

## CUANDO LLEGA UN HERMANO

### CÓMO PREPARAR AL NIÑO PARA LA LLEGADA DE UN HERMANO

Cuando llega un nuevo hermanito al hogar es necesario preparar al hijo o a los hijos mayores en relación con los cambios a los que se tendrá que adaptar toda la familia. Deben evitarse variaciones de costumbres, de horarios o de actitudes dándole preferencia al recién nacido pues eso puede hacer sufrir a los hijos mayores, especialmente a niños pequeños de 1 a 6 años acostumbrados a los antiguos hábitos familiares.

El niño no siente la necesidad de un hermanito, su situación es ideal porque los padres dedican toda su atención para cuidarlo, por lo tanto, los adultos no pueden esperar que el niño comparta su entusiasmo por la espera del bebé. Por esta razón, se debe preparar al niño de la siguiente manera:

Comunicar al hijo o hijos que su mamá está esperando otro bebé. Esta noticia deben saberla los niños al mismo tiempo o incluso antes que otros familiares. De esta forma, los padres contarán con suficiente tiempo para explicar los cambios que se van produciendo en el cuerpo de la mamá.

Explicar claramente qué se puede esperar del nuevo hermano. Se debe evitar decir que el hermanito va a jugar con el niño porque éste se imaginará a uno de su misma edad jugando con él y se desilusionará cuando conozca al bebé.

En general, la preparación consiste en avisos y en el ajuste de las ideas que los niños tienen acerca del hermanito para que no resienta el cambio. La edad del niño determina la forma como se le informará del nuevo hermano.

De 1 a 3 años: a esta edad, el niño atraviesa por una etapa normal de su desarrollo conocida como “ansiedad de separación” (el niño tiene “mamitis”). El pequeño llora cuando su mamá lo deja porque siente que ya no regresará, no puede saber qué pasará cuando la rutina o la persona que lo cuida, cambien; si en medio de esta situación aparece un bebé, el niño experimentará confusión. Lo mejor es que los padres le platicuen -usando imágenes- dónde y con quién se va a quedar el niño cuando sus padres vayan al hospital y qué cambios habrá. También se podrá usar imágenes para mostrarle cómo será el regreso de su mamá con un bebé “que llora y es muy pequeñito. Otra alternativa es el manejo de muñecos que mostrarían al niño mayor dentro de una representación, como una figura de osito, conejo, perrito, etcétera.

De 3 a 7 años: también se puede explicar con imágenes donde aparezcan señoras embarazadas en un consultorio, los padres saliendo del hospital con el bebé, una familia recibiendo al recién nacido, los cuidados que necesitará el nuevo hermanito, y la participación del niño mayor en algunas tareas para atenderlo. También es bueno para el niño las pláticas de los adultos y visitas a cuneros.

Los padres debemos estar preparados ante cualquier cambio en el carácter y forma de comportarse de nuestro hijo mayor. Por ejemplo, un niño muy cariñoso que no reacciona de ninguna forma cuando conoce a su hermanito, no muestra aceptación, sino que oculta sus verdaderos sentimientos; debemos ser muy pacientes y cariñosos para que el pequeño comprenda que se le sigue queriendo igual y ahora tiene otro lugar porque él es mayor y puede hacer más cosas que el bebé.

También debemos estar atentos cuando el niño es muy indiferente o, por el contrario, quiere participar en el cuidado del hermanito todo el tiempo. Cualquier extremo es una señal de que el acontecimiento no ha sido entendido y que está afectando directamente al hijo mayor.

Se recomienda decir al niño: “le gustas”, “mira cómo te ve”, estos comentarios hacen que el niño mayor vea con agrado al bebé y lo acepte con más facilidad. Al mismo tiempo se debe insistir en que el bebé, “no sabe esperar” y que por ello se le atiende primero. El nacimiento debe ser aprovechado para platicar con el hijo mayor de cuando él era pequeño y se le cuidaba tanto como al hermanito, si es posible, mostrándole fotografías.

## **LOS CELOS DE LOS HIJOS MAYORES CON RESPECTO AL RECIÉN NACIDO**

Cuando un nuevo hermanito se integra a la familia lo más probable es que surjan celos en los hijos mayores. Los celos no aparecen siempre después de la llegada del hospital, se presentan cuando el hermano mayor siente al nuevo bebé como un rival que le roba el cariño y la atención de sus padres.

Casi todos los niños entre los 2 y 4 años reaccionan al nacimiento de un hermano con varias conductas que preocupan a los padres; entre ellas están los celos, que son una manifestación de la difícil situación por la que atraviesa el niño al darse cuenta de que lo tratan diferente y aceptar que no es el centro de la atención familiar por mucho cuidado que tenga la familia.

Contrariamente a lo que pueda pensarse, los celos infantiles no son mayores cuando los padres llegan con el bebé del hospital y luego disminuyen, los celos aparecen cuando el niño comienza a notar que existe mayor atención hacia el hermanito.

Los padres debemos atender los sentimientos de tristeza y desconcierto de nuestro hijo mayor y no sólo observar cómo enfrenta el acontecimiento; nuestro amor y cariño lo convencerá de lo importante que es para nosotros.

## **LOS CAMBIOS QUE SURGEN EN LAS RELACIONES FAMILIARES**

Cuando llega un nuevo hermanito, el hijo mayor tendrá que adaptarse a una nueva relación familiar, donde él dejará de ser el centro de las atenciones, así mismo tendrá que aprender a relacionarse, a compartir a dar cariño y a proteger a su hermanito, pero también aprenderá a competir, jugar y ser tolerante.

No se puede pensar que el niño acepte al nuevo hermano en un tiempo corto. Sin embargo, se debe recordar que el cambio es un elemento que caracteriza a todas las relaciones humanas y que los niños tienen su propio ritmo de aceptación; al principio, este

acontecimiento los confunde y angustia, pero con la atención de los adultos, el niño va comprendiendo cuál es su nuevo lugar en la familia y qué puede esperar de los demás. No se debe responsabilizar al hijo mayor por la seguridad del bebé, sino hacerlo sentir seguro de sí mismo porque él “ya es un niño grande.

Los niños aprenden mucho al tener hermanos y hermanas: comparten cosas, se protegen y establecen los límites del espacio destinado a cada quien; estas experiencias influyen en el modo como ellos se relacionarán más tarde con otras personas ajenas a la familia.

## **EL RETROCESO QUE HAY EN LOS NIÑOS MAYORES**

No debe preocuparse ni enojarse si su hijo más grande muestra actitudes regresivas, como tratar de hablar, gatear, comer o jugar como si fuera un bebé. Con esas actitudes trata de decir, “mamá aquí estoy”, “me siento triste”, “me siento solo”, “nada más quieres al bebé”.

Los celos infantiles se pueden observar a través de actitudes agresivas hacia el hermanito o de conductas regresivas, es decir, propias de un niño de menor edad que ya habían sido superadas por el hermano mayor, como tartamudear, no querer comer, gatear, no avisar para que lo lleven al baño, “hablar como bebé”, etcétera. En la superación de esta etapa influye la manera en que los padres reaccionamos ante estas conductas. Enojarse o golpear al niño únicamente empeora las cosas ya que, por temor a los castigos, él va guardando su resentimiento hacia el más pequeño.

Es tarea de los adultos identificar estos sentimientos. Con calma y paciencia, los padres debemos asumir una actitud de tolerancia y responsabilidad para que poco a poco las actitudes regresivas desaparezcan, evitando los castigos, burlas o comparaciones con el bebé.