

Proyecto DEI
ANÁ MARÍA SERRANO

Un nuevo hermanito

La llegada de un bebé al hogar implica todo un reajuste familiar. Es necesario prever esto y preparar al(los) hermanito(s) mayor(es). La preparación será en cuanto avisos y ajuste de expectativas para suavizar el cambio. Será muy diferente la manera de preparar a un hermanito de 1 a 2 años y medio, que a un preescolar de 3 a 7 años. Para cada edad se requiere la consideración de ciertos aspectos de desarrollo y de mentalidad.

Actualmente, sabemos que nuestros hijos tendrán uno o dos hermanos y realmente nos interesa que su relación sea lo más armoniosa posible, dentro de lo que sus temperamentos lo permitan. Anteriormente nadie «preparaba» a los niños a la llegada de sus hermanitos, sin embargo, se daban dinámicas muy distintas. La distancia tendía a ser mínima de un hermano al siguiente, había más apoyo de la familia extensa para conservar el entorno intacto a los hermanos y los celos (viejos como la historia) se diluían entre varios hermanos.

Para prepararnos mejor, hay varios aspectos que podemos analizar:

1.º CAMBIOS CONSECUTIVOS AL NACIMIENTO.

El niño vivencia un cambio de actitud hacia él con la llegada del nuevo hermanito. Por más cuidado que pongamos en que esto no suceda. Hay un período de reajuste del tiempo, convivencia y atención a los distintos miembros de la familia. «Ya no me quieren, o me quieren menos». Su razonamiento, todavía inmaduro asocia eventos que ocurren simultáneamente como si uno fuera causa del otro (razonamiento transductivo infantil). Su asociación es muy sencilla y hasta cierto punto lógica: «Me atienden de manera diferente, a este bebé le dan todos los cuidados, es necesario mostrar sus características para que me atiendan o para recuperar mi lugar». Es pues lógico que muestren regresiones: Si ya caminaban, gatean, si ya controlaban esfínteres, lo dejan de hacer, si ya hablaban bien, tienden a hablar menos bien o sencillamente a balbucear, etc.

A veces es muy sutil, pero lo que antes hubiera sido tolerado o pasado desapercibido,



ahora, con la presencia de un nuevo bebé nos deja de parecer gracioso o «propio» de un niño grande.

Hagamos un ejercicio de observación:

Miremos a familias que paseen por lugares públicos con un nuevo «miembro» y con un «hermanito mayor». (A veces, el hermanito mayor es realmente un bebé de 11 meses).

—¿Que actitud observan en los papás?

—¿Con qué palabras se dirigen al mayor?

—¿Cómo se organizan para atender a los dos?

Desde luego, hay excepciones, pero normalmente la familia está aprendiendo a cuidar a un bebé nuevo. Esto tiende a reflejarse en un cambio de trato hacia el «grande». No hay tanta tolerancia hacia él como lo habría antes que era el «único». Frases como —cállate, ya estás grande, estate quieto, etcétera— pueden pasar desapercibidas por nosotros. PERO CIERTAMENTE NO POR EL NIÑO.

Todo este cuadro es empeorado con las conductas regresivas que muestra el «mayor» como consecuencia y que tienden a desesperar aún más al adulto cuidador.

2.º A pesar de todo esto, EVENTUALMENTE AL NIÑO LE HACE MUCHO BIEN LA PRESENCIA DE UN HERMANO (A). Con un hermanito, recibe una lección vivenciada de que NO ES EL CENTRO DEL UNIVERSO. Esta penosa pero importante lección va siendo asimilada de manera cotidiana. Los papás de niños únicos necesitan transmitir este mensaje con más esfuerzo de su parte. El que el niño descubra que no es el centro del universo, es básico para la convivencia social y para procesos mentales de objetivación. Un hermanito, enseña que hay que compartir, y también que hay que luchar porque se respete un espacio vital, así como la competencia y la rivalidad natural entre iguales. —Así es la vida—

Lo ideal sería prepararnos todos para que la experiencia sea lo más positiva posible.

