

Un nuevo hermanito



El nacimiento de un nuevo bebé marca un gran cambio dentro de la familia aún cuando no sea el primero. Se trata de una nueva persona que formará parte del núcleo familiar a quien habrá que abrirle un espacio y darle cabida. Muchas veces quienes más sienten el cambio son los otros niños de la familia, por ello debemos prepararlos lo mejor posible para recibir al nuevo hermanito.

Cada niño debería tener la oportunidad de recibir un tiempo de "atención exclusiva"; así, cuando planificamos tener un segundo hijo lo ideal es esperar a que el primero ya sea un poco más independiente y ya no demande tanta atención y tiempo de sus padres. De esta manera, ya le habremos dado la oportunidad de crear un sentido de seguridad y confianza, y estará mejor preparado para entender que la presencia de un nuevo niño en la familia no significa la pérdida de su lugar en el hogar, ni el peligro de que sus necesidades no sean cubiertas. Estará en mejor disposición de recibir al nuevo hermanito como una buena noticia y no como una amenaza contra su bienestar.

De cualquier manera, debemos estar preparados a la reacción de los niños frente a la llegada de un nuevo bebé. En algún grado, todo niño se siente desplazado por dejar de ser el más pequeño de la casa y, casi automáticamente, los adultos dejamos de tratarlo como el niño pequeño para comenzar a tratarlo como el hermano mayor.

Lo mejor que puedes hacer para preparar a tu hijo para la llegada del hermanito es vincularlo lo más que puedas al proceso del embarazo. Haz que participe en la preparación de la habitación y en las cosas para el bebé, la decoración. Estimúlalo para que le escoja o prepare un regalo de bienvenida, háblale constantemente del bebé.

Una vía muy útil para vincular al hermanito son los juegos de estimulación prenatal. Hablarle al bebé en el vientre, ponerle música, sentir los movimientos del bebé dentro de mamá, son todos juegos en los que el pequeño hermanito puede participar, divertirse, compartir contigo y aprender a querer al nuevo miembro de la familia.

Al mismo tiempo, no dejes de dedicarle una atención especial a él. Dedica tiempo para conversar con tu hijo de sus cosas, sus experiencias, sus inquietudes, sin que tenga que salir necesariamente el tema del hermanito. Déjale saber que sigues

manteniendo una relación especial con él, donde él sigue siendo único, y sigue teniendo un espacio en tu vida que no perderá aunque lleguen más hermanitos.

De todas maneras es muy común que comience a comportarse como un niño más pequeño; tal vez vuelva a mojar la cama en la noche, o te pida biberón o que lo cargues en tus brazos. Ten paciencia y compréndelo, estas pequeñas regresiones probablemente sean pasajeras. Hazlo sentir especial y hazle ver las ventajas de ser un niño grande, privilegio que no tiene su hermanito. Si los padres reaccionan muy severamente o con mucha ansiedad frente a estas señales de celos es posible que el niño se cargue aún más de ansiedad. Lo mejor es enfrentar la situación con paciencia y cariño, al mismo tiempo que guiamos al niño para asumir el cambio que habrá en la familia y para recibir con amor al nuevo miembro de la familia.

Nelly Palma

Psicólogo

Venezuela