



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° – MES DE 2011

## “CELOS INFANTILES”

AUTORÍA <b>DOLORES MARÍA RAMÍREZ SÁNCHEZ</b>
TEMÁTICA <b>CELOS INFANTILES EN EDUCACIÓN INFANTIL Y PRIMARIA</b>
ETAPA <b>EDUCACIÓN INFANTIL Y EDUCACIÓN PRIMARIA</b>

### Resumen

En muchas ocasiones los padres y los maestros de Educación Infantil y de Educación Primaria podemos encontrarnos con niños que presentan conductas que nos indican la existencia de celos hacia hermanos y necesitar orientaciones acerca de la manera más adecuada para corregir estas conductas.

Los celos pueden alterar el clima de convivencia familiar y escolar pudiendo afectar en el estado de ánimo de los diferentes miembros de la familia así como en el rendimiento educativo del niño, en su actitud y en las relaciones que presente en el colegio con los compañeros.

A lo largo del presente artículo, pretendo hacer un resumen de cuáles son las características que suelen presentar los niños con celos, cuáles son las causas que los producen y los factores que influyen en su aparición, cómo se manifiestan... así como mostrar algunas pautas y estrategias educativas que pueden ser utilizadas tanto por padres como por maestros y otros profesionales que trabajen con el niño y que nos ayudarán a prestarles la atención educativa individualizada que necesitan estos alumnos y así poder resolver este problema.

### Palabras clave

- Celos infantiles, causas de los celos infantiles, factores que influyen en su aparición, cómo se manifiestan, orientaciones y estrategias de intervención...



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº – MES DE 2011

## 1. INTRODUCCIÓN

Los celos son un estado afectivo que se caracteriza por el miedo del niño a que disminuyan el cariño o la atención que presenta un ser querido (principalmente sus padres) debido al temor a que esa persona prefiera a otra (generalmente un hermano). La persona que sienta celos puede percibir la realidad distorsionada y mostrar envidia y resentimiento hacia el que considera un rival lo que le provoca una baja autoestima, angustia, sufrimiento o malestar, rechazo, dificultad para concentrarse y ansiedad.

Las causas que provocan los celos pueden ser reales (el niño sufre comparaciones con sus hermanos por parte de sus padres) o imaginarias (cuando el niño atribuye o malinterpreta la intención de sus padres).

Los celos no tienen mayor importancia sino son circunstanciales y pasajeros, pero hemos de prestar atención cuando sean persistentes o alteren la convivencia ya que si continúan en el tiempo pueden producir síntomas como agresividad, inseguridad, desconfianza...

## 2. FACTORES QUE INFLUYEN EN LA APARICIÓN DE LOS CELOS

Existen determinados factores que facilitan o dificultan la aparición de los celos infantiles.

Es más fácil que aparezcan cuando el niño tiene baja tolerancia a la frustración, es sensible, es el primogénito, tiene un autoconcepto débil, poca autonomía, forma parte de una familia de padres separados, la diferencia de edad entre los hermanos es igual o inferior a tres años, la madre lleva un mal embarazo y no dedica todo el tiempo que antes dedicaba al hijo, se establecen comparaciones entre los hermanos, hay una excesiva atención al hermano menor, se produce un incremento de órdenes y exigencias hacia el niño...

## 3. POSIBLES CAUSAS DE LOS CELOS INFANTILES

Entre las posibles causas o situaciones que pueden producir en el niño el miedo a perder el cariño de sus padres o la sensación de que éste haya disminuido podemos mencionar las siguientes:

- **El nacimiento de un hermano:** Quizás ésta sea la causa más común de los celos infantiles ya que el recién nacido necesita de una serie de atenciones y cuidados que hacen que el niño



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° – MES DE 2011

pierda una parte de las atenciones que se le dedicaban a él ya que ahora debe compartirlas con el bebé.

Por otra parte, el estado anímico y emocional de los padres así como el cambio de hábitos tras el nacimiento del bebé como cansancio, estrés, ansiedad, depresión... influyen también en los otros hijos.

- **Características de los hijos:** Ciertas características de la personalidad de los niños son determinantes en la aparición de los celos. Por ejemplo, los niños sensibles, metódicos, con poca capacidad para aceptar los cambios, inseguros, con baja autoestima, con dificultades para expresar sus sentimientos... tienen más posibilidades de desarrollar conductas celosas.

