GUÍA INFORMATIVA PARA FAMILIAS

Cómo manejar la rivalidad entre hermanos, los conflictos y la agresividad en la infancia

Una publicación de la Iniciativa de investigación y defensa contra la agresión y el abuso entre hermanos (SAARA) de la Universidad de New Hampshire

PARA MÁS INFORMACIÓN, VISITE SIBLINGSBEYONDRIVALRY.ORG

SAARA

Entendiendo la agresividad entre hermanos

La rivalidad y los conflictos entre hermanos son situaciones comunes en la familia y alcanzan su punto álgido en la infancia. Pero no todos los hermanos y hermanas tienen el mismo nivel de rivalidad y conflicto. La dinámica familiar, incluyendo el énfasis de los padres en la competitividad y la diferencia de edad entre hermanos, también está relacionada con la frecuencia de la rivalidad y las peleas entre hermanos.

La mayoría de las veces, la rivalidad y los conflictos son inofensivos. De hecho, la rivalidad y los conflictos pueden ser saludables y ayudar a los niños a desarrollar su identidad (*por ejemplo, como el niño que se destaca en los deportes*) y sus habilidades sociales y emocionales, como aprender a llegar a acuerdos.

Algunos comportamientos no son rivalidades inofensivas ni conflictos saludables. Muchas veces, la familia le resta importancia a estos comportamientos poco saludables con comentarios como: "*todos los hermanos compiten*" o "*todos los hermanos se pelean*". La rivalidad excesiva y el comportamiento agresivo entre hermanos son perjudiciales y deben impedirse.

Enseñar a los niños a manejar los conflictos y la agresividad desde pequeños tiene beneficios a largo plazo. Les ayuda a desarrollar habilidades sociales y emocionales y mejora la calidad de sus relaciones con los miembros de la familia y con los demás.

MITO	REALIDAD
Es solo rivalidad entre hermanos.	Hay comportamientos entre hermanos que se pasan de la raya y requieren la intervención de los padres.
Todos los hermanos se pelean.	Todos los hermanos tienen conflictos, pero no se debe tolerar la agresividad ni la maldad. Los conflictos son una oportunidad para enseñar habilidades de manejo y resolución de conflictos.
No hay problema si es una pelea justificada.	Aunque la pelea parezca justificada, la forma en que los hermanos manejan y resuelven sus diferencias debería ser la prioridad.
Los hermanos lo superarán sin que les cause ningún daño a largo plazo.	Cuando el comportamiento entre hermanos traspasa los límites y se convierte en agresión o abuso, puede causar un daño duradero a la relación entre ellos.
Acostumbrarse a las peleas en casa hace que los niños sean menos vulnerables al acoso escolar.	La agresividad entre hermanos hace que los niños sean más propensos al acoso escolar.
Los niños pequeños no son capaces de hacerse daño grave entre ellos.	Una dinámica dañina entre hermanos tiene consecuencias duraderas para la salud mental y física a cualquier edad.

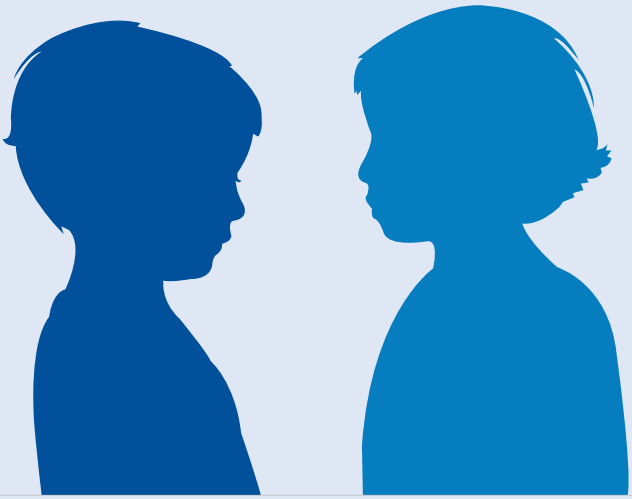
Las peleas entre hermanos pequeños suelen incluir comportamientos agresivos, como gritos y golpes. Esto ocurre porque los niños pequeños aún están desarrollando las habilidades necesarias para comunicarse de manera efectiva y controlar su enojo y frustración durante los conflictos. Los padres deben impedir este comportamiento para que no empeore con el tiempo y enseñar a sus hijos mejores formas de expresar sus emociones.

Cómo saber cuándo la rivalidad y el conflicto van demasiado lejos

El comportamiento competitivo y conflictivo es **desigual** por parte de uno de los niños.

Uno o ambos niños son **agresivos física o psicológicamente**.

Los niños **no son capaces de resolver** sus conflictos o peleas.



