

Hermanos

Celos del bebé que va a nacer

“Mario, es sordo y es nuestro hijo mayor. Nunca había sido celoso pero desde que nació Paula le hemos visto un cambio muy grande: está todo el día llamando la atención, se porta mal y no sabemos ya qué hacer. ¿Serán celos?”

¡Y yo qué!

Cualquier cambio que vivimos (un trabajo nuevo, cambiar de ciudad...) implica muchas dudas, a veces miedo por lo que vendrá, curiosidad por cómo será... Esperar un bebé es un gran cambio y un acontecimiento que se vive de forma muy intensa no sólo por los papás y mamás: también para el resto de la familia.

- ❖ **Para los papás y mamás...** Es normal que ahora tengáis que estar más pendientes del bebé que va a nacer o que ha nacido, preparar la casa, acudir al médico... Un sinfín de cosas necesarias que son nuevas para toda la familia.
- ❖ **Para los hermanos y hermanas...** Han sido los reyes y las reinas de la casa, el centro de las atenciones y mimos de toda la familia. Con el nacimiento del bebé, mamá se va al hospital, vuestra hija o hijo se tiene que quedar con el abuelo y la abuela, la casa se llena de gente para ver al bebé, mamá se pasa el día con el recién nacido, no se pueden ir al parque toda la tarde... ¡Y tiene que tener cuidado para no despertarle! ¿No es normal que tenga celos?.

¡Manos a la obra!

1. Antes de empezar

Los celos son un sentimiento que, en algún momento de nuestra vida, todas y todos hemos experimentado. La mayoría de los niños y niñas sienten celos cuando va a nacer su hermano o hermana, aunque luego le quieran con locura. Puede ser una estupenda ocasión para que aprendan a adaptarse a las nuevas situaciones, a ser más flexibles y a aceptar los cambios. Démosles las herramientas necesarias para disfrutar y aprender de esta experiencia.

Los celos se manifiestan de muchas formas que no tienen que darse en todas y todos los niños y niñas. Estas manifestaciones nada tienen que ver con su sordera y sí con este sentimiento tan intenso y difícil de explicar (para grandes y pequeños) como son los celos. Cada niño y niña vivirá este sentimiento de forma muy distinta, conozcamos sus manifestaciones más comunes:

- ❖ **Malestar físico.** Sí, aunque parezca increíble vuestra hija o hijo puede llegar a tener dolor de tripa y vómitos, le puede costar dormir o incluso tener algunos dolores inventados.
- ❖ **Mal comportamiento.** Llorar, tener pataletas, está más agresivo incluso con el bebé... Todas estas son manifestaciones de los celos, no saben expresar lo que sienten y su forma de expresarlo es portándose mal: su mejor estrategia para captar vuestra atención.
- ❖ **Vuelta a etapas anteriores.** Hacerse pis en la cama, meterse el dedo en la boca, querer biberones o purés... son formas de decir *“yo también quiero que me hagáis todo ese caso y por eso haré lo que el bebé”*.

Mamás y papás

Los celos se terminan superando con vuestra ayuda y sin duda es una oportunidad para que vuestra hija o hijo aprenda de este nuevo sentimiento, de esta nueva situación. Mucho ánimo, seguro que estáis haciendo ya muchas cosas bien.

2. Una buena manera de empezar

Los celos que sienten ante la llegada del bebé no se viven de la misma forma a una edad que a otra. Por lo general, entre los tres y cuatro años es cuando más rabietas y llamadas de atención tendrán ante la llegada del bebé. Esto es así porque “temen” que vayáis a dejarles de querer. A partir de los seis años ya razonan de otra forma y esto les permite entender que “no os va a perder”. Para que esta situación tan novedosa se lleve de la mejor forma os dejamos algunas ideas importantes:

Ya en el embarazo...

- ❖ **Muchos cambios.** Es importante que vaya preparándose para los nuevos cambios y qué mejor manera que se lo contéis de forma sencilla y natural: “*vas a tener un hermano*”. Verá cambios en la tripa de mamá y en la casa y es muy positivo que ya desde el principio lo vaya sabiendo y vaya sintiéndose partícipe de esta nueva aventura familiar. La comunicación vuelve a ser una de las claves con vuestra hija o hijo sordo.
- ❖ **Tener una hermana o hermano pequeño.** Es posible que vuestro hijo o hija espere que de esa tripa tan grande salga una niña o un niño listo para jugar, signar, ver la tele juntos... Es muy importante que ya en el embarazo le vayáis explicando que cuando nazca se pasará la mayor parte del tiempo durmiendo, llorando y comiendo. Una buena ocasión para aprender a tener paciencia: ¡cuando crezca serán grandes compañeros o compañeras de aventuras!