La personalidad y sensibilidad de cada niño también influirán en cómo éste se enfrente al nacimiento de un nuevo miembro en la familia ya que cada niño afrontará este hecho de una forma diferente reaccionando de forma distinta.

Si alguno de los niños presenta dificultades físicas, intelectuales, de personalidad... requerirá mayor atención y cuidado por parte de los padres y familiares por lo que, en ocasiones, los hermanos pueden sentirse menos atendidos y aparecer conductas celosas.

En cambio, si alguno de los hermanos goza de una personalidad extrovertida, divertida y con altas capacidades o habilidades sociales, los familiares y amigos le prestarán más atención sintiéndose relegados los demás hermanos.

- **El momento evolutivo del niño:** Los celos son comunes y normales cuando el nacimiento del hermano se produce entre los 2 años hasta los 5 o 6 años aproximadamente. Cuando la llegada del hermano se produce durante la fase de apego del niño a la madre, es probable que el éste reaccione con un comportamiento celoso demandando más atención.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° – MES DE 2011

Se considera que los celos tienen un valor adaptativo ya que constituyen un sistema de regulación del niño para afrontar una nueva situación. Lo habitual es que vayan desapareciendo o reduciéndose a medida que el niño se hace mayor.

Los celos entre hermanos pueden producirse del hermano mayor hacia el menor y al contrario. En el primer caso, suelen aparecer conductas regresivas (conductas infantiles de imitación del hermano pequeño, enuresis secundaria...) y en el segundo, los celos se dan en el sentido de identificarse con el hermano mayor que le sirve de modelo al tiempo que se reivindican los derechos y privilegios que se le otorgan por su edad más avanzada.

- **Los estilos educativos de los padres así como el clima familiar:** En ocasiones, los padres manifiestan preferencias o dedican mayor atención a uno de los hijos por diferentes motivos (que necesite mayores cuidados por padecer algún tipo de deficiencia o debido a que por su personalidad, al contar con más recursos sociales, acapare mayor atención) lo que produce celos en los otros.

Es frecuente en muchas familias establecer un trato y educación diferente a los hijos en función de su sexo lo que puede producir un sentimiento de inferioridad en los otros hermanos.

En aquellas familias que no se realizan comparaciones entre hermanos, se establece un trato igualitario destacando lo mejor de cada hijo y se adopta un estilo educativo comunicativo, flexible y abierto se minimizan los riesgos de celos.

- **Factores ambientales:** La personalidad del niño se va formando a lo largo de su vida en base a la interacción de su genética con las experiencias vividas y la educación recibida.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° – MES DE 2011

Los niños que en su infancia han sufrido malos tratos, carencias afectivas, agresiones, abandono... pueden desarrollar una necesidad continua de atención, poca tolerancia a compartir su espacio y sus posesiones con otras personas y presentar conductas celosas.

También se puede producir el caso contrario, aquellos niños a los que se les han concedido todos los caprichos, a los que se les ha tolerado todo, no se les han impuesto unos límites o normas, no se les ha reprendido... pueden manifestar celos ante otro hermano u otro niño.

- **Los privilegios** que pueden percibir los niños por parte de sus profesores o de sus familiares también pueden dar lugar a celos entre ellos y provocar un clima de tensión en el ambiente familiar o escolar y en la dinámica del trabajo del aula.

#### 4. TIPOS DE CELOS INFANTILES

Los más frecuentes son los celos cuando nace un hermano menor pero también se producen celos hacia los hermanos mayores. Es importante la intervención de los padres, familiares y los maestros para hacer desaparecer las conductas que se pueden producir fruto de los celos.

- **Celos del hermano mayor:** Al nacer un nuevo miembro en la familia, es posible que se produzcan celos por parte del hermano mayor ya que se producen numerosos cambios en el entorno, los cuidados y gestos de afecto así como el tiempo de los padres y los familiares han de repartirse, es posible que la atención se focalice principalmente en el bebé al necesitar más cuidados... Como consecuencia el niño puede manifestar conductas desde las agresivas hasta las regresivas para tratar de captar la atención de sus padres.

En estos casos es importante reforzar la autoestima del niño, hablarle en un tono pausado y calmado cuando haga algo mal, hacerle sentir único y querido, dedicar momentos para jugar y hablar con él, reforzarle las conductas positivas, darle mayor confianza en sí mismo, mostrarle afecto, hacerlo participe de alguno de los cuidados del bebé con supervisión para que se sienta importante y supere sus sentimientos de inseguridad y hostilidad.