Tocaremos varios puntos:

a) Sentimientos del niño antes y después del nacimiento (Los celos)

Me permito en este punto, tomar un argumento muy convincente que maneja Penne-

lope Leach. Imagínese que su pareja les anuncia: «Me gustas tanto que quiero otra(s) como tú. Con allardé) no compartirás mi tiempo, mi atención y tus cosas». «Vas a enseñarle la rutina de casa y la(o) vas a ayudar en todo pues tú ya tienes más experiencia».

Obviamente uno no siente la necesidad de «otra(o)» esposa(o) conviviendo en casa con la (ful) cual compartir tantas cosas tan entrañables.

Tampoco el niño mayor

El no siente la necesidad de un hermanito. Su situación actual es IDEAL. Su egocentrismo totalmente satisfecho con una pareja de papás que lo cuidan y atienden. Sencillamente no se puede imaginar esa «situación».

Según Leach: **NO ESPEREMOS** pues que el niño comparta anticipadamente nuestros deseos de un nuevo miembro.

Más bien debemos prepararlo a que sea lo más tolerable posible a corto plazo y desde luego extraer los aspectos positivos en el mediano plazo.

Por otro lado, es muy sano hacernos a la idea de que los «celos» son normales y por lo tanto, a esperarlos en mayor o menor medida.

«Clímax de los celos» ¿cuándo?

Es un mito el que los celos estén en su máximo apogeo a la llegada del hospital y de ahí en adelante en descenso. En realidad los celos SON CICLICOS y no sorprenden recurrentemente cuando menos nos lo esperamos. La razón es que son más agudos en función de «LA SOMBRA» que le hacen al niño (de la necesidad de desplazar). Es decir, podemos esperar muchos celos al principio por todo el ajuste familiar, después, quizá se reduzcan, cuando constata que el bebé «no sabe» hacer muchas cosas que él sí sabe, que duerme mucho, que finalmente sus papás le dedican tiempos importantes, etc. Sin embargo, cuando ese pequeño invasor empieza a hacer sus gracias y a tobar corazones, hay otros destrozados. Si le platicamos que él empezó a hablar muy pronto y para su desgracia el segundo bebé también, puede ser trágico ya que ve «tambalearse» su posición relativa.

De los 10 a los 24 meses del invasor, suele haber graves «ataques» de celos ya que los bebés son sumamente graciosos y por lo mismo quitan mucho la atención del público en el mayor.

Realmente no hay ley. Todo depende del balance de temperamentos entre los dos (o más niños) y como dijimos, de la necesidad que estén desplazando.

Un niño celoso a cualquier edad, tiende a «arrebatar» la atención y a portarse mal. Desde luego, no debemos pasar por alto la conducta negativa por «compensación» pues haremos todavía más infeliz al niño grande. Lo debemos reprimir, pero paralelamente debemos «LEER» su tristeza y dedicarle un ratito de juegos «incondicionales» o de atención especial. Cuida papá (o mamá) sabe cómo decir con palabras no verbales «ME IMPORTAS».

Nuria González (escritora de cuentos infantiles) tiene un bellísimo librito que se llama «Y Rafa se vuelve invisible» (Libros del Rincón SEP). Este libro describe cómo mágicamente Rafa se vuelve invisible al nacer una hermana. Desde luego simbolizando su sentimiento. Sufre mucho con esto pero logra reaparecer con un acto de cariño de su papá.

Los celos no son racionales, son viscerales, no podemos convencer a un niño de que nos importa y de que lo queremos con palabras, sino con afecto y con vivencias. Guardando la convicción de que por más que hagamos: **NO SE IRAN** por un lado y que por otro, los niños aprenden mucho de los hermanos.

No hacer comparaciones, cada niño es distinto (Leach)

Cada niño(a) es un milagro, producto de millones de probabilidades genéticas en juego. Por lo mismo, no es comparable.

Nos salta a la vista el punto de que «hay que evitar calificativos lo más posible» y darle a entender al niño que son muy diferentes y que a cada uno se le quiere y acepta tal cual es, muchas veces calificamos o valoramos a los niños de manera implícita, acicando rivalidades innecesarias.