No dejéis de ver el siguiente apartado, seguro que os da muchas ideas:

Mi familia > Hermanos > Explicarle que va a nacer un bebé

Quando nazca...

- ❖ **Mejor pocos cambios.** Ante el nacimiento de un nuevo hermano o hermana es frecuente que los cambios les afecten más. Esto es normal: se están adaptando a una nueva situación. Por eso es mejor evitar, en la medida de lo posible, otros cambios. Así, si estáis pensando en cambiarle de la cuna a la cama, quitarle el pañal o que vaya a la guardería mejor esperar a hacerlo un poco más adelante o antes de que nazca: así no lo vivirá como un desplazamiento. Y mantener sus rutinas será siempre una gran idea.
- ❖ **Ante su mal comportamiento...** No es una etapa para regañarle mucho, culpabilizarle o exigirle que cuide al bebé: necesita tiempo para adaptarse a esta nueva situación. Buscar un rato para pasar juntos, recordarle todo lo que le queréis y lo bien que os sentís de que sea tan mayor, así como ignorar su mal comportamiento, es mucho más efectivo.
- ❖ **Ante su buen comportamiento...** Como habéis hecho hasta ahora, no dejéis de reconocerle todas esas cosas que hace bien: cuando come solo, si ha sacado una buena nota, cuando ayuda en casa, lo bien que hace las letras... Seguro que le encanta.
- ❖ **Si aparecen los celos...** Explicarle qué es eso que siente, es un sentimiento igual que cuando estás triste o contento y a veces hace que te duela la tripa, como si tuvieras un nudo muy fuerte. Es algo normal sentirlos pero hay que aprender a controlarlos para no portarse mal.

¿Qué ha aprendido toda la familia?

Aprender a adaptarse a los cambios es algo que le servirá para toda la vida y con la llegada de un bebé a la familia podrá ir aprendiendo esta lección tan importante.

Aunque surjan celos y al principio sea complicado, una vez que vuelva a encontrar su sitio en esta nueva situación y se dé cuenta de que papá y mamá no han dejado de quererle un momento y que va a poder compartir con su hermano o hermana un montón de cosas seguro que estará encantado.

Hablan las mamás y los papás...

Nos dimos cuenta de que Lucía tenía celos porque pegaba al bebé

Muchas veces, esta agresividad es un intento de tratarle igual que si fuera uno de sus amigos o amigas del cole o de la guardería: no se dan cuenta de que son más delicados. Lo mejor es retirarle y explicarle de forma tranquila y relajada que no puede pegarle y que no se lo vais a permitir. Es probable que vuestra hija o hijo nunca haya estado con un bebé y hay que enseñarle cómo tocarle, acariciarle, cogerle...

Para profundizar en este tema no dejéis de consultar el siguiente apartado:

Mi familia > Hermanos > Le pega y hace como que no oye

A veces se hacía más pequeña de lo que era. Al principio le regañábamos mucho pero entendimos que eran celos

Como hemos visto, a veces ocurre que por los celos vuelvan a hacer cosas típicas de etapas anteriores y que ya habían superado: meterse el dedo en la boca, querer comer cosas de bebés, meterse en la cuna para dormir... Todas estas manifestaciones son típicas de los celos. Lo mejor es no darles mucha importancia, ignorarlas y cuando no lo haga hacerle sentir lo contentos que

estáis cuando come sin ayuda, duerme en su camita... Nunca ridicularizarles. Sentir que ser el mayor o la mayor tiene muchas ventajas es también una buena idea.

Carlos se portaba tan mal por los celillos y no porque fuera sordo... es normal

¡Pues claro! la sordera nada tiene que ver con tener o no celos. Ante la llegada de un bebé la mayoría de niños y niñas los sienten. Ante su mal comportamiento lo mejor es ignorarlo, siempre y cuando no ponga en peligro al bebé. Lo importante es hacer como habéis hecho hasta ahora y darle una especial importancia a la comunicación: buscar recursos para explicarle que va a nacer un hermano o hermana, contarle los cambios que van a haber, hacerle participe del proceso y por supuesto recordarle todo lo que le queréis y lo especial que es. No dejéis de ver el apartado de ***Algunas buenas ideas***, seguro que encontráis más recursos para explicarle todas estas cosas.