ISSN 1988-6047

DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° – MES DE 2011

- **Celos en los hermanos menores:** También es posible que se produzcan celos del hermano menor hacia el mayor. Es frecuente que el hijo menor quiera superar al mayor para llamar la atención de los familiares o porque siente envidia hacia éste. Por otro lado, también puede comportarse como un bebé para recibir más cuidados y atenciones.

## 5. MANIFESTACIONES MÁS FRECUENTES DE LOS CELOS INFANTILES

Dependiendo de la personalidad del niño, su edad y circunstancias ambientales las manifestaciones de sus celos variarán. Los indicadores de la presencia de celos pueden ser muy variados y van desde la aparición de conductas de aislamiento, infelicidad y frustración a conductas disruptivas y agresivas dirigidas tanto a las personas objeto de envidia como hacia las figuras de apego.

En general, los niños celosos pueden manifestar algunas de las siguientes conductas:

- **Dificultad para obedecer, negativismo, terquedad, agresividad...:** En ocasiones, los niños adoptan conductas desafiantes hacia los padres, familiares y profesores, menosprecian a compañeros, se aíslan socialmente, muestran pruebas de afecto exageradas. Al desobedecer, el niño consigue enfadar a los padres, familiares y maestros y obtener su atención.

La agresividad surge cuando existe una baja tolerancia a la frustración, falta de autocontrol e ineficacia en la expresión y solución del conflicto emocional. Es posible que se manifieste en el niño en forma de enfados, irritabilidad, insultos, golpes e, incluso, agresión física hacia sí mismo o a personas u objetos relacionados con la persona hacia la que se proyectan los celos.

- **Cambios de humor no justificados y signos de infelicidad:** Algunos niños se vuelven más introvertidos tras el nacimiento del hermano. Esta reacción se relaciona con un descenso de la autoestima al sentirse apartados. Pueden experimentar cambios de estado de ánimo sin causa aparente: pasar de tranquilidad y quietud a intranquilidad, de alegría a tristeza, de actividad a inactividad.



ISSN 1988-6047    DEP. LEGAL: GR 2922/2007    Nº – MES DE 2011

Es posible que los niños muestren lloros frecuentes sin motivo, signos de infelicidad o frustración y momentos de tristeza acompañada de manifestaciones verbales al no sentirse suficientemente queridos.

El niño puede mostrar desinterés por cuanto le rodea, mostrarse apático, despistado y aburrido. También es común que el niño celoso interrumpa constantemente, se muestre muy alborotado o incordie cuando se está atendiendo al pequeño.

- **Negativismo:** Responder negativamente a actividades y propuestas que antes aceptaba porque le gustaban incluso sin escuchar lo que se le ofrece o se le solicita.
- **Regresiones de conductas e hitos ya superados:** Vuelven a un habla infantil, a usar el chupete, desean dormir en la cuna, no se despegan de los padres, no controlan los esfínteres, presentan gestos inmaduros como chuparse el dedo...
- **Alteraciones en los patrones de sueño** (sueño irregular, pesadillas, insomnio, terrores nocturnos, desear dormir con los padres...) **y hábitos alimentarios** (menos apetito, volverse más selectivo con los alimentos, rechazar platos que antes le gustaban, solicitar que se le de la comida en lugar de comer solos...).
- **Negar sistemáticamente los errores propios y culpabilizar a los otros de sus problemas o actitudes** (en especial al hermano objeto de celos). El niño puede irritar deliberadamente al bebé despertándole de su sueño, agredéndole, quitándole el chupete o molestándole con excesiva atención física.
- La tensión emocional puede llevar al niño a desarrollar **somatizaciones** y, por ello, presentar síntomas de malestar indefinido, cansancio, dolor abdominal, cefalea, vómitos, mareos, insomnio, terrores nocturnos, diarrea, etc.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº – MES DE 2011

## 6. ORIENTACIONES Y ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN

Para poder regular los celos es importante conocer cuál es su origen. En primer lugar, hemos de tener en cuenta las características del niño, su edad, circunstancias, etc. También es importante diferenciar entre la aparición repentina de los celos o un temperamento o personalidad celosa. En el primer caso, podemos sospechar la irrupción de algún elemento novedoso como puede ser el nacimiento de un hermano. En el segundo caso, se trata de niños con cierta predisposición a padecerlos y su tratamiento será más complejo.

