



## Rivalidades entre Hermanos

**Categoría: Social**

### Comportamientos Relacionados

- Acusa
- Pelea
- No comparte
- Compite
- Culpar
- Es un Bully
- Es Resentido
- No Juega
- Mandón/a

### Qué hacer:

**Hable consigo mismo.** Dígase a sí mismo: “Deseo que mis hijos se llevarán mejor, pero yo puedo manejar la situación. Ser competitivo es parte normal de la naturaleza humana.”

**Empatía.** Dígase a sí mismo: “Yo competía con mi hermana, así como mi hija pelea con su hermano. Entiendo que es difícil amar a tu hermano o hermana cada minuto del día. Yo le entiendo.”

**Enseñe.** Dígase a sí misma: “Yo le puedo ayudar a mi hijo a aprender a llevarse bien con sus hermanos y apreciar sus logros sin que se compare o se sientan en competencia con los ellos.”

**Use la empatía cuando su hijo/a ignore a sus hermanos.** Pregúntele como se sentiría el, si su hermana lo ignorara y no le hablara cuando ella invite a jugar. Diga: “Es importante tratar a otra persona como tu quisieras que te traten – con respeto y cariño.”

**Promueva el uso de elogios/comentarios amables.** Motive a su hijo a decir algo agradable de su hermana cuando ella cumpla una meta, como ganar en un juego o tener buenas calificaciones en la escuela, para enseñarle a expresar alegría por los logros de alguien más.

**Ponga la meta de llevarse bien.** Ponga metas de convivir bien que se asocien a los privilegios de cada niño. Por ejemplo: “Mientras se lleven entre ustedes, podrán jugar con su aparato electrónico más tarde.”

**Programe el cronómetro.** Cuando se peleen entre ellos por su ayuda, un ejemplo, diga: “Programaré el cronómetro en mi teléfono por 10 minutos. Cuando suene, cambiaremos de lugar, y ayudare a tu hermano (hermana).”

**Elogie la buena convivencia.** Cuando estén conviviendo bien, señálelo por medio de poner su atención en ese comportamiento. Diga: “Me encanta que estén jugando y conviviendo bien además de que están tomando turnos con los bloques.” y “Me gusta cuando usan palabras buenas, como cuando dicen “gracias” cuando tu hermana te da el bloque grade para ponerlo hasta arriba de la torre.”

**Ofrezca opciones.** Diga: “Pueden escoger entre llevarse bien al jugar o ser separados hasta que puedan ser amables uno con el otro. Ustedes escogen.” O puede decir: “Pueden llevarse bien y seguir jugando o no llevarse bien y perder el privilegio de ver sus pantallas.” Deje que sus hijos creen el hábito de tomar decisiones a para darles un sentido de control sobre sus vidas y para que aprendan a tomar buenas decisiones por si solos.

**Use el Tiempo de Calma.** Cuando parezca no haber fin a las peleas entre hermanos simplemente diga: “Me da pena que hayan elegido no convivir bien y calmarse, llevaré a cada uno de ustedes a Tiempo de Calma así pueden pensar en maneras de cooperar el uno con el otro y llevarse bien. Cuando estén calmados por unos minutos, hablaremos de lo que ustedes harán para cooperar y convivir bien.

**Evite el Juego de Culpabilidad.** En vez de intentar saber qué fue lo que sucedió cuando algo se rompa, por ejemplo, simplemente diga: “Lamento que no se estaban llevando bien y esto se haya roto. Ya que los dos estaban aquí, asumiré que ambos son responsables. Ahora juntos arreglaremos lo que se rompió.”

**Mantenga un registro de los turnos en el calendario familiar.** Para evitar peleas por causa de a quien le toca qué, anótelos en el calendario familiar. Cuando alguien diga, “No es mi turno limpiar la mesa después de cenar,” será rápidamente verificado cómo correcto o incorrecto al revisar el calendario.

**Qué no hacer:**

**No ponga de ejemplo a uno de sus hijos.** Cuando usted le dice a un niño, “¿Por qué no puedes ayudar como tu hermana?” usted crea una rivalidad entre hermanos que pronto se convertirá hostil. Así que evite hacer comparaciones negativas.

**No “rescate” cuando los niños no convivan bien.** Rivalidades entre hermanos a menudo serán por juguetes, privilegios, porciones, atención de los padres, y muchas otras cosas. Si siempre interviene para resolver los enfrentamientos, usted siempre tomará ese rol. Hermanos aun siendo adultos llaman a su mamá para acusar a su hermano/a y quieren que intervenga cómo forma de “ganar” la aceptación de ella. Póngale un alto a este juego al decir, “Lamento que no se estén llevando bien. Ustedes resuélvanlo. Yo sé que encontrarán una solución pacífica.” Luego vigílelos para que no haya violencia al resolver la disputa.

**No se moleste cuando sus hijos no se amen todo el tiempo.** Los niños no pueden vivir en el mismo hogar sin participar en alguna rivalidad. Es naturaleza humana.

Mantenga la tensión al mínimo dándole su atención a la buena convivencia y no dejando que los pleitos se vuelvan físicos.

**No guarde rencor.** Después de que hayan resuelto una pelea, no les recuerde a sus hijos que solían ser enemigos. Vuelva a comenzar sin rencor y ayúdeles hacer lo mismo.

Los autores y la Fundación Crianza con Amor y Límites se deslindan de cualquier responsabilidad por consecuencias dañinas, pérdida, heridas, o daño asociado con el uso y aplicación de información o consejo contenido en estas recetas y en este sitio. Estos protocolos son guías clínicas que deben ser usadas en conjunto con el pensamiento crítico y el juicio crítico.

©2018 Fundación Crianza con Amor y Límites

## Mente S.E.T.

Los primeros 3 pasos para resolver problemas de comportamiento

### **Háblese a sí mismo**

Primero, cálmese.

### **Empatía**

Segundo, póngase en los zapatos de su hijo.

### **Enseñe**

Tercero, enséñele a su hijo lo que quiere que haga.

## Recordatorios Alentadores

### **Seré paciente.**

La paciencia es la clave. Mi hijo aprende a ser respetuoso al ser tratado respetuosamente.

### **Práctica, práctica, práctica.**

Mi hijo aprende practicando lo que quiero que aprenda. Seré un maestro constante.

### **Centraré los elogios en el comportamiento de mi hijo.**

Mi amor y aceptación por él es incondicional ... es su comportamiento lo que quiero cambiar.

### **Seré positivo**

Evitaré las luchas de poder manteniendo mi tono de voz positivo. Mi hijo y yo somos un equipo, trabajando hacia el mismo objetivo.

### **Nunca es demasiado tarde.**

Siempre puedo comenzar a enseñarle a un niño un nuevo comportamiento.

### **No es el fin del mundo si cometo un error de disciplina.**

No existe tal cosa como un padre perfecto. Voy a regresar al camino correcto con las soluciones de enseñanza en *Behavior Checker*.

©2018 Raised with Love and Limits Foundation

“Fundación Crianza con Amor y Límites”