

VACACIONES **HÍPER**

Las vacaciones de los niños han pasado de ser época de descanso, con pocos planes y mucho libre albedrío, a convertirse en un periodo hiperactivo, donde la cuestión de la conciliación familiar resurge con fuerza. Pero, pese a estos cambios, el verano sigue siendo una gran oportunidad para reconectar con los hijos y generar familia. La única condición: encontrar la calma huyendo del modelo de hiperpadres que quieren formar hiperniños.

Texto de
Eva Millet
Ilustraciones de
Martín Tognola



Sería complicado hacer un remake de *Verano azul*, la serie de TVE que, en 1981, narraba las aventuras de un grupo de amigos en vacaciones. Revisitar esa serie es volver a un pasado donde, durante el periodo estival, los niños y los adolescentes iban a su aire. Mientras sus padres degustan vermouths en el chiringuito y paellas en el apartamento, los siete protagonistas se dedican a sus cosas, prácticamente sin supervisión parental. Van en bicicleta (sin casco), a la playa (sin crema protectora) y al campo al anochecer (para cazar ranas a perdigonazos). Meriendan bocadillos de pan blanco, escalan rocas con un equipo precario, se lanzan a las aguas contaminadas del puerto, están a punto de ser tragados por el mar en diferentes ocasiones y son íntimos amigos de un pescador jubilado y de una pintora.

Hoy una serie como *Verano azul* implicaría, entre otros, cascos de última generación para bicicletas de última generación, toneladas de crema protectora, visita a urgencias en caso de caída a las aguas del puerto, pan ecológico, prohibición de utilizar la escopeta de perdigones y prohibición de frecuentar a desconocidos de la tercera edad

y del mundo del arte. Además de una pandilla con grupos de edad homogéneos y unos progenitores que, en vez de hacer el vermouth, están constantemente pendientes de sus retoños, no sea que vaya a sucederles algo malo. Sin olvidar, por supuesto, las actividades para los niños, que en el *Verano azul* del siglo XXI podrían incluir curtillos de bici de montaña y escalada, surf, submarinismo, expresión artística y tiro olímpico. A ser posible, en inglés.

En unas pocas décadas, los veranos de los niños y los adolescentes han cambiado radicalmente. Como también ha cambiado la forma en la que los padres los afrontan. Si a finales del siglo pasado el veraneo de las familias españolas que podían permitírselo se basaba en “desconectar” –en la playa o en el campo–, mientras los críos jugaban con poca o nula supervisión adulta, hoy se ha dado un giro de 180 grados.

Los veranos actuales son cada vez más trepidantes y planificados. Se han convertido en otro espacio para formar académicamente a los hijos, para continuar con el ritmo frenético que tantas familias llevan durante el curso y del cual cada vez es más difícil desconectar.

Las razones son múltiples:

por un lado, está la conciliación. La incorporación de la mujer al mundo laboral ha transformado las dinámicas estivales. Esos dos meses con los niños en la playa y los maridos “de rodríguez” ya están obsoletos. Normalmente, hoy los dos padres trabajan, y el estrés es doble.

“Sí, el concepto *vacaciones* cambia completamente cuando tienes que conciliar: se convierte en un periodo de estrés para todos”, ratifica Laura Baena Fernández, fundadora del Club de Malasmadres y quien resalta que el verano es especialmente agobiante para las mujeres. “Nos invaden sudores fríos viendo cómo se acerca el día D. Ni los festivales de fin de curso ni ver a las *buenashijas* bailar y cantar a lo Shakira nos quita el susto de no saber qué hacer con ellos. Durante el verano, conciliar se hace muy complicado. Las *malasmadres* nos convertimos en malabaristas y... ¡empezamos a rezar para que pase pronto!”.