Una vez identificados los celos, los padres, maestros, demás familiares y otras personas que estén al cuidado del niño deberán consensuar una estrategia común para ayudarlo.

A nivel general exponemos una serie de orientaciones para minimizar las conductas celosas:

- Es fundamental establecer un equilibrio en el trato a los diferentes hermanos de forma que no haya un trato de preferencia hacia ninguno de ellos ni se establezcan comparaciones entre los niños. Los padres deben hacer ver a sus hijos como únicos e irrepetibles y estar atentos para reforzar las conductas adecuadas con lo que también mejorarán su autoestima.
- Debemos educar a los niños en el control de sus emociones para que puedan aprender a soportar pequeñas frustraciones, alegrarse del éxito de los demás, responder con tranquilidad ante situaciones adversas, aceptar sus incapacidades y dificultades con optimismo...
- Siempre que sea posible, debemos ignorar las conductas inadecuadas (rabieta, desobediencia, negativismo...) ya que al regañar continuamente al niño podemos bajar aún más su autoestima y reforzar su idea de que ha perdido el cariño de sus padres.

Cuando se tranquilice, debemos escuchar al niño y responderle con tranquilidad, permitiéndole la expresión de sus emociones y haciéndole ver que se le comprende aunque también le digamos que sus sentimientos y actitudes son exagerados.





ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° – MES DE 2011

Puede usarse algún tipo de sanciones como, por ejemplo, el aislamiento en su cuarto durante un tiempo, no ver el programa de televisión, etc. Siempre que se utilice este tipo de sanciones hay que explicar al niño por qué le castigamos, además de señalarle qué debe hacer para actuar correctamente, siempre manteniendo la calma para mostrar al niño cómo se resuelven los conflictos.

- Hemos de enseñarles a respetar la autoridad de los padres, admitir los límites establecidos en la familia y conseguir que se acepten las normas de casa de forma democrática. Resulta necesario conseguir que se respeten aquellas normas que la unidad familiar estime imprescindibles. No obstante, si algún hijo se rebela, conviene que los padres expliciten los límites de la convivencia familiar.
- Aumentar el tiempo en actividades y juegos de toda la familia es buen método para mejorar la comunicación y estrechar lazos. Los padres, maestros y otros familiares deben tratar de fomentar actitudes más cooperativas y menos competitivas para educar a los niños en la solidaridad y el altruismo. Tienen que enseñarles a convivir, compartir, esperar su turno, valorar a los demás y alegrarse por ellos...
- Cuando los celos se producen del hermano mayor hacia otro de edad inferior puede resultar útil irle recordando de forma sutil las ventajas que tiene al ser mayor (por ejemplo: acostarse más tarde o poder realizar ciertas actividades). También, para los niños a partir de los 3 o 4 años aproximadamente puede ser útil darles cierto protagonismo respecto a los cuidados hacia el hermano pequeño y la importancia de su ayuda para la familia.

Intentemos, dentro de lo posible, combinar la atención necesaria hacia el bebé con la atención emocional hacia el hermano mayor estableciendo una relación positiva con él, dialogando y permitiéndole expresar sus sentimientos, haciéndole sentir seguro y querido, valorando sus logros, ayudándole en la realización de las tareas escolares, no dejaremos de prestarle un tiempo para él o le daremos un espacio para su propio protagonismo... Podemos pasar momentos exclusivamente con el niño, participando en sus juegos y entretenimientos para que note que le queremos y le escuchamos.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° – MES DE 2011

- Es muy importante favorecer el contacto con sus iguales pues además de las ventajas de la socialización al relacionarse con niños de su edad podrá salir en algunos momentos de la situación que le crea malestar.
- Permitirles y enseñarles a resolver los conflictos entre los hermanos y con sus compañeros. Es preciso dejar que los niños aprendan a solucionar sus problemas entre ellos, con la menor intervención de los padres.
- Fomentar la cooperación entre los hermanos en las tareas de la casa, recados...
- Es bueno preparar al niño ante la llegada de un hermanito. Aunque esto no evita los celos, puede disminuirlos o minimizar sus efectos y consecuencias, sobre todo si desde antes del nacimiento se le va haciendo ver que a él se le seguirá queriendo igual. Podemos hacerles partícipe de la elección de los objetos que compraremos para el bebé teniendo en cuenta sus gustos. Hay que tener en cuenta que a menor diferencia de edad entre los hermanos, el niño mayor va a notar más el cambio. Hay que procurar mantener las pequeñas rutinas y hábitos del niño (horario de dormir, aseo, comida...).
- Tras la llegada del bebé, debemos involucrar a los hermanos en las tareas de cuidado, higiene, alimentación... del hermano menor.

