

## LOS CELOS INFANTILES

Es un estado afectivo de **rivalidad** que se tiene respecto a un hermano o compañero y que se manifiesta en querer a los demás (padres/madres u otra persona) como algo propio o exclusivo.

El niño celoso trata de conservar todo el afecto de sus padres y de forma exclusiva, pues interpreta que si comparte ese afecto con sus hermanos a él le querrán menos. Para él supone una **decepción** por la **pérdida** de lo que ha tenido y un sentimiento de **envidia** por querer conseguir los "privilegios" que cree tiene el hermano.

Cuando observamos en un niño un comportamiento manifiestamente celoso, hemos de sospechar (y comprender) que un conflicto se está fraguando en su intimidad y que le provoca **sufriamiento**.

La **inseguridad** y los sentimientos celosos cabalgan juntos.

Los celos expresan la **angustia** y el **miedo** ante la posibilidad de perder el afecto de los padres.

### ¿ CUÁNDO SUELEN APARECER ?

Los celos aparecen cuando se siente desventaja (real o imaginaria) con respecto a otra persona y/o con miedo a perder algo que se "posee".

Una de las causas más **frecuentes** es el nacimiento de un nuevo hermano. Si además era hijo único, hasta ese momento recibía toda la atención.

No aparecen antes del primer año y medio de vida. La razón de esto es que a los 18 meses empieza a definirse la autoestima.

Pueden prolongarse durante la infancia.

En este contexto es obvio que el niño esté pendiente de sí su hermano recibe más o menos aprobación que él. Es por lo que en la mayoría de los casos el niño celoso suele ser el hermano mayor.

En los casos en que aparece en hermanos de menor edad puede ser debido que se delega en el hermano mayor la autoridad de los padres, hecho que es vivenciado en el menor en forma de rebeldía y envidia. En otras ocasiones es porque admiran sus habilidades y capacidades así como los supuestos privilegios con que los padres parecen tratarle.

Parece ser que se da en niños afectivamente dependiente de sus padres.

Hay **momentos en las que los celos "atacan" con más virulencia:**

- Al sacar al niño de la habitación de los padres u otro tipo de separación de ellos/as.
- Etapas del logro de control de esfínteres.
- Entrada en la escuela infantil
- Separación de los padres u otros conflictos familiares, cambios en la estructura familiar,...
- Entre niños de edades semejantes o del mismo sexo.

**ALGUNAS MANIFESTACIONES QUE NOS INDICAN QUE ESTAMOS ANTE UN PROBLEMA DE CELOS:**

- Regresiones a etapas infantiles ya superadas (volver a hacerse *pipí*, chuparse el dedo, utilizar el biberón, usar pañal, reclamar que la madre le dé de comer, etc)
- Llamar la atención a la hora de irse a dormir, queriendo estar en la misma habitación y en la cama con los padres.
- Intento de captar la atención y el afecto de los padres con enfermedades, dolores, etc...
- Otras llamadas de atención (cada niño sabe qué forma es la más eficaz de captar la atención de los padres)
- Rechaza compartir objetos y actividades, tiempo y espacio con su hermano.

- Comportamientos negativistas, rabietas desproporcionadas, tristeza, etc.
- Agresividad hacia el hermano y/o hacia los padres (a veces la agresividad hacia el hermano es solapada o no es tan evidente)
- Quiere permanecer junto a los padres todo el tiempo (rechazo por ir al colegio o cualquier otra separación de ellos)
- También hay veces en que el niño lo calla y lo vive en su intimidad, aislándose, o lo vive con hostilidad hacia sí mismo ("*te enfadarás conmigo*"...)

### ¿ CÓMO DEBEN ACTUAR LOS PADRES ?

Se debe de actuar de dos maneras: previniéndolos e interviniendo de una forma global.

