

## Sobrevivir al verano

UN ARTÍCULO DE JOSEMANUEL TARRÍO EN [WWW.PIENSAUNPOCO.COM](http://WWW.PIENSAUNPOCO.COM)  
OFRECE PISTAS QUE ESPERAMOS QUE OS SIRVAN.



Intentemos en estas líneas ofrecer un manual de recetas para sobrevivir en el verano. Aunque eso de sobrevivir puede tener alguna connotación negativa. Quizás se trate de sacarle el máximo provecho familiar y educativo a una época del año que necesita ser repensada.

### 1.- Horario flexible, pero horario

Una casa, incluso el lugar de vacaciones elegido, no se puede convertir en un sitio en el que desaparezcan los relojes. Tampoco se puede caer en el otro extremo: *“venga, corre que llegamos tarde”*.

Se trata ahora de ofrecer pautas concretas. Y para no perderos con demasiadas posibilidades, nada mejor, en un verano, que respetar el horario de comidas, incluido el desayuno. Quizás, todo el secreto psicológico y filosófico de esta cuestión se puede resumir en este sencillo punto.

Padre y madre, reflexionad sobre lo que se propone: os sorprenderéis de los resultados.

Recuerdo que un padre me comentaba que no sabía qué hacer para que su hijo no llegara tan tarde a casa por las noches. *“¿Y a qué hora se levanta al día siguiente?”*, pregunto invariablemente siempre que me plantean esta cuestión. *“Pues sobre las dos o las tres”*.

Pues ahí está el problema. El horario de una casa lo ponen los padres y no los hijos. A ese padre le decía: *“qué tu hijo llega tarde, bien de acuerdo, pero a las diez fuera de la cama; verás como se arregla el asunto”*. Y todo esto conseguido sin montar numeritos y sin gritos.

Las horas de llegadas de los hijos no es un problema de hora de llegada, es un problema de hora de levantada.

Horario flexible pero horario: en las comidas, en las horas de levantarse. No como durante el curso pero sí algo, por favor.

¿Y las cenas por libre en el verano? Como te descuides, si tu hijo o hija ya tiene más edad, no le ves la cara en todo el día: seamos prudentes. Verse las caras es, en ocasiones, un seguro de vida.

Con estos referentes de horas, agarraderas del tiempo, conseguiremos centrar, y bastante, los interminables meses del verano.

Un cierto horario centra mi condición temporal de ser humano evitando la sensación de vacío. Tener cosas que hacer me hace sentirme bien conmigo mismo y afianza mi autoestima.

**A este segundo aspecto, llenar el verano de contenidos, dedicamos esta segunda entrega de recetas veraniegas.**

## **2.- Un verano no se improvisa sino que se llena de contenidos**

Y esto es una tarea ineludible de los padres. Con los hijos pequeños y adolescentes no se improvisa una etapa de descanso tan amplia. Hay que llenarles los días, evitando la ociosidad crónica como la ansiedad de no parar de hacer cosas.

## **3.- El verano no es una continuación de la actividad del Colegio**

Seguramente que para algunos niños, será necesario repasar materias o preparar algún que otro examen para septiembre. Si esto es así, lógicamente esta actividad llenará un tiempo importante de la jornada diaria.

Pero en los demás casos, no podemos pensar que el verano sólo se aprovecha ampliando conocimientos. Para eso ya está el curso escolar.

La necesaria preparación profesional para el futuro debe evitar un efecto rebote dañino: pensar que el verano es la época ideal para repasar idiomas, afianzar el dominio de las nuevas tecnologías y no se sabe cuántos tipos de cursos más.

No se está diciendo que esto sea malo. Lo que quizás no sea conveniente es pensar que eso sea lo prioritario.

Y es que lo esencial del verano para un crío pequeño es jugar; y para los más crecidos es hacer planes con los amigos.

Creo, sinceramente, que esto es así y no deberíamos olvidarlo. Un verano lleno de contenidos no significa planificar distintos master de especialización para los hijos.

## **4.- El verano no es tomar el sol como plan único**

Aunque haya que hacerlo y sea estético y agradable el tener buenos colores. Y, aquí como en todo lo demás, huyamos de las modas o de los convencionalismos sociales.

Vaya verano que te habrás pegado, te dice el compañero de trabajo a la vuelta de las vacaciones, observando tu negro de piel aún intacto.

Esa afirmación, de tópica, queda lejos de ser una realidad palmaria. Y es que, posiblemente, haya más posibilidades. El verano es buen momento para ejercitar la imaginación

## **5.-Que tengan más tiempo para jugar o hacer planes con sus amigos es una buena manera de llenar de contenidos el verano.**

Quizás lo interesante esté en que esos juegos se alejen de las pantallas de los ordenadores o de la televisión y que los planes con los amigos estén llenos de deporte al aire libre. Estos mínimos referentes que se ofrecen son útiles en el día a día con los hijos.

## **6.- Buenas son actividades formativas en las que aprendan jugando.**

Hay muchas instituciones educativas o clubes familiares que facilitan una gran variedad de ofertas lúdico – formativas.

## **7.- Llena el tiempo de tus hijos haciéndoles partícipes de tareas domésticas.**

Se quejarán porque son niños pero se sentirán más útiles. No se trata sólo de que hagan la cama o tengan su cuarto en orden. Anímales a algo más según el sentido común.

## **8.- Una cuestión de mínimos:**

Proponeros padres que, al menos una vez por semana, seáis capaces de sacar un plan familiar con toda la familia. Aunque sólo se consiga tomar unos refrescos en alguna plaza.

Si estos planes se preparan con gracia y buen hacer, los hijos mayores terminarán agradeciéndolo. La clave está en no rendirse y poner empeño para conseguirlo.

Importante es olvidar, en estos encuentros, problemas o pequeños desencuentros familiares. Se trata de pasar el tiempo juntos y con buenas caras por parte de todos.

## **9.- Según las edades y el tiempo disponible, fomenta en tus hijos actividades solidarias.**

Para eso, todo momento del año es ideal pero en verano puede resultar más fácil. Infórmate, pregunta porque en todas las ciudades y pueblos hay posibilidades para ayudar a los que más lo necesiten. Con sentido común y sabiendo dónde te metes, pensar el verano como tiempo para que los hijos aprendan el valor del compromiso y la solidaridad es garantía de felicidad para sus vidas.