



Peleas entre hermanos ¿Desastre u oportunidad?

Después de 50 días conviviendo en el mismo espacio, usando los mismos juguetes, el mismo computador, la misma conexión a internet, a veces la misma pieza, con ganas de estar con los amigos, ya aburridos... las peleas entre hermanos han aumentado en nuestras casas. Algo normal, pero tremendamente agotador para los papás.

Las peleas ente hermanos son importantes oportunidades para desarrollar habilidades socioemocionales en torno a la comunicación asertiva, la escucha, la compasión, el autoconocimiento, la gestión de las propias emociones y la resolución de problemas, entre muchas otras más. Una de las principales funciones de los hermanos es ser el “laboratorio social” donde los niños desarrollan y entrenan habilidades sociales que serán fundamentales en el corto, mediano y largo plazo para las relaciones y vínculos que generen fuera de sus casas.

¿Cómo podremos contribuir a que nuestros hijos logren desarrollar todas estas habilidades si estamos todo el tiempo interviniendo en sus discusiones, respondiendo a su necesidad de contar con un juez, alguien que los proteja o simplemente esté “cortando de raíz” el conflicto?

Cultural y generacionalmente estamos muy acostumbrados como padres a intervenir en las situaciones de conflicto entre nuestros hijos, apelando quizás a “modelar” o enseñar un estilo de resolución, pero lamentablemente, de esa forma, la gran mayoría de las veces dejamos a nuestros hijos sin herramientas ni oportunidades de desafiarse a resolver un problema con un par.

La invitación es a, ojalá, no ocupar un espacio que les corresponde a ellos, tomando distancia, abriéndoles espacios de desarrollo en esa área y, cuando recurran a nosotros en búsqueda de soluciones, devolverles la situación a su control, a través de preguntas que los empoderen y gatillen en ellos procesos de reflexión y comportamiento distintos.

Algunas recomendaciones para conflictos cotidianos:

- **Si es posible, no intervenir (pero estar disponible):** con los hermanos aprendemos a relacionarnos con otros y eso incluye el aprender a ceder, no estar de acuerdo, enojarse, pedirse perdón. Mientras no haya golpes, es bueno que aprendan a resolverlo (y cuando se hayan calmado, podemos reflexionar y reforzarles que lo hayan resuelto).
- **Intervenir desde las preguntas precisas:** cuando uno de nuestros hijos viene en búsqueda de nuestra ayuda, podemos devolverles a ellos el poder sobre la situación haciendo preguntas como: ¿Cómo pueden resolverlo? ¿Con quién debes conversar esto? ¿Qué necesitas tú? ¿Qué crees que necesita tu hermano/a? ¿Cómo pueden solucionarlo de manera justa? Progresivamente, los niños van internalizando este tipo de preguntas y aprenden a resolver de manera cada vez más autónoma los conflictos sin depender de la ayuda de un adulto.
- **No tomar partido:** Hacer el esfuerzo por tratar por igual a hermanos mayores y menores y nunca asumir que la culpa la tiene el mayor y “rescatar” al pequeño. Esto sólo reforzaría la competencia entre ellos, generando una importante rivalidad.
- **Peleas en otro espacio:** “Vayan a su pieza, podrán salir cuando hayan encontrado una solución”.



- **Usar el humor:** al ver que los hijos empiezan a pelear, “neutralizarlos” con humor, por ejemplo, haciéndoles cosquillas, hacer un montoncito, hacer de periodista: “a continuación relataremos lo que ha pasado para la televisión, quién quiere contarnos, en vivo... (y acercarle un “micrófono”)”
- **Quitar el motivo de la pelea:** Si pelean por un juguete, quitárselo y decirle que se los devolverás cuando crean que pueden jugar con él en vez de peleárselo.
- **Hacerlos colaborar:** Sentar a los niños que se pelean en un sofá y decirles que tendrán que quedarse ahí hasta que se den mutuamente permiso para levantarse.
- **Irse:** muchas veces los niños pelean para llamar nuestra atención o que tomemos partido, por lo que se sugiere tomar cierta distancia para ver si logran resolverlo entre ellos.

Existen conflictos que aumentan su intensidad, en los que se hace casi inevitable una intervención del adulto. En estos casos, una buena intervención puede generar un aprendizaje importante para la vida de sus hijos. Algunas consideraciones que pueden ayudar:

- Buscando no caer en la tentación de ser jueces ni buscar culpables, se puede intervenir centrándose en el desarrollo de la autonomía para la búsqueda de **soluciones justas y respetuosas**, ocupando un lugar neutral como adulto, fortaleciendo la conciencia emocional de los hijos y su capacidad de expresión y escucha.
- **Acoger y reflejar las emociones** que puede estar sintiendo cada uno de sus hijos: “Veo que estas enojado /triste /desesperado, etc., es así?”
- **Dar tiempo a cada uno para que hable y escuchar atenta y respetuosamente.**
- **Expresar confianza en su capacidad de resolver el problema de manera justa.**
- Entregar **espacio para que logren la solución** (irse o mantener silencio). La habilidad de llegar a una solución de un conflicto que ha escalado se aprende gradualmente, por lo que inicialmente (o con niños más pequeños) pueden entregarse una o dos ideas, que ellos verán si les son útiles, o buscarán otra. Evitar entregarlas si no son necesarias.

Cuando un conflicto se ha intensificado en exceso:

- **No permitir, en ningún caso, la violencia física. En caso de que exista agresión física, ésta se debe detener en el mismo instante**, buscando una distancia física que les permita, de a poco, ir tomando distancia y perspectiva y comenzar a regular la expresión física de la emoción que se encuentra a la base, conectándose con ella y buscando alternativas no violentas de resolver el problema.
- Puede ser útil acompañar, en caso de ser necesario, el proceso de reflexión de cada uno de sus hijos, a través de preguntas que los ayuden a conectarse emocionalmente tanto consigo mismo como con su hermano/a y a promover la búsqueda de alternativas pacíficas a la resolución de los conflictos.



Lo que nos ayuda a prevenir las peleas entre hermanos:

- Generar **espacios y/o instancias individuales**, en que los hermanos no tengan que estar juntos todo el tiempo.
- Favorecer la **cooperación** y no la competitividad (sin darnos cuenta acostumbramos a preguntar quién hace algo primero, quién comió más rápido, quién ayudó más, etc.)
- **Reflexionar**: Revisar con los niños los peores y mejores momentos del día y preguntarles: “¿Crees que ahora es un buen momento para hablar de lo que pasa cuando pelean y para encontrar una solución? Escucharlo y, luego, pensar soluciones juntos.
- **No comparar**: las comparaciones generan una rivalidad muy fuerte entre hermanos y generalmente las hacemos sin mala intención ni darnos cuenta.
- Asegurarse de **pasar un tiempo a solas** con cada uno de los hijos todos los días, en el que se puedan reconocer especiales y no estar “compitiendo” por la atención de los padres.

Referencias:

- Nelsen, J.; Lott, L. y Glenn, S. (2007): Disciplina positiva de la A a la Z.
- Franch, J (2020): Ebook “Peleas entre hermanos”.