

## LOS CELOS EN LA ETAPA INFANTIL

### 1. ¿QUÉ SON LOS CELOS?

Los celos, son un estado afectivo caracterizado por el miedo a perder o ver reducidos el cariño y la atención de alguien querido. En un sentido estricto, se entiende, como el sentimiento producido por el temor de que la persona amada prefiera a otra; frecuentemente, este sentimiento va acompañado de envidia o resentimiento hacia quien se percibe como rival.

La persona que siente celos percibe la realidad algo distorsionada; considera que es menos querida que antes, parece tener un radar que le trae a la memoria lo que le produce angustia, su autoestima suele ser baja, vive con ansiedad, puede experimentar rechazo a aquello que le produce satisfacción, le cuesta centrarse en actividades que exigen concentración, o se aísla en su mundo.

### 2. LOS CELOS EN LOS NIÑOS

Los celos son sentimientos de envidia y resentimiento hacia otra persona que se supone obligada a prestarnos atención y no lo hace. En la familia, la rivalidad entre los hermanos por conseguir el afecto y la atención de los padres suele ser el principal y primer motivo de celos.

Los celos son un estadio relativamente normal que hay que superar, hay que prestarle atención cuando alteren la convivencia y el desarrollo normal del niño o sean persistentes y no remitan pasados los cinco años de edad.

### 3. CAUSAS DE LOS CELOS

Existen distintas situaciones que pueden provocar en el niño el temor a perder el afecto de los padres o el sentimiento de haberlo ya perdido.

Estas causas pueden ser:

- El nacimiento de un hermano. El recién nacido requiere una serie de cuidados y atención que hace perder al mayor parte de la que se le dedicaba a él; la conducta de la madre hacia los hijos cambia durante y después del embarazo, puede aparecer impaciente o fácil de enfadarse, estos cambios están asociados a la gestación y el niño hace responsable de ellos al bebé.

- Los favoritismos y preferencias de los padres. A veces abierta y otras solapadamente los padres manifiestan preferencias por uno de los hijos, lo que crea celos en los otros. Puede existir una situación especial que se crea entre dos hermanos cuando alguno de ellos presenta algún tipo de deficiencia, sobre todo física, con lo que acapara la atención y protección de los padres.

-La excesiva dependencia o necesidad de uno de los padres por parte del niño. Normalmente los niños/as muestran una excesiva dependencia de la madre, lo que desencadena celos hacia al otro progenitor por considerarle rival.

-El sentimiento de inseguridad y de inadaptación. El niño o la persona insegura frecuentemente envidia a los demás; estos sentimientos suelen ser el resultado de situaciones de ridículo en la infancia, de sentirse rechazado o bien criticado de forma severa. El alentar la competencia entre los hermanos favorece la presencia de los celos.

#### **4. MANIFESTACIONES MÁS FRECUENTES**

El niño o la niña celosa pueden mostrar una o varias de las siguientes conductas:

- Signos de infelicidad y/o frustración: lloro frecuente y sin motivo aparente, momentos de tristeza, preguntas alusivas a sí se le quiere o no.
- Negativismo: responder con un NO, a propuestas que antes aceptaba, a veces sin escuchar lo que se le expone y/o pide.
- Cambios en el desarrollo del lenguaje: habla infantil imitando el lenguaje del pequeño, repetición de palabras y frases, tartamudeo.
- Escaso apetito: come menos que antes y se niega a probar alimentos que antes pedía.
- Sueño irregular: en general pide ir a la cama de los padres, o solicita compañía en la suya, llama frecuentemente a un adulto.
- Cambio de estado de ánimo sin causa aparente: pasa de quietud a intranquilidad,

de alegría a tristeza, de actividad a inactividad.

- En casos extremos pueden aparecer manifestaciones de tipo orgánico: vómitos, anorexia, mareos, terrores nocturnos, insomnio etc.
- En ocasiones adoptan conductas desafiantes hacia los padres/madres, familiares y profesores, menosprecian a compañeros, se aíslan socialmente, muestran pruebas de afecto exageradas...

## **5. LOS CELOS INFANTILES**

### **5.1 La conducta de apego**

Se entiende por conducta de apego aquella conducta que el niño llega a adquirir durante los primeros meses, un patrón de comportamiento todavía no bien asentado y en el que apenas si intervienen los procesos cognitivos que aun no están desarrollados.

