

Munné, F. y Codina, N. (1996). Psicología social del ocio y el tiempo libre (pp. 429-448). En J.L. Alvaro, A. Garrido y J.R. Torregrosa Psicología social aplicada. Madrid, España: McGrawHill.

PSICOLOGÍA SOCIAL DEL OCIO Y EL TIEMPO LIBRE.

EL OCIO, UN MODO DE COMPORTARSE EN EL TIEMPO

Una parte ambivalente del tiempo social

Desde una perspectiva psicosocial, el ocio es un modo típico de comportarnos en el tiempo. Es, pues, un comportamiento que se caracteriza por consumir y emplear una parte del tiempo de que disponen tanto cada persona como el sistema social. *Grosso modo* y considerado en su conjunto, este tiempo se estructura al menos en cuatro áreas de actividad: 1) El tiempo psicobiológico, básicamente destinado a las necesidades fisiológicas y psíquicas. 2) El tiempo socioeconómico, fundamentalmente referido al trabajo. 3) El tiempo sociocultural, en el que nos dedicamos especialmente a la vida en sociedad, y 4) el tiempo de ocio, destinado a actividades de disfrute personal y colectivo.

Un primer paso para aclarar tales actividades es no confundir este último tiempo con el tiempo disponible, excedente o sobrante, porque aunque en general este tiempo es fuente de ocio puede no destinarse a él. Tampoco debe confundirse con el tiempo libre, ya que en el ocio no siempre uno se expresa libremente.

Por otra parte, el ocio no es mero juego. Por ejemplo, en los niños en que uno y otro parecen confundirse, sin embargo el juego (*play*) ha sido inapropiadamente sobreextendido, tendiendo a utilizarse como un comodín para designar casi todo lo que el niño hace. A pesar de ello, el ocio infantil es más bien trabajo, al menos en el sentido de que para el niño y dentro del contexto del proceso de socialización, se trata de una actividad seria (Munné, 1992).

Finalmente, el ocio no se opone al trabajo. La relación entre ambos es ambigua. De una parte, uno puede complementar al otro, y de otra hay, como veremos, actividades intermedias.

El fenómeno del ocio presenta dos características llamativas: es ambivalente y es multiforme. En el primer aspecto, el ocio es fuente de lo más creativo y, a la par, de lo más patológico que se encuentra en cualquier sistema social. Lo que tienen de común situaciones tan variopintas como la infancia y la tercera edad, el arte y el paro, la diversión y la delincuencia por poner unos ejemplos casi al azar, está en el hecho de que en todas ellas, el ocio llega a ser el protagonista. Pero el fenómeno en cuestión no se limita a estas dos perspectivas. Como muestran los estudios (Zuzanek, 1980), el ocio además de ser un factor de desarrollo del ser humano, con actividades como el juego o el deporte, y de fomentar la pasividad, la privacidad, la alienación, etc., es también un instrumento de terapia y de formación.

Pero el ocio es también un fenómeno multiforme. Cada época aporta alguna forma

propia de ocio, porque los cambios socioculturales afectan profundamente a este fenómeno. En síntesis, he aquí su evolución histórica (una exposición detallada en Munné, 1980):

En Grecia, el ocio (*skholé*), se refería al estado de la mente entregada a la sabiduría y al noble oficio de pensar. Esto tuvo como contrapartida que para tener *skholé* había que disponer de un tiempo libre, en el sentido más literal del término, lo cual sólo era posible teniendo a otros trabajando, por lo que en la base de este ocio estaba la esclavitud. Roma invirtió las cosas. El *otium*, entendido como un tiempo de descanso para recuperarse del trabajo o *nec-otium*, era disfrutado por todos. Ocio eran, por ejemplo, los grandes espectáculos para entretener al pueblo (política del *panem et circenses*). Pero la ambivalencia aparece al reivindicar Cicerón la herencia griega, bajo el lema de un *otium cum dignitate*.

A partir de la Edad Media, el ocio popular de resonancia romana y el ocio elitista monacal de resonancia griega, alternan con el ocio caballeresco, que exhibe comportamientos ostentatorios de la posición social. Con el capitalismo naciente, el ocio deviene un signo de lujo. Por contra, las ideas puritanas lo perciben como un vicio moral y social, la ociosidad. Ya finales del siglo XIX llega a definir una clase social (la clase ociosa, de Veblen). Con el industrialismo, el ocio pasa a ser fundamentalmente un tiempo sustraído al trabajo, esto es, un tiempo excedente, residual, que no es valorado en sí mismo sino en relación siempre con el trabajo. Cuenta más como cantidad de tiempo que como tiempo empleado en una determinada actividad, como lo demuestran las reivindicaciones obreras de una jornada laboral de ocho horas o la proclamación hecha por Lafargue de un *droit a la paresse*, o sea de un tiempo sin hacer nada, sin trabajar. Al evolucionar la sociedad industrial de una sociedad de producción en serie a una sociedad de consumo, este sentido del ocio se ha transformado profundamente. En la sociedad de masas, el ocio se destina preferentemente al consumo ya sea de bienes o servicios (diversiones) ya sea a la industria cultural. El potencial de esta nueva forma de ocio, impulsada cada vez más por los avances tecnológicos y los *mass media*, es estremecedor.

Se habrá observado que ninguna de las formas de ocio descritas se pierde sino que, más o menos adaptada, se acumula a la forma emergente. Esto dota de una gran complejidad al tiempo del ocio, ya que el comportamiento en el mismo se manifiesta de todas estas maneras. Así, hoy, empleamos el tiempo de ocio tanto de un modo creativo o para recuperarnos de la fatiga como para ostentar ante los demás, pasar (perder) simplemente el tiempo o dedicamos al consumo.

Los enfoques actuales en el estudio del ocio y la teoría de las tres D

Las investigaciones contemporáneas sobre el ocio responden a cuatro tradiciones culturales distintas. La tradición germánica, inicialmente de carácter antropológico y pedagógico, se orientó con la Escuela de Frankfurt hacia la crítica social (por ejemplo los estudios de Adorno sobre los *hobbies*, la música y en general la industria cultural). La tradición soviética, inspirada en el pensamiento social de Marx, fue muy rica en investigaciones empíricas, como los trabajos de Grushin. Se dirigió sobre todo al desarrollo social e integral (aunque confesadamente partidista) de la personalidad del individuo. La tradición francesa, funcionalista, se preocupa por la formación de adultos y la animación cultural.

