

LA CULPA SUELE SER DE LOS PADRES, POR CUYO CARIÑO COMPITEN LOS HIJOS

## El rencor entre hermanos aflora en las fiestas navideñas



Las reuniones familiares en Navidad no siempre acaban pacíficamente. (Corbis)

★☆☆☆☆ (4/5 | 14 votos)

Alejandra Abad 13/12/2011 (06:00h)

El niño mimado. La hermana rebelde. La oveja negra de la familia. El mayor, que es muy suyo pero se le permite... Cuando los hermanos se ven obligados a reunirse, lo más frecuente es **que las rivalidades que surgieron en su infancia afloran de nuevo** y, en muchas ocasiones, agüen las fiestas navideñas.

En una relación tan estrecha como la fraternal lo más natural es que existan rivalidades. Según el psicólogo **Esteban Cañamares**, "en el 80% de las familias hay pequeñas rencillas, un 10% sufre patologías graves que hacen que los hermanos incluso no se dirijan la palabra y sólo un 10% está exento de todo conflicto".

La confrontación surge por lo general en la infancia, cuando los niños compiten entre sí por el cariño, la atención y el reconocimiento de sus padres. Es de lo más frecuente que los hermanos, cuando son niños, riñan, se peleen y se ataquen, **máxime si los padres permiten que su preferencia por uno u otro sea notable**.

"Aunque la teoría diga que los padres quieren a sus hijos por igual, en la práctica eso no es cierto", apunta **Mónica Varona**, psicóloga de la Fundación Humanae.

Pero cuando las personas se hacen adultas van elaborando esa rivalidad y comprenden que no tiene sentido enfrentarse continuamente a sus hermanos por conseguir el abrazo materno. Aún así, **el rencor de quien se siente menos querido o menos valorado es difícil de eliminar**.

### Reproches y acusaciones mutuas

Por eso, cuando la familia vuelve a reunirse es frecuente que las rencillas salgan a relucir. "Aunque se disimule la problemática y se usen excusas diversas, como que no me

llamaste por mi cumpleaños o que no viniste a ver a mamá cuando estaba sola, **la raíz de todos esos conflictos es la lucha por el cariño de los progenitores**", explica Cañamares, especializado en terapia familiar.

"Al adulto le da vergüenza reconocer que sus celos son emocionales **y convierte la competición en una cuestión de capacitación personal** y de valía profesional principalmente", apunta Varona.

Por lo general ese tipo de rencores está latente pero no suele aflorar más que en discusiones esporádicas (no por ello menos dolorosas), ya que la mayoría de los adultos maduros es capaz de priorizar el amor fraternal ante los celos o los reproches.

Pero hay un pequeño porcentaje, ese 10% extremo, cuya rivalidad fraternal alcanza la patología y llega al punto de no hablarse con sus parientes, no acudir al velatorio de una cuñada o incluso ser incapaces de coincidir en la habitación del hospital si alguno de los padres cae enfermo.

En estos casos se trata, por lo general, de personas "muy dependientes de sus padres e incapaces de hacer una vida normal" o bien de aquellos "cuya única tarea en la vida es mantener satisfechos a sus padres y ser su preferido", asegura Cañamares.

Si alguien tiene un hermano así, aconseja el psicólogo, **"lo mejor es abandonar la competición porque siempre va a estar a la sombra"**. Una persona emocional y psicológicamente madura ha de ser capaz de seguir su propio criterio aunque no coincida siempre con el de sus progenitores, venciendo el miedo a decepcionarles. "No es que pasemos de los padres, es bueno escucharle, aprender de ellos y tener en cuenta su opinión, pero no doblegarse ante ella siempre", aclara.

### **Los padres marcan la relación fraternal**

La actitud de los padres es fundamental en este tipo de conflictos. "Para que se dé ese juego dañino es necesario que al menos estén dispuestos a intervenir uno de los hijos y uno de los padres", continúa el psicólogo. **Algunos padres, incluso, "estimulan" la conflictividad entre sus retoños**, casi siempre inconscientemente. Es frecuente que en una familia se celebren con pomposidad las notas medianas del mal estudiante y sin embargo, por costumbre, se den por hecho las buenas notas del hijo más 'empollón'. Trasladada a otros ámbitos, esa actitud paterna se repite cuando los hijos son adultos y aunque sea un estímulo para el hijo más 'flojo', para el 'empollón' es de lo más injusta y dolorosa.

Por ello la intervención profesional se centra en la familia como núcleo (principalmente en la edad temprana) para ver las formas de relacionarse que existen dentro de ésta y como **el comportamiento de los padres sobre uno de los hijos puede repercutir en la forma de comportarse del otro**, explica Varona. "De ahí la orientación sistémica, la forma de entender la familia como un conjunto y de intervenir por igual en todos los ámbitos para ver cómo influyen unos sobre otros. Especialmente a la hora de establecer límites, que a veces para uno de los hermanos son más claros y mas delimitantes que para otro y ahí puede surgir el conflicto", añade.

La clave para los hermanos que no son ‘los preferidos’ es **basar su autoestima en otros factores que no sean el reconocimiento paterno**. Eso es lo que hacen las personas maduras que, a pesar de sentirse algo menospreciados en casa, son capaces de mantener relaciones positivas con sus familiares. “Lo primero es ser consciente de la situación, y después es necesario que uno mismo se de la palmada en la espalda y no necesite continuamente la de sus padres”, explica Cañamares.

Cuando los parientes se enfrentan a un problema (por ejemplo, que uno de los progenitores caiga enfermo), todas las relaciones negativas se neutralizan para conseguir la unión familiar. La culpabilidad juega un papel importante y hace a muchos reaccionar pensando que han abandonado sus obligaciones por los celos o el rencor y todos los miembros actúan como una piña. Al menos, hasta que pase lo peor...

<http://www.elconfidencial.com/alma-corazon-vida/2011/12/13/el-rencor-entre-hermanos-aflora-en-las-fiestas-navidenas-89218/>