



EL PRINCIPE DESTRONADO

Los celos son tan naturales como inevitables. Los síntomas son variados, los niños se muestran retraídos o irascibles, vuelven a pedir el chupete, a hablar como un bebé o a mojar la cama, tienen rabietas, quieren ir en brazos e, incluso, tienen pesadillas.

Los celos son una conducta que puede ser prevenida, en gran parte, por los padres que pueden ayudar al niño que en ese momento se siente solo.

SEÑALES DE ALERTA

- En la mayoría de ocasiones manifiestan que **quieren volver a ser un bebé**, ya que piensan que de esta forma recibirán la atención que tiene el hermano pequeño.
- **Comparan constantemente el cariño** que tienen sus padres hacia el hermano con el que cariño que le muestran a él.
- En el colegio **su rendimiento escolar puede bajar, desobedecen** a los profesores para llamar la atención en clase o por el contrario intentan hacerse amigo de ellos para ganarse el afecto y así ser “el preferido” en la clase.

CÓMO TRATAR LOS CELOS

- **No castigar**, gritar o enfadarse con el hijo mayor por mostrarse celoso.
- Antes del nacimiento del hermano, preparar al niño **explicándole lo que va a suceder** y anticiparle lo que va a implicar esa novedad. Puede ser de utilidad ayudarse de cuentos o historias en los que se hable de la llegada de un hermano y se destaquen las ventajas de ese acontecimiento.
- También puede ser beneficioso mostrarle **fotos de cuando él también era un bebé**, dándole a entender que también recibió los cuidados específicos de esa etapa.

- Es importante **insistir en la explicación de que se le va a querer igual y que no va a perder el amor y la atención de sus padres**. Dedicar algunos momentos a solas con él, jugar, mostrarle afecto y hacer que se sienta valorado y seguro son algunos recursos adecuados para ayudarlo a conllevar la nueva situación.
- **Evitar**, en la medida de lo posible, que **otros cambios significativos** en la vida del niño, como, por ejemplo, un cambio de colegio o de vivienda. A la vez es aconsejable **mantener los hábitos y las rutinas** que ya tiene instauradas (horarios de comidas, sueño, costumbres, etc.).
- **No utilizar comparaciones** ni fomentar la competencia entre hermanos.
- Es primordial procurar crear un clima de buena relación entre ambos, enseñarles a cooperar y compartir, otorgándole al mayor alguna tarea relacionada con el cuidado del bebé (ayudar a bañarlo o cambiarlo,...) y reforzar con expresiones positivas los acercamientos (*“Qué bien lo cuidas”*). Explicarle también las ventajas de ser el hermano mayor, especificándole, por ejemplo, los privilegios o las cosas que él ya puede hacer puede servir también de ayuda para sobrellevar la situación.
- **Avisar a los familiares y amigos que le presten también atención en sus visitas**.
- Facilitarle poder **expresar libremente cómo se siente** y los miedos que pueda tener mediante juegos o dibujos, para poder abordarlos adecuadamente una vez identificados.

Pero no hay que olvidar que los celos no son siempre negativos, se “suelen pasar pronto” y se convierten en una experiencia positiva que les ayuda a crecer y a madurar, aprenden que no siempre pueden ser el centro de atención y eso les será muy útil en su vida de adultos.

Reciban un cordial saludo,

El gabinete psicopedagógico.