

Consejos para mejorar la convivencia entre hermanos





Compañeros de vida

Los hermanos juegan un papel clave en el desarrollo infantil. Compartir la misma familia, historia y experiencias de vida hace que el vínculo que se establece entre ellos sea único. Las relaciones entre hermanos suelen ser, además, las más largas y duraderas de toda nuestra vida.

Los hermanos son los primeros y más importantes compañeros de viaje con quienes interactúan los niños y niñas. Pero sus relaciones también pueden ser ambiguas y complejas. No solo juegan juntos y se hacen compañía, también son rivales en la atención de sus padres o cuidadores.

En condiciones adversas, de inestabilidad o de presión prolongada, como puede ser la separación de un niño o niña de sus padres, estas relaciones se intensifican y el vínculo se hace más fuerte. En España, hay cerca de 50.000 niños y niñas que crecen privados del cuidado parental y muchos de ellos deben enfrentarse, además, a la separación de sus hermanos.

Desde Aldeas Infantiles SOS sabemos que cuando los padres están ausentes o están pasando por situaciones complicadas, los hermanos son esenciales y pueden ayudar a disminuir el trauma sufrido y a favorecer su recuperación emocional.

El día a día de las relaciones fraternales

Las relaciones entre hermanos son el primer laboratorio social en el que los niños y las niñas comienzan a establecer relaciones entre iguales. Con sus hermanos aprenden a negociar, a compartir, a ponerse en el lugar del otro o a colaborar, pero con ellos también surgen los primeros conflictos.

Las discusiones entre hermanos son un elemento habitual en el día a día de la convivencia familiar que debemos abordar con normalidad y gestionar como un aprendizaje para la vida. Es normal enfadarse o tener diferencias incluso con las personas más cercanas y esto no disminuye el afecto que sintamos hacia ellas. La clave radica en la manera en que ayudamos a nuestros hijos e hijas a resolver el problema constructivamente y a expresar sus emociones de forma serena y positiva.

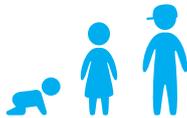


Algunas de las causas que pueden producir conflictos entre hermanos son:



Rivalidad

Los celos, las envidias y la pugna por la atención de los padres son uno de los motivos más habituales.



Diferencias de edad

Si los hermanos se encuentran en etapas diferentes, puede que les cueste un poco más entender las razones del otro.



Diferencias de personalidad

Lo mismo ocurre cuando sus caracteres son distintos y han de aprender a entenderse y complementarse.



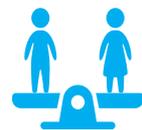
Poseiones personales

Compartir sus juguetes, ropa o libros favoritos es un proceso que lleva su tiempo y puede desencadenar discusiones.



Espacios comunes

El roce diario de convivir en la misma habitación, cuarto de juego o, incluso, en el propio hogar también aumenta la probabilidad de que surjan tensiones.



Trato parental no equitativo

Inconscientemente, a veces podemos ser más indulgentes o comportarnos de manera diferente con alguno de nuestros hijos porque sean más pequeños o se encuentren en una determinada situación.

Consejos para mejorar las relaciones entre hermanos

La calidad de las relaciones entre hermanos depende en gran medida de la calidad de la relación que los padres o cuidadores les ofrecemos.

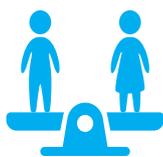
Estas son nuestras recomendaciones:



Los conflictos son inevitables e inherentes a la relación fraternal, y se dan con mayor intensidad entre los 6 y los 12 años. **Observa, escucha, y ejerce un rol mediador y comprensivo** si es necesario.



Dales tiempo y espacio para que compartan, sin adultos, y fomenta la complicidad entre ellos. Es importante que vivan experiencias conjuntas, que se cuiden el uno al otro y que solucionen sus rivalidades por sí mismos.



Huye de las comparaciones.

Son contraproducentes, fomentan la competitividad y minan la autoestima.

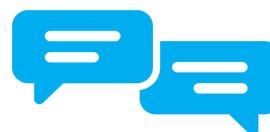


Demuéstrales que les quieres y que todos son especiales. Cada niño y niña es único y ha de ser valorado como tal.



Dedica el mismo tiempo y la misma atención

a cada uno. No te centres en uno porque sea más pequeño o porque creas que necesita más atención. Puede que alguno de ellos te reclame menos, pero también te necesita.



Promueve el diálogo, la comunicación y la escucha

entre ellos. Cuando uno hable, es normal que el otro quiera reclamar la atención y opinar. Enséñales que han de respetar el turno de palabra, que debemos escuchar y que después podremos opinar.



Enséñales a aceptar la diferencia desde el respeto y la tolerancia, y que cada uno de ellos es especial desde su individualidad.



Intenta reírte con ellos. El sentido del humor es una herramienta fundamental para sanear las relaciones familiares, afrontar con buen talante las dificultades y desarrollar actitudes positivas.

Y no te olvides de...



Establecer límites y normas de convivencia adecuados para cada edad y situación.



Mantener la calma y transmitirles tranquilidad, incluso en caso de conflicto. Nosotros somos su mejor ejemplo.



Proponerles actividades de ocio fraternal o familiar que promuevan la cooperación en lugar de la competitividad.



Hacerles partícipes del día a día de la familia para que sientan que sus opiniones y valoraciones se tienen en cuenta.

En clave positiva

Ayudar a tus hijos a resolver sus diferencias desde la empatía, el diálogo y la comprensión no solo favorece la aparición de conductas positivas, también contribuye a estrechar el vínculo afectivo entre hermanos y fortalece la unidad de toda la familia.