Por último, la tradición anglosajona (Inglaterra y Estados Unidos), interesada por

el ocio como actividad al aire libre, por lo cual centra el interés en problemas prácticos de infraestructura y organización.

Desde la tercera de estas tradiciones se han formulado dos teorías muy influyentes sobre el ocio. Friedmann (1956) analizó y vio el ocio moderno como una compensación de las tensiones y frustraciones, y más ampliamente de la alienación, provocadas por el trabajo desmenuzado, monótono y anónimo del maquinismo y la industrialización. Poco después, Dumazedier (1964) distingue tres modos básicos de empleo del ocio, que llama las tres D por la inicial de sus respectivos nombres: el ocio sirve para Descansar, Divertirse y Desarrollar la personalidad. Son, pues, las tres funciones que desempeña en el sistema social. El descanso recupera de la fatiga e incluye el aburrimiento, el tedio, etc.; en la diversión entra el juego como distracción, evasión, etc.; y en el desarrollo personal y social, la necesidad de formación.

Estas dos teorías se complementan. El ocio compensador revela la contradicción latente de un ocio, transformado en un comportamiento necesario. Y referido a las 3D, muestra que se trata de actividades compensatorias y por lo tanto no expresivas de libertad. Lo reconocía implícitamente Dumazedier al decir que el descanso se da como recuperación de la fatiga, la diversión como distracción para huir de la monotonía, y el desarrollo personal como un evitar la impersonalidad.

DEL OCIO AL TIEMPO LIBRE

La teoría del tiempo liberado y la percepción de la libertad

El análisis de Friedmann muestra que el ocio actual no se da como una actividad libre sino como una actividad necesaria, por liberadora, al emplearlo de un modo no valioso por sí mismo sino como un medio para enfrentarse a los problemas de la vida cotidiana, y en particular los generados por el mundo del trabajo. Y esto al extremo de que la necesidad compensatoria puede ser tan intensa que a menudo lleva a sobrecompensaciones,

generadoras de conductas psicosocialmente patógenas, que van desde la adicción a la droga o al juego hasta la violencia urbana.

Ahora bien, las dos teorías expuestas ocultan el sentido profundo del fenómeno.

El propio hecho del ocio compensatorio permite diferenciar entre el tiempo liberador y un tiempo liberado, el cual se dedica a las actividades de ocio no por una necesidad compensatoria sino por sí mismas. Es desde esta perspectiva que, a finales de los setenta, ya propusimos la teoría del ocio como tiempo libre (Munné, 1972 y 1980).

El tiempo de ocio pasa a ser liberado, o sea libre, cuando es expresión de nuestra libertad como seres humanos. El sentido profundo del ocio es el tiempo libre. Este se manifiesta cuando las actividades ociosas no responden a un comportamiento heterocondicionado sino autocondicionado. Entonces, el descanso pasa a ser un goce por sí mismo, la diversión el placer de la recreación, y el desarrollo personal el disfrute de nuestra potencialidad creadora. En otra dimensión, el tiempo de ocio, a la par que construye, refleja nuestro *self*, encontrándonos a nosotros mismos. El ocio como tiempo libre, por ejemplo, es esencial en la formación del niño (Munné, 1992).

Teorizando dentro de la tradición anglosajona, Neulinger (1981) ha destacado el componente psicológico de la libertad en el ocio, al tratar ésta como la percepción de

la libertad. La consecuencia es que el ocio y los ocios pasan a ser tratados como un estado de la mente antes que como una actividad.

Pero es obvio que se trata de dos vertientes de un mismo fenómeno, lo cual significa que en tanto que elemento constitutivo del tiempo de ocio, la libertad debe ser no sólo subjetivamente percibida sino también objetivamente real. Porque si, de una parte, es engañoso un tiempo libre en el que el sujeto no puede llegar a gozar del placer de percibirlo como tal, de otra parte resulta del todo insuficiente la mera creencia, sin realidad, de que uno obra libremente.

El ocio serio

Ya hemos dicho que la relación entre ocio y trabajo no es de mera oposición. Por esto, los teóricos del ocio han tenido que reservar un lugar a las actividades intermedias en los que ambos fenómenos se combinan, dándose a la par obligación y libertad. Es lo que se llama semiocio, cuasiocio, obligaciones de no trabajo, etc., y que referido al tiempo libre, lleva al concepto de grado de nitidez del tiempo libre (Munné, 1980), dado por el hecho de que la libertad, o sea el comportamiento autocondicionado, no se da de un modo absoluto.

Actividades típicas de semi ocio son las aficiones (hobbies), como el coleccionismo, la fotografía, el dibujo, la jardinería, la cerámica o la construcción a escala de aviones. También las reparaciones domésticas (*bricolage, do-it-your self*), que se concretan en un «trabajito» (a menudo, chapuza) desarrollado con laboriosidad y a un ritmo personal, que para Friedmann (1956) forman parte del ocio compensatorio como reacción a la velocidad, estandarización, trabajo en cadena, etc., del mundo moderno. Otra fuente de semi ocio son los compromisos sociales, desde ir a pagar los impuestos hasta asistir a la boda de unos parientes.

Este ocio/trabajo ha sido recientemente conceptualizado con la denominación, un tanto ambigua, de ocio serio (*serious leisure*), referible a aquellas actividades que permiten ejercitar las habilidades artesanales y las capacidades creativas de los sujetos, con tal implicación perfeccionista que el producto final se aproxima a la calidad profesional (Stebbins, 1992). En él entrarían, por ejemplo, la pintura, la marquetería y el teatro, pero también las acciones cívicas y políticas, e incluso las labores del hogar en las que empieza a participar el sexo masculino.

Este autor diferencia tres tipos principales de ocio serio: a) El *amateurism*, en cuya motivación se combinan el autointerés, el interés público, el altruismo y el interés pecuniario, con un rol cercano al profesional, y que proporciona satisfacción y contribuciones en los planos cultural, de ayuda y comercial. b) El *hobbyst*, con idénticos componentes motivacionales salvo el altruismo, un rol de no trabajo y las mismas contribuciones excepto la ayuda. c) El voluntariado (*volunteering*), motivado por el altruismo y el autointerés, con un rol de trabajo delegado que proporciona ayuda y satisfacción.