Esta actitud, a cualquier edad es muy importante evitarla. (Revisemos a algunas familias que no han podido liberar a cada uno de los hermanos de calificativos que se pueden llegar a convertir en «prisioneros».

b) Estrategias de preparación al nuevo hermanito

Cualquiera que sea la edad del hermano mayor, se le debe preparar en varios aspectos:

a) Que le quede clara su situación durante el nacimiento (dónde va a dormir, quién va a ir por él a la escuela, quién le va a dar de comer, etc.)

b) Qué esperar del hermanito. **NO DECIRLE: VAS A TENER UN HERMANITO QUE VA A JUGAR CONTIGO PORQUE VISUALIZARA A UN NIÑO DE SU EDAD, QUE JUEGA EXACTAMENTE A LO MISMO.** Sufren una gran desilusión al constatar que en vez de ese compañerito atrevido un hulto rojo, llorón, demandante, etc.

c) Tratar de que su rutina y cuidados básicos queden intactos.

d) Destinarle ratos a hacer actividades «de grandes».

e) Incluirla en la rutina (no ahuyentarlo).

f) Verbalizarle: «el bebé no sabe esperar». Yo sé que es injusto pero él no puede entender si le digo «espérame» (Leach).

g) «Memoria blanca» «Le gustas» Mira cómo te ve...

Según Leach a todos nos gusta —gustar— si el niño siente que le simpatiza a su hermanito, podrá aceptarlo con más facilidad. Y de hecho al bebé le llamará enormemente la atención la carita de su hermanito así como su voz aguda.

h) Cuidar al menor de ser agredido por el mayor, pues el hermano grande se sentirá



muy culpable si encuentra la ocasión de dar rienda suelta a sus sentimientos.

i) Platicarle de cuando él era bebé, que recibía los mismos cuidados y atenciones que ahora recibe su hermanito. Inclusive enseñarle fotos de estas escenas.

j) En algunas ocasiones sirve que el hermanito tenga un bebé y juegue y saque con él sus sentimientos. De manera paralela al cuidado que recibe por parte de su mamá.

k) Ver con naturalidad cierta «regresión». Desde luego no premiarla ni favorecerla. Tratar de que en la casa valga más la pena ser grande que ser bebé. Si el hermanito insiste y muestra estas conductas con frecuencia. Se le puede suavemente hacer cumplir las consecuencias de ser bebé (perder privilegios como dormirse más tarde, etc.)

Estos consejos son útiles para cualquier edad, sin embargo será muy diferente la puesta en práctica con un «hermanito» de 1 a 2 años y medio. O un «hermanito» de 3 a 6 o 7 años.

a) Preparación de hermanitos de 1 a 2 años y medio

Realmente no hay separación ideal entre un hermano y el siguiente, cada uno, tiene sus beneficios y sus complicaciones específicas. Cuando los niños son muy seguiditos tenemos el beneficio de que el «reino» no ha sido muy largo y por lo mismo, no les duele tanto el desplazamiento. Sin embargo, en estos casos, el hermanito mayor suele estar atravesando por una etapa normal en el desarrollo que es «la Mamitis» o «ansiedad de separación» y «miedo al extraño» lo cual imprime ciertas dificultades de estrategia y de preparación para con la crutina.

Hablaremos brevemente de esta etapa para luego poder visualizar la estrategia de preparación.

De los 8 a los 24 ó 30 meses, ansiedad de separación (mamitis)

Un bebé de 8 meses ya ha constatado mediante su experiencia diaria que sus cuidados y atención se derivan de una persona o personas y dependen de un contexto, una rutina y un panorama visual. Esto hace que manifiesten conductas de apego a personas importantes para ellos, a objetos y a lugares. Por otro lado, su mente no está lo suficientemente madura como para poder predecir qué será de él si esta rutina y/o personas cambian. Su idea de tiempo y permanencia del objeto son muy pobres. Es por eso que lloran tanto cuando su mamá, papá o cuidador impregnante los deja, como sintiendo que nada garantiza su regreso. Es una etapa un poco incómoda pues aparentemente no nos podemos separar de los

niños. Sin embargo la incomodidad se compensa con el hecho de que los niños ya demuestran que han dado un paso muy importante: Han establecido un lazo afectivo con alguien que nutrirá su personalidad por toda la vida.