El apego infantil se manifiesta a través del deseo que el niño tiene respecto de la proximidad física de su madre, reclamando su atención visual y auditiva y también sus frecuentes contactos táctiles. El niño busca a través del apego un soporte o ayuda en los que apoyarse mejor, cuando más desvalido se siente. Precisamente por eso cuando empieza a andar y explorar su habitación mira hacia sus padres, como buscando a través de este contacto visual, la aprobación de lo que está realizando, o ser confirmado en la seguridad de lo que está haciendo no entraña ningún peligro.

El apego tiene mucho que ver con el aprendizaje del comportamiento social, ya que sin él no se da la empatía, ni la amistad, ni ningún tipo de afecto hacia los que le rodean. La persona con la que el niño establece la conducta de apego suele tener una notable influencia en el comportamiento futuro del niño, puesto que por el lazo afectivo que entre ellos se establece acaba por ser la persona más observada, más imitada de todas las que están en el entorno del niño.

Se habla en cambio de vinculación afectiva entre el niño y su madre cuando la interacción entre ambos resulta privilegiada; caricias, gestos de aprobación, sonrisas, abrazos... y la conducta de apego deja paso a otro tipo de relación, en el que los procesos mentales y los procesos afectivos juegan un importante papel.

Sobre esta vinculación afectiva entre el niño y la madre que acontece en el primer año de vida, se va a vertebrar el proceso de socialización del niño, el proceso mediante el cual el niño adquiere los motivos, valores y normas, de comportamiento que necesita para adaptarse al grupo en el que vive. Simultáneamente a este proceso de socialización, y como formando parte de él, comienza a desarrollarse y madurar los procesos mentales y cognitivos que le permitirán conocerse a si mismo, representarse

a los demás, establecer relaciones y vínculos con ellos, interiorizar las normas sociales...

Si el apego y los vínculos afectivos entre el niño y su madre se rompieran, como consecuencia de la llegada de un hermano, las consecuencias que sufrirá el niño potencialmente celoso sería:

1.- Pérdida del apoyo afectivo.(contactos físicos y psíquicos) que hasta entonces tenía.

2.-Desvalimiento ante cualquier amenaza de su salud física o psíquica.

3.- Instalación en una nueva situación caracterizada por la desconfianza, la inseguridad, y el descontento, al no disponer de la constante atención protectora de sus padres.

4.- Renuncia a continuar sus exploraciones descubrimientos de la realidad, al sentirse inseguro ante lo desconocido y no disponer de los gestos de aprobación de sus padres.

5.-Privación del abundante y variado flujo estimular (contacto visual, emisión de sonidos, y todo lo que constituye la interacción recíproca con sus padres), al filo de lo que se comunica en cada uno de los determinados contextos, que el niño recibe de su familia.

6.- Dificultades en la comunicación y en las estrategias que debe aprender para expresar lo que necesita, para responder a lo que se solicita, etc.

7.- Pérdida del modelo que hasta entonces se había identificado,(madre) así como insatisfacción o frustración de cualquier deseo de hacerse semejante a él, lo que constituye una disminución de la conducta de imitación y una grave dificultad para interiorizar las normas y los valores, es decir el desarrollo social.

Las manifestaciones directas o indirectas del comportamiento celoso expresan la existencia de un conflicto que es preciso resolver con urgencia, dado lo mucho que el niño tiene que perder si no se soluciona.

Muchas de las manifestaciones indirectas de la conducta celosa (rabietas, protestas, rechazos de comida, vómitos, lloriqueo, etc.) son ellas mismas desajustadas. Pero gracias a esas conductas desajustadas los padres descubren el comportamiento celoso de sus hijos, comportamiento que sería ignorado si no fuera acompañado de alguna de estas manifestaciones.

La manifestación directa e inmediata del comportamiento celoso, se inscribe en el ámbito íntimo de la afectividad del niño, que es más difícil de identificar, observar y apresar por los adultos.

Desde esta perspectiva los celos se nos manifiestan como un comportamiento afectivo, defectuoso, como una vinculación ansiosa a través de la cual el niño expresa su temor a ser abandonado o a perder para siempre las figuras de apego que justo hasta este momento le habían servido para su desarrollo personal y que todavía le resultan imprescindibles.

