El verano pone a prueba a todas las familias

31/07/2026



Las peleas en verano se multiplican

Hay una prueba que ninguna familia suspende en verano: discutir por cosas completamente absurdas.

Quién lleva el flotador. Que si el ventilador solo te da a ti. Quién ha cogido el último helado. Que si llevamos cinco minutos más en la playa o diez menos en la piscina. Lo sorprendente no es que ocurra. Lo raro sería que no ocurriera.

Lo curioso es que muchas familias interpretan estos momentos como una señal de que algo va mal. Que los niños están más nerviosos. Que las pantallas los tienen alterados. Que los hermanos no saben convivir.

Pero, en realidad, ocurre algo mucho más sencillo, en verano convivimos mucho más. Durante el curso, la vida está fragmentada. Colegio, trabajo, actividades, entrenamientos, deberes... Apenas pasamos unas pocas horas juntos cada día. En vacaciones, en cambio, compartimos desayunos, comidas, tardes enteras, viajes, piscinas, visitas familiares y noches que se alargan. Hay más tiempo para jugar, pero también muchas más oportunidades para chocar. Es casi una cuestión matemática.

Si aumentan las horas de convivencia, aumentan también las posibilidades de que aparezcan desacuerdos. Y eso

no significa que estemos educando mal.

De hecho, el conflicto es una de las herramientas más eficaces para aprender a convivir. Siempre que los adultos no intentemos eliminarlo a toda costa.

Porque hay una diferencia importante entre vivir en conflicto y aprender a resolver los conflictos.

La primera desgasta. La segunda educa.

A menudo creemos que nuestro trabajo consiste en evitar cualquier discusión. Intervenimos a la primera protesta, buscamos un culpable en pocos segundos y resolvemos el problema para que vuelva la paz cuanto antes.

Sin embargo, esa paz suele durar muy poco.

Los niños necesitan descubrir que discutir no rompe una relación. Que se puede estar enfadado y seguir queriéndose. Que no todas las diferencias requieren un juez y que muchas pueden solucionarse hablando, esperando o cediendo un poco.

Eso sí, para aprenderlo necesitan un modelo. Y ahí empieza nuestro verdadero trabajo.

Cuando los adultos gritamos desde otra habitación, dictamos sentencia sin haber escuchado a nadie o resolvemos todos los problemas por ellos, el mensaje que reciben no es cómo solucionar un conflicto. Aprenden, más bien, que quien tiene más poder decide quién gana. No hace falta hacerlo perfecto. Basta con cambiar algunas pequeñas costumbres.

Antes de intervenir, observa. No todas las discusiones necesitan un adulto. Muchas terminan en pocos minutos si damos tiempo para que encuentren una solución propia. Intervenir demasiado pronto les roba esa oportunidad.

Escucha antes de decidir. La pregunta «¿qué ha pasado?» suele funcionar mucho mejor que «¿quién ha sido?». La primera busca comprender. La segunda busca un culpable.

Pon nombre a lo que sienten. «No estás enfadado porque sí; estás enfadado porque querías seguir jugando.» Cuando un niño siente que alguien entiende lo que le ocurre, le resulta mucho más fácil recuperar la calma.

No obligues a pedir perdón inmediatamente. Un «perdón» dicho por obligación rara vez enseña empatía. Es mucho más útil preguntar «¿qué podrías hacer ahora para que tu hermano se sintiera mejor?» Así el foco deja de estar en cumplir una orden y pasa a reparar el daño.
Recuerda que los hermanos, primos, amigos... no necesitan un árbitro permanente. A veces necesitan simplemente un espectador tranquilo que intervenga solo si alguien corre peligro o la situación se descontrola.

Y hay otra idea que suele aliviar bastante a padres y abuelos. No hace falta que todo el tiempo compartido sea maravilloso. También hay aburrimiento. También hay portazos.

También hay días en los que todos parecen tener menos paciencia, y no pasa nada.

Los vínculos no se fortalecen porque nunca existan conflictos. Se fortalecen porque aprendemos que, después del enfado, seguimos estando ahí.

Convivir significa también aprender a esperar, negociar y reconciliarse. El verano tiene algo que el resto del año nos regala pocas veces: tiempo.

Y ese tiempo puede convertirse en una fuente inagotable de pequeños roces... o en el mejor gimnasio para aprender habilidades que acompañarán a nuestros hijos toda la vida.

Porque saber leer, sumar o hablar otro idioma abre muchas puertas, pero saber escuchar, pedir las cosas con respeto, gestionar un enfado o reconciliarse después de una discusión abre algunas de las más importantes.

Quizá por eso no deberíamos preguntarnos cómo conseguir un verano sin conflictos. La pregunta útil es otra. ¿Qué queremos que aprendan nuestros hijos cuando aparezca el próximo? Porque aparecerá, y bien acompañado, puede acabar siendo una de las mejores lecciones del verano.