El interés de este concepto, discutible por negar implícitamente seriedad al ocio «alegre», está en que recae menos en la actividad y más en la disposición con que es realizada (hacer algo lo mejor posible, ayudar a los demás, etc.).

Ocio, tiempo libre y sistema social

Detrás de toda práctica colectiva de ocio se encuentra, latente o manifiesto, un modelo de sociedad. Un primer modelo es el de la sociedad recreacionista, que tiene sus antecedentes en la Gran Bretaña de finales del XVIII y comienzos del XIX, cuando se desarrolla la recreación al aire libre como reacción a los efectos de la industrialización. La acción directa y primordial de este movimiento es la promoción de servicios que faciliten el ejercicio de este tipo de ocio, lo que genera una amplia y persistente acción a favor de la creación de parques y terrenos para juegos.

El movimiento recreacionista se desarrolla ampliamente en los Estados Unidos, donde a finales de siglo ya se contaba con una organización, el American Institute of Parks Executives, que proporcionaba información sobre el ocio al aire libre. Este movimiento, obsesionado por la gestión, ha potenciado a su vez el movimiento de animación cultural (Samuel, 1974), preocupado por elaborar programas aparentemente exaltadores no de la naturaleza sino de la cultura y por organizar los ocios de la gente. Ambos movimientos cuentan con un notable desarrollo profesional.

El recreacionismo responde a una sociedad tecnificada e interesada en que las personas se distraigan y ocupen de un modo socialmente satisfactorio su tiempo excedente, para regenerarse sin degenerarse. El norteamericano Joseph Lee, padre del movimiento recreacionista al aire libre, señalaba el valor terapéutico del ocio al decir que éste; además de permitir el goce de la belleza, restablece el equilibrio físico y fomenta la participación en grupo (Samuel, 1974). Es evidente el carácter compensatorio de este ocio. En Europa, si exceptuamos Inglaterra, el movimiento recreativo ha tenido en general mucha menos relevancia.

Un segundo modelo de sociedad desde la perspectiva del ocio, es descrito por Dumazedier. En reacción al pesimismo de Friedmann y aún dentro del clima eufórico de la posguerra mundial, clima que en Norteamérica tiene su expresión en *lafun morality*, dicho autor se refiere a una *civilisation du loisir*, que en 1974 vaticinó para comienzos del próximo siglo. Su modelo puede ser interpretado de dos modos. Cuantitativamente, entendiendo que tal civilización o sociedad advendría al haber más días de ocio ,al año que de trabajo. Estando prácticamente ya en el nuevo milenio, una sociedad así más bien parece alejarse de nosotros. Al menos, así parecen indicado datos como el incremento promedio de los procesos educativos, la necesidad cada vez más sentida de una formación permanente, la mayor duración de los desplazamientos hogar-trabajo, el aumento de las obligaciones y los compromisos sociales o públicos, etc. Irónicamente, un dato a favor es el fenómeno crónico del paro, el cual es un ocio forzoso. La otra interpretación, cualitativa, es entender que el modelo en cuestión ya está institucionalizado con el progresivo empleo del ocio como actividad de consumo. En uno y otro caso, empero, no se vislumbra la posibilidad de una sociedad basada en el tiempo libre. Como modelo alternativo a esta civilización o sociedad del ocio está la sociedad tecnoburocrática anunciada por la prospectiva social, en la que el protagonismo recae en los tecnólogos y los expertos en organización. Es un modelo que puede no ser incompatible con el anterior, si se entiende que a corto término estaremos (si es que no estamos ya) en él y que es la vía para llegar a una sociedad con un amplio desarrollo del ocio. Esto puede ser a expensas del tiempo libre, como ocurre ya con el ocio de los ejecutivos japoneses fomentado y programado por la organización en que trabajan. Aunque el desarrollo del tiempo libre no se vislumbra cercano en el horizonte, ciertamente algunos datos apuntan esta posibilidad y abren cierta esperanza, como lo es la preocupación insistente en las investigaciones actuales por la calidad de vida del

ocio. Iso-Ahola (1980), indirectamente considera el aumento de la calidad de vida como uno de los objetivos primordiales de la Psicología Social del ocio y la recreación, viendo en ello un engarce entre el trabajo y el ocio, así como una conexión con la satisfacción y el bienestar individual y social, y a la postre con la salud mental. En el mismo sentido, con ocasión de estudiar qué y cómo la función del ocio está cambiando con los microordenadores y las nuevas tecnologías, se ha afirmado (Roberts, 1979) que el ocio contemporáneo está dejando de ser un fenómeno residual para pasar a constituir un aspecto general de la calidad de vida del ser humano. En los Estados Unidos, ha surgido un movimiento en favor de una vida más sencilla (*downshifting*), en la que se aspira a disponer de mayor tiempo para uno mismo y su familia con la consiguiente reducción del sueldo y del consumo de bienes materiales (El País, 24-9-95). No parece ser un hecho circunstancial. El dato más esperanzador sobre el desarrollo del tiempo libre lo aporta la reciente Encuesta Mundial de Valores (1990), realizada en más de cuarenta países, que evidencia el paso de unos valores materialistas, basados en la escasez y la seguridad, a otros calificados de postmaterialistas, que enfatizan la libertad individual, la experiencia emocional y rechazan la autoridad, la cual «se ha alejado tanto de la iglesia como del estado para ir a parar a manos del individuo, con una creciente atención a lo que le concierne, como las amistades y el ocio» (Inglehart, 1994, 76). De confirmarse, este cambio social sería otro factor que facilitaría el camino del ocio al tiempo libre.

APLICACIONES EN LA INVESTIGACION

Las variables analíticas y los presupuestos de tiempo

La investigación empírica del ocio y el tiempo libre ha de considerar tanto los aspectos temporales como los relativos a las actividades y comportamientos desarrollados. De ahí, que el análisis del fenómeno requiera distinguir dos pares de variables. El primero, de carácter cuantitativo, se refiere a la temporalidad y viene dado por el volumen total de tiempo y por su distribución en bloques (fines de semana, vacaciones, etc.); el segundo, referido a la libertad, comprende el contenido y el empleo de dicho tiempo (Munné, 1971a; 1975).

El contenido está integrado por las actividades (las tres D) y los factores que facilitan o dificultan su realización. Comprende aspectos infraestructurales (parques, campamentos de vacaciones, hogares para jubilados, secciones lúdicas en prisiones, asilos, etc.) y organizativos (asociaciones, clubes, servicios públicos de información, etc.). Obviamente, el contenido del ocio va evolucionando con el avance tecnológico (Munné y Codina, 1992). En cuanto al empleo, se refiere a los comportamientos, tanto la elección de los mismos dentro del contenido potencial y factible en cada caso como su realización efectiva.

