

Respetar el espacio de juego e intimidad de cada hijo. Estimular a los hijos para que expresen lo que sienten con libertad y puedan compartir tristezas y alegrías.

Estimular a los hijos y darles seguridad.

¿QUÉ DEBEMOS EVITAR? (en la medida de lo posible):

- Los gritos y las descalificaciones.
- Las atenciones y dedicación excesivas.
- Privilegios a unos hijos frente a otros.
- Comparaciones entre los diferentes hijos.
- Intromisiones en los conflictos de los hijos y tomar partido en ellos (siempre que no haya agresión).
- Atenciones y recompensas al “chivato”.
- Comentarios de vecinos, amigos y familiares haciendo comparaciones de vuestros hijos.
- Un trato irónico, o risa y burla ante conductas inadecuadas.
- Que el hijo mayor deba asumir en todo momento la responsabilidad del cuidado del hermano menor.
- La competitividad entre hermanos.
- Tomar en cuenta las conductas propias de bebé (impropias de la edad).

JUNTA DE EXTREMADURA
CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN CIENCIA Y TECNOLOGÍA
Dirección Provincial de Badajoz
Equipos de Atención Temprana

!!! Mi niño tiene celos de su hermano !!!

Grupo de trabajo EATs - Curso 2003/04
C.P.R. Mérida

EL NIÑO CON CELOS. PAUTAS FAMILIARES.

Los celos son un estado afectivo caracterizado por el miedo a perder o ver reducidos el cariño y la atención de alguien querido. En un sentido estricto, se entiende, como el sentimiento producido por el temor de que la persona amada prefiera a otra; frecuentemente, este sentimiento va acompañado de envidia - resentimiento hacia quien se percibe como rival.

La persona que siente celos percibe la realidad algo distorsionada; considera que es menos querida que antes, parece tener un radar que le trae a la memoria lo que le produce angustia, su autoestima suele ser baja, vive con ansiedad, puede experimentar rechazo a aquello que le produce satisfacción, le cuesta centrarse en actividades que exigen concentración, o se aísla en su mundo. Suelen ser personas sensibles, y esta sensibilidad puede dar lugar a manifestaciones orgánicas como: tensión muscular, dolor de estómago, cansancio, se hace pis (enuresis diurna o nocturna)... Pueden experimentar sentimiento de rechazo hacia el otro hermano, deseos de agredirle y esto hace que se sientan culpables, lo que a su vez incrementa su sufrimiento. Es como un círculo vicioso que eleva su ansiedad y le impide afrontar la vida con serenidad.

En la familia, la rivalidad entre los hermanos 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 sentimiento relativamente normal que hay que superar y no tienen importancia si son circunstanciales y pasajeros, aunque hemos de prestarles atención cuando alteren la convivencia y el desarrollo normal del niño o sean persistentes y no remitan pasados los cinco años de edad.

Si se perpetúan pueden conducir a un desarrollo anómalo de la personalidad, apareciendo síntomas muy diversos, como agresividad incontrolada, manifiesta inseguridad, regresión y desajuste en las relaciones interpersonales (desconfianza, terquedad y envidia)

¿CÓMO AYUDAR A LOS HIJOS ANTE EL NACIMIENTO DE UN NUEVO HERMANO?

¿QUÉ DEBEMOS HACER?

Procurar realizar las conductas que exponemos a continuación:

Fomentar la cooperación entre los hermanos. (en las tareas de la casa, recados, en situaciones de juego ..)

Observar y reflexionar sobre las conductas celosas de nuestros hijos y reaccionar sin darles excesiva importancia.

Tratar con afecto y atención frecuentes a tus hijos para que perciban que son queridos.

Favorecer el juego con todos los hijos (para lograr una mayor armonía entre los hermanos).

Promover un clima de sosiego y tranquilidad en todos los momentos posibles.

Analizar entre los adultos las causas posibles de los celos y las distintas soluciones. Educar a los hijos en el control de sus emociones: aprender a soportar pequeñas frustraciones, alegrarse del éxito de los demás, responder con tranquilidad ante situaciones adversas, enseñarle a aceptar sus incapacidades y dificultades con optimismo.

Respetar la autoridad de los padres y admitir los límites establecidos en la familia. Conseguir que se acepten las normas de casa de forma democrática. Resulta necesario conseguir que se respeten aquellas normas que la unidad familiar estime. La familia ante los celos infantiles: Pautas y orientaciones imprescindibles. No obstante, si algún hijo se rebela, conviene que los padres expliciten los límites de la convivencia familiar.