Bromas aparte, Baena insiste en que el verano es una época donde la conciliación se convierte en un reto aún mayor: “Y necesitamos apoyo, que en la mayoría de los casos se traduce en abuelos o campamentos”. Pero en los casos en que no se prevén estas opciones, las

madres tienen incluso que optar por repartirse las vacaciones con la pareja. “O incluso pedirse un mes sin sueldo. Por eso, desde el Club de Malasmadres y con nuestro proyecto “Yo no renuncio”, apostamos por jornadas continuas con flexibilidad horaria, por el teletrabajo, por los campamentos en las empresas...”, señala. Medidas, propone, que deberían ser impulsadas por el Estado y los empresarios. “El objetivo es compaginar la vida personal con la laboral sin poner en peligro nuestra salud mental. Si normalmente estamos cansadas, en verano más aún”, resume.

Pero no sólo se cansan las madres: también se cansan los hijos. Y es que lo que teóricamente es una época de desconexión y relax, especialmente de los más pequeños, se está convirtiendo en una etapa para seguir programando a la prole más y más actividades. Los veranos se han convertido en otra forma de trabajar en la formación del hijo, de llenarlo de nuevas actividades y de esas “experiencias mágicas” que parece que hoy las criaturas necesitan para ser felices.

La necesidad de conciliar coincide aquí con el fenómeno de la hiperpaternidad: un estilo de crianza habitual en las



La oferta de actividades veraniegas es cada día más sofisticada y variada; lo usual es combinar varias propuestas y siempre todo acompañado del inglés

sociedades más ricas que, entre otros, implica la hiperactividad. En este modelo, el hijo se ve prácticamente como un producto en el que hay que invertir dinero, esfuerzo y expertos con el objetivo de que triunfe. Por ello, el juego libre o las tardes sin planes se ven como una pérdida de tiempo. Como explica la psicóloga estadounidense Madeline Levine, una de las primeras en alertar sobre la hiperpaternidad, “las infancias en la actualidad se están convirtiendo en campos de entrenamiento”.

Y esto ocurre tanto en invierno (con críos con tardes tan ocupadas que parecen ministros)

como en verano. Una época en que la oferta para niños y adolescentes es cada vez más amplia, sofisticada y precoz. Mientras que es normal que los niños debuten en campamentos a partir de los seis años (algunos se ofertan a partir de los cuatro), la edad se avanza en las actividades diurnas. Existen escuelas de verano que admiten, incluso, a bebés de meses.

Pero si la precocidad es sorprendente, quizás lo es más la oferta lúdica y educativa para este periodo. Tanto en escuelas como en campamentos, el abanico de actividades es apabullante. Y poco tienen que ver con las que se hacían tradicio-

nalmente, como caminar por el monte, que apenas se ofrece, porque resulta tedioso y requiere demasiado esfuerzo.

La *multiactividad* es lo que está en boga. Así, en una semana de colonias, los niños pueden ir en kayak, practicar buceo, paddle surf y tiro con arco. Escalar, ir en bicicleta de montaña, navegar en zodiac, concursar en una gincana fotográfica y preparar un espectáculo de baile. Sin olvidar participar en juegos nocturnos (organizados), en una guerra de paintball e ir a la *discoteca*. Además de bañarse en la piscina y realizar tres horas diarias de inglés.

El inglés se ha convertido en

condición sine qua non en la oferta del verano de los niños españoles, independientemente del punto geográfico. Así, se pueden combinar el surf y el inglés en Bilbao, la cocina y el inglés en la Conca de Barberà (Tarragona), la vela y el inglés en Mallorca y la hípica y el inglés en Madrid. La variadísima oferta es una muestra de la creatividad de los equipos de actividades de las empresas especializadas en este sector. Actividades que se hacen más específicas: existen desde un Sónar Campus en Barcelona, para aprender sobre música electrónica, hasta un *stage* deportivo en Tarifa “con la posibilidad de conocer a es-→

→trellas invitadas de la NBA, del Circo del Sol (...) y profesionales de primer nivel". Además de degustar "¡la mejor cocina que puedas imaginar!".

