






# CONFLICTOS ENTRE HERMANOS





Las razones que llevan a los hermanos a pelear pueden ir desde querer el mismo juguete a necesitar más atención. Según los expertos, la mayoría de hermanos y hermanas experimentan cierto grado de celos y competitividad que pueden fácilmente acabar en disputa



¿Puede salir algo bueno de esto?



# Habilidades para la vida

Durante sus "batallas" los más pequeños aprenden a resolver problemas y conflictos. Por ejemplo, cuando se disputan el único ejemplar de un juguete.

También practican el autocontrol. Con el tiempo, los hermanos y hermanas consiguen no enfadarse.

Eso les ayudará a controlar los impulsos agresivos y comunicarse de forma inteligente en su vida adulta. Por último, cuando los niños hablan entre ellos de sus problemas una vez se apaga la luz para ir a dormir, lo que hacen es aprender a escuchar y a desarrollar empatía por el otro.



# Minimizar la competencia

Una de las cosas más importantes que un padre puede hacer para disminuir la cantidad de conflictos entre hermanos en su casa es minimizar la competencia. Evite comparar a los hermanos. Evite las recompensas, pero no se olvide de celebrar los logros de cada niño de una manera que sea apropiada para ellos. Utilice el aliento en lugar del elogio. Evite etiquetar o tratar a uno como el bravucón y a otro como la víctima (nunca se sabe exactamente lo que ha pasado). Si tiene que intervenir en un conflicto, ponga a los niños en "el mismo barco", trate a todas las partes por igual.



# Dedicar tiempo para entrenar

El siguiente paso que puede dar es "dedicar tiempo al entrenamiento". Anime a sus hijos a utilizar sus palabras. Enséñeles a utilizar los "mensajes yo" (me siento enfadado cuando entras en mi habitación sin tocar la puerta). Enséñeles que "detenerse" significa "detenerse". Si alguien en la casa dice "alto", significa que dejas de hacer o decir lo que estabas diciendo o haciendo. Las burlas son hirientes. Pueden ir demasiado lejos y herir los sentimientos, lo que lleva a herir más. Pregunte a sus hijos: "¿tus palabras son hirientes o útiles?". Reconozca los sentimientos que hay detrás del comportamiento.



# Analizar el conflicto entre hermanos en casa



Una vez que haya puesto de su parte para disminuir la competencia y haya proporcionado algún tipo de entrenamiento, es hora de que se aparte del conflicto. Analice el conflicto entre hermanos en su casa. ¿Cuántos de ellos se deben realmente al problema en cuestión o a la implicación de papá o mamá? Lo crea o no, sus hijos pueden ver su reacción negativa como algo mejor que lo que está ocurriendo entre ellos.



# La próxima vez que los niños entren en conflicto, pruebe una de las siguientes estrategias:

- Apártese: Cuando comience el conflicto, póngase a su nivel físico... asegúrese de tener contacto visual y de que lo escuchen. Entonces diga "Noto que están teniendo un conflicto, confío en que los dos pueden solucionarlo. "
- Escuche: Deje que ambos hermanos compartan su historia sin interrumpir y sin juzgar.
- Traten a los hijos de igual manera.
- Méntanse al mundo de los niños.
- No sobreproteja a ninguno de sus hijos, esto solo fomenta que uno se ponga en el papel de víctima y el otro en el del poder.
- Para prevenirlo asegúrese de tener tiempo especial con cada hijo.
- Si la pelea se sale de las manos, trate de redirigir el comportamiento a otra actividad no competitiva, y si esto no sirve es necesario separar a los hermanos hasta que se logren tranquilizar, y ya que estén tranquilos haga un seguimiento para ayudarlos a resolver el problema.





PS. JHOSELYN GONZALES

# GRACIAS