Uno o ambos niños **sienten resentimiento, ira, dolor o que han sido maltratados**.

Uno o ambos niños **se evitan**.

Uno de los niños **domina o controla** al otro.

Cómo responder a las quejas de los niños sobre el maltrato

- Busque un **momento tranquilo** y dedíquele toda su atención al niño. **Escúchelo** sin interrumpirlo ni juzgarlo.
- **Escuche atentamente** para entender su punto de vista. Haga preguntas para aclarar, como "*¿Qué pasó exactamente?*" y "*¿Qué necesitas?*"
- **Su reacción es muy importante**: demuestre interés, compasión y comprensión al niño.
- **Sea sincero** y establezca **expectativas razonables** para ellos y para usted mismo.
- Sin avergonzarlo ni culparlo, ayude al niño a aprender a **balancear** su perspectiva y necesidades con las de otros miembros de la familia.
- Trabaje con el niño para **resolver problemas** de una manera que les haga sentir bien a ambos. Esto podría incluir enseñar al niño a resolver conflictos con sus hermanos por sí mismo. Jugar a hacer el papel de otros podría ayudar.
- Si el maltrato entre hermanos se vuelve grave, perjudicial o incluso abusivo, **considere buscar ayuda** de profesionales en salud mental u otros profesionales médicos.
- **Felicite** a su hijo por hablar con usted y resalte la importancia de la comunicación abierta.

Reacciones comunes de los padres ante conflictos entre los hermanos

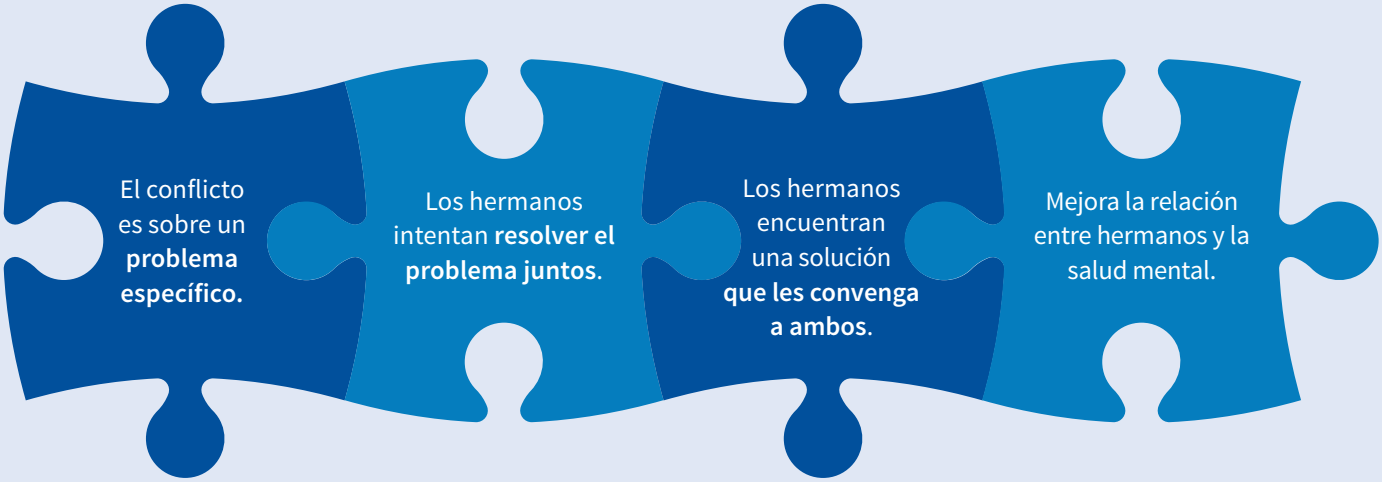
Estas reacciones pueden empeorar los conflictos y la agresividad, ya que no enseñan a los niños las habilidades sociales y emocionales que necesitan para resolver conflictos con sus hermanos y demás personas.

- **Ignorar o quitarle importancia** al comportamiento agresivo o dañino.
- **Culpar** a uno o a ambos niños por merecer el maltrato de un hermano (por ejemplo: "*Tú te lo has buscado*" o "*Tú lo provocaste*").
- **Exigir** una disculpa.
- Calificar el maltrato como algo positivo porque hace que los niños sean "*más fuertes*".
- **Justificar** el maltrato por parte de un hermano (por ejemplo, porque el hermano está celoso o tiene una discapacidad como el TDAH).
- **Separar** a los niños y no intentar resolver la situación posteriormente.
- **Castigar** a uno o a ambos niños.

Conflictos constructivos y destructivos: ¿cuál es la diferencia?