En el siguiente apartado os contamos lo mejor que podéis hacer ante una rabieta:

Mi hijo de 0-6 años > Educar en casa > Rabieta

¿Cómo es posible que tenga celos? ¡Si la queremos como siempre...!

Ellos y ellas todavía no son capaces de razonar que tenéis amor de sobra para cada miembro de la familia y que siguen siendo igual de especiales que antes de la llegada del bebé. Los celos son una reacción natural de los niños y niñas ante esta situación tan novedosa y no es bueno culpabilizarles por sentirlos. Lo importante es enseñarles a manejar todo eso que sienten y dedicarles tiempo en exclusiva: aunque sean quince minutos al día, pero serán su momento especial con mamá y papá.

Intentábamos que no estuviera todas las noches durmiendo en casa de los abuelos

Para ellos y ellas parece que todo está cambiando: mamá que está en el hospital, las visitas, la casa parece otra... Es una buena idea intentar mantener sus rutinas en la medida de lo posible y no dejarles todas las noches durmiendo en casa de los abuelos, por ejemplo. Así no sentirá tantos cambios ante esta nueva llegada.

Cuando hay visitas es nuestro hijo Lucas quién les enseña al bebé

Esta sin duda es una gran idea, ya que así recupera su protagonismo y se siente alguien importante en casa. Es normal que ahora vengan las visitas, que se le dediquen muchas atenciones al bebé, regalos etc. Vuestra hija o hijo tendrá que adaptarse a todo esto así que, implicarle en pequeñas tareas hará que se sienta participe de esta situación tan bonita. Por supuesto siempre que él o ella quiera.

Algunas buenas ideas

- ❖ ***¿Me ayudas a elegir su ropa?*** Como hemos estado viendo, implicarles en pequeñas tareas relacionadas con el cuidado y los preparativos para el bebé favorece que sienta que forma parte de esta etapa tan nueva. Nunca obligándoles.
- ❖ ***Toca la tripa.*** Para vuestra hija o hijo todo esto es muy nuevo y seguramente no entienda que ¡un bebé puede caber en la tripa! Vuestras explicaciones sencillas, que ponga su manita en la tripa, que sienta cuando se mueve... le irán acercando a entenderlo.
- ❖ ***Su álbum de bebé.*** ¿Por qué no recordar juntos cuando nació vuestra hija o hijo? Seguro que le encanta ver fotos de cuando era bebé, que le contéis lo que le queréis y todo lo que le hacíais en el día a día, alguna anécdota divertida... Además así se irá haciendo una idea de cómo será el bebé cuando nazca.

- ❖ **¿Pensamos un nombre bonito?** Seguro que tiene un montón de ideas sobre el nombre que quiere poner al bebé ¿Por qué no preguntarle? Podéis hacer juntos una lista y ordenar los que más os gusten.
- ❖ **Jugando a reconocer emociones.** Aprender a distinguir las emociones es algo muy positivo y algo que le servirá para otras situaciones con caritas, fotos o cuentos. Podéis jugar a aprender los signos y el nombre de cada emoción, encontrarlas en un cuento (susto, miedo, sorpresa, alegría...) y representarlas.
- ❖ **Los cuentos.** Como hemos visto son siempre un buen recurso: los podéis usar para explicarle aspectos del embarazo o incluso el tema de los celos. Hay muchos cuentos en los que el protagonista siente celos. Le hará entenderlo mejor y se sentirá identificado viendo cómo otro resuelve lo mismo que siente él o ella.
- ❖ **¿Te apetece bañarle?** Pedirle su colaboración en tareas de cuidado del bebé siempre que le apetezca puede ser una gran idea: se sentirá importante y además aprenderá a cuidarle, cómo cogerle, qué cuidados hay que tener...
- ❖ **Ventajas de ser el mayor.** Se puede acostar más tarde, puede ayudar en casa, ya sabe montar en bici, puede cocinar con papá... Ahora que ha llegado el bebé es importante que note que ser mayor ¡tiene un montón de ventajas!

¿No te ha quedado claro?

No olvides que puedes consultarnos en el apartado Pregúntanos.

Además en la colección de DVD **Mi hijo sordo** podrás ver aspectos relacionados con las niñas y niños sordos en estas edades. Ver Materiales.