

Los celos infantiles

Fco. Javier de Santiago / Montfrague García

¿Qué son?

¿Cuáles son las conductas normales en los niños y cuáles no?

Algunos consejos prácticos para evitar los celos infantiles

Un gran motivo de preocupación al que se enfrentan la mayoría de los padres ante la llegada de un nuevo hijo, es cómo se lo va a tomar el hermano que, hasta ese momento, ha sido el pequeño de la casa, el rey de los mimos y las carantoñas.

Con frecuencia, los padres no logran diferenciar con claridad si las conductas que aparecen en el hijo mayor son normales o no; si existen celos ante el bebé o simplemente se ajusta a su nuevo papel de hermano mayor. Para ello deberemos conocer primero qué es el *conflicto fraterno* o *los celos infantiles*.

Se llama así a la rivalidad que surge entre hermanos a edades tempranas, y que se manifiesta en conductas conflictivas como la pugna de ambos por el cariño y los cuidados de los padres intentando centrarlas exclusivamente en él mismo. Podría resumirse como un *no querer perder su terreno afectivo frente al otro*.

De todos modos, es conveniente resaltar que un nivel moderado de celos son benéficos y normales en edades infantiles, pues son una forma de que el niño encuentre su propio espacio, de valorarse y autoafirmarse frente a los demás.

La psicología encuentra y explica el origen de los celos infantiles en el temor al desplazamiento afectivo y social, del que gozaba antes el niño, por un rival (que en ocasiones y situaciones específicas pueden aflorar ante los compañeros de aula, los amigos, etc.).

Sería también interesante y conveniente distinguir la conducta anormal, celos infantiles, de la normal, diferenciando entre tres conductas afines y que en circunstancias pueden asemejarse. Nos referimos a los celos, a la rivalidad y a la fantasía familiar novelesca.

- **Los celos.** Generalmente comienzan durante los meses siguientes al nacimiento del nuevo hermano, sobre todo en el cronológicamente inmediato. Su objeto es el temor a no ser tan querido como lo podía ser antes de la llegada del bebé, con o sin causa justificada. En muchas ocasiones el niño suele preguntar a los padres o a las personas de su entorno familiar si al él también le van a querer tanto como a su hermanito pequeño; o, cuando sus miedos pasan a mayores, puede que incluso muestre reacciones agresivas, verbales o de acto, hacia el otro.



• **La rivalidad.** Suele aparecer a edades muy tempranas. El objeto es demostrar su superioridad frente a los demás niños o hermanos, y así llamar la atención del adulto (padres, maestros). Con ello se siente con más confianza en sí mismo y, como no, admirado por los demás: "Soy quien más deprisa come, quien mejor hace las cosas. Mi hermano lo hace peor que yo". Conductas que, indirectamente, pueden estar siendo favorecidas por el entorno familiar cuando se le ríe la gracia.

• **La fantasía familiar novelesca.** Es una circunstancia que suele aparecer hacia los ocho años, cuando el niño centra su interés en definir su lugar en la familia y su relación con los otros miembros de ella. Son frecuentes las fantasías de haber sido adoptado, de no ser hijo ni hermano de la familia a la que pertenece, de la omnipotencia económica, del orgullo de la casta familiar. En resumen, crear-se todo un mundo a su alrededor respecto a su origen.

«Cada caso debe ser entendido según sus propias circunstancias. No contamos con una familia prototipo»

Todavía no hay datos concluyentes sobre el porqué de las relaciones problemáticas entre hermanos. Los estudios realizados no han encontrado argumentos fiables y firmes que sirvan para generalizar desde las diferentes situaciones en las familias. Esto se debe a que hay un amplio margen en cuanto a las diferencias individuales entre parejas de hermanos (nivel de amistad, hostilidad, dominación),



ya que en ese tipo de conductas influye mucho la diferencia de edad, los temperamentos, las conductas paternas hacia los diferentes hijos, etc. Lo que dificulta la extrapolación de situaciones y circunstancias de unas familias a otras. Por tanto, debemos tener siempre en cuenta que cada caso debe ser entendido según sus propias circunstancias y peculiaridades. No contamos con una familia prototipo a la que podamos tener como referente de cómo deben ser el resto.