#### Actuaciones preventivas:

- Enseñar al niño (servirle de modelo) desde muy pequeño a compartir personas, cariño, objetos, etc.
- Hacer ver al hijo que el nuevo miembro de la familia es "*de todos*", todos lo queremos y cuidaremos.
- Hacerle partícipe de los preparativos para la llegada del hermanito.
- Trasladar al niño a otra habitación varios meses antes de la llegada del hermano y no hacerlo cuando llega.
- Elogiar al niño cuando realice conductas autónomas propias de su edad (ir al baño solo, comer, vestirse, etc) sin ser demasiado exigentes.
- Explicarle qué sucede durante el embarazo (que oiga los latidos y movimientos en la barriga) y cuando nazca el hermano, con naturalidad.
- Mostrarle fotografías y contarle anécdotas de cuando él era bebé. Mostrar nuestra alegría y orgullo de haberle traído al mundo, en toda ocasión que se presente.

- Durante los primeros meses compensar con otras actividades alternativas que sean gratificantes para el niño ante la alteración de la vida familiar que ha supuesto la llegada del nuevo hermano. Ejs:

- Favorecer el contacto con niños de su edad.
- Animarle a que se convierta en un ayudante especial de la mamá.

- Evite hacer comparaciones delante del niño ni descalificándolo socialmente.

#### Intervención global:

- Dándole seguridad y considerándolo como algo muy importante para sus padres. Transmitirle siempre que se le quiere.

- Reconocer los celos como algo natural (son un estado emocional característico de la infancia) y ser comprensivo con él.

- Valorar y reforzar sus cualidades y habilidades en sus actividades cotidianas dentro y fuera del hogar.

- Intentando ser naturales con él y su hermano, sin sentirnos culpables o inseguros o manifestando miedo a sus reacciones de celos.

- No se debe intentar "igualar" a los hermanos. Ellos son distintos y tienen distintas necesidades y así hay que hacerlo entender. No podemos tratarlos "igual" como a veces se pretende, sino dar a cada uno aquello que necesita. Ellos lo aprenderán.

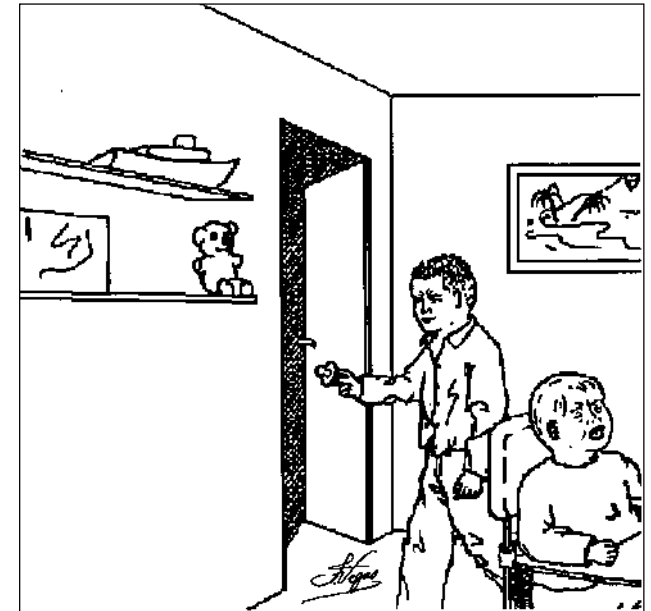
Todas estas actuaciones deberían ser conocidas y aplicadas por todos los familiares que se relacionan con el niño.

Lo que se pretende es educar la afectividad del niño celoso para tratar de hacer de él una persona que sepa querer y que no sea dependiente de los demás según el afecto que de ellos recibe.

#### EVITAR especialmente:

- Ocultar las muestras de afecto al bebé.
- Etiquetarlo ("*que celoso eres*") o juzgar sus sentimientos.
- Exigirle demasiado a él, castigos desproporcionados, gritos, descalificaciones o hacer comparaciones entre los hijos.
- Hacerle preguntas como *¿a quién quieres más?* o *¿quién te quiere a ti más?*
- Manifestar preferencias o privilegios injustos entre los hermanos ("*tomar partido por uno*") o favorecer la competitividad entre los hermanos.
- Cargarle con la responsabilidad del cuidado del hermano.
- Hacer comentarios sobre sus celos, en su presencia.
- Intentar "*compensarle*" con regalos, caprichos, permitiéndole excesos,...

# Los celos infantiles



**Es un estado afectivo de rivalidad que se tiene respecto a un hermano o compañero.**