Estas cuatro variables intervinientes han sido aplicadas por nosotros para mostrar la entidad del derecho al tiempo libre, reconocido en la Declaración Universal de los Derechos Humanos, proclamada por la ONU en 1948 (art. 24) (Munné, 1972 y 1974). Y son aplicables a los derechos al descanso, vacaciones, educación física y deporte, y a una adecuada utilización del ocio que recoge la vigente Constitución española de 1978 (arts. 40 y 43).

Por otra parte, cualquier análisis del ocio o del tiempo libre ha de tener en cuenta

estas variables. Incluso técnicas cuantitativas como los presupuestos de tiempo (*budgets time*), empleados en estudios clásicos sobre el tiempo de trabajo y de ocio (Strumilin; Szalai) y hoy habituales en los análisis de audiencia de los medios audiovisuales de masas.

En esta técnica, el tiempo se cuenta por días, días alternas, una semana, varios días a lo largo de las estaciones del año, o mientras se realizan determinadas actividades. El cuestionario puede ser abierto o cerrado, según deba contestarse libremente qué actividades se realizan o a través de una lista precodificada. Puede preguntar por aspectos como el material utilizado, las personas que participaban o estaban presentes, el grado de satisfacción y la mayor o menor intensidad con que se ha realizado la actividad, etc. Finalmente, los modos de registro más empleados son: el diario literario retrospectivo, en el que se recuerda lo realizado a lo largo del mismo día o en días anteriores; el diario fijo, que deja constancia de lo que se realiza en intervalos de 5, 10, 30 o 60 minutos; el diario simultáneo, al que se responde a medida que se van realizando las actividades; y el diario al azar (*beeper study*) en el que el sujeto contesta al cuestionario cada vez que recibe la señal de un zumbador electrónico controlado por el investigador.

Un inconveniente de los *budgets time* es que la cuantificación de la actividad en horas o minutos, debido al análisis subjetivo de los individuos, dificulta el cálculo de la media de tiempo dedicado a tareas específicas (Mateo y del Val, 1993). Otros inconvenientes son que cumplimentar el cuestionario requiere excesivo tiempo, que resulta aburrido sobre todo cuando se miden períodos largos de tiempo, y que las respuestas son poco fiables pues los sujetos no siempre están motivados para contestar, tienden a redondear los tiempos y acostumbran a olvidarse de datos importantes. Algunas de las variables descritas se contemplan directa o indirectamente en otras técnicas útiles para analizar aspectos particulares del ocio, como la Leisure Diagnostic Battery (Witt y Ellis, 1985), que mide la percepción de libertad, la motivación intrínseca, el control y la competencia; la Leisure Satisfaction Scale (Ragheb y Beard, 1980), para la satisfacción de la necesidad; y la Leisure Orientation Scale (Burdge, 1961) o la Leisure Ethic Scale (Randal y Slivken, 1980) para investigar las actitudes hacia el ocio. También se dispone de cuestionarios para valorar la práctica de determinadas actividades de ocio, el tiempo medio disponible en un sector de la población, la oferta o la disposición de espacios para el desarrollo de ciertos ocios, las demandas de la población, etc.

Estudios empíricos

Con los presupuestos de tiempo se ha investigado la distribución de tiempo y dinero de los jóvenes en diversas actividades de ocio (Gil y Menéndez, 1985), la duración y distribución del trabajo doméstico a lo largo de la semana y entre los miembros de la familia (Bereano, Bose y Arnold, 1985), el volumen y distribución del tiempo de las actividades de ocio definidas subjetivamente y en relación con el estatus laboral y los roles familiares (Shaw, 1985), el empleo del tiempo juvenil por intervalos de media hora (Informes de 1984 y 1988 sobre la juventud en España: Zárraga, 1985 y 1989), etcétera.

El cuestionario del presupuesto de tiempo ha sido adaptado expresamente para investigar el empleo real y el deseado del tiempo, o las actividades realizadas y las deseadas (Gallup, 1983; Codina, 1986). Para medir algunas variables subjetivas se

aplica el Experience Sampling Method (ESM) de Csikszentmihalyi y Graef (1980), que mide ocho dimensiones de la experiencia de ocio (autoconciencia, habilidad, cambio, ánimo, motivación, sentido del control, interés y concentración) en el momento en que el investigador avisa a cada sujeto a través de una radio. Con sus diversas versiones se ha analizado desde la intensidad de las experiencias de ocio a las motivaciones y el empleo del tiempo por desempleados. Finalmente, en los estudios sobre la calidad de vida a través de las experiencias de ocio en grupos de población (jubilados, estudiantes, etc.) se utiliza la escala WAID de Neulinger (preliminar, 1977; y modificada, 1986), consistente en un presupuesto de tiempo retrospectivo con un cuestionario de tres ítems (sobre la percepción de la libertad, la motivación y el afecto positivo hacia la actividad); y con esta misma escala se han estudiado las relaciones entre ocio y salud (cardiopatías, bulimia).

NUEVAS MANIFESTACIONES DEL OCIO

Por la misma razón que al comienzo nos referíamos a la importancia de considerar la dimensión histórica para entender la evolución y el estado del ocio en la sociedad actual, hay que atender a la constante evolución del contenido del ocio muy sensible a factores tales como las modas, las ideologías y los avances tecnológicos, con una fuerte incidencia sobre el comportamiento cotidiano individual y social. Esta evolución, con el trasfondo axiológico de la calidad de vida, trae grandes preocupaciones a la par que importantes novedades.

Las nuevas manifestaciones del ocio siguen dos tendencias contradictorias, aunque se complementan en múltiples aspectos: las innovaciones tecnológicas y las ideas ecológicas.

