



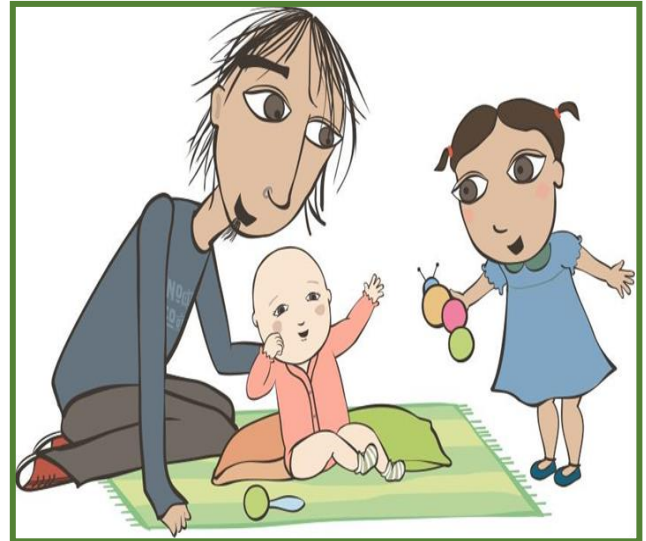
LOS CELOS EN LOS NIÑOS

Los celos son sentimientos de envidia y resentimiento hacia otra persona que se supone obligada a prestarnos atención y no lo hace. Constituyen una reacción emotiva próxima a la ansiedad.

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) o imaginarias (cuando el niño atribuye o malinterpreta la valía y/o intención de sus padres, hermanos o compañeros).

Los celos son un estadio relativamente normal que hay que superar y no tienen importancia si son circunstanciales o pasajeros, pero 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).





CAUSAS DE LOS CELOS

Existen distintas situaciones que pueden provocar en el niño el temor a perder el afecto de los padres o el sentimiento de haberlo ya perdido. Cabe destacar:

- El nacimiento de un hermano: el recién nacido requiere una serie de cuidados y atención que hace perder al mayor parte de las que se le dedicaba a él; la conducta de la madre hacia los hijos cambia durante y después del embarazo, puede parecer impaciente o fácil de enfadarse, estos cambios están asociados a la gestación y el niño hace responsable de ellos al bebé.
- Los favoritismos preferencias de los padres: a veces abierta y otras solapadamente los padres manifiesta preferencias por uno de los hijos, lo que crea celos en los otros. Pude existir una situación especial que se crea entre dos hermanos cuando alguno de ellos presenta algún tipo de deficiencia, sobre todo física, con lo que acapara la atención y protección de los padres.
- La excesiva dependencia o necesidad de uno de los padres por parte del niño: normalmente de la madre, lo que desencadena celos hacia al otro progenitor por considerarle rival.
- El sentimiento de inseguridad y de inadaptación: el niño o la persona insegura frecuentemente envidia a los demás; estos sentimientos suelen ser el resultado de situaciones de ridículo en la infancia, de sentirse rechazado o bien criticado de forma severa.

No le es fácil al niño compartir a su madre ni con el padre ni con el hermano, pero con éste último le es más difícil porque es más parecido a él.

EL PRIMOGÉNITO ANTE EL NACIMIENTO DE UN HERMANO

Las reacciones del primogénito ante el nacimiento de un nuevo hermano no depende tanto del sexo (aunque los niños se retraen más que las niñas) como de la edad en que se produce.

1. **Cuando hay mucha diferencia de edad**, el mayor puede mimar excesivamente al niño y volverlo dependiente y malcriado. Evitemos cargar al niño con la responsabilidad del hermano menor.





2. **Cuando hay poca diferencia de edad**, el mayor tiene entre 18 meses y 4 años, es cuando más se agudiza la sensibilidad ante el nacimiento de un nuevo hermano.

Las reacciones más frecuentes son cambios en el comportamiento y conductas infantiles:

- Cambios en el comportamiento:
 - Incremento de la desobediencia
 - Más llorones y tercors
 - Irritables y nerviosos
 - Agresividad creciente dirigida al principio contra la madre y posteriormente contra el hermano.
 - Retraimiento que desemboca en relación hostil con el hermano
 - Afectuosidad excesiva hacia el bebé

- Conductas infantiles:
 - Se chupa el dedo
 - Vuelve a hacerse pis en la cama o caca encima
 - Utiliza de nuevo el “lenguaje bebé”
 - Vuelven las rabietas
 - Cambios en el sueño
 - Se incrementan las conductas rituales

3. ¿A qué niños les afecta más?