Pero por encima de la comida, las instalaciones y la oferta de ocio, hay un factor que sobresale en los requerimientos de los padres: la seguridad. Una preocupación que, como explica Salvador Clarà, de la empresa de colonias Rosa dels Vents, de Barcelona, va en aumento. "De hecho, en los últimos años, lo que se ha reforzado más es este aspecto, porque hay una demanda clara", explica el jefe del departamento comercial de esta entidad, por cuyas colonias han pasado casi cuatro millones

de criaturas. Clarà ilustra esta tendencia con el anuncio televisivo de este año, que tiene como eslogan "Tendéis a sobreprotegerlos, pero nosotros también". Ellos, explica, hace tiempo que diseñan protocolos internos, "más allá" de la normativa oficial. "Los padres lo agradecen", afirma. Al programar las actividades, el objetivo "es que el niño tenga sensaciones lo más fuertes posibles, pero que no le pueda pasar nada". "Sería -ilustra-, como subirte a una montaña rusa como el Dragon Khan".

La educadora Cristina Gutiérrez Lestón, responsable de La Granja Escola de Santa Maria de Palautordera, en la pro-

vincia de Barcelona, es otra veterana en colonias escolares e infantiles. En su centro también han notado cambios significativos en los requisitos de los padres, pero el principal, destaca, es el miedo. "Un miedo que hace que se quiera tenerlo todo, todo, bajo control. Por supuesto, no puedes enviar a tu hijo a cualquier sitio, tiene que haber una supervisión; pero lo que está pasando es que los padres piden que tú hagas lo que ellos hacen, sobreproteger", dice.

Describe la sobreprotección imperante como "una pandemia" que lo que hace, concluye, es desproteger a los críos: "En estos 34 años que llevamos en La Granja no he visto nunca a niños

con tantos miedos, tanta baja autoestima, tanta desconfianza e inseguridad", asegura. Detecta asimismo una hiperactividad galopante: "Esta es la generación 'Yo, yo. Ya, ya. Primero yo, antes que nadie, y ¡ya, ya!, porque no soporto esperar...'. Están sobre el caballo y ya preguntan: '¿qué haremos después?'".

Debido a estos cambios, en La Granja se ofrecen las llamadas "colonias emocionales", para ayudar a los chicos a descubrir sus habilidades, trabajando aspectos como la empatía, la paciencia y la tolerancia a la frustración. Incluso han ideado un "circuito de la frustración" -porque, asegura Gutiérrez Lestón, un 30% de los niños que

"El verano puede suponer una crisis en la familia por la idealización de un periodo que no siempre resulta ideal", advierte el psicólogo Ángel Peralbo

han venido no se han frustrado nunca- y, recientemente, otros de la ansiedad y el estrés. Dos estados de ánimo más bien característicos de la vida adulta que ella empezó a detectar: "Primero en chicos de la ESO, luego de quinto y sexto de Primaria y, este año, de tercero y cuarto...", explica. En el circuito, "los niños entienden qué es la ansiedad; y salen encantados, porque comprenden lo que sienten", señala.

Este estrés precoz no deja de ser un reflejo del estrés que viven muchos padres para que sus hijos no se queden atrás en la carrera de obstáculos que mencionaba Madeline Levine. Un vértigo que, irónicamente, se acentúa en tiempo de supuesto asueto. Incluso en agosto, cuando los cursillos se sustituyen por el tiempo en familia. Es entonces cuando cuestiones como ¿qué hago con los hijos? o ¿he hecho suficiente por ellos? les martillean a muchos.

Como explica el psicólogo Ángel Peralbo, este *horror vacui* frente al verano tiene mucho que ver con los cambios de los ritmos familiares: "Las propias vacaciones desorganizan. En la consulta lo anticipamos y tratamos de avisar a las familias que cuando se termina el curso hay un antes y un después, para bien y para mal, porque al cam-

biar los ritmos se cambian los hábitos".

