

UN NUEVO LUGAR PARA EL PRIMOGÉNITO

Cuando llega el hermanito

El nacimiento de un segundo hijo genera una situación compleja en el seno de la familia, que exige a los padres manejarse cuidadosamente para que el hermano mayor se adapte al cambio y asuma sin grandes dificultades la presencia del bebé.

Cuando llega el segundo hijo, los padres suelen encontrarse con una situación compleja pues a los cuidados y atenciones especiales que deberán brindarle al recién nacido, se sumará la necesidad de acomodar, conservando un equilibrio, al nuevo integrante dentro del núcleo familiar, que ya tenía roles establecidos. Y quien hasta ese momento era hijo único y centro de todas las miradas dejará de ser el pequeño de la casa para convertirse en el hermano mayor.

Para que este cambio no resulte demasiado duro para el primogénito y no repercuta negativamente en la formación de su personalidad –proceso influenciado por el lugar que ocupa cada hijo en la familia–, los padres tendrán que extremar los cuidados en el trato con él y estar muy atentos a sus manifestaciones.

Si bien es recomendable hacer participar al hermano mayor –atendiendo a su edad cronológica– en los cuidados del bebé para menguar los celos, para que tenga un papel activo y para que, de a poco, vaya creando un vínculo con esa nueva personita, hay que evitar excederse en las responsabilidades que se le otorgan (ver recuadro).

Por ejemplo, se lo puede dejar que colabore (aunque para los padres represente más trabajo que ayuda) en el momento de cambiarle el pañal, de bañarlo o darle de comer, pero siempre desde un segundo lugar y bajo la supervisión de un adulto. La idea es que tenga un papel de asistente o acompañante y no de persona a cargo o responsable, ya que no hay que olvidar que sigue siendo un niño.

Esta iniciativa acarrea efectos benignos sobre el chico,



Para que el primer hijo asuma la presencia del nuevo miembro de la familia será necesario un proceso que debe desarrollarse paulatinamente, de forma natural y alentado por el diálogo.

en una situación en la que es común que crea que ya no es importante para los mayores y se sienta solo y dejado de lado, ya que con ella se lo está integrando positivamente en la relación de los padres con el hermanito, se disminuyen los riesgos de que baje su autoestima y se promueve la desaparición de los miedos al rechazo y al abandono.

Es positivo que los adultos reconozcan esa ayuda públicamente, resaltando la colaboración del niño entre las personas del entorno, ya que así él sentirá que cumple un papel significativo y se sentirá útil e integrado a la nueva realidad. También es importante destacar las cosas que pueden hacer los hijos mayores en función de su



crecimiento y edad. Y conviene informar reservadamente a familiares y amigos si el chico sufre demasiado por los celos, para que le demuestren interés y no le brinden toda la atención al más chico.

Los papás refuerzan el vínculo fraterno y ayudan a superar el sentimiento de celos del primogénito al involucrarlo en las tareas y los juegos que tienen con su hermano. Paulatinamente, en el mayor se atenuará la sensación que lo lleva a percibir al bebé como un rival que vino a ocupar su lugar y comenzará a verlo como un aliado que lo acompañará en sus travesuras y con quien podrá jugar y compartir diversas situaciones. A la vez, con el paso del tiempo, el más pequeño aprenderá del más grande, a quien seguirá, imitará y tomará como referente, al punto de considerarlo su ídolo en muchas oportunidades.

El intento de imponerle al primer hijo la aceptación del hermano probablemente genere en el chico un sentimiento inverso, un rechazo. Para que asuma la presencia del nuevo miembro de la familia será necesario

Los papás refuerzan el vínculo fraterno y ayudan a superar el sentimiento de celos del primogénito al involucrarlo en las tareas y los juegos que tienen con su hermano.



un proceso que debe desarrollarse gradualmente, de forma natural y alentado por el diálogo, que tiene que servir de medio para que el pequeño exprese sus emociones.

Los papás tienen que explicarle la nueva situación al niño, mostrarle su apoyo, compartir sus sentimientos y recordarle de manera constante que ellos tienen amor para todos sus hijos en igual medida (un buen recurso es enseñarle fotos de cuando él era un bebé para que sienta que fue tratado de la misma forma). Además, es recomendable dedicarle un tiempo especial, sólo para él, y no permitir que nada interfiera con ese momento.

Lo ideal es tratar de que no se produzcan muchos cambios en su rutina para que no sienta inseguridad, así como es primordial que se eviten las comparaciones porque, usualmente, el hijo mayor se sentirá menospreciado y desplazado por el bebé o, bien, sobrevalorado.

Es clave que los padres se ocupen de fomentar una relación fraternal positiva, pues el establecimiento de sólidos lazos de unión entre los hermanos redundará en beneficio de toda la familia. Y para los chicos significará la posibilidad de contar con un compañero con quien transitar la vida entera. 🧡

CUANDO EL "TÍTULO" DE HERMANO MAYOR SE VUELVE PESADO

Puede ocurrir que en su afán de promover la colaboración del primogénito en las labores relacionadas con el cuidado del bebé, los padres sometan al hermano mayor a una carga que le resulta muy pesada y el chico termine siendo demasiado exigente en la realización de la tarea por la presión que siente al asumir dicho compromiso. Se trata de una situación que se debe evitar, dado que él es un niño y son los adultos quienes tienen que contenerlo de manera adecuada en circunstancias que se le presentan como muy difíciles.

En otros casos puede suceder lo contrario, que el primogénito se revele ante el cambio de roles, no quiera ayudar a cuidar a su hermano y presente problemas de conducta. Por más problemático que sea, los padres tendrán que tener una buena dosis de paciencia, no mostrarse enojados, ser comprensivos y tolerantes y permitir la exteriorización de los sentimientos hostiles del chico, para que no se desarrollen otros más complejos como, por ejemplo, el de culpabilidad o el de culpabilizar al bebé, con el consiguiente aumento de celos o resentimiento hacia el nuevo integrante de la familia.

Asesoró:
Diana Rizzatto
Psicóloga