En esta etapa no se trata de cargarnos a los niños con un rebozo, sino de:

1) Avisarles cuando nos vamos o cuando va a haber un cambio en su rutina, enfatizando mucho nuestro regreso.

2) Procurar que cuando los dejamos sean personas y/o lugares conocidos.

De no ser así, irles dando la oportunidad para que se vayan familiarizando con las personas y o lugares alternativos, con nuestra ayuda, apoyo y aviso.

En medio de esto aterriza el otro bebé. ¿Cómo prepararlo?

a) Avisos

A partir de los 10 meses el bebé empieza a interesarse y a saber interpretar imágenes de cosas conocidas. Esto puede ser un enorme recurso explicativo.

El bebé empieza a reconocer y a relacionar fotografías y escenas de gente y lugares conocidos. De esta forma podremos platicarle —con imágenes— dónde y con quién se va a quedar cuando nos vayamos al hospital, qué rutina va a tener con este cuidador alternativo (vas a jugar en tu tina, vas a bañar al oso...). También con imágenes podemos platicarle de nuestro regreso, de nuestra llegada a casa con un bebé «florón» y que no sabe esperar, etc., etc. Estas imágenes pueden ser fotos con los «artistas reales» en escena, tomadas con intención. También pueden ser fotos de revistas o las manejadas por la «Enciclopedia del Preescolar» jugar y aprender Ed. Altea.

Si el pequeño está muy acostumbrado a quedarse en situaciones parecidas con este cuidador alternativo, es más sencilla la explicación.

Mientras más pequeños sean los niños más realistas y cercanos a su experiencia deben ser las imágenes para que realmente le sirvan.

Por otro lado, se debe prever y explicar al niño los cuidados que tendrá mientras la mamá está en el hospital. En dónde va a dormir, quién le va a dar de comer, etc.

Otra posibilidad explicativa que se abre a pequeños de esta edad, es el manejo de animalitos de «lo representen».

Un pequeño teatro: «pantomima recurrente». Es decir, con un osito, o historia varias veces, reproducir con mímica y gesto, lo que va a vivir. «Capitán el oso, va a tener un hermanito y su mamá se va a ir al hospital. Al principio Capitán se queda triste, pero viene su abuelita, la gran osa y la consuela, le trae unas gallinitas y se lo lleva a jugar (procurar que suceda lo que se le promete).

Después de varios dormidos llega la mamá sola con un osito muy florón — ¿cómo crees que llora? — que sólo come y duerme y que le gusta mucho su hermanito Capitán...»

Esta mímica realizada varias veces, puede ir preparando al niño.

Esto ayudará enormemente a todos. Mientras más conocido sea el entorno en el cual lo dejamos, con sus cosas queridas, más fácil será este periodo.

Si sabemos exactamente la fecha (por cesárea programada o bien por inducción del parto programado), le podemos hacer un gran calendario gráfico en el cual le dibujemos las escenas marcando día y «dormidos» que faltan, con elementos de su rutina que vaya reconociendo y finalmente con los días que estará separado de su mamá, terminando en el día en que llegarán del hospital de nuevo a la casa.

Podría ayudar si visita de antemano un cuerno y le decimos que así será su hermanito para que sepa a qué se atiene.

b) La edad preescolar

Un niño en edad preescolar (3 a 6 ó 7 años, requiere en esencia de lo mismo, pero los recursos serán adaptados a su edad. Desde luego él ya no muestra «mamitis» o «ansiedad de separación». Por lo tanto no nos tendremos que molestar con hacerle el «teatrito» o la «pantomima» repetitiva, ni tomar fotos expresamente para explicarle.

En este caso, también se puede explicar con imágenes.

La Enciclopedia del Preescolar maneja tres láminas de imágenes excelentes para ser utilizadas. Son láminas —escenas grandes, realistas y a colores, en donde aparecen: Señoras embarazadas en un consultorio, acompañadas de sus preescolares y con láminas y gráficas en la pared. Otra con la familia llegando del hospital con el nuevo bebé, los regalos, la abuela, etc. Y otra con los cuidados que habrá hacia el bebé y la participación del preescolar.