Director del área de adolescentes del centro de psicología Álava Reyes de Madrid, Peralbo explica que al no haber el nivel de ocupación habitual pueden surgir la desorientación y preocupaciones del tipo "¿estaremos perdiendo el tiempo?". "Esta sería una de las causas por las que también en verano se tiende a hiperprogramar a los hijos", añade. Y es que esa sensación familiar de hiperactividad da una cierta tranquilidad en el corto plazo.

Sin embargo, este experto aconseja a las familias que desconecten. "Porque al final -dice-, no hay un momento en el que no estás haciendo 'algo'. Ni padres ni hijos sabemos disfrutar del tiempo libre, que es ese tiempo para no hacer nada, para que la imaginación y la creatividad nos sugieran cosas... Eso prácticamente ya no existe".

Cristina Gutiérrez Lestón entiende el vértigo si la premisa en verano es seguir con un ritmo frenético. "Este planear constantemente es un agobio. Implica un estrés brutal, además de un elevado coste económico. ¡Prefiero no tener vacaciones!", reflexiona. Esta educadora considera que el verano es una época fantástica, una enorme oportunidad -"la única en la que

teóricamente los niños están libres"-, por lo que pide a los padres que se relajen. "Los hijos, en verano, lo que quieren es alegría, algo que no puede haber si los padres se agobian", recuerda.

Otra cuestión delicada en vacaciones es la convivencia con la prole. Como para las parejas -a un tercio de las cuales, según diversos estudios, las vacaciones les pasan factura-, el verano también puede suponer una crisis en la familia. "Esta crisis se produce, en parte, por la idealización de un periodo que, especialmente si los hijos son adolescentes, no siempre resulta ideal", apunta Peralbo. "La ilusión, esa idea de que va a ser genial, puede desinflarse por la continua queja de los hijos frente a unos planes que quizás habíamos idealizado o que no se han cumplido".

Es entonces cuando surge la decepción: "Cuando te das cuenta de que a tus hijos no les hace ninguna gracia lo que a ti te hace ilusión, que preferirían estar con el ordenador o con sus amigos". Pese a las protestas filiales, Peralbo recomienda que los padres, perseveren: "Porque las vacaciones son una oportunidad buenísima para generar familia, en el aspecto más genuino: para generar vínculo, afectividades y dejar las rutinas. Al final, los hijos van a estar encantados".

Una oferta abrumadora

Si hace unos años la gran pregunta ante las vacaciones con niños era ¿mar o montaña?, hoy se necesita un Excel frente a las posibilidades que ofrece el mercado. Especialmente en el campo de los viajes, donde a mayor presupuesto, elección más complicada: ¿Cruceiro Disney o de Peppa Pig? ¿O con las estrellas de Dreamworks? ¿Safari en Kenia o en el Parque Kruger, de Sudáfrica? ¿Tortugas y quetzales en Costa Rica? ¿O una escapada familiar a Disney World, en Florida? Sin olvidar el parque Legoland en Dinamarca, la posibilidad de nadar entre delfines en Portugal o de conocer el Londres de Harry Potter y la isla de Popeye en Malta. Todo ello, ¿con tratamientos de spa diseñados para niños y menú infantil "que deleitará hasta al paladar más quisquilloso"? ¿O en hoteles o campings glamorosos? ¿O con actividades que los niños "jamás olvidarán"? La oferta es abrumadora. Todo, envuelto en el mensaje "así harás feliz a tus hijos", que genera no pocas culpabilidades en caso de no poder permitirse tal dispendio. "Lo que uno gaste en vacaciones depende del estilo de vida y del nivel adquisitivo. El concepto *vacaciones* es desconectar del trabajo y disfrutar con lo que estás haciendo, y ahí la casuística es amplísima", reflexiona Ángel Peralbo. Para el psicólogo, se puede estar de vacaciones de muchas formas, pero la esencia debería ser la misma: "Al final se trata de establecer una conexión con los de la familia, y eso no se consigue gastando más o menos, sino con el talante".



Ha aumentado la demanda de seguridad. "Los padres piden que tú hagas con los chicos lo que ellos hacen, sobreprotegerlos", dice la pedagoga Cristina Gutiérrez

