

LA COMPETENCIA ENTRE HERMANOS Y EL NACIMIENTO DE UN NUEVO BEBÉ

(Sibling Rivalry and the Birth of a New Baby)

Probablemente todos los niños que tienen un hermano o una hermana competirán con ellos alguna vez. La competencia entre hermanos es un fenómeno normal y natural. Puede presentarse en diferentes formas y por diferentes razones. A menudo, lo que afecta más a los niños es la competencia asociada con el nacimiento de un nuevo bebé.

La llegada de un nuevo bebé es una ocasión de alborozo en la familia. Para los niños mayores, sin embargo, este evento es desconcertante. Las rutinas son a menudo

alteradas. Mientras que las mamás están en el hospital, puede ser que los niños se tengan que quedar en casa con algún familiar y amistad, lo que pueden desconcertarlos más.

Después de la llegada del nuevo bebé a casa, los niños mayores verán que sus vidas cambiarán en muchos aspectos. Se darán cuenta que sus padres no pueden dedicarles tanto tiempo como antes. También notarán que los padres le dedican más tiempo al nuevo bebé.

La mayoría del tiempo, los niños sienten cariño y admiración por el nuevo hermanito o hermanita. Pero estos niños, especialmente los más crecidos, pueden a veces sentir coraje o envidia. Estos sentimientos pueden confundir muchos a los niños.

Por lo general, la competencia entre hermanos más marcada cuando los niños tienen dos o tres años cuando nace el bebé. Los niños de uno a tres años aún dependen mucho de sus padres. No han aprendido todavía a compartir a sus padres y de hecho nada más. Un nuevo bebé puede ser amenazante. Después de los tres años, los niños son más independientes. No dependen tanto de sus padres para satisfacer sus necesidades. Por ejemplo, los niños de tres años pueden ya ir al baño por sí mismos y pueden comer

sin ayuda. Inclusive pueden tener amigos fuera de casa y por consiguiente no son tan posesivos como los niños menores.

Generalmente se opina que a los niños primerizos se les dificulta más adaptarse al nacimiento un hermano o una hermana. Puesto que no han tenido que compartir a sus padres con nadie más. Es demasiado tener que adaptarse a compartir tan de repente.

Lo Que se Puede Esperar de Los Niños

La competencia entre hermanos se presenta en varias formas. Aquí se enumeran algunas reacciones comunes al nacimiento de un nuevo bebé:

***Regresión.** Ciertas conductas que los padres pensaban que sus hijos ya habían dejado pueden regresar. Por ejemplo, los niños que saben ir al baño por sí solos pueden tener accidentes. Chuparse los dedos pueden suceder de nuevo. Los niños más crecidos pueden querer tomar de un biberón. Esta conducta es normal, y es posible que no dure mucho tiempo. Así que los padres no deben preocuparse.

***Celos.** Es posible que los niños se sientan celosos, especialmente por el tiempo y la atención que el nuevo bebé recibe de los padres y otras personas.

***Hostilidad manifiesta.** Los niños pueden mostrar coraje y hostilidad hacia el nuevo

bebé. Aunque esto es perfectamente normal, es importante que los padres hagan saber a sus hijos no está permitido golpear o lastimar al bebé.

***Hostilidad disimulada.** Algunos niños pueden actuar muy cariñosos hacia el nuevo bebé, y luego mostrar hostilidad de otra forma. Algunas veces la hostilidad es sutil, por ejemplo, un abrazo tan fuerte que hace llorar al bebé.

***Introversión.** Los niños pueden reaccionar al nuevo bebé haciéndose más introvertidos. Pueden hacerse más quietos, abatidos, y/o negarse a salir a jugar.

***Conducta que atrae atención.** Los niños pueden recurrir a todo tipo de comportamiento para atraer la atención de los padres. A menudo son más exigentes y difíciles.

Como Preparar a Los Niños Para el Nuevo Bebé

La competencia entre hermanos es inevitable. No existe manera alguna de que los padres puedan eliminarla completamente. Existen, sin embargo, algunas cosas que se pueden hacer para disminuir la competencia y los celos. Algo que se puede hacer para ayudar a los niños durante la transición de ser hijo único a ser hermano mayor, es prepararlos para el nacimiento del bebé. A continuación se

ofrecen algunas cosas que los padres pueden hacer.

***Platiqué con sus niños sobre el embarazo.** Los padres no deberían decirles a sus niños antes de tiempo. Ochos o nueve meses es mucho tiempo para esperar a que nazca un nuevo hermano. En cambio los padres pueden esperar hasta que el embarazo sea visible. Ciertos profesionales recomiendan esperar cuando menos hasta hasta el tercer trimestre o hasta que los niños hagan preguntas sobre el cambio en el cuerpo de mamá.

***Dígales a sus niños lo que les espera.** Los padres deben explicar a sus niños exactamente lo que va a suceder con ellos mientras que mamá está en el hospital. Los padres deben hacer saber a sus hijos quién los cuidará, donde se ván a quedar, y cuando podrán ver y platicar con sus padres y con el bebé. Los padres deben preparar a sus hijos para los cambios que ocurrirán en el estilo de sus vidas una vez que el bebé haya llegado de hospital. Los padres deben mencionar que estarán muy ocupados con el nuevo bebé, que el bebé llorará mucho, y que comerá y dormirá mucho también. Además los padres deben explicar a sus hijos que aunque el cuidado del bebé requiere mucho tiempo, no significa que a ellos se les quiere menos.