La amenaza que el niño percibe respecto de la vinculación afectiva con su madre es tanto más seria cuando al niño se le exigen muchos cambios, o acaso demasiados para él.

Así la interacción con la madre (después del nacimiento del hermano) cambia de ser una relación absorbente y exclusiva, se transforma en una relación impermeable y participativa, la madre le da algo y parcialmente. Si al niño se le había tratado hasta ahora de forma permisiva, a partir de ahora se le trata con cierta autoridad, debe controlar sus esfínteres, debe comer y dormir a sus horas. Si antes se le protegía de continuo, acogiéndolo en brazos, balbuceando igual que él, imitando sus sonidos... ahora se le reta a nuevos aprendizajes y obligaciones, aprender a andar, a vestirse, adquisición de conceptos, desplazarse por sí mismo, desarrollo de nuevos hábitos de independencia y autonomía... todo lo cual puede comportar en ciertos niños la aparición de ansiedad.

De esta forma el egocentrismo infantil que vive el niño de esta edad da paso a una realidad cada vez más exigente y también menos placentera, que el niño debe interiorizar para llegar a encarnar en su conducta las normas y valores por las que sus padres se rigen.

El inicio del aprendizaje formal, la iniciación en la educación infantil es otra importante exigencia sobreañadida sobre el niño.

Debe de matizarse que en la mayoría de los niños los celos tienen su iniciación a partir de las vicisitudes sufridas por su conducta de apego, éstas deben de entenderse como una conducta normal aunque también normalmente debe de ser superada.

## **5.2 La edad de comienzo de los celos**

Desde el punto de vista de la psicología del desarrollo, la mayoría de los investigadores afirman que los celos infantiles no aparecen antes del primer año y medio de la vida, (18 meses) prolongándose durante toda la primera infancia hasta alrededor de los siete años.

La mayor frecuencia de la incidencia suele acontecer a los 18 meses de edad. Esta etapa evolutiva es especialmente importante por cuanto en ella acontece el

desarrollo de ciertas habilidades que incrementan la autonomía comportamental y personal del niño.

A los 18 meses el desarrollo cognitivo es más que suficiente para hacerse cargo de su posición afectiva en el ámbito de la propia familia. El egocentrismo propio del periodo sensoriomotor ha sido superado por el egocentrismo cognitivo, capaz ya de asumir las primeras diferenciaciones del propio yo. A los 18 meses ya ha aparecido la marcha y el control de esfínteres, se dispone de un mínimo de lenguaje socializado y las estructuras cognitivas permiten la interacción con otros sujetos de la misma y distinta edad.

Lo más frecuente es que el nacimiento de un nuevo hermano sea el factor desencadenante del comportamiento celoso, aunque en ocasiones los celos pueden aparecer sin estar vinculados a este factor.

Hay casos, menos frecuentes, que la conducta celosa puede aparecer en el hermano menor de edad. En este caso los celos surgen porque entre ambos hermanos surge una relación de rivalidad; estudiemos algunos casos:

a) El hecho de que se suela delegar en el hermano mayor la autoridad de los padres, para que la ejerza sobre el hijo más pequeño. Lo que hace disparar en el hermano pequeño sentimientos de rebeldía.

b) Esta delegación de autoridad de los padres en el hermano mayor, es vivida por el hermano pequeño como una demostración de que éstos le tienen a aquél un afecto mayor, por lo que surge la envidia en el hermano pequeño.

c) Los celos del hermano pequeño surgen por una admiración de las habilidades y capacidades del hermano mayor, así como los supuestos privilegios con los que los padres parecen tratarle.

Los celos aparecen en el hijo mayor respecto del más pequeño porque el hijo mayor tiene mucho más que perder que el hijo pequeño (lo que significaría sentirse destronado por un intruso)

Por otra parte para poder establecer esa rivalidad competitiva entre hermanos por el afecto de los padres, es necesario que el niño tenga un desarrollo cognitivo, suficientemente capaz para darse cuenta de cuál es su posición en el marco de referencias afectivas de la familia, y hasta qué punto ha podido ser desalojada de ellas por la llegada del hermano.