Centrándonos en el conflicto fraterno provocado por los celos ante un nuevo hermano, es frecuente, en la mayoría de los casos, que se produzca una alteración emocional de carácter leve y pasajera observándose en conductas tales como:

1.- Intentos de captar la atención y el afecto exclusivo de los padres con conductas incluso fingidas (malestar, dolores, falta de apetito) logrando toda una *simulación rosa* (cfr. nº 230).

2.- Regresiones a etapas evolutivas ya superadas, como volver a hacerse pis durante el día, mojar la cama cuando ya se había logrado su control, hablar como un niño pequeño, chuparse el dedo.

3.- Imitaciones del bebé en las actividades que requieren la atención de los progenitores como, por ejemplo, refunfuñar a la hora de la comida para que le corten la carne o le den la sopa como se le da la papilla a su hermano, pedir que le vistan cuando ya lo sabía hacer por sí mismo.

4.- Búsqueda de la atención de los padres en el momento de ir a la cama, generalmente deseando compartir el lecho y el dormitorio conyugal (donde, por lo general, se encuentra el bebé) pretextando que tiene miedo de estar sólo u otro tipo de argucias infantiles.

5.- Rechazo a compartir objetos (juguetes, ropa), e, incluso, el tiempo con su hermano más pequeño.

6.- Comportamientos negativistas, rabietas desproporcionadas, desasosiegos y tristezas que pueden expresarse a través del aislamiento respecto al entorno familiar; no querer comer, dormir mal.



Esta situación, en la que se debate entre el cariño o el rechazo hacia su hermano, puede ser tan fuerte para el mayor, que en algunos casos pudiera originar una depresión infantil. Dicha depresión se consolida aún más alrededor de los 8 años, que es cuando surge el sentido de lo correcto e incorrecto hacia los demás y hacia sí mismo (conciencia moral), ya que anteriormente tan sólo entendía de sus emociones y sus sentimientos en cada situación.

El niño no admite, porque le resulta intolerable, ese sentimiento agresivo que tiene hacia el hermano menor y siente, de forma inconsciente, la necesidad de ser castigado. Al no recibir dicho castigo se autopenaliza con conductas de carácter melancólico, no se permite ser feliz porque sabe que es malo por no querer a su hermanito. En la mayoría de los casos, la solución a esta situación es que pueda hablar y analizar objetivamente con sus padres sus sentimientos, que caiga en la cuenta de que él es muy importante por sí mismo, que ahora tiene que compartir el tiempo y las atenciones con su hermano. Pero que también tendrá ventajas: tendrá un compañero de juegos, será

él el responsable de tareas sencillas frente al hermano.

7. Por último, la conducta que puede aparecer en los casos más graves, la agresividad, tanto la física como la que no lo es: pegar al hermano pequeño, golpearle con los juguetes, insultarle, etc. Dependerá de su grado y persistencia el que puedan llegar a ser serios problemas psicosociales y familiares pues, en el fondo, la intención del hermano es hacer desaparecer al otro.

Consejos prácticos para evitar los celos en edades tempranas

La prevención es el mejor remedio. Por lo tanto, sería muy deseable que ya, desde la concepción del nuevo hijo, los padres empezaran a trabajar educativamente con los otros, preparándoles para el nacimiento del nuevo hermano desde el inicio del embarazo. Es siempre aconsejable que sean informados con antelación de la llegada del nuevo hermanito y no cuando el embarazo de la madre esté muy avanzado.

Quizás una de las conductas más erróneas, que debemos evitar, es silenciar este acontecimiento familiar tan importante hasta los últimos meses o incluso hasta la llegada del bebé a casa. La información más veraz sobre cómo será realmente su nuevo hermano también es un punto importante a destacar, ver juntos revistas de bebés (con recién nacidos o en los primeros años) evita que cuando éste llegue a casa la desilusión sea atroz. Expresiones como "es muy feo", "no sabe jugar conmigo", "sólo sabe llorar" o "yo pensaba que iba a ser un niño como yo", son pruebas evidentes del rechazo hacia el hermano por

que no cumple las expectativas que éste se había creado acerca del bebé.