El niño preescolar se beneficia mucho también de explicaciones verbales, de visitas a cuernos, etc.

La idea del calendario temporal gráfico, incluso es más apropiado para niños preescolares pues tienen más posibilidades de interpretación. En esencia buscamos que el niño prepare recursos adaptativos y por lo mismo se ajuste y extraiga lo positivo de la experiencia.

En este caso, el recurso del muñequito que será «su bebé» también puede ayudar.

A veces ayuda también el que haya un «regalito». Hay que cuidar la frase que decimos: «Te queremos tanto que tus papás te felicitan por tu nuevo bebé y aquí está tu regalito». En vez de «tu hermanito te trajo esto».



CURSOS CEMEDETE

DIAS 8 - 13 JULIO 1991

LOGOPEDIA
Ed. PREESCOLAR
FRACASO ESCOLAR
ESTRES Y SOFROLOGIA
ORGANIZACION ESCOLAR
Ed. ESPECIAL (Down)
JUGUETE Y PRETECNOLOGIA

Información y programas, tfno: 93 - 2188012
 - 2183867
 2182838

BARCELONA - 91

Un preescolar se quedó con esta frase totalmente confundido y dijo: «Mamá ¿pero cómo te cupo el tren en la panza?»

c) El hermano y el lazo afectivo

El lazo afectivo se fortalece y facilita con el contacto físico de los primeros días de vida de los bebés. Budín, que fue el creador de la incubadora, mencionó que cuando se separaba a la mamá del bebé por un período largo de recién nacido, esto entorpecía al interés y a la disponibilidad de la mamá hacia el bebé (desde luego se podía compensar pero con un esfuerzo decidido de la mamá).

Muchas veces entorpecemos el potencial lazo afectivo entre hermanos al limitar al hermano el «tocar» a su bebé. Quisiéramos que se esfumara y con esto estamos dificultando quizá lo que por otro lado deseamos intensamente: Que se fortalezca el lazo afectivo entre los hermanos. Estos datos nos invitan a que los hermanitos puedan (desde luego con manitas limpias) tocar, ayudar a bañar, masajear, etc. a sus bebés.

d) El hermano como fuente de estimulación

Aun sin nuestra ayuda intencionada. Un hermanito es una increíble fuente de estimu-

lación. Por su voz aguda, por su carita, por lo que eventualmente le enseñará, por algo se le nota a los «segundos» la presencia de los hermanos.

Hay algunos niños que disfrutan mucho el poder manejar y usar información. Con estos preescolares y escolares podemos: Ofrecer información acerca del desarrollo mensual, abriéndoles la oportunidad de involucrarse y participar.

Por ejemplo:
 1.º mes. Tu bebé se interesa mucho en caras, colores azul y rojo y le gusta la voz aguda, como la tuya, mucho más que la de la gente grande. No me vas a creer, pero hay mucha gente que no sabe que ven tan bien. Ven de muy cerquita. Vamos a hacer la prueba.

A tu bebé le encanta que lo mezamos despacio con canciones y música y además le gusta el masajito.

Le podemos hacer una fichita gráfica por mes, para que él lo vaya manejando.

Niños más grandes pueden ser expuestos a cuentos fantásticos que manejen «celos» o «pérdida de algún paraíso» desde luego con un final feliz. Según Bettelheim esto ayudará al pequeño a sacar sus ambivalencias y sentimientos negativos en el cuento que castiga a los malos. Conservando intacta su autoestima y recibiendo energía para encaminar y ordenar sus sentimientos. Lidiando mejor con la realidad. Desde luego los cuentos no so-

lucionan el problema, pero dan energía afectiva (*).

Tanto lo que mencionamos como preparación al bebé, como al niño preescolar, parecerá excesivo para algunos niños y poco para otros.

Sin embargo, el mensaje principal prevalece: —LOS NIÑOS NECESITAN PREPARACION— Y TAMBIEN RECIBIR EL MENSAJE:

«Sigue siendo muy importante para nosotros».