No todos los conflictos son iguales. Los conflictos constructivos son beneficiosos para el desarrollo social y emocional de los niños. Ayudan a estrechar los lazos entre hermanos, mejoran el ambiente familiar y previenen futuros conflictos entre ellos, pero los conflictos destructivos, no.

Características de los conflictos constructivos entre hermanos



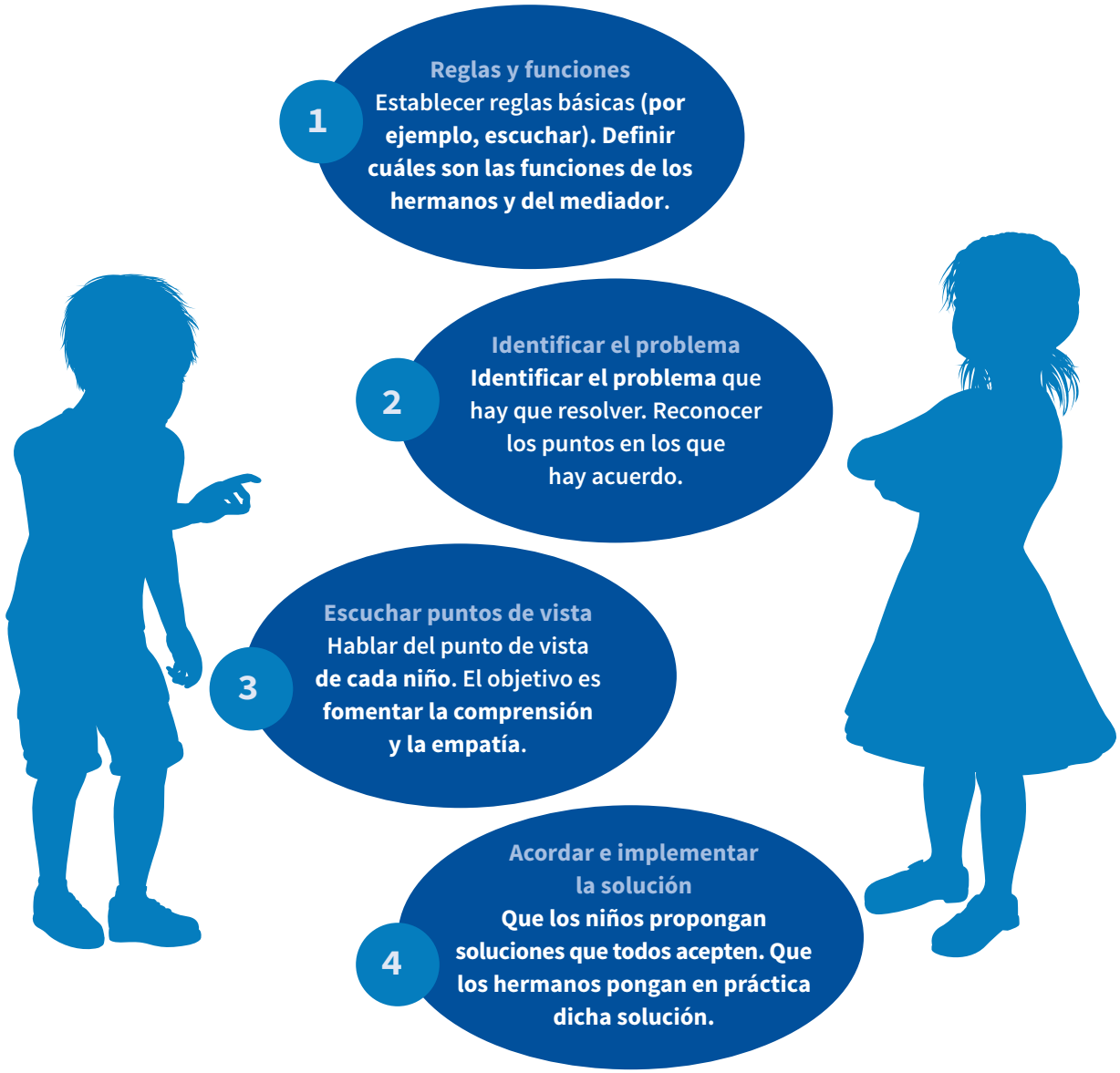
Enseñar a manejar conflictos de manera constructiva

En vez de intervenir como árbitros en las peleas entre hermanos, los padres pueden enseñar a sus hijos a resolver conflictos usando la mediación. Esta técnica fomenta el diálogo constructivo, evita la agresividad y ayuda a recuperar la armonía en el hogar.

Los padres pueden ayudar a los niños pequeños a desarrollar habilidades para manejar los conflictos de manera constructiva brindándoles apoyo, mostrando paciencia y enseñándoles a colaborar con los demás para resolver problemas.