El ocio tecnológico

A pesar de que la televisión ya no es una novedad, continúa siendo una de las principales ocupaciones del ocio contemporáneo en las sociedades desarrolladas. Sin entrar en los contenidos televisivos, que llevarían a abordar no sólo el controvertido tema de la violencia sino también el extraordinario potencial formativo de la pequeña pantalla, hay una cuestión en cierto modo previa a la que no parece dársele toda la importancia que tiene: nos referimos al volumen de tiempo consumido en este medio, sobre todo por la población infantil y juvenil porque la televisión es un potente agente de socialización, especialmente primaria (Munné, 1992). Piénsese, por ejemplo, que en España, según un reciente Informe del Ministerio de Sanidad y Consumo (1992), un 19 por 100 de los escolares entre 11 y 15 años ve diariamente la televisión nada menos que cuatro o más horas, y el 43 por 100 entre 1 y 3 horas (Mendoza, Sagra y Batista, 1992). Aparte del hecho de que esta enorme capacidad de absorción temporal del medio comporta un serio detrimento del resto del tiempo cotidiano, debe tenerse en cuenta que un volumen de más de 50 minutos diarios no es recomendable, según la Sociedad Europea de Biosociología (Rodríguez, 1993), señalándose que en relación con el tiempo que ocupa la televisión y que resta a la actividad física puede producir problemas de colesterol, obesidad y alteraciones cardíacas (Bammel y Burrus-Bammel, 1982). Y si nos referimos al rendimiento escolar, un volumen de más de dos horas diarias parece

tener efectos negativos (Martí y Solé, 1994).

Al medio televisivo se han sumado últimamente las nuevas tecnologías (videojuegos y juegos de ordenador), lo que representa un eslabón más en el proceso revelador de los medios como transformadores de la realidad, puesto que de una realidad natural nos estamos dirigiendo a marchas forzadas hacia una realidad artificial (Munné, 1993). Pues bien, con los videojuegos y los juegos de ordenador han hecho presencia unas máquinas de ocio basadas en el *software* lúdico, *software* de ocio o en cierto aspecto *microsofthome*. Se trata de un ocio tecnológico dotado de gran poder de atracción, generado por la interacción entre el sujeto y el objeto, y que ha sido detectado no sólo en el campo lúdico sino también en el educativo, así como en las visitas a los museos interactivos (Munné y Codina, 1992; Codina, 1995).

Aunque esta interacción se caracteriza por la posibilidad de auto dirección en tanto que permite que el sujeto experimente cierta sensación de autocondicionamiento, esto no impide que los ordenadores o las redes informáticas, justamente por resultar tan atractivas, puedan devenir para el usuario, sin que él mismo lo perciba, una poderosa fuente de heterocondicionamiento, si no de adicción (Codina, 1995 y 1996). Esta adicción y el aislamiento individual están entre los problemas más preocupantes que presentan las nuevas tecnologías informacionales (por ejemplo Kraus, 1984; Loftus y Loftus, 1983), sobre todo si se tiene en cuenta que, tanto en el ámbito del ocio como en el laboral, afectan a la vida cotidiana en su conjunto, y por consiguiente a la totalidad de la persona y la sociedad (Codina, 1995).

Sin perjuicio de lo anterior, la facilidad para acceder a un contexto tecnológico más sofisticado no parece excluir el interés hacia actividades no tecnológicas. Así, según un estudio con niños entre 9 y 13 años de Bremen, aún teniendo la posibilidad de incrementar la práctica con estos juegos electrónicos, muchos niños muestran más interés por incorporarse a sus pandillas y practicar actividades físicas (Hengst, 1991). Y el consumo de videojuegos no parece provocar desinterés por la práctica de deportes, pues incluso algunos niños que perciben los juegos de ordenador como una variedad deportiva no la consideran sustitutiva de la actividad física real (Swoboda, 1986).

Otro aspecto a considerar son los efectos recíprocamente potenciadores que produce la interrelación de los medios audiovisuales. La televisión hace a los jóvenes más competentes en el manejo de los juegos de ordenador, porque promueve la aptitud para procesar informaciones visuales dinimizadas (Greenfield, 1984). El vídeo doméstico favorece el control personal televisivo en la selección de los programas y el momento de visualizarlos, y el desplazamiento de la audiencia (*time-shifting*) permite sortear las barreras de la programación (Wedell, 1991). En cuanto a los videojuegos, se ha observado que son un buen entrenamiento para iniciarse en el micromundo de los ordenadores (Loftus y Loftus, 1983). Y otro tanto ocurre con los juegos de ordenador en relación con los ordenadores interactivos, ya que el niño vincula la dinámica visual con el control activo (Greenfield, 1984).

Cuanto se ha expuesto sobre el ocio tecnológico debe entenderse con todas las reservas derivadas del hecho de que, debido a la reciente aparición de estos medios y a su crecimiento exponencial, no ha transcurrido suficiente tiempo para que se desarrollen las investigaciones longitudinales necesarias para ver sus efectos (Munné y Codina, 1992; Codina, 1995). Por la misma razón, no es posible prever todavía el impacto psicosocial de esta inmensa fábrica de ocio que es la Internet.

El ocio ecológico

La actividad deportiva es un juego con reglas, que se manifiesta con actividades relacionadas con el descanso, como un ejercicio relajante; la diversión, desde la práctica al espectáculo de cualquier deporte; y el desarrollo de la persona también con la práctica de un deporte con afán de superación. La práctica de tales actividades es fuertemente compensadora (Plessner, Klafki, Naville, etc.), y aunque son distintos los casos del deportista de élite, del federado y del aficionado, todavía no se dispone de estudios concluyentes al respecto (Haywood *et al.*, 1990).

Un aspecto antropológicamente negativo es que su práctica puede ir en perjuicio del resto del ocio: los no deportistas participan en muchas más actividades de ocio que los deportistas (Schmitz-Scherzer y otros, 1977). La absorción es más acusada cuando se intentan diversificar las prácticas para superar las inconveniencias físicas y psicológicas del monodeportismo. Una práctica adecuada del *triathlon* (*jogging*, ciclismo y natación), de moda en los ochenta por influencia del *aerobic*, exige de 30 a 40 horas semanales (Munné, 1990); y aún más tiempo, tanto de preparación como de participación, requieren las prácticas *multiathlon*, como el *raiverd* en la que por equipos y durante siete días los participantes recorren unos 400 kms., realizando más de quince pruebas no motorizadas, que varían en cada edición, basadas en la superación de obstáculos de la naturaleza (Olivera Betrán, 1995).