«La mejor medida preventiva es hacerles sentirse queridos por sus padres como siempre lo han sido»

Lo más importante y la mejor medida preventiva para los posibles problemas es hacerles sentirse queridos por sus padres como

siempre lo han sido, y que ahora son aún más valiosos porque van a tener un nuevo hermano del que todos podrán sentirse orgullosos. Cambiar el "no molestes a tu hermano que está dormido" por el "vamos a ver cómo duerme y después jugamos juntos tu y yo, y si se despierta jugaremos los tres".

Otro punto importante es la colaboración de todos los integrantes de la familia en las nuevas responsabilidades, como son la preparación de la canastilla, de la ropa del bebé, los proyectos nuevos en la casa, etc.

Se debe preparar con antelación y sin sorpresas con quién se que-

dará el hijo mayor el día del parto, pues podría ser vivido por él como algo traumático al ver que su madre se siente totalmente indispuesta. Evitar en lo posible un ambiente de nerviosismo y prisas exageradas, y desde luego no dejarle sólo en casa. Esta potenciaría la idea de que su nuevo hermano llega al mundo molestando a toda la familia y desplazándole a él de una manera evidente.

Tampoco vemos oportuno que el niño acuda inmediatamente a la clínica para ver a su mamá y a su hermano recién nacido. El motivo se fundamenta en el impacto que puede causarle ver a su madre demacrada, con ojeras y en una cama de hospital; de forma implícita lo puede ver como una agresión del bebé hacia su madre. El momento lo vivirá como: "encima que me quitas la atención que yo tenía, fíjate como has dejado a mi mamá. Tu no eres tan bueno como me han dicho". Lo aconsejable sería ver a su madre lo más

restablecida posible, y a su nuevo hermano en la cuna, al tiempo que se puede colocar un regalo en ella para hacerle ver que el bebé viene en son de paz y le muestra su cariño.

Otra precaución es no gritarle o asustarle ante cualquier intento de aproximación al hermanito, como decirle en tono aterrizado "¡cuidado con tu hermanito!". El hijo mayor debe tener en cuenta que el bebé no es un juguete, pero el colocarlo en una urna infranqueable, como puede ser la cuna o el dormitorio paterno, le da el valor de lo prohibido e intocable con lo que se potencia la idea de que "el bebé vale más que tú".

Convendrá, por tanto, reforzar su *status de hermano mayor*, no sólo de palabra sino también en las tareas simples del cuidado (como, por ejemplo, que vaya a ver si está despierto o dormido en la cuna, si hace frío o calor en la habitación)

con las correspondientes grafificaciones afectivas por encima de chantajes o compras materiales. Le hará sentirse importante respecto al nuevo hermano. Y, desde luego, evitar en su presencia cualquier tema de conversación que se centre única y exclusivamente en el bebé.

Utilizar todo lo posible la expresión de sus sentimientos de forma abierta será la mejor forma de plantear la llegada del nuevo hermano. Es decir, no es malo que sienta y exprese verbalmente con los padres su agresividad hacia su nuevo hermano, tiene derecho a sentirlo y a verbalizarlo y así se evitará que pase a la acción. Es el desahogo canalizado de sus emociones y sentimientos sin una agresión de hecho hacia el bebé. Si al mismo tiempo los padres logran hacerle sentir que su cariño por él, lejos de dividirse, se ha multiplicado, darán un paso importante para evitar los celos infantiles. ■



desclée

Henao, 6-3º
48009 BILBAO
Tfno. (94) 424 68 43
Fax.: (94) 423 75 94

Nueva Colección:

Aprender a

La formación del profesorado en educación en valores. Propuesta y materiales.

M^{ra}. Rosa Buxarraís

Educación en valores para una sociedad abierta y plural: Aproximación conceptual.

Montserrat Payá

Programas de educación intercultural.

Auxiliadora Sales - Rafaela García



Educación en Valores