Cuando los niños son pequeños, pueden necesitar ayuda para pensar en soluciones para resolver sus conflictos. Para apoyar aún más el desarrollo de sus niños, los padres también deben dar el ejemplo de cómo manejar y resolver sus propios conflictos de manera constructiva en sus relaciones.

Mediación en conflictos entre hermanos



Ventajas de la mediación

- Los hermanos **aprenden** a resolver sus conflictos **por sí mismos**.
- Los padres se mantienen **imparciales** y n**o son responsables** de resolver los problemas de sus hijos.
- Los niños aprenden **habilidades sociales** como escuchar, tener paciencia, ponerse en el lugar de los demás y cooperar.
- Los niños aprenden **habilidades cognitivas** como el razonamiento y la comprensión.
- Los niños **desarrollan su identidad** al defender sus puntos de vista.
- Con el tiempo, los conflictos entre hermanos se vuelven menos frecuentes, **menos agresivos y menos intensos a nivel emocional**.
- Los niños aprenden a establecer r**elaciones positivas y duraderas** con los demás, incluyendo hermanos y amigos.

Características de los conflictos destructivos entre hermanos

Los conflictos destructivos suelen surgir cuando uno o ambos niños tienen dificultades para manejar y resolver los conflictos. Cuando los niños carecen de las habilidades necesarias para resolver conflictos, pueden enojarse y frustrarse, lo que los lleva a reaccionar de manera agresiva.

Cuando esto ocurre, se puede observar lo siguiente:

- **Insultos** y **gritos**
- **Súplicas** y falta de **cooperación**
- Mala **comunicación**
- **Aumento de intensidad**, incluyendo agresión física

Consejos para calmar los conflictos destructivos

- Considere utilizar una estrategia de "*tiempo de descanso/calma*". Dé a cada niño un espacio aparte para que se calme. Los niños deben tomarse un descanso de un minuto (algunos pueden necesitar más tiempo).
- Una vez que se calmen los ánimos, comience a mediar para resolver los conflictos de manera constructiva. Se puede retomar el problema después y ayudar a sus hijos a resolverlo.
- Establezca reglas de "*no golpear*" y "*no insultar*" con sus hijos y haga énfasis en la importancia de resolver los problemas en lugar de recurrir a la violencia.

Abuso entre hermanos

Aunque es difícil pensarlo, a veces los hermanos abusan unos de otros. El abuso no es lo mismo que un conflicto destructivo o la rivalidad entre hermanos. Si el comportamiento agresivo, dañino o controlador es unilateral, es decir, si es un hermano el que causa daño de forma consistente al otro, puede tratarse de abuso entre hermanos.

Las técnicas descritas en este material no son adecuadas para tratar el abuso y no son efectivas para prevenirlo. Los padres siempre deben creerle al niño afectado y buscar ayuda de un profesional en salud mental o un médico para proteger la seguridad de todos los miembros de la familia.

Otras fuentes de información

Tucker, Corinna Jenkins, Tanya Rouleau Whitworth, y David Finkelhor. (2023). *Recursos para profesionales y padres para mejorar las relaciones entre hermanos*. https://www.unh.edu/saara/publication/resources-professionals-parents-improve-sibling-relationships

La ciencia de los hermanos | Psychology Today – https://www.psychologytoday.com/us/blog/the-science-of-siblings

Rivalidad y conflictos entre hermanos | SAARA – https://www.unh.edu/saara/our-work/sibling-rivalry-conflict

Agresividad y abuso entre hermanos | SAARA – https://www.unh.edu/saara/our-work/sibling-aggression-abuse

Padres y familias | SAARA – https://www.unh.edu/saara/resources/parents-families

Caspi, Jonathan. (2024). *Criando hermanos que se quieren: cómo acabar con las peleas y ayudar a sus hijos a llevarse bien.* Guilford Press.

Comparta su opinión

Cuéntenos qué opina de este material. Nos interesa saber cómo ha utilizado esta información y si le ha resultado útil.

SAARA
Sibling Aggression & Abuse Research & Advocacy Initiative

DIRECCIÓN
SAARA
125 McConnell Hall
15 Academic Way
Durham, NH 03824

CONTACTO
teléfono: (603) 862-0936
correo electrónico: UNH.SAARA@unh.edu
sitio web: unh.edu/saara
siblingsbeyondrivalry.org

EN COLABORACIÓN CON

University of New Hampshire

CRIMES AGAINST CHILDREN RESEARCH CENTER

Derechos de autor 2026. © Universidad de New Hampshire. Financiado por la Fundación Caplan para la primera infancia. Estos materiales pueden compartirse, de forma gratuita y sin modificaciones, con fines de investigación, educación y estudio personal. Para cualquier otro uso, póngase en contacto con unh.saara@unh.edu.