

## Adiós, verano; hola, soledad

**Con el curso escolar y laboral vuelve el enemigo del menor:  
la incomunicación**

**El aislamiento de los niños explica muchos problemas de  
conducta**

- **Las familias convivieron más el pasado verano 'gracias' a la crisis**
- **Los adolescentes siguen otras influencias si hablan poco con los padres**
- **Las actividades extraescolares no deben ser un sitio para dejar al hijo**
- **Los adultos traducen su culpa en permisividad y sobreprotección**

Para algunos la crisis ha sido, temporalmente, una bendición. La mayoría de escolares acaban de terminar las vacaciones más familiares en muchos años, porque los presupuestos estaban muy justos, porque no cabían los viajes a destinos lejanos ni los campamentos. Pero el regreso a la dura realidad puede ser brusco.

**Después de días de estrecha convivencia con padres, abuelos, tíos o primos, los chavales se enfrentan de nuevo a las aulas a la vez que sus mayores recuperan sus jornadas laborales extenuantes. Ya está de vuelta la incomunicación, uno de los grandes enemigos de los niños y adolescentes de hoy.**



Ese tiempo extra con la familia hacía falta, según algunos expertos. "Éste es un problema que afecta a España de forma muy directa", afirma la psicóloga María Jesús Álava, autora del libro "**El no también ayuda a crecer.**" "Con unas de las jornadas laborales más largas de Europa, **los niños apenas pasan tiempo con sus familias, y este verano hemos visto positivamente que se ha vuelto a los pueblos, a pasar las vacaciones con los abuelos**".

**La crisis económica ha sido la principal causante del cambio.** Un estudio interno realizado por la consultora Fernández Nevado y Asociados, arroja que las familias han recortado gastos de las actividades vacacionales de sus hijos. "Hemos realizado un análisis durante el mes de agosto en la Comunidad de Madrid y hemos visto una caída de aproximadamente un 10% de participantes en campamentos respecto al año pasado", reconoce Myriam Fernández Nevado, directora de la consultora y mediadora infantil del Colegio de Políticos y Sociólogos de Madrid. Camino de Lecea, directora de Todocampamentos.com, corrobora la disminución y varias empresas organizadoras confirman la tendencia.

La incertidumbre ha dejado en vilo las ocupaciones estivales de los niños pero ha contribuido a que se estrechen lazos familiares que muchos consideran descuidados en los últimos años. Fernández Nevado cree que **las estancias familiares contribuyen "enriquecer la personalidad del niño, su educación y sus valores humanos, porque así puede observar la importancia de la familia".**

María Jesús Álava, cuyo gabinete ha realizado un estudio reciente con más de 1.500 casos, señala que, actualmente, el 75% de los niños que acude a su consulta lo hace por problemas de conducta y que, en la inmensa mayoría de los casos (95%), detrás del conflicto hay largos ratos de soledad. "Este problema es grave y no se daba antes, por lo que lo ocurrido este verano nos parece muy beneficioso", afirma la psicóloga. **El estudio arroja, según las conclusiones del gabinete, que la falta de contacto familiar está provocando problemas a los menores. "Los más pequeños se sienten solos y los adolescentes están siguiendo influencias negativas dentro de su grupo, todo ello con consecuencias graves",** indica Álava. Efectos, explica, como **"la falta de disciplina, el uso excesivo de nuevas tecnologías, la incorporación cada vez más temprana al botellón o el desapego familiar".**

En esta misma línea se expresa también Javier Urra, psicólogo experto en infancia y ex Defensor del Menor en Madrid, que recuerda **el concepto del niño llave, que pasa la tarde completamente solo en casa: "Una situación así continuada puede conducir a los niños a una desafección afectiva hacia sus padres, por sentirse como extraños, que a veces es difícil de salvar". El experto aclara que la persona tiene que aprender a "ser soledad, porque nacemos y morimos solos, pero es un concepto más de la edad adulta".**

Fernández Nevado cuestiona la importancia de la cantidad de tiempo frente a la calidad, y habla de una consecuencia muy grave: el conflicto. **"La falta de comunicación no es algo que se pueda solucionar rápido, sino que empieza en la cuna y trata sobre el conocimiento profundo del carácter de cada uno; es algo que repercute en el conflicto durante la adolescencia; si la infancia ha sido dura, la adolescencia lo será porque padres e hijos no entenderán las reacciones de unos y otros".**

Un estudio publicado hace un año por la Fundación SM con la Universidad de Comillas revelaba que el **27% de los niños se sentía solo al llegar a casa** (en

una encuesta con 15.000 escolares). Aunque no se trata de que los niños estén todo el día pegados a sus padres -lo que además es inviable-, es importante valorar ese tiempo y los niños son los primeros en hacerlo. **"El tiempo que se pasa con los padres es insustituible"**, resalta Álava. Lourdes Gaitán, que dirige el grupo de Infancia y Juventud de la Facultad de Ciencias Políticas y Sociología de la Universidad Complutense de Madrid, resalta que **"los niños dan muchísima importancia al tiempo que pasan con sus padres, ya sea de ocio, acompañarles a alguna de sus actividades, o incluso realizar alguna tarea doméstica"**.

