

## CÓMO PREVENIR LA RIVALIDAD ENTRE LOS HERMANOS

por el Dr. Peter Ernest Haiman

Los padres que tienen dos hijos o más, tienen a su disposición muchos libros, artículos y videos que tratan sobre cómo prevenir o manejar la rivalidad entre los hermanos. ¿Pero hasta qué punto es útil toda esa información? ¿Cuán valiosa es en realidad?

De hecho, cuando se trata de la rivalidad entre los hermanos, muchos expertos no hacen lo que quizás sea lo más importante: observar qué le pasa a los niños desde el punto de vista emocional. Y como los expertos no lo hacen, los padres a quienes aconsejan tampoco. Los padres se esfuerzan mucho por ser útiles al respecto, y lo son, pero desde el punto de vista de padres cariñosos. No siempre logran entender qué tratan de decirles sus hijos.

Por un momento, imaginen que ustedes son niños muy pequeños. Miren al mundo y siéntanlo a través de la mirada emotiva de un niño. Un bebé no puede hacer nada por sí solo. Es absolutamente vulnerable. Necesita de su principal cuidador para que le cuide y satisfaga todas sus necesidades.

Desde que son muy pequeñitos, los niños necesitan aprender con qué personas pueden sentirse seguros. Necesitan aprender en quién confiar. Necesitan sentirse totalmente seguros del amor de las personas que son importantes para ellos, para así volverse más fuertes y no sentirse demasiado vulnerables cuando llega un hermanito. Las investigaciones demuestran que para desarrollar esa seguridad, los niños necesitan de un amor que responda y que sea constante; sin embargo, la mayoría de los expertos en desarrollo infantil no han puesto el énfasis suficiente en estos descubrimientos.

Comprender la causa de la rivalidad entre los hermanos es la única forma en que los padres pueden prevenirla o reducirla. Y la clave es el sentido de seguridad del niño. La causa de rivalidad entre los hermanos nace de la idea de que el hermano menor amenaza la seguridad que el niño mayor tiene en sí mismo.

Observemos detenidamente qué significa *sentirse seguro de uno mismo*, cuando se trata de un niño. El sentido de sí mismo—ya sea seguro o inseguro—es cómo se siente el niño como individuo y como miembro de la familia. Es la imagen emocional que cada niño tiene de sí mismo. En los niños, el sentido de seguridad en sí mismos se desarrolla gradualmente a través de las interacciones que tienen con sus principales cuidadores. La manera en que los padres responden a la existencia misma de sus hijos es el factor decisivo del sentido de seguridad del niño.

Imagínense a dos madres que están hablando por teléfono y sus hijas de 18 meses empiezan a quejarse. La madre de Jill sostiene el teléfono con un hombro mientras prepara el biberón y se lo da a su hija. Jill se sienta en el piso y lo toma, mientras su madre sigue hablando con su amiga. La madre de Jane, en cambio, promete a su amiga que la llamará más tarde. Toma a Jane, la coloca en su regazo, le sonrío y conversa con ella mientras la alimenta. Además está alerta de cualquier otra necesidad no satisfecha que pueda estar haciendo que su hija proteste. Es muy fácil imaginar cuál de estas niñas se sentirá más amada, relajada, valorada y segura.

Es muy importante que los padres se den cuenta de que si sus hijos mayores sienten que sus necesidades no serán satisfechas, entonces se sentirán frustrados. Esta

frustración podría convertirse rápidamente en ira, y ésta, a su vez, ser descargada contra los hermanos menores. Los padres que creen que sus hijos de 3, 4 ó 5 años ya se sienten completamente seguros, no entienden las necesidades de desarrollo normal de los niños en edad preescolar. Estos padres siembran las semillas de la rivalidad entre sus hijos.

Veamos cómo ocurre esto. Tomemos como ejemplo a un niño de 2 ó 3 años de edad y la llegada de su hermanito recién nacido. El niño mayor aún tiene una fuerte necesidad de sentirse seguro del amor de sus padres, se siente vulnerable, aún está aprendiendo a construir la confianza. Pero el bebé es muchísimo más dependiente que él y sus necesidades son aún más fuertes. Y para el niño mayor, el bebé siempre se lleva todo el afecto y la atención. *¡Mamá siempre lo calma cuando llora! ¡Mamá siempre lo alza y lo mece!* Las mismas muestras de atención que el niño más grande sigue necesitando de su familia, ahora se ofrecen habitualmente al hermano más pequeño. Es entonces cuando el hermano mayor percibe al menor como una amenaza a su propia seguridad.