## 7. COMUNICACIÓN ENTRE LOS MAESTROS Y LOS PADRES DEL ALUMNO CON CELOS

Es importante que los padres comuniquen a los maestros el problema que presenta el niño en el ámbito familiar para comprobar si también lo manifiesta en el colegio influyendo en la relación con sus compañeros y maestros y en su rendimiento escolar.

Se deben llevar a cabo pautas de educativas comunes entre los padres, familiares, maestros y otros profesionales que atienden a los alumnos que presenten celos para que las estrategias metodológicas, la respuesta educativa, las líneas de trabajo e intervención educativa y las normas aplicadas y refuerzos sean las mismos por todas las personas que trabajan con el niño y se puedan generalizar los aprendizajes realizados en la escuela y en el hogar.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° – MES DE 2011

En clase, el maestro puede trabajar actividades y juegos cooperativas con los niños para enseñarles a comunicarse, estrechar lazos, educarles en la solidaridad y el altruismo, enseñarles a convivir, compartir, respetar a los demás, cumplir las normas, esperar su turno...

Los maestros deben estar atentos para reforzar las conductas adecuadas con lo que también mejorarán su autoestima.

Los padres pueden informar al profesorado de las conductas que presenten en otros contextos diferentes al colegio por lo que es preciso mantener reuniones frecuentes para intercambiar información y establecer acuerdos.

## 8. CONCLUSIÓN

La finalidad de este artículo es que los padres, familiares y maestros conozcan algunas de las características que, con mayor frecuencia, presentan los alumnos con celos así como mostrar algunas pautas y estrategias educativas que pueden ser utilizadas tanto por padres como por maestros y otros profesionales que trabajen con el niño y que nos ayudarán a prestarles la atención educativa individualizada que necesitan estos alumnos y así poder resolver este problema.

Hemos de mencionar que en la mayoría de los casos en que se producen situaciones en las que se detectamos conductas celosas en los niños, éstas pueden considerarse como manifestaciones naturales, propias de la edad y considerarlas como un proceso de adaptación y maduración en la evolución normal de los niños.

Cuando apreciamos que se producen estas conductas celosas por parte del niño hacia un hermano menor o mayor podemos poner en práctica alguna de las orientaciones educativas antes mencionadas y sobre todo actuar con calma y tranquilidad ante el niño haciéndole sentir querido.

Como ya se ha comentado anteriormente, es importante que establezcamos pautas educativas comunes con los otros familiares que comparte tiempo con el niño así como que comuniquemos en el colegio la situación que se vive en el ámbito familiar para poder establecer con los maestros las mismas pautas educativas. Si transcurrido un tiempo no apreciamos en el niño una evolución satisfactoria o comprobamos que las conductas evolucionan negativamente por su intensidad o frecuencia, podemos consultar un psicólogo.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° – MES DE 2011

## 9. BIBLIOGRAFÍA

- Polaino- Lorente, A. (1991): *Hijos celosos*. Barcelona: Ediciones CEAC. Gobierno de Navarra. Departamento de Educación y Cultura. Servicio de Renovación Pedagógica.
- Faber, A. y Mazlish, E. (2001): *¡Jo, siempre él!: Soluciones a los celos infantiles*. Madrid: Editorial Alfaguara.
- Herbert, M. (2002): *Padres e hijos: problemas cotidianos en la infancia*. Madrid: Ediciones Pirámide.
- Ortigosa Quiles, J.M. (2002): *Mi hijo tiene celos*. Madrid: Ediciones Pirámide.
- Tabera Galván, M<sup>a</sup> V. (2003): *¡Claro y yo que! Los celos infantiles* Madrid: Teleno Ediciones.
- Dalloz, D. (2003). *Los celos*. Madrid: Ediciones Internacionales Universitarias.

### Autoría

---

- Nombre y Apellidos: Dolores María Ramírez Sánchez
- Centro, localidad, provincia: C.E.I.P. "Miguel Berrocal", Villanueva de Algaidas (Málaga)
- E-mail: [dollyrsa@hotmail.com](mailto:dollyrsa@hotmail.com)