



CELOS ENTRE HERMANOS

Los celos infantiles se enmarcan dentro del aprendizaje que todo niño realiza con el objetivo de desarrollar habilidades de convivencia con los demás. Los celos son emociones normales y universales en la vida familiar pero a pesar de esto, pueden generar un nivel importante de ansiedad en los niños y frustración en los padres. En ocasiones, los celos dejan de ser adaptativos y comienzan a generar conflictos significativos en el comportamiento del niño y en el sistema familiar. Se conoce como "síndrome de destronamiento" a los celos que siente un niño ante un desplazamiento y pérdida de un poder (los padres) que de repente se desvanece sin remedio y con un "culpable". Concretamente la estancia de la madre en el hospital con motivo del parto causa al niño profunda angustia al tener que separarse de ella y al verla cansada. De forma inconsciente, puede culpar al nuevo bebé de que su mamá no está como siempre.

De la actuación de los padres depende que el problema se resuelva de forma saludable o se prolongue más de lo necesario. El niño debe saber que se le quiere, pero hay que evitar la sobreprotección (González y González, 2001). Es importante que los padres refuercen las creencias, opiniones y criterios personales que vaya expresando el niño para ayudarle a adquirir su propia personalidad. Un niño al que se le respeta su individualidad superará mejor los celos.

Los padres deben actuar sobre los celos antes y después de la llegada del nuevo hermano. Antes de tomar la decisión de tener otro hijo, es importante tener en cuenta que se recomienda que haya al menos una diferencia de dos o tres años ya que esto permitirá que el niño tenga un desarrollo cognitivo y emocional suficiente para entender mejor la situación. Además, antes de la llegada del nuevo hermano, es importante explicar al niño, a partir de segundo semestre de embarazo, en qué va a consistir el



Centro Psicológico Gran Vía

embarazo, el parto y la llegada a casa del nuevo miembro. Cualquier cambio que se produzca a consecuencia del embarazo (cambio de habitación, de casa, de colegio...) se debe realizar lo más espaciado del tiempo posible en relación con la llegada del nuevo hermano a casa. Asimismo, hay que procurar mantener las pequeñas rutinas y hábitos diarios del niño antes, después y durante el parto debido a que la alteración de estas rutinas diarias se asocia a un aumento de problemas de conducta.

La llegada de un nuevo hijo supone para los padres menos tiempo con el hijo mayor. Es adecuado buscar un momento de calidad sin interrupciones para que la relación con él sea productiva, sin enfados e irritaciones. Además, los padres también tienen que dedicar tiempo a estar con ambos para enseñarles a convivir.

Las respuestas celotípicas descritas en la literatura científica comprenden:

- **Desobediencia:** Con estas conductas, el niño busca fastidiar a los padres por un lado y obtener su atención, por el otro. Acaba encontrando gratificante la atención que recibe su desobediencia y la utiliza en su beneficio.
- **Conductas de búsqueda de atención:** Suelen ser más llamativas cuanto más las ignoran los padres.
- **Retraimiento:** Se pueden volver más introvertidos tras el nacimiento del hermano. Esta reacción también se relaciona con un descenso de la autoestima al sentirse apartados de la nueva situación familiar.
- **Llanto:** Es la forma de presionar a los padres y reclamar su atención para obtener su deseo.
- **Alteración en el ritmo del sueño y alimentación:** La aparición de pesadillas e inapetencia es característica como señal del malestar y en cierto modo muestra de un estado depresivo.

Bilbao
Gran Vía, 17, 4º - Dpto. 411
48001 Bilbao - Vizcaya
Tel: 94 416 09 39

Bilbao
c/ Gardoki, 9-1º
48008 Bilbao - Vizcaya
Tel: 94 416 09 39

Getxo
c/ Mayor, 10, 2º - Dpto. 3
48930 Getxo - Vizcaya
Tel: 94 416 09 39



Centro Psicológico Gran Vía

- Conductas de fastidio hacia el bebe.
- Agresividad: Pueden manifestar irritabilidad, pero también actuar con agresión física a personas u objetos inespecíficos o relacionados con la persona hacia la que se proyectan los celos.
- Conductas evolutivamente inapropiadas: El niño puede manifestar conductas pertenecientes a etapas evolutivas ya superadas que responden a un proceso de imitación del hermano pequeño con la intención de lograr la atención y el cariño perdido de sus padres con las mismas armas que él.

Según Polaino-Lorente (1991), los celos evolucionan de la siguiente manera:

1. Etapa de transición: Aparecen unos celos naturales con una finalidad evolutiva de ajuste a una situación nueva.
2. Etapa de mezcla de sentimientos: El aumento de las exigencias y la aparición de comparaciones entre hermanos prolonga el problema y lleva a una confusión de los celos con otras emociones como odio, envidia, rivalidad... y enmascaran los celos que siguen en la base del problema.
3. Etapa de manifestación conductual: La manifestación de los celos mediante conductas verbales y físicas.
4. Etapa de expansión: Si no se superan los celos, puede aparecer rechazo intenso hacia el hermano y gran rencor hacia los padres. Además, pueden aparecer conductas de agresión directa.

Los celos también se asocian a otros trastornos psicológicos importantes como la encopresis (emisión repetida de heces en lugares inadecuados en niños mayores de cuatro años), la enuresis (falta de control de los esfínteres) un retraso simple del habla, un retraso del lenguaje, tartamudez, trastornos del sueño, trastornos específicos del aprendizaje, somatizaciones (dolor de estómago, diarrea, dolor de cabeza...), ansiedad

Bilbao
Gran Vía, 17, 4ª - Dpto. 411
48001 Bilbao - Vizcaya
Tel: 94 416 09 39

Bilbao
c/ Gardoki, 9-1º
48008 Bilbao - Vizcaya
Tel: 94 416 09 39

Getxo
c/ Mayor, 10, 2ª - Dpto. 3
48930 Getxo - Vizcaya
Tel: 94 416 09 39



Centro Psicológico Gran Vía

por separación (miedo desmedido a la pérdida de la madre), ansiedad generalizada, depresión y negativismo desafiante.

Evaluación de los celos

La finalidad de la evaluación es obtener el análisis funcional de la conducta celotípica para establecer un plan terapéutico eficaz. La evaluación comprende registros de conducta, autoinformes y pruebas proyectivas.

Tratamiento

Hay unos objetivos concretos en toda intervención en los celos:

1. Reestructurar los roles familiares y guiar la adaptación en el cambio.
2. Inculcar valores como colaboración, protección, compartir, respeto... que ayudarán a la unidad familiar y a funcionar conjuntamente.
3. Beneficiar al niño de su experiencia de celos mediante un aprendizaje positivo que le ayude a crecer.
4. Mejorar el estilo educativo de los padres.

Bibliografía:

Juan Manuel Ortega Quiles (2007) "El niño celoso" Ed. Pirámide

Famiped. "Enfoque preventivo de los celos infantiles"

Bilbao
Gran Vía, 17, 4ª - Dpto. 411
48001 Bilbao - Vizcaya
Tel: 94 416 09 39

Bilbao
c/ Gardoki, 9-1º
48008 Bilbao - Vizcaya
Tel: 94 416 09 39

Getxo
c/ Mayor, 10, 2ª - Dpto. 3
48930 Getxo - Vizcaya
Tel: 94 416 09 39