



SPANISH.LA.JELOUSY 2013

## Celos y peleas

**Los celos, la rivalidad y el resentimiento son normales. Los padres pueden ayudar a sus hijos para que aprendan a controlar estos sentimientos.**

**“Ellos tratarán a sus hermanos y a usted del modo en que usted los trate a ellos.”**

### La llegada de un bebé

Algunos niños reaccionan de modo muy intenso cuando un nuevo bebé llega a la casa. Algunos sienten mucho enojo, otros comienzan a portarse como si fueran bebés y otros tratan a su hermano o hermana menor con gran cariño.

No es extraño que los niños pequeños reaccionen de esta manera, especialmente si están acostumbrados a ser hijos únicos o a ser el bebé de la familia. Es posible que se sientan muy amenazados por el nuevo hermano o hermana, que no se sientan queridos o que se sientan ignorados.

Prepararse para el nacimiento del nuevo bebé es algo que pueden hacer juntos. De este modo, su hijo o hija se sentirá involucrado e importante para la familia.

**“Cuando le hacía provecho al bebé, tenía que hacerle provecho a José también.”**

## Cómo prepararse para la llegada del bebé

- Comience a hablar acerca del bebé y del nacimiento con varios meses de anticipación. Un buen momento es cuando el embarazo comienza a notarse.
- Conteste las preguntas con franqueza.
- Pida a sus hijos que sugieran nombres y cosas que deben comprar para el bebé.
- Cualquier cambio importante que vaya a hacer, hágalo antes de que llegue el bebé. Por ejemplo, sacar a su hijo o hija mayor de su cuna o de su habitación.
- Cuénteles dónde nacerá el bebé y dígales que usted tendrá que quedarse uno o dos días en el hospital.

**“Nos preparamos juntos para la llegada del bebé. Puse un banquillo junto al cambiador y juntos pusimos toda la ropita del bebé en los cajones. Leímos un montón de libros acerca de la llegada de los bebés. Lo tuvo aúpa el día en que nació.”**

**“Saque a su hijo o hija mayor de la cuna antes de que nazca el bebé.”**

## Cuando el bebé ha nacido

- Cuando sus otros hijos vengan de visita, ponga al bebé en la cuna, no en sus brazos.
- Déjelos aupar al bebé tan pronto como sea posible y saque fotos.
- Cuando ya estén en casa, pídales que ayuden con el baño, por ejemplo, que le alcancen la toalla, pero no los obligue si no quieren hacerlo.
- Puede ser una buena idea darle a sus hijos una muñeca lavable para cuidar cuando usted esté atendiendo al bebé.
- Pregúnteles qué ropa deberían ponerle al bebé (no les dé demasiadas opciones: “¿la amarilla o la azul?”.)
- Hágase tiempo todos los días para dedicarle a sus hijos mayores; puede ser sencillamente leerles un libro o conversar acerca de un programa de TV.
- Si se enojan y parece que desearan lastimar al bebé, tenga una charla con ellos. Pregúnteles cómo se sienten y dígales que está bien sentir celos, pero que no está bien lastimar al bebé.
- Cuénteles anécdotas de cuando ellos nacieron y de cuando eran más pequeños. Saque las fotos de cuando ellos eran bebés.

**Para ellos es importante sentir que forman parte de todo. Necesitan sentirse importantes y responsables.**



S . k . I . P

[skip.org.nz](http://skip.org.nz)

[facebook.com/SKIPcommunity](https://facebook.com/SKIPcommunity)

# Peleas

Todos los hermanos se pelean, algunos más que otros. Al igual que con cualquier comportamiento, es necesario que haya límites y fronteras para evitar que las cosas se salgan de control. Las peleas normalmente ocurren cuando los niños están cansados, hambrientos o aburridos, cuando desean llamar la atención o cuando piensan que alguien está intentando quitarles lo que es suyo. Los niños pequeños no poseen las habilidades para resolver estos problemas y pueden estallar. Los niños deben aprender a resolver las situaciones con otras personas. Los padres pueden ayudarlos, incentivándolos para que se comuniquen y resuelvan los problemas.

**“Paso mucho tiempo resolviendo las peleas entre mis hijos. Muchas veces los hago jugar en sitios diferentes. Si Alex desea jugar solo, colocamos la baranda en su habitación para que pueda jugar sin que su hermano menor le destruya todo. Intento enseñarle que le dé un juguete para que se entretenga, en lugar de apartarlo a empujones.”**

**“Creo que debemos ver la ira como algo natural: lo que importa es el manejo que le dan los padres.”**

**“Si están riñendo, deles espacio para que lo resuelvan por sí mismos.”**



S.K.I.P

[skip.org.nz](http://skip.org.nz)

[facebook.com/SKIPcommunity](https://facebook.com/SKIPcommunity)

## Algunas ideas

- Si sus hijos están riñendo, vaya a otra habitación y deles espacio para que lo solucionen solos. Si las cosas se calman sin su ayuda, dídeles que estuvieron bien. Préstelos un poco de atención.
- Piense que tal vez estén aburridos, cansados o hambrientos. Deles otra cosa para hacer.
- Intente dar a cada uno de sus hijos un poco de atención individual, para que no sientan que deben competir entre ellos. Haga comentarios positivos a todos por igual.
- Elija algunos juguetes que sean especiales para cada uno de los niños y que sean sólo para ellos. Está bien que los hermanos mayores tengan un juguete especial que no deseen que un hermano más pequeño les rompa.
- Incentíuelos para que hallen soluciones creativas. Si se están peleando por los crayones, sugiérales que cada uno elija tres, en lugar de intentar averiguar quién provocó la pelea.
- No trate de averiguar quién comenzó. Pregúnteles si se les ocurre cómo resolver el problema.
- Sepárelos sin castigarlos, por ejemplo, sugiera que uno juegue en una habitación y que el otro le ayude a usted a hacer otra cosa.
- No compare a sus hijos, ni elogie a uno en detrimento del otro. En lugar de ello, intente hacer que cada uno se sienta único y especial.
- En lugar de decir “comparte”, diga “le toca a...”.



S.K.I.P

[skip.org.nz](http://skip.org.nz)  
[facebook.com/SKIPcommunity](https://facebook.com/SKIPcommunity)

Skip brinda apoyo a padres y cuidadores para que críen a sus hijos de un modo positivo.

Para obtener más información, visite: [www.skip.org.nz](http://www.skip.org.nz)

Correo electrónico: [info@skip.org.nz](mailto:info@skip.org.nz) o llame al teléfono: 04 916 3300

Para obtener más información acerca de cómo recibir apoyo para padres, visite [www.familyservices.govt.nz/directory](http://www.familyservices.govt.nz/directory)



S . k . I . P

[skip.org.nz](http://skip.org.nz)  
[facebook.com/SKIPcommunity](https://facebook.com/SKIPcommunity)