El sistema institucional deportivo se halla en la encrucijada o en el núcleo de tres subsistemas: el del tiempo libre y el ocio, el de la institución del cuerpo, y el de la institución del rendimiento social (Brohm, 1982). De ahí que el sistema social pueda favorecer la evolución del ocio hacia uno de estos subsistemas en detrimento de otro. Es lo que sucede en la sociedad actual, en la que el ocio y, sobre todo, el tiempo libre deportivos están seriamente amenazados por tres sesgos: la competitividad, el laboralismo y la cuantificación (ver Munné, 1989a). En efecto, hoy, el deporte está dominado por la hipercompetitividad (*records*), la cual aproxima aquél al trabajo, y tiende a reducirlo a una actividad valorada de un modo cuantitativo.

Es razonable pensar que cuando se llegue al punto límite en los resultados de las competiciones deportivas se invierta la tendencia actual pasándose a valorar más lo cualitativo: desde el estilo y la belleza del movimiento hasta la economía de esfuerzo y la estrategia individual y colectiva, factores sólo tenidos en cuenta hoy en contadas modalidades deportivas, como el patinaje artístico.

Pero, últimamente, asistimos al surgimiento de deportes cualitativos. Estas nuevas prácticas reciben denominaciones como deportes de aventura, californianos, salvajes, en libertad, tecnológicos. Se trata de actividades que se realizan en el medio natural, aprovechando generalmente las energías libres de la naturaleza, mediante el deslizamiento (Olivera Betrán, 1995). Empezaron con el *windsurfen* los años sesenta y la *mountainbike* en los años setenta, siendo después incesante la aparición de prácticas basadas o no en la transformación de actividades ya existentes como son el *telemark*, el *pointing*, el barranquismo, el *rafting*, el parapente, el vuelo sin motor, el *rai/board*, el *surfesquí*, etc. (Para una tipología completa de estos deportes, véase Miranda, Lacasa y Muro, 1995).

Las explicaciones dadas sobre el éxito de los nuevos deportes destacan el carácter profundamente cualitativo de los mismos. Uno experimenta con ellos inéditos estados de conciencia y fuertes emociones, y una percepción de la libertad proporcionada por la flexibilidad de horarios, la ausencia de una reglamentación fija o formal, el reto, la

promoción de la individualidad, y el desarrollo de la valía del propio yo (Lefevre, 1991; Defrance, 1994; Miranda, Lacasa y Muro, 1995).

Ahora bien, la percepción del riesgo y la incertidumbre, derivados de la sensación de un nivel satisfactorio de activación fisiológica, no responde totalmente a una situación de riesgo real ya que, salvo negligencias del sujeto, en estos ocios, llamados también «fórmula adrenalina» o de búsqueda de sensaciones, no hay inseguridad. La percepción del autodomínio y la autodirección se da en un medio en el que utilizando expresiones de los empresarios de las actividades de aventura, existe un riesgo controlado o un descontrol controlado (Olivera Betrán, 1995). Aunque se exalta el cuerpo y el riesgo, la velocidad y la excitación, el vivir el presente a toda costa, se trata de una aventura imaginaria, una experiencia viva y directa pero altamente tecnificada y prevista, con sendas emociones limitadas, controladas y en cierto modo ficticias, y con riesgos provocados, artificiales y en cierto modo imaginarios (Feixa, 1995).

La pérdida del control personal es, pues, una simulación, que este mismo autor considera que responde a una acentuación del control social de los jóvenes (Feixa, 1995), los cuales buscan experiencias de libertad y autonomía en el ocio para poder compensar su creciente dependencia social en el seno de las instituciones. Más de uno verá en esto el espíritu del ser postmoderno, del que se ha dicho (Bauman, 1993) que busca el placer y la seducción en el juego, pero sólo como un *voyeur*.

Junto a la ecología, la tecnología también está presente en los nuevos deportes. De ahí algunos de estos sean también calificados de tecnocológicos, ya que su práctica requiere una simbiosis entre la naturaleza y la tecnología (artefactos, equipos, material, medios de control) (Olivera Betrán, 1995). Por añadidura, la acción de un medio tecnológico parece ser decisiva: según este último autor, la información que la población obtiene sobre estas actividades procede en primer lugar de la televisión.

El ecologismo ha impactado otro sector de las actividades de ocio: el turismo. Excepciones aparte (Pearce, 1982; Ross, 1995), la Psicología y la Psicología Social apenas se han ocupado del turismo (Munné, 1990), a pesar de que es un magnífico «laboratorio» natural para estudiar cuestiones como la motivación y la percepción sociales, las actitudes o la estereotipia (Comiero y Alvaro, 1992; Gómez Jacinto, 1995) y de que se le ha visto como uno de los grandes tópicos de que va a ocuparse el campo del ocio (Burdge, 1983).

Estos últimos años ha aparecido una amplia variedad de formas de entender el turismo que tienen a la naturaleza como común denominador, como el ecoturismo, el turismo verde, el turismo rural o agroturismo, el turismo sostenible y el turismo de aventura. Algunas de estas formas se relacionan con los nuevos deportes tal como indica la denominación empleada por la Generalitat de Catalunya para designarlos: «actividades deportivas de recreación y turísticas de aventura». Para advertir la profunda transformación que esto representa basta decir que el lugar más adecuado para contratar los servicios de tales actividades ya no es una federación deportiva sino las agencias de viajes (Olivera Betrán, 1995).

Pero el nuevo turismo no se circunscribe a las actividades deportivas, porque responde a toda una concepción de la vida, inspirada en la ideología del ecologismo. Se habla entonces de turismo sostenible (*sustainable*), que por lo dicho, es más que una filosofía de empresa y una política de planificación y gestión. Con base en el concepto económico del desarrollo sostenible, se trata de tener en cuenta la naturaleza y la población, los recursos naturales y los comunitarios (Hunter y Green, 1995).

Esta idea es la que defiende el *Libro verde del turismo*, publicado en 1995 por la Unión Europea, al señalar que el futuro de la industria turística depende de la relación e integración entre economía y ecología, de la gestión y conservación de los recursos naturales y turísticos.

Naturalmente, el problema no es sólo económico y de gestión, ya que el comportamiento social es básico: actitudes, expectativas y valores de la población. Esto ya se apunta en la definición del turismo sostenible más aceptada: es el que responde a la necesidad de preservar los recursos naturales para garantizar su regeneración y futura productividad, y las costumbres y estilos de vida de la población y la comunidad para enriquecer la experiencia turística y beneficiarse de ella (Eber, 1992).