Va a depender además de la edad (en niños menores de 5 años se da más frecuentemente) de:

- Relación con los padres antes del nacimiento del bebé:
Se ha comprobado que en las familias que el niño tiene una relación estrecha con el padre antes del nacimiento la escalada del conflicto con la madre tras el nacimiento del bebé es mucho menos marcada.

- Estado de la madre tras el nacimiento del bebé:
Cuando la madre se encuentra cansada o deprimida tras el nacimiento del bebé, le lleva a cambiar su comportamiento y hábitos incluidos los que tenía con el niño, ante el cambio los primogénitos suelen reaccionar retrayéndose.

No podemos evitar los celos, sólo ayudar a que sean menos dolorosos y a no fomentarlos.





LOS CELOS DEL MENOR HACIA LOS MAYORES

No solamente el primogénito siente celos, también los pequeños envidian a los mayores. El caso del niño de “en medio” en una familia de tres es el más difícil ya que puede sentir que no cuenta ni con las ventajas del mayor ni con las del pequeño.

Reacciones

El mayor le sirve al niño de modelo. Se identifica con él. Quiere hacer las mismas cosas e imitándolo va aprendiendo por sí solo y desarrollándose rápidamente.

Esto que puede ser beneficioso se convierte en perjudicial cuando la identificación y admiración es muy grande de forma que bloquea la personalidad del menor. Se puede colocar al mayor como un “tope” imposible de rebasar y entonces el pequeño:

- Se aferra a la madre y no quiere crecer: se chupa el dedo, se hace pipí, mantiene un lenguaje infantil.
- Se vuelve un rival agresivo e envidioso: esto es lo más frecuente, muchas veces se intenta toda la vida superar a los otros; esta agresividad envidiosa se manifiesta principalmente en terquedad como posición sistemática.

COMO AYUDAR A LOS HIJOS ANTE EL NACIMIENTO DE UN NUEVO HERMANO

1. Preparar al niño para la llegada de un hermano.

La preparación ayuda al niño aunque no por ello se evitan los celos. Aunque el niño lo comprenda todo racionalmente se puede sentir abrumado emocionalmente.

Lo fundamental para la preparación es que el niño comprende que se le va a seguir queriendo. No adelantaremos acontecimientos diciéndole

2. Intentar cambiar lo menos posible la rutina del niño tras el nacimiento del hermano.

En distintos estudios se ha comprobado que disminuye considerablemente el volumen de atención que recibe el primogénito al tiempo que cambia su rutina tras el nacimiento. Esto afecta mucho al niño, por lo tanto procurar controlar su tiempo especial, los ritos para acostarse, seguir diciéndole lo mismo sobre lo que está permitido y lo que no...

3. Mantened al niño/a aislado de la madre el menor tiempo posible.

Mientras que la madre da a luz muchas veces se envía al niño con otros familiares. Lo mejor es que se ocupe el padre y si no puede que esté alejado de la madre el menor tiempo posible.





Incluso es conveniente que visite a su madre en la clínica, buscando un momento tranquilo en que esté solo la familia.

4. Hablar de “igual a igual”.

La rivalidad suele disminuir cuando la madre habla con el niño/a de igual a igual respecto al bebé. Comentar lo que el bebé puede sentir o necesitar llamar la atención del niño ante el interés del bebé por él, hacia lo que le gusta o lo que no...

Algunos ejemplos: “a ella le gusta mirarte”, “se habrá enfadado por despertarle?” “no sonreirá si le gritas porque le asusta un poco”, “escucha a la pequeña, quiere su biberón”, podemos preguntar al niño lo que cree que quiere o siente el bebé.

5. No hacer comparaciones.

6. Prestar atención al mayor hacer que lo hagan los demás.

Dedicarle al día un tiempo exclusivo para el niño, de 10 a 15 minutos. El niño puede esperar este tiempo y confiar en él.

7. Nunca alejad al mayor por el nacimiento de un hermano.

Muchas veces para tener más tiempo para atender al pequeño enviamos al hermano a una guardería o lo confiamos durante un tiempo a otras personas, hemos de evitar esto ya que la amenaza de abandono se concreta y da lugar a perturbaciones en su comportamiento o a sentimientos dolorosos.

8. No “pasarle” todo al pequeño.

Muchas veces el pequeño se aprovecha. Puede molestar al mayor destruyendo sus realizaciones y este reaccionar con violencia. No reprender muy fuertemente al mayor ni consolar mimosamente al pequeño, reñir al pequeño suavemente para que sea más cuidadoso y ayudar al mayor a rehacer su construcción.

