

# Padres Juntos

VOLUMEN 4, EDICIÓN 11

Noviembre 2018

## Preparar a los Hermanos/as Mayores para uno Nuevo Bebé

Dar la bienvenida a un nuevo bebé en la familia puede ser un momento emocionante, así como un reto para un hermano mayor o una hermana mayor. La manera en que usted decida decirle a los niños sobre el nuevo bebé y prepararlos para los cambios en la familia depende de la edad de los hermanos/as mayores, pero hay algunas ideas que la mayoría de los expertos recomiendan para crear el mejor ambiente posible para su familia.

### **Preparar a los niños mayores antes de la llegada para ayudarles a sentirse incluidos en el proceso puede crear una transición suave para una vida familiar feliz.**

Según el Instituto de la Mente del Niño, es mejor darle más tiempo a su niño para acostumbrarse a la idea de un nuevo bebé en la familia. Los expertos están de acuerdo: es mejor decirle a su hijo acerca del nuevo bebé tan pronto como la mamá empieza a mostrar. Sin embargo, si la mamá tiene náuseas o tiene un niño muy joven que no debe estar saltando como él/ella está acostumbrado, puede ser mejor decirle al niño antes. Siempre es mejor ser honestos para evitar que los niños estén ansiosos acerca de los cambios en su vida y la familia.



Dr. Mandi Silverman, un psicólogo clínico en Instituto de la Mente del Niño, enfatiza que los padres deben dar a los niños la mayor cantidad de tiempo posible para formular todas las preguntas que necesitan, sino también para pasar unos tiempos extra especiales con su niño/a (uno a uno) antes de la llegada del nuevo bebé.

**"Lo importante es que los padres y las madres deben indicar que esto es algo positivo para la familia."**

- Dr. Mandy Silverman

Las palabras que se usa para explicar estos cambios a su hijo debe ser para la edad adecuada y la etapa de desarrollo de su niño/a. Enfatiza que esta es un cambio positivo y explicar todas las cosas increíbles y divertidas que traerá un nuevo bebé a la familia. "Hay que amar una persona más," dice Dr. Silverman. "Hay alguien nuevo con quien para pasar el tiempo. Ver el bebé hacer cosas nuevas, y enseñarle cosas nuevas, va a ser divertido."



### El Rinconcito de los Libritos

*I Am a Big Brother! / ¡Soy un hermano mayor!*

By Caroline Jayne Church

*The New Baby*  
By Mercer Mayer

*My New Baby*  
By Rachel Fuller

Para aprender más sobre cómo ayudar a su hijo a prepararse para un nuevo bebé, lee este artículo: <https://childmind.org/article/preparing-child-new-sibling/>

# El Bebé Está Aquí

## ...y ahora, ¿qué hacemos?

Piense en maneras de involucrar a su hijo/a mayor en las rutinas diarias del nuevo bebé y tenga en cuenta que usted conoce mejor a su hijo/a. Involucrarlos en tareas que sean más apropiadas y más agradables para ellos/as. A algunos niños les puede gustar ayudar (es decir, agarrar una manta, buscar juguetes de baño) mientras que otros prefieren jugar, leer, abrazar, etc. Sin embargo, ¡cualquiera manera en que le gusta estar involucrado es bueno! ¡Siempre trata de animar su participación y agradecerles por sus contribuciones! Esto ayudará a suavizar la transición para toda la familia.

## Las Relaciones Entre Hermanos/as

Hay muchas ventajas de relaciones positivas entre hermanos/as. Unos beneficios claves incluyen el apoyo, la amistad y un sentido de conexión. Unas investigaciones muestran que las relaciones entre hermanos/as pueden aumentar la compasión, que puede ayudar otros comportamientos sociales como compartimiento, ayuda y comunicación. Fortalecer la relación entre hermanos/as ayuda a enseñar a sus hijos mostrar la empatía y la compasión por otras personas.



### RINCÓN DE ARTESANÍA

**Un proyecto de arte simple usando impresiones de la mano del hermano es una actividad que puede hacer con su niño/a mayor para ayudarle a dar la bienvenida a casa el nuevo bebé.**

- Dibuje todas las manos o pies de los niños papel (papel de construcción, bolsas de papel, etc.)
- Cortar las manos contorneados y apilarlas según la edad de los niños en otro trozo de papel.
- Pueden decorarlo como les gustaría.

## Consejos para ayudar a su pequeño/a a disfrutar las ventajas de sus relaciones del hermano:

- Anima a los hermanos y las hermanas a nutrirse unos a otros..
- Buscar una pasión compartida
- Pasar tiempo lejos uno del otro.
- Ayudar a los niños a gastar energía en actividades juntos.
- No arbitra peleas.
- Crear tradiciones de la familia.
- Forme equipos para hacer tareas de la casa.
- Establece una rutina de noche.

Para unas ideas más, lee este artículo: <http://www.pbs.org/parents/expert-tips-advice/2018/05/how-to-foster-positive-sibling-relationships/>

Síguenos en Facebook & Twitter @OPECParentingEd

## Referencias

Child Mind Institute: Preparing Your Child for a New Sibling

<https://childmind.org/article/preparing-child-new-sibling/>

Kids Health: Preparing Your Child for a New Sibling

<https://kidshealth.org/en/parents/sibling-prep.html>

PBS: How to Foster Positive Sibling Relationships

<http://www.pbs.org/parents/expert-tips-advice/2018/05/how-to-foster-positive-sibling-relationships/>

Understood.org: 7 Ways to Help Your Kids Build a Strong Relationship

<https://www.understood.org/en/family/siblings/rivalries/7-ways-to-help-your-kids-build-a-strong-relationship>