

## Vivir entre hermanos

Tener un hermano es un privilegio que nos acompañará a lo largo de la vida. Muchas veces es una fuente de cariño, amistad, alegría y entretenimiento compartido. Tener un hermano significa tener un compañero y un apoyo en los diferentes momentos de la vida y no estar solo frente a los desafíos que se nos presenten.

La interacción entre hermanos ofrece la posibilidad de relacionarse y aprender a compartir. Se comparte la carga genética, el amor por los padres, los acontecimientos familiares, el ambiente del hogar, el espacio físico, los paseos, recuerdos, juguetes, ropa o libros. Todo esto contribuye a fortalecer lazos y estrechar vínculos.

Sin embargo, esta convivencia trae consigo también tensiones, conflictos, celos y otras dificultades. Los hermanos se convierten en los primeros rivales. Serán comunes las discusiones y disputas, ya sea por el sitio en la mesa, por quién irá en el asiento del copiloto, quién será el primero en escoger algo, entre otras cosas. De esta manera, un hermano será capaz de inspirar diferentes e intensas emociones. Pueden pasar de ser los peores enemigos a convertirse en los mejores aliados en un mismo día.

Los hermanos también suelen tener influencia en el desarrollo de la personalidad en función al lugar que ocupan en la familia. Por ejemplo, los hermanos mayores pueden actuar como modelos y ser un guía para los menores, ya sea positivo, cuando actúan como cuidadores y muestran un comportamiento responsable; o negativo cuando generan situaciones de interferencia o inducen a la precocidad.

Juntos, los hermanos, experimentan distintas situaciones que les permitirán desarrollar un profundo amor para el resto de sus vidas. Esta relación será única y se puede convertir, posiblemente, en la más intensa y duradera de las



relaciones entre pares. Así, vivir entre hermanos contribuirá al desarrollo social y afectivo del niño ya que los pequeños pasan, por lo general, más tiempo con sus hermanos que con cualquier otra persona de su entorno.

Enseñarles a llevarse bien es un desafío importante que, como padres, debemos asumir. Nos corresponde ayudar a nuestros hijos a consolidar el vínculo entre ellos y a mantener una convivencia armoniosa.

### Algunas ideas para promoverla son:

- **Brindar un buen ejemplo.** Es fundamental que los padres se lleven bien entre ellos, se traten con respeto y modelen formas adecuadas de comunicación y de solución a los conflictos. La manera en que los padres se relacionan con sus propios hermanos también es un modelo a tener en cuenta. Recordemos que los niños aprenden principalmente de nuestras acciones.

- **Evitar las comparaciones y respetar la individualidad de cada uno.** Cada hijo es único y diferente, valora sus cualidades de manera individual y nunca los etiquetes ni compares. Resalta sus características particulares para que se sientan queridos.

• **Buscar momentos para cada uno.** Trata de distribuir el tiempo de manera equitativa con cada uno de tus hijos, todos quieren un rato de exclusividad.

• **Promover la colaboración.** Procura que todos participen por igual en las diferentes tareas de la casa, encarga a cada uno responsabilidades diferentes, trata de no encasillarlos en un mismo rol.

• **Fomentar que se cuiden entre sí.** Involúcralos en las rutinas y en el cuidado de sus hermanos; por ejemplo haz que se ayuden a atar los cordones de los zapatos, recoger los platos de la mesa, leerse cuentos entre ellos, ayudarse con las tareas del colegio, etc. También es importante orientarlos sobre los diferentes riesgos a los que pueden exponerse en la vida cotidiana y que ellos a su vez participen de forma activa para ayudar a prevenir estas situaciones y cuidarse entre hermanos.

• **Hacerlos partícipes de las vivencias de sus hermanos.** Es importante compartir con todos los momentos de alegrías o tristezas, ya sea para celebrar juntos o apoyarse cuando se sienten decaídos siempre y cuando se respeten los momentos de privacidad. Por ejemplo, ir a ver un partido y hacerles barra, acompañarlos a una exhibición que les interese, ver sus actuaciones, etc.

• **Reconocer los conflictos.** Es natural que dentro de cada familia se presenten discrepancias y desacuerdos. La mejor forma de enfrentarlos es reconocerlos, asumirlos y tratar de buscar la mejor solución posible.

• **Ayudarlos a regular sus emociones.** Escucha sus incomodidades y preocupaciones, a veces los hijos necesitan que alguien los escuche para sentirse acompañados, esto los ayuda a reducir su fastidio, verbalizar sus emociones y controlar la cólera.

• **Guiarlos para buscar la reconciliación.** Es fundamental que los niños aprendan desde pequeños a no ser rencorosos, a aceptar sus errores frente a los demás y a pedir disculpas sin importar quién inició el conflicto (abrazarse, darse la mano, mirarse, etc.). Hagámosles saber y sentir que los gestos valen más que las palabras.

• **Organizar espacios de juego en familia.** Compartir momentos de juego en familia ayuda a estrechar vínculos y crea espacios informales de intercambio y comunicación, además de ser un momento propicio para enseñarles a ganar y perder, respetar turnos y seguir reglas.

• **Usar palabras positivas para corregir a los hijos.** Promover siempre la reflexión sobre los acontecimientos y reforzar el comportamiento deseado, así como establecer normas y acuerdos en familia, es una actitud que hará que los pequeños aprendan a autorregularse, respeten a los demás y desarrollen un mejor concepto de sí mismos.

*“Un hermano mejora la calidad de vida dado que aumenta el bienestar emocional, proporciona compañía, ofrece cariño y, con mucha frecuencia, aporta seguridad de carácter duradero”<sup>1</sup>. (María del Mar García Orgaz, 2017)*

### **Cuentos recomendados para niños, disponibles en nuestra biblioteca:**

- Los tres hermanos osos, de Marie-Delval.
- El día que tenga un hermano, de Christian Jolibois.
- Vas a ser el hermano mayor, de David Bedford y Susie Poole.

### **Referencias:**

(1) GRACIA, María del Mar. Con mis hijos. com. Las relaciones entre hermanos. En: <http://www.conmishijos.com/las-relaciones-entre-hermanos.html>

MARCHENA, Paola. El Nuevo Diario.com. La importancia del vínculo entre hermanos. Nicaragua (abril, 2017) En: <http://www.elnuevodiario.com.ni/especiales/426024-importancia-vinculo-hermanos/>

ROLDÁN, María José. Guía Infantil.com. Cómo potenciar el vínculo entre hermanos En: <http://www.guiainfantil.com/articulos/familia/hermanos/como-potenciar-el-vinculo-entre-hermanos/>

ALDANA, Raquel. La mente es maravillosa.com. Siete lecciones de vida que nos enseñan los hermanos. En: <https://lamenteesmaravillosa.com/7-lecciones-de-vida-que-nos-enseñan-los-hermanos/>

CASTRO, Raquel. Desde Songo – La Maya: Consejos para fomentar la relación entre hermanos En: <http://www.sonidosm.icrt.cu/15-inicio/opiniones/374-desde-songo-la-maya-consejos-para-fomentar-la-relacion-entre-hermanos>