La realidad actual no deja mucho tiempo libre a las familias. Pero ¿lo dejaba antes? Gaitán advierte contra la exageración. **"A veces se falsea la imagen de épocas pasadas para construir patrones ideales -antes, se supone, como las madres no trabajaban estaban continuamente con sus hijos, pero a la hora de la verdad las de clase baja pasaban el día trabajando y las de clase alta atendiendo sus asuntos-, que luego suponen una frustración porque no se corresponden con la realidad"**.

En una investigación sobre la infancia y la ciudad dirigida por Gaitán en 2007 con la Universidad Complutense de Madrid y que **analizaba las características de los niños urbanos, se recogían peticiones de los niños, entre ellas "más sitios cuando los niños nos quedemos solos en casa, para no estar solo"**.

**Otro estudio realizado por la Universidad Complutense y la Fundación Crecer Jugando, publicado en junio, también resaltaba que los niños (sobre todo los más pequeños) asocian la felicidad en primer lugar a una vida familiar satisfactoria, igual que, por el contrario, una experiencia familiar negativa constituye la mayor causa de infelicidad.**

El comienzo del curso es un momento ideal para cambiar hábitos y evitar, o al menos intentar minimizar, el impacto de la vuelta al cole con esa falta de comunicación, que tiene consecuencias también a corto plazo.

En este sentido, se ha extendido durante los últimos años el término de **síndrome posvacacional**, sobre el coste de adaptación de niños y adultos a las rutinas.

María Jesús Cerecedo, miembro del grupo de Salud Mental de la Sociedad Española de Medicina Familiar y Comunitaria (que **estima que entre un 5% y 8% de los niños sufre para adaptarse al ritmo escolar**), afirma que **"es positivo conocer que existe el síndrome, pero también saber que no es preocupante ni tiene mayor trascendencia"**.

El presidente de la Sociedad Española de Ansiedad y Estrés, Antonio Cano, señala que **la ansiedad la sufrirán mayoritariamente quienes tengan problemas previos: "Si un niño sufre las burlas de sus compañeros o cree que su profesor le tiene manía, evidentemente, sufrirá un gran estrés con la vuelta al cole**, pero, en general, no se producirá".

La cuestión, tras el posible nerviosismo de los primeros días, es controlar la rutina hasta el próximo verano. Y puede que la crisis siga teniendo este carácter benéfico unos meses más. María Jesús Álava augura que **"las dificultades económicas pueden influir en una menor condensación de actividades extraescolares, que a veces no son más que un lugar donde dejar a los niños para tener más tiempo los padres"**.

**No sólo los niños cambian su comportamiento por la soledad, también los padres. Álava relaciona los problemas de conducta de los pequeños con la actitud de los adultos: "Actualmente los padres tienen un sentimiento de culpabilidad que intentan neutralizar con comportamientos como el de ser colegas en lugar de padres, un error, o el de sobreprotegerles", advierte la psicóloga. Los padres deben, en opinión de la psicóloga, intentar "recuperar criterios, asumir cuando sea necesario papeles incómodos y ser más perseverantes que sus hijos; no sucumbir ante las crisis y no desanimarse", concluye. Javier Urra comparte la percepción de culpabilidad que está provocando impactos en el modelo de educación: "¿Cómo va a decirle no en los únicos 20 minutos que ve a su hijo al día?"**

Los expertos creen que la clave está en la conciliación. Un estudio realizado por el gabinete de Álava constató que **"un 30% del tiempo que se trabaja es perdido, en España hay mucha productividad por la mañana pero es ínfima por la tarde; hay que luchar por la conciliación, es importante llegar a casa pronto y estar con los hijos, no sólo cuando son pequeños, también de adolescentes, una etapa en la que necesitan igual a los padres.** El de la conciliación es un problema injustificable".

## **'NIÑOS LLAVE' FRENTE A 'NIÑOS AGENDA'**

**Los llamados niños llave (suelen ir con ella colgada del cuello para no perderla) pasan toda la tarde solos en casa.**

**Los niños agenda son aquellos que emplean las tardes corriendo de las clases de inglés a las de informática, baile o natación. Aunque las situaciones son distintas, subyace un mismo problema.**

Para Javier Urra, psicólogo infantil y ex Defensor del Menor de la Comunidad de Madrid, se trata del "mismo perro con diferente collar": padres sin tiempo para atender a sus hijos.

**Los niños llave echan en falta personas con las que hablar o interactuar, "o desarrollan una gran fantasía o se enganchan a Internet",** afirma Urra.

**En el otro extremo, los padres que, sintiéndose culpables, deciden organizar la agenda de sus hijos ocupándola hasta la extenuación y en la que el niño suele "sentirse agobiado",** a juicio de Urra.

**Los expertos coinciden en que las actividades extraescolares son positivas siempre y cuando tengan objetivos definidos. Además,**

**recomiendan sobre todo actividades físicas, de trabajo en equipo y fomento de las habilidades sociales.**

Además, los padres deben estar pendientes, según la psicóloga María Jesús Álava, y hacer un seguimiento real de todas las actividades que realizan sus hijos. "**Deben esforzarse para estar tiempo con ellos**, tanto en verano como en invierno, porque lo contrario se acaba pagando", sostiene. "**Les recomiendo que las actividades que hagan los niños sean de trabajo en equipo, para contrarrestar un poco al gran individualismo que prima en esta sociedad**", concluye.

**CRISTINA CASTRO**

**Publicado en El País de Madrid el 22 de septiembre de 2009**