



Consells preventius: abans del naixement del nou germà

- Cert espaiament entre fills ajuda a minimitzar la gelosia. S'aconsella uns 3 anys, així el nen té un desenvolupament cognitiu i emocional suficient per entendre millor la situació.
- Abans de l'arribada del nounat, cal donar unes explicacions sobre l'embaràs adaptades a l'edat del nen.
- Parlar sempre amb el pronom "nostre, nosaltres". És bo transmetre la idea que el nou germà forma part de la família, idea de globalitat, i que se l'ha d'estimar i cuidar.
- Si és possible, visitar amics que tinguin un nen acabat de néixer, amb una doble intenció, ajudar-lo a familiaritzar-se amb els inevitables comentaris carinyosos dels adults cap al nounat i fomentar-li la relació amb nens petits.
- És aconsellable que escolti els batecs del cor o moviments a la panxa de la mare. Aquest moment seria idoni per parlar-li sobre el seu germà.
- Llegir conjuntament els llibres denominats de preparació, que tenen la funció d'ajudar-lo a expressar les idees que surten i respondre les preguntes de forma gràfica.
- Si se l'ha de canviar d'habitació, el millor és fer-ho amb molta antelació. El nen mai no ha d'assimilar un canvi d'habitació amb l'arribada del nounat.
- És especialment important procurar mantenir certes rutines i hàbits diaris del nen (horari de dormir, menjar...). És bàsic aquest fet, atès que hi ha un augment de problemes de conducta associats a l'alteració d'aquestes rutines diàries.

L'arribada del nou germà

Alguns consells per tenir en compte respecte al període d'estada a l'hospital, així com de la tornada a casa:

- Si és possible, hauria de visitar tots els dies la mare i el germà a l'hospital.
 - És aconsellable que la primera vegada que el nen vegi el germà no estigui en els braços de la mare. Permetre-li que l'agafi i que li faci carícies.
- S'ha de dedicar temps, i que aquest sigui qualitativament positiu. És a dir, estar amb tots dos i ensenyar-li a conviure, especialment, en situacions lúdiques en les quals aprenguin a compartir, a esperar el seu torn...

La vida quotidiana

Consells generals:

- Reforçar tots els comportaments que impliquin cooperació, afecte, cura, etc. Fer-ho a través dels elogis, abraçades, donar molta atenció... Aquest reforç ha de ser immediat i proporcionat.
 - És bo implicar els fills en activitats lúdiques que suposin interacció en el sentit de cooperació, respecte i tolerància. La finalitat del joc és ensenyar els fills a exercitar habilitats i resoldre els conflictes que solen sorgir en la relació fraterna.
 - Evitar comparacions entre germans, ja que només serveixen per augmentar la rivalitat entre ells.
 - Fer-li veure els avantatges de ser el gran, per tal d'enfortir les individualitats.
- La gelosia és una resposta evolutiva normal al fet de compartir l'afectivitat dels pares, especialment de la mare, amb una tercera persona. La intervenció s'ha d'orientar bàsicament en la seva prevenció. ■

**Servei Psicopedagògic
CEIP Santa Margarida de Quart**