INTERVENCION PSICOSOCIAL

El sentido de la intervención en el ocio y el tiempo libre

La Psicología Social tiene en el ocio y el tiempo libre un campo específico de investigación con múltiples posibilidades para elaborar y contrastar teorías o modelos, no sólo sobre los procesos psicosociales en general sino también sobre este modo de comportamiento y sus procesos específicos de compensación y de autocondicionamiento, tal como hemos visto en las dos primeras secciones de este capítulo.

Sobre la aplicabilidad de las teorías, es oportuno recordar la reflexión que hace Roca (1996), con referencia a la psicología del deporte pero que sin duda es generalizable, cuando dice que la psicología no ofrece propiamente modelos teóricos de aplicación sino de representación-explicación de los fenómenos psíquicos o mentales, por lo que un modelo teórico psicológico ha de incluir una conceptualización de la técnica y la táctica referidas al campo específico de que se trate.

Lo anterior lleva de la aplicación a la intervención. Dicha intervención plantea un problema peculiar en el caso del ocio y el tiempo libre, porque intervenir supone planificar o al menos condicionar, y siendo el ocio un tiempo definible por la libertad, parece una contradicción intentar planificarlo. En realidad, estamos ante una paradoja. De una parte, el ocio necesita de condiciones liberadoras, relativas a las cuatro variables intervinientes, para que la compensación sea efectiva. De otra parte, las condiciones concurrentes en una situación de tiempo libre no deberían impedir la expresión de la libertad, esto es, cada uno debería poder hacer lo que quiere, cómo y cuándo guste. Ambas cosas son posibles si la planificación es potenciadora de las condiciones mencionadas con respecto al ocio y si se limita a ser indicativa con respecto al tiempo libre (Munné, 1971b).

La concreción de la planificación en programas de intervención requiere el análisis de los factores facilitantes y limitantes que concurren en cada caso para poder luego potenciar los primeros e inhibir los segundos (Casas y Codina, 1996; Codina, 1995). En cuanto al objetivo a perseguir, deriva del doble carácter liberador y liberado del ocio. Es, consecuentemente, un objetivo asimismo doble y aparentemente contradictorio. Ante todo, debe tratar el ocio no como un fin en sí mismo sino como un medio para compensar. Pero también debe tratar el ocio como un fin en sí mismo, como un ejercicio de la libertad, procurando que sea realizable un tiempo libre lo más neto posible. La intervención comprende la política social a desarrollar sobre el ocio y el tiempo libre, y los aspectos organizativos y de gestión consecuentes con dicha política. En

estas tareas, el psicólogo social debe colaborar con los profesionales de la sociología y la economía en la planificación y la programación del ocio para mejorar el bienestar de la comunidad. En cuanto al tiempo libre, debe tener en cuenta que éste es un poderoso factor de transformación social (Munné, 1980) y por lo tanto de acción política (Munné 1989b), pero cuidando de no instrumentalizarlo sino aprovechándose de su expresión.

En fin, la intervención psicosocial debe proporcionar habilidades para beneficiarse de los heterocondicionamientos personales y sociales, esto es, debe formar para el ocio. La acción, en la que la Psicología Social puede trabajar al unísono con la pedagogía, se centra en el empleo del ocio, en el doble aspecto de educar para disponer del tiempo de ocio con sentido y de aprender a través del ocio, como en las clases extraescolares de los colegios. En último término, la intervención psicosocial debe desarrollar la capacidad de autocondicionamiento propia del tiempo libre.

El ocio terapéutico

El ocio no tiene sólo un poder compensatorio. Además de superar con él las necesidades e insatisfacciones propias de la vida cotidiana, debido a su potencial liberador que es una fuente de creatividad y de identidad, es un eficaz instrumento de terapia. En este caso, la intervención está relacionada con la enfermedad física o mental, por lo que el psicólogo social ha de cooperar con el médico o con el psicopatólogo. A este contexto clínico se refiere el ocio terapéutico (Carter, van Andel y Robb, 1995), de amplio desarrollo en los Estados Unidos, donde existen al menos dos grandes asociaciones de profesionales en esta especialidad.

El objetivo es ayudar al cliente, diseñando y aplicando programas para tratar en los casos de carácter más o menos patológico, que van desde problemas cardiovasculares y en general psicosomáticos, pasando por los síndromes postvacacional y del desempleo hasta la inserción social de los exdrogadictos. La mayoría de las actividades de ocio puede utilizarse con fines de terapia, la cual se basará en la naturaleza de aquéllas: su carácter manipulativo (como en las artes decorativas: cerámica, marquetería, orfebrería, etc.), expresivo (teatro, danza, música), motriz (actividad física: juegos y deportes al aire libre o no), formativo (formación de adultos), etc.

Especial interés para la terapia tienen las actividades que comportan experiencias con una fuerte carga emocional (Defrance, 1994), como las actividades de aventura (nuevos deportes) y algunas actividades culturales (mímica; expresión dramática, en la que uno actúa ante sí mismo y sin público) que implican ya un riesgo ya un compromiso total, tanto del cuerpo como de la mente, así como una relación con los otros.

Permiten al practicante probarse a sí mismo y mostrarse ante los demás, todo lo cual conlleva un reconocimiento de la propia identidad.

La intervención no se limita a paliar problemas que se dan por déficit, también contempla la acción terapéutica por aspiración, es decir, explotando las potencialidades en pro de una mejora de la calidad de vida, e incluso la acción con fines preventivos; por ejemplo, en la infancia en situaciones de riesgo psicosocial (maltrato, predelinuencia, etc.) (Casas y Codina, 1996; Fonta, 1995). En general, está comprobada la eficacia de las actividades de ocio como medios para compensar, solventar o prevenir problemas psicosociales, así como para promover el crecimiento y el desarrollo personales (por ejemplo Kraus, 1985; Leitner y Leitner, 1989).

A diferencia del ocio terapéutico, el ocio especial (*special recreation*) se refiere a

programas comunitarios dirigidos a fomentar las actividades de ocio por parte de colectivos con discapacidades motoras, sensoriales, psíquicas o sociales (Kennedy, Smith y Austin, 1990). Debe de tenerse en cuenta que la finalidad primaria del ocio especial no es propiamente curativa, ni siquiera preventiva, sino que pretende hacer factible la práctica del ocio y el tiempo libre a las personas discapacitadas. Por ello, las actividades de que se trate, las cuales pueden ir desde el deporte de competición hasta aventuras en el desierto, han de adecuarse a las posibilidades y necesidades de cada caso, diseñando los entornos (*campings*, campos de juego, etc.) y el equipamiento para que sean funcionales y accesibles a los participantes. Las actividades pueden ir desde el deporte de competición hasta aventuras en el desierto.