El más grande piensa: “Mamá y papá me daban todo su amor y su atención. Eso me hacía sentir especial. Me sentía seguro. Ahora todo se lo dan al bebé... y no a mí. Estoy triste. Tengo miedo. ¡Estoy enojado! Cuando el bebé obtiene todo lo que quiere porque es más dependiente que yo, está amenazando el sentido que tengo de mi mismo”. Es obvio que los niños no expresan con tanta claridad sus pensamientos, pero esencialmente, esto es lo que sienten. Y cuando las poderosas y tempranas necesidades de amor, atención, reconocimiento y de sentirse en un ambiente confiable no han sido satisfechas adecuadamente, dicha amenaza se vuelve especialmente grave.

Esta es la causa de la rivalidad entre los hermanos: el hermano mayor percibe la existencia misma de su hermano menor como una amenaza a su propia seguridad. Si esta es la causa de la rivalidad, entonces la prevención o la cura es inherente a la causa. La rivalidad entre los hermanos puede prevenirse si el mayor aprende a ver la presencia del menor como algo que aumenta la seguridad en sí mismo.

Pero ustedes se preguntarán cómo lograr esto con sus hijos en la vida cotidiana. Si son capaces de mirar a través de los ojos emocionales de sus hijos mayores, lo que tienen que hacer les resultará obvio. Miren estos ejemplos:

Muchos niños de 3 a 5 años asisten a guarderías o a jardines preescolares, y conocen a un maestro. Los ven como personas importantes y útiles. Se sienten orgullosos cuando sus padres los comparan con un maestro. Esta expresión paternal/maternal de amor y reconocimiento, por lo tanto, construye en el niño mayor la seguridad en sí mismo y reduce o elimina la rivalidad entre los hermanos.

Por ejemplo, cuando el bebé empieza a gatear, ustedes pueden dirigirse al hermano mayor y decirle alegremente: “Mira, tu hermana está empezando a gatear. ¿Sabes quién le enseñó a hacerlo? ¡Tú! Te está imitando. ¡Qué buen maestro eres!”

Así, el niño mayor recibe el amor y el reconocimiento de sus padres. ¿Y cuál es la causa de esos sentimientos positivos? Desde el punto de vista del niño, la causa será el bebé. ¿Para qué seguir siendo despectivo o sentir rivalidad por el hermano menor cuando el mayor ve que justamente gracias al hermano menor está recibiendo más afecto, atención y reconocimiento de sus padres?

Cuando el hermano menor empieza a usar el tenedor y la taza a la hora de cenar, pueden mirar al mayor y susurrarle con entusiasmo: “¡Mira, tu hermano puede agarrar la tasa solito! ¿Quién crees que le mostró cómo hacerlo? ¡Tu hermanito aprendió de

observarte! Como le agradas, trata de imitarte. Eres alguien muy importante. Estamos orgullosos de ti”.

Cuando el hermano menor se apropie del juguete del mayor, para evitar la Cuarta Guerra Mundial, pueden abrazar al hermano mayor, mirarlo a los ojos y decirle: “¡Tu hermana ha estado observándote jugar! Está intentando imitarte y hacer las cosas tal como las haces tú. Eres un hermano mayor genial. Podrías jugar con ella y mostrarle otras cosas que sepas hacer”.

Otra forma en que los padres pueden contrarrestar la rivalidad entre los hermanos es mostrándoles cómo cooperar. Pueden enseñarles a cooperar y explicarles el valor de la cooperación. Por ejemplo, a la hora de cenar, la mamá cocina mientras el papá pone la mesa. Esta escena suele ocurrir en silencio. Y se pierde una gran oportunidad de enseñarles valores. En vez de estar en silencio, el papá podría decirles los niños: “Miren, nuestra familia es un equipo. Creemos en la importancia de trabajar juntos. Podrían ayudarme a poner la mesa. ¿Qué color de servilletas quisieran poner en la mesa esta noche, rosado o verde?”

A medida que crecen, los niños pueden participar en tareas de cooperación más avanzadas, y también en actividades divertidas, ya sea entre ellos o con los miembros adultos de la familia. Cuando un hermano ayuda a otro, pueden reconocer esa conducta diciéndole: “Ven, pudieron hacerlo porque cooperaron. ¡Estamos orgullosos de ustedes!”

Mostrar conductas cooperativas y conversar al respecto, puede mejorar las relaciones interpersonales entre los miembros de la familia. Pero lo único y lo más importante que los padres tienen que entender es que el hermano mayor debe darse cuenta de que su hermano menor no es una amenaza. Los padres deben asegurarse de que el hermano mayor sienta que el menor es un recurso para reafirmar la seguridad en sí mismo. Este es el remedio básico contra la rivalidad entre los hermanos.