### **5.3 Los celos infantiles más frecuentes**

Las atenciones que la madre prodiga al recién nacido, lavarlo alimentarlo...es un tiempo que la madre dedica a su hermano a costa de arrebatárselo a él, según percibe el niño celoso, todo esto hace que el niño celoso vea a su hermano como un

intruso, que le ha usurpado el cariño de su madre, y con él los privilegios que tenía, en una palabra que lo hacían ser valioso.

Sentimiento de humillación pública y frustración por que ha dejado de ser el centro de la casa, respecto por ejemplo a amigas y amigos de los padres. Es esta dimensión pública del apego afectivo la que puede suscitar esos comportamientos de irascibilidad y agresividad respecto a su hermano.

## **6. ESTRATEGIAS PARA COMBATIR LOS CELOS INFANTILES**

Hay una serie de estrategias que pueden ayudar a combatir los celos infantiles:

- Prevención: Es el medio más sencillo, natural y eficaz de evitar la reacción celosa.
- Fortalecer la autoconfianza del niño, así como el sentimiento de seguridad personal evitando hábitos de comparar afectos, pertenencias, capacidades.
- Educación de la afectividad basada en la cooperación, la confianza en los demás, el altruismo y en una visión positiva de las relaciones humanas y ofreciendo modelos familiares consecuentes.
- Modificación de conducta: reforzando conductas positivas e incompatibles con la reacción de celos e ignorando las inadecuadas.
- Reatribución cognitiva: Ayudar a discriminar y comprender las verdaderas causas de los problemas y de los éxitos, de los afectos y las reprimendas. Esto se consigue con técnicas específicas pero también a través del diálogo razonado y de la coherencia de nuestras actuaciones.

## **7. PAUTAS DE INTERVENCIÓN EN LA FAMILIA**

A continuación presentamos una serie de consejos que pueden evitar la aparición y/o mantenimiento de conductas celosas dentro de la familia.

Es fundamental evitar una serie de conductas y comportamientos:

- Los gritos y las descalificaciones.
- Las atenciones y dedicación excesivas.
- Privilegios a unos hijos frente a otros.
- Comparaciones entre los diferentes hijos.
- Intromisiones en los conflictos de los hijos y tomar partido en ellos (siempre que no haya agresión).
- Atenciones y recompensas al "chivato".
- Comentarios de vecinos, amigos y familiares haciendo comparaciones de

vuestros hijos.

- Un trato irónico, o risa y burla ante conductas inadecuadas.
- Que el hijo mayor deba asumir en todo momento la responsabilidad del cuidado del hermano menor.
- La competitividad entre hermanos.
- Tomar en cuenta las conductas propias de bebé (impropias de la edad).

Es fundamental llevar a cabo una serie de conductas:

- Fomentar la cooperación entre los hermanos. ( en las tareas de la casa, recados, en situaciones de juego .)
- Observar y reflexionar sobre las conductas celosas de nuestros hijos y reaccionar sin darles excesiva importancia.
- Tratar con afecto y atención frecuentes a tus hijos para que perciban que son queridos.
- Favorecer el juego con todos los hijos (para lograr una mayor armonía entre los hermanos).
- Promover un clima de sosiego y tranquilidad en todos los momentos posibles.
- Analizar entre los adultos las causas posibles de los celos y las distintas soluciones.
- Educar a los hijos en el control de sus emociones: aprender a soportar pequeñas frustraciones, alegrarse del éxito de los demás, responder con tranquilidad ante situaciones adversas, enseñarle a aceptar sus incapacidades y dificultades con optimismo.
- Respetar la autoridad de los padres y admitir los límites establecidos en la familia. 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.
- Respetar el espacio de juego e intimidad de cada hijo.
- Estimular a los hijos para que expresen lo que sienten con libertad y puedan compartir tristezas y alegrías.
- Estimular a los hijos y darles seguridad.

## **8. BIBLIOGRAFIA**



Hijos Celosos. Aquilino Polaino-Lorente. Ediciones CEAC.

Marta Michelle Colón.. Psicóloga Clínica.

Celos infantiles: Nota técnica de Maria del Carmen Montoro de González.

Palacios, J. Marchesi, A. Coll, C. (1991). Desarrollo Psicológico y Educación. Madrid. Alianza.

Piaget, J. (1973). La Psicología de la Inteligencia. Crítica.

Gallego Ortega, J.L. (1994). Educación Infantil. Málaga. Aljibe.