDAD ENTRE HERMANOS

INTRODUCCIÓN

La experiencia de tener hermanos es siempre positiva. La relación entre hermanos es beneficiosa para el desarrollo del niño, porque es una experiencia básica de socialización, aprende que no está solo, que no es único; 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 padres. Los celos suelen acompañarse de envidia y resentimiento hacia quien se percibe como rival.

En el niño celoso aparecen sentimientos ambivalentes: por una parte de resentimiento hacia el hermano, 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 se manifiesta en **conflictos y disputas** provocadas por la posesión de objetos, actividades, espacios, privilegios o la atención de los padres.

Es habitual que durante la niñez los hermanos pasen gran parte del tiempo discutiendo y peleándose.

MANIFESTACIONES

1. **Molestar.** Es frecuente que un hermano busque al otro con la intención de molestarle, fastidiarle y provocarle.
2. **La agresión.** El rencor o los sentimientos negativos llevan al niño a agredir al pequeño sin una provocación. A veces, la agresión está solapada: a la vez que abrazan, pellizcan. En ocasiones, los niños 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 hermano mayor suele actuar de “chivato”, 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 padres adopten medidas contra el pequeño.
5. **Cambio de conducta.** El niño 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 padres.** “Yo sigo estando aquí, no me olvidéis”.
2. **Expresar rencor o resentimiento.** Los sentimientos negativos se dirigen hacia el hermano, que es percibido como rival, o hacia los padres como causantes de la situación (ellos han decidido tener otro hijo y a los ojos del niño con celos, prefieren al otro). Las conductas negativas se dirigen sobre todo a la madre: molestar, desobedecer, negarse a cumplir con obligaciones...).
3. **Hacerse la víctima.** De esta manera reprochan a los padres que él sólo 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 padres.** En los niños más mayores, la rivalidad hacia el pequeño es una forma de rivalidad hacia los padres.

La finalidad última del tratamiento de los celos y la rivalidad entre hermanos es dar **seguridad** al niño que se siente celoso, que comprenda que, aunque comparta el amor con el hermano, a él se **le sigue queriendo de manera incondicional**.

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. Adoptar medidas 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. 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.
15. Se debe cortar la agresión. En caso de agresión la intervención debe ser inmediata. Los padres cortarán 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:
 - a. Delatar al /la hermano /a o “chivarse” de sus comportamientos negativos para que los padres adopten medidas con él..
 - b. 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.