Cada familia pensará qué hacer. Tratando de evitar:

- a) El desatenderlo drásticamente.
- b) El calificarlo, especialmente con calificativos negativos.
- c) El quitar repentinamente privilegios.
- d) El no permitir que se relacione con su bebé.

No nos asombremos si en estos casos, crecen los hermanos con una gran rivalidad.

Actualmente sabemos que nuestros hijos tendrán uno o dos hermanos y realmente nos interesa que su relación sea lo más armoniosa posible dentro de lo que sus temperamentos lo permitan. Anteriormente nadie «preparaba» a los niños pues la distancia tendía a ser mínima y la posibilidad de celos se diluía entre varios niños.

A continuación te ofrecemos un listado a manera de resumen para que guíes tus actividades:

ACTIVIDAD	1 A 2 Y MEDIO	PREESCOLAR
Aviso: Es donde va a dormir, quién lo va a cuidar, etc.	Fotos, cuidando muy bien que el cuidador sea conocido, imágenes; pantomima con «ositos» y calendario grande si es necesario.	Aviso verbal y con imágenes, calendario gráfico
Qué esperar del hermanito	Descripción, fotos, visitas a hospitales, evitar el «va a jugar contigo»	
Rutina y cuidados	Cuidar que queden lo más intacto posibles. Evitar la coincidencia con la entrada al kinder por primera vez.	
Destinar ratitos a actividades de «grandes»	El papá puede ayudar mucho (Leach).	
Incluirlo en la rutina (No abrumarlo)	Dejar que toque y carguen a su bebé. Verbalizarles cómo «le gustan» a su bebé, permitir que lo estimulen CON VIGILANCIA para evitar que lo lastimen.	
	Que manejen un muñequito y le hagan la misma rutina.	Manejo de información básica: Fichas gráficas para el preescolar describiendo logros y estímulos por mes.
Verbalizarle: «el bebé no sabe esperar» (Leach) —Yo sé que sientes que es injusto, pero tú sí sabes esperar y hacer otras cosas interesantes de niño más grande—	Verbalización y apoyo con pequeñas historias de animalitos en situaciones similares.	Cuentos fantásticos con elementos como: buenos, malos, celos, luchas, final claro y muy feliz.
También consejo de Leach: Decirle la «mentira blanca» «Mira cómo le gustas» —A todos nos gusta: «gustar»—. Y se sentirá muy halagado con esta distinción	Focalizar cómo el bebé se interesa con su cara y con su voz (que de hecho será cierto).	
Cuidar al menor de ser agredido		
Platicarle de cuando él era bebé y recibía los mismos cuidados		
Enseñarle fotos y expresar la emoción de cuando nació		
Ver con naturalidad una cierta regresión. Sin embargo no premiarla. Que valga más la pena ser grande.		
«Regalito» de festejo que tuvo un bebé		

(*) Desde luego al niño no se le platica por qué le está sirviendo un cuento fantástico; simplemente observamos que le gusta, se aficiona, pide que se lo contemos otra vez y dejamos calladamente que suene su efecto alivador.

BIBLIOGRAFÍA:

-SU BEBÉ Y SU NIÑO- PENELOPE LEACH ED. KNOFF
 -EL NIÑO FELIZ- DOROTHY BRIGGS
 -YOUR CHILD'S MIND- HERMAN ROIPHE M.D. ANNE ROIPHE ED. KNOFF
 -ENCICLOPEDIA DEL PREESCOLAR. JUGAR Y APRENDER- ED. ALTEA
 -Y RAFA SE VUELVE INVISIBLE- NURIA GONZALEZ, CUENTOS DEL RINCON SEP
 -PSICOANÁLISIS DE LOS CUENTOS DE HADAS- BRUNO BETTELHEIM
 -FATHERS AND INFANTS CLASS: A MODEL FOR FACILITATING ATTACHMENT BETWEEN FATHERS AND THEIR INFANTS- SAMUEL W. DE LENEY U. OF WASHINGTON. PAPER 206-543-4001