

## 10 cosas que no pueden faltar

# RIVALIDAD ENTRE HERMANAS(OS)

### ¿PARA QUÉ?

De cierto modo, las discusiones y peleas en las familias suelen ser frecuentes, especialmente cuando se trata de niñas(os) pequeñas(os). El resolver estas situaciones de manera favorable, ayuda en la dinámica familiar para que esto no trascienda en el tiempo, incluso cuando se llega a la edad adulta. Así, el tener presentes los siguientes puntos te ayudará en el manejo de la rivalidad entre hermanas(os):

1. El origen de la rivalidad es el deseo profundo de poseer el amor exclusivo de la mamá, papá y cuidadores primarios
2. La relación con mamá, papá y cuidadores primarios, dota de un sentido de identidad, de valor, le hace sentir especial. Es por eso que hay que hacerle entender que se le quiere y que el cariño está fuera de peligro
3. No reprimas los sentimientos negativos que hay entre hermanas(os). Permite que exprese lo que siente y de ahí guíale
4. No intensifiques la competencia, no hagas comparaciones. El trato es único
5. No intervengas en los pleitos, mucho menos, tomes partido
6. No obligues a que jueguen juntas(os) cuando estén enojadas(os)
7. Puedes fomentar que vea su importancia dentro de la familia, dándole responsabilidades
8. Fomenta el compartir, la generosidad y la solidaridad

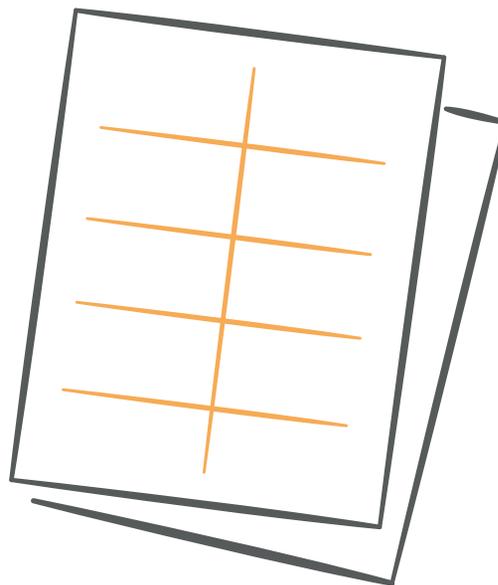
9. No olvides que se expresa con el lenguaje del corazón y que los adultos escuchan con el lenguaje de la razón. Sus mensajes no son literales, ni necesariamente ciertos, sin embargo expresan un sentimiento. Por ejemplo cuando dice “nunca quieres jugar conmigo”, interpreta la frase. Tal vez sí has jugado mucho tiempo y lo que quiere decir es que le gustaría que el tiempo no se acabara.

10. Analiza y empatiza con situaciones tuyas. ¿Qué sentirías si llegara alguien nuevo a la oficina, y la atención de todos estuviera hacia esa persona y te pidieran que le prestaras todo tu material de trabajo, aún cuando a esta persona le dan todo nuevo?

### MATERIAL

- Hojas blancas
- Mica

### ¿CÓMO SE HACE?



1. Escribe los 10 puntos para recordarlos en todo momento. Se pueden imprimir en tamaño carta y tenerlo en un corcho o pared, o bien más pequeños, en la bolsa, o en donde lo puedas tener a la mano, para que te ayude a recordar
2. Si lo deseas, protege con mica