***Incluya a su niño en lo que sucede.** Los padres deben permitir que sus hijos tomen parte en las preparaciones para la llegada

del bebé. Por ejemplo, los padres pueden dejar que sus hijos les ayuden a preparar el cuarto del bebé. Inclusive pueden llevar al niño a una excursión al hospital. De esta manera, ellos sabrán exáctamente donde estarán sus mamás. Si los padres que esperan un bebé quieren, pueden llevar al niño a una visita prenatal y permitir que escuchen los latidos del corazón del bebé. Una vez que el bebé ha nacido, los padres traer a sus hijos al hospital, si es permitido, y dejarlos que abracen el bebé si ellos quieren.

***Haga preparativos para que la llegada del nuevo bebé no altere mucho la vida de sus hijos.** Si los padres tienen planeado hacer cambios en la vida de sus hijos, como cambiar recámaras, cambiar a los niños de la cuna a una cama, etc. deben tratar de hacer estos cambios **meses** antes de la llegada del bebé. Esto disminuirá que los niños sientan que han sido reemplazados para hacer espacio para el nuevo bebé.

Otras Cosas Que Hacer Para Aminorar la Competencia

***Ayude a que los niños participen con el bebé.** Los padres pueden tratar de introducir lentamente a sus hijos a su nuevo papel de hermano o hermana mayor. Los padres deben permitir que sus hijos ayuden con el cuidado del bebé. Aún niños pequeños pueden traer un pañal, etc. También los padres pueden hacer saber a

sus hijos cuanto aprecian su ayuda. Sin embargo, deben tener cuidado, de no convertir a sus hijos en sirvientes. Si los niños no quieren ayudar, los padres no deberían forzarlos.

***Dedíqueles tiempo personal a sus hijos.** Los padres deben asegurarse de tener tiempo para dedicárselo exclusivamente a los niños. Los niños mayores necesitan saber que sus padres no los han abandonado. Los padres deben asegurarse de reservar tiempo para sus hijos cuando el bebé está despierto al igual que cuando está dormido. De esta forma los niños no pensarán que el bebé tiene que estar fuera de vista para que sus padres les pongan atención.

***Tenga paciencia, comprenda y ofrezca ayuda.** Esta puede ser una etapa muy difícil para los niños. Necesitan que se les muestre y que se les diga que aún se les quiere mucho. Los niños más crecidos necesitan el apoyo de sus padres. Los padres deben decirles y mostrarles que aún los aman y que siguen siendo importantes.

Lo que NO se Debe Hacer

***No les pregunte si quieren un hermano o una hermana.** Ellos no tienen ninguna alternativa en el caso.

***No les diga que el bebé será un compañero de juego para ellos.** El nuevo

bebé será probablemente una lata para ellos. El nuevo bebé no podrá jugar con ellos por algunos años.

***No ignore la conducta inaceptable.** No desaparecerá. Identifíquela y corríjala inmediatamente.

***No apresure a sus niños a aprender algo nuevo, como ir al baño por si solos, antes de que nazca el bebé.** Si los niños no están listos para aprender a ir al baño por si solos mucho antes de la llegada del bebé, es mejor esperar hasta después del nacimiento, ya que las cosas se han estabilizado en el hogar. Si los niños aún están de pecho, es mejor quitarlos mucho antes de que el bebé nazca.

Como Lidar Con la Competencia Cuando Esta Ocurre

***Para niños más crecidos, ayúdelos a hablar de sus emociones.** Los padres deben ayudar a sus hijos a discutir sus sentimientos, sean buenos o malos. Los padres deben adaptar las discusiones al nivel de entendimiento del niño. Los padres deben hacer saber a sus hijos que ellos entienden que debe ser muy difícil por lo que sus hijos atraviesan.

***Si los niños se hacen introvertidos, los padres deben ofrecer apoyo y afecto.**

***Ponga límites a el coraje y la hostilidad.** Los padres deben definir la

conducta que es aceptable y la que no és. Los padres no deben dejar a sus hijos solos con el bebé. Si los padres observan hostilidad, traten de no regañar o castigar. En cambio, pueden corregir el comportamiento. Los padres deben asegurar a sus hijos de que los aman, y que está bién enojarse, pero que no está bién lastimar al bebé.

***Sea realista.** Los padres no deben estar esperanzados a que sus hijos colmen al bebé con amor y afecto inmediatamente. Tomará tiempo para que los niños se acostumbren al nuevo bebé.

***Trate de simpatizar con los niños mayores.** Los padres deben proveer a sus hijos con maneras para expresar sus emociones negativas y escucharlos.

***Corrija el comportamiento negativo y la conducta para atraer atención inmediatamente.** No desaparecerán si los padres los ignoran.

***No obligue a sus niños a compartir sus pertenencias.** A los niños se les dificulta muchas veces compartir sus cosas. La competencia será peor si los niños, molestos por la llegada del nuevo bebé, son forzados a compartir sus cosas con el nuevo hermanito.

La competencia entre hermanos es inevitable. Siempre que dós o más niños viven juntos, habrá conflictos y celos. Los

padres no pueden eliminar la competencia entre hermanos. Pueden, sin embargo, ayudar a disminuirla. Prepararse para este evento ayudará a los padres a hacerse la vida más fácil para ellos y para sus hijos.



Centro Para el Padre Efectivo
Little Rock Center (501) 364-7580
NW Arkansas Center (479) 751-6166
www.parenting-ed.org