



PDCR
DISCIPLINA POSITIVA

Disciplina
Positiva
Recursos
Comunitarios
pdcrc.org

HOJAS DE CONSEJOS PARA PADRES

Hermanos

Todo ser humano desea sentirse amado e importante. Por lo general, nos sentimos así hasta que llega un hermano. Los niños empiezan a preguntarse: «¿Sigo siendo importante? ¿Amado? ¿Especial? ¿Igual?». Los niños aún no saben que el amor es infinito; creen que es un recurso limitado. La rivalidad surge cuando compiten por el afecto de sus padres. Los padres no son conscientes de como fomentan una rivalidad o una amistad entre hermanos. Se requiere un esfuerzo consciente por parte de los padres para no alimentar a una rivalidad: deben preparar a sus hijos para el éxito dedicando tiempo a recrear situaciones para practicar como actuar (juego de rol), manteniéndose neutrales, ofreciendo el mismo apoyo a todos y haciendo que los hermanos asuman la responsabilidad de cultivar su propia relación.

Hechos sobre sus conflictos

1. Cierta grado de conflicto entre hermanos es normal y saludable.
2. Los conflictos entre hermanos ofrecen muchas lecciones: habilidades de resolución de conflictos, cooperación, diferentes perspectivas, expresión del enfado, calmarse, encontrar soluciones que funcionen para todos, pedir disculpas y perdonar.
3. Los hermanos suelen involucrar a los padres para que tomen partido o un lado en el conflicto.

Antes de la llegada de un nuevo miembro a la familia

Para un niño que solo puede centrarse en su propia perspectiva, la llegada de un nuevo bebé puede ser emocionante y difícil. Con cada nuevo hermano, la dinámica familiar debe reajustarse; el niño tiene que descubrir cuál es su lugar ahora. Puede sentirse «reemplazado». Ahora debe compartir el amor y la atención de sus padres y otros familiares —y posiblemente sus juguetes, su ropa de bebé, su espacio — además de tener que incluir al hermano con sus amigos. Hay que tenerles compasión.



Esta es una transición enorme. Algunas ideas:

- Antes del nacimiento, recrea con tu hijo, la llegada del bebé y cómo podría ser la nueva rutina.
 - No esperes una bienvenida cariñosa; puede que eso no suceda; ajusta expectativas.
 - Pide a los demás que presten atención a los hermanos, no solo al recién nacido.
 - Deja al bebé un momento para poder dedicar tu atención al otro niño. Y evita culpar al bebé.
- Expresa lo que sí puedes hacer: «Puedo ayudarte en 5 minutos», en lugar de «Ahora no puedo; tengo que cambiarle el pañal al bebé».
- Escucha los sentimientos de dolor que se esconden tras las palabras hirientes: «Siempre te querré, aunque también quiera a tu hermano».
 - Respira hondo y sé comprensivo tanto contigo mismo como con tu hijo. Los niños sufren regresiones en su desarrollo; esta etapa es breve.

Equidad en vez de buscar igualdad

No siempre es posible tratar a los hermanos de manera idéntica. Equidad significa que los hermanos menores tienen menos responsabilidades y se espera menos de ellos que de los mayores, mientras que a los mayores se les conceden privilegios adicionales. Ante la queja de «eso no es justo», la respuesta es: «Es cierto, las cosas no son iguales para todos, pero todo se equilibrará de manera justa eventualmente».

Recursos: Siblings Without Rivalry, Faber & Mazlish. Teaching Parenting the Positive Discipline Way, Dealing with the Basics of Sibling Rivalry, Nelsen, Lott, & J. McVittie, MD and Kristin Williams @wildlyabundantmom
Adaptado por Colleen Murphy y Stephanie Barron Lu

Fomente el desarrollo de sus habilidades desde una edad temprana

Los niños necesitarán una guía para adquirir habilidades de resolución de problemas. No saben resolver conflictos con calma y pueden recurrir rápidamente a la agresión física. No es buena idea que ellos mismos resuelvan conflictos, hasta que tengan las habilidades.

Pasos para desarrollar habilidades:

- 1) **Mantén una actitud neutral en tu lenguaje corporal y tus palabras.** ¿Acaso importa quien lo empezó? Diga «Estoy aquí para ayudar a ambos».
- 2) **Retire temporalmente los objetos** o a los niños de las fuentes de conflicto.
- 3) **Quizas necesites un tiempo para calmarte.**
- 4) **Escuchen ambas versiones** «Estás enfadado porque ella derribó tu torre. Ella está enfadada porque no quieres jugar con ella».
- 5) **Pasemos a las soluciones.** «¿Cómo podemos resolver esto o arreglar lo que pasó? ¿Te gustaría que ella volviera a construir tu torre? Busquemos un buen momento para que puedan jugar juntos».

3 estrategias para hermanos mayores en conflicto

Una vez que se hayan establecido las habilidades de resolución de conflictos y los golpes no sean un patrón, comience la práctica de "dejar que lo resuelvan ellos mismos". Ellos son responsables de los conflictos y de su relación. Como padre no hay que interrumpir o dañar con estar muy involucrados.

Hazlos salir: Los hermanos deben irse del área hasta que terminen de pelear y encuentren una solución. «No estoy dispuesto/a a escuchar estos gritos. Saben cómo resolver conflictos y arreglar las cosas. Vuelvan cuando tengan una solución».

Retírate: Usted abandona la habitación. «No estoy dispuesto/a a escuchar la pelea. Me voy. Avísenme cuando lo hayan resuelto. Les ayudaré si es que no pueden resolverlo después de intentarlo primero sin mí».

Sopórtalo: Permanece presente, pero no intervengas. «No voy a intervenir, ya que esto es cosa de ustedes dos. Yo confío en que tienen la capacidad de resolver problemas».



Pautas y ideas para considerar:

«Puedes estar enfadado y, aun así, mantener el respeto. Inténtalo de nuevo». «Habla sin atacar». «Expresen su punto de vista». «¿Cómo pueden arreglar la situación?». **Fortalece su amistad:** crea experiencias compartidas u oportunidades para trabajar en equipo.

Profundizar el aprendizaje

Las relaciones entre hermanos (incluidos los primos) son importantes. Pueden llegar a ser las relaciones más duraderos en la vida de una persona. Aunque no siempre exista cercanía emocional, los hermanos son testigos tanto de los momentos felices de la familia como de sus dinámicas disfuncionales. **Los hermanos representan la primera experiencia de amistad y pueden ejercer una influencia mayor que la de los padres.** Pueden servir de modelo positivo o negativo; asimismo, tienen la capacidad de hacerse mucho daño, ya que conocen bien los puntos vulnerables del otro. ***Esta relación es demasiado importante como para dejar que evolucione por sí sola. Establezcan una cultura familiar en la que los hermanos sean importantes y donde el amor y el respeto se esperen y se practiquen.***

Puntos Claves

- Los conflictos ofrecen lecciones valiosas.
- Fomenta el desarrollo de habilidades y guíalos a través de los pasos necesarios.
- Evita arreglar la situación, resolver el problema o decirles qué hacer.
- Deja que tengan responsabilidad de resolver sus problemas ellos mismos.
- Observa y comenta cuándo utilizan con éxito las habilidades que están desarrollando.
- Intencionalmente dale importancia tener tiempo a solas y a las experiencias compartidas.
- Crea una cultura en la que la familia sea lo más importante.



Disciplina Positiva Los Recursos Comunitarios
P.O. Box 5365 Santa Cruz, CA
info@pdcrc.org
PDCrc.org