

GUÍA PARA PADRES

CUENTO: FIFÍ, BUBÚ, Y EL PUENTE COLGANTE

Por Maria Alejandra Dyer, psicóloga infantil C.Ps.P. 35731.

1 EL DESAFÍO

Por más que muchos padres lo desearan, no existe en el mundo hermanos que no se peleen. El conflicto entre los seres humanos es parte de su naturaleza, y entre dos o más personas que conviven juntas, aún más. Evitar las peleas o discusiones entre los hijos es imposible. Sin embargo, lo que sí es posible es enseñarles a afrontar los conflictos de manera adecuada, desarrollando empatía y respeto por el otro.

Es importante considerar que la frecuencia de las peleas o discusiones entre hermanos se va reduciendo a medida que crecen. Asimismo, su capacidad para solucionar conflictos se va desarrollando con el paso del tiempo. Por lo tanto, mientras más pequeños son nuestros hijos, más tendremos que intervenir.

2 ALGUNOS CONSEJOS:

- No ver el conflicto como algo negativo. Si nos estresamos y molestamos, nos convertimos en parte del problema y será más complicado llegar al fin de la pelea. Mostrando calma y comprensión (hacia ambas partes) colaboraremos con el camino a la solución.
- Tiempo fuera. Lo ideal es, en primer lugar, darles el espacio para que resuelvan el problema solos. No obstante, si la pelea se vuelve muy “acalorada”, lo mejor es separar a las partes en ambientes diferentes, pero no como castigo, sino como una oportunidad para estar en un espacio tranquilo y calmarse.
- Escucha activa. Dar espacio a ambas partes para que puedan expresar lo que sucede. Aprovechemos este momento para preguntar sobre cómo se sintieron, validando sus emociones y haciendo una reflexión sobre sus propias reacciones o comportamientos.
- No juzgar. Enfocarse en encontrar al “culpable” puede generar rivalidad a largo plazo entre los hermanos. Los padres debemos funcionar como mediadores, más que como jueces.
- Enfocarse en la solución y no en el problema. En el rol de mediadores, es importante que guiemos la conversación hacia la búsqueda de posibles soluciones para luego elegir la más justa. Probablemente, debemos re-enfocar la atención de los hermanos, ya que la tendencia será a enfocarse en el problema y en la búsqueda del “culpable”.
- Normas y límites claros. Si bien se aconseja que se dé espacio abierto al conflicto como parte del desarrollo saludable en una relación de hermanos, hay ciertas cosas que no están permitidas. El maltrato, las burlas, los insultos u otras actitudes negativas deben estar estrictamente prohibidas. Enseñando con el ejemplo, es importante fomentar en casa el respeto, compañerismo y el buen trato, por más molestos o fastidiados que estemos.

3 ¿CÓMO FOMENTAR UNA BUENA RELACIÓN ENTRE HERMANOS?

- Favorecer el diálogo y las conversaciones sobre las emociones de los miembros de la familia.
- Evitar las comparaciones directas entre hermanos o poner a alguno de los hijos como “modelo” de comportamiento.
- Potenciar la autoestima de los niños, permitiéndoles destacar desde sus propias individualidades.
- Facilitar el intercambio de afecto, apoyo y complicidad entre hermanos.

4 ACTIVIDAD

Luego de leer el cuento “Fifí, Bubú y el puente colgante”, hagamos una actividad linda que nos recuerde lo bonito que es ser hermanos y cómplices. Elijamos el juego de mesa que más disfrutemos y pasemos un momento especial en familia. Pero ¡eso sí!, ésta vez será juego hermanos contra papás, y verán lo divertido que será enfrentarse como equipo a papá y mamá.

Pd. Si notas algún comportamiento nuevo o distinto en tu hijo que llame tu atención, y quisieras conversar un poco más al respecto; te recomendamos considerar una consulta psicológica. Yo puedo ayudarte si me escribes a este correo mariale.dyer@gmail.com