BIBLIOGRAFIA

- BAMMEL,G. YBURRUS-BAMMELL,, L. (1982). *Leisure and human behavior*. Dubuque: Brown.
- BAUMAN,Z. (1993). *Postmodern ethics*. London: Routledge.
- BEREANO,c.; BOSE C. y ARNoLDE. (1985). Kitchen technology and liberation of women housework. En W. Faulkner y E. Arnold, eds., *Smothered by invention: technology in women 's lives*. London: Pluto.
- BROHM,J. M. (1982). *Sociología política del deporte*. México: FCE.
- BURDGE,R. J. (1961). The development of a leisure orientation scale. Tesis Doctoral. Columbus State University.
- (1983). Making leisure and recreation research a scholarly topic. *Leisure Sciences*, 1983, 6, 1,99-125.
- CARTER,M. J.; ANDELG. E. VANYROBB,B. M. (1995). *Therapeutic recreation. A practical approach*. Waveland.
- CASAS,F., Y CODINA,N. (1966). Infancia, adolescencia y ocio: una experiencia comunitaria afrontando la exclusión social. En A. Martín, *Psicología comunitaria: Fundamentos y aplicaciones*. Madrid: Visor, (en prensa).
- CODINA,N. (1986). Problemática del tiempo libre y preadolescencia. Tesis de licenciatura. Universidad de Barcelona.
- (1995). El impacto de las tecnologías comunicacionales en el ocio y el tiempo libre. Ponencia presentada en la Universidad de verano de Maspalomas. Las Palmas de Gran Canaria, (en prensa).
- (1996). Infancia y autodirección del comportamiento en el ocio: detrás y más allá de la experiencia de la *songoku* como fotocopiomanía. *Revista Infancia*, 36, 2-3.
- CORNIERO, M. y ALVARO,J. L. (1990). El turismo desde una perspectiva psicosocial. *Actas del 11 Congreso Nacional de Psicología Social: «Sociedad del Bienestar y Psicología Social»* (Alicante, 6-8 abril 1988). Barcelona: PPU., vol. IV.
- CSIKSZENTMIHAYLI,M. YGRAEF,R. (1980). The experience of freedom in daily life. *American Journal of Community Psychology*, 49, 2, 408-419.
- DEFRANCE,M. (1994). Educational values of emotionally stressing leisure activities. *World, Leisure and Recreation*, 36, 1,9-11.
- DUMAZEDIERJ., (1964). *Hacia una civilización del ocio*. Barcelona: Estela.
- (1974). *Sociologie empirique du loisir. Critique et contracritique de la civilisation du loisir*. Paris: Du Seuil.
- EBER,S. (ed.) (1992). *Beyond the green horizon. Principles for sustainable tourism*. Surrey: World Wide Foundation for Nature.
- FEIXA,C. (1995). L'aventura imaginaria. Una visió antropológica de les activitats físiques d'aventura a la natura. *Apunts. Educació física i esports*, julio, 41, 36-43.
- FONTA, E. (1995). El tiempo libre y la infancia. La intervención preventiva en situaciones de riesgo psicosocial. Tesis doctoral. Barcelona: Universidad de Barcelona.
- FRIEDMANN, G. (1956). *Le travail en miettes: Specialisation et loisirs*. Paris: Gallimard.
- Gallup, Instituto. (1983). *Qué hacemos y cómo somos los jóvenes de L'Hospitalet. Juventud y tiempo libre en L'Hospitalet*. Barcelona: Ayuntamiento de L'Hospitalet.
- GIL, E. Y MENÉNDEZ,E. (1985). *Ocio y prácticas culturales de los jóvenes*. Instituto de la Juventud del Ministerio de Cultura. Informe Juventud en España. Barcelona: Publicaciones de Juventud y Sociedad.
- GÓMEZJACINTO,L. (1995). Psicología Social del turismo. En Vega, M. T. Y Taberero, M. C. *Psicología Social de la educación y de la cultura, ocio, deporte y turismo*. Salamanca: Eudema.
- GREENFIELDP., M. (1984). *Mind and media. Effects of television, computers and video games*. Harvard: University Press.
- HAYWOOD,L. et al. (1990). *Understanding leisure*. Leckhampton: Sanley Thornes.
- HENGST,H. (1991). Las actividades mediales en su relación con la televisión, familia y escuela.

- En, López Blasco, A., ed., *¿Qué miras? Textos*. Valencia: Publicacions de la Generalitat Valenciana.
- HUNTER, C. y GREEN, H. (1995). *Tourism and the environment: a sustainable relationship?* Nueva York: Routledge & Kegan Paul.
- INGLEHART, R. (1994). Modernización y post-modernización: la cambiante relación entre el desarrollo económico, cambio cultural y político. En J. Díez Nicolás y R. Inglehart, eds., *Tendencias mundiales de cambio en los valores sociales y políticos*. Madrid: Fundesco.
- Iso-AHOLA, S. (1980). *The social psychology of leisure and recreation*. Dubuque, Iowa: Brown.
- KENNEDY, D. W.; SMITH, W. YAUSTIN, D. R. (1990). *Special recreation. Opportunities for persons with disabilities*. Dubuque, Iowa: Brown.
- KRAUS, R. (1984). *Recreation and leisure in modern society*. Glenview: Scott, Foresman and Company.
- LEITNER, M. J. Y LEITNER, S. F. (1989). *Leisure enhancement*. Nueva York: Haworth.
- LEFEVRE, I. P. (1991). Les conditions d'émergence des pratiques sportives sauvages et clandestines au XX^{ème} siècle. Actes du Colloque Performance et Santé. Niza, 176-182.
- LOFTUS, G. R. Y LOFTUS, E. F. (1983). *Mind at play. The psychology of video games*. New York: Basic Books.
- MARTÍ, E. y SOLÉ, I. (1984). Enganchados por la imagen. *La Vanguardia: Medicina y Calidad de Vida*, 180, 5-7.
- MATEO, J. M. Y DELVAL, C. (1993). El ocio y las prácticas culturales de los jóvenes españoles. En M. Navarro, y J. M. Mateo, eds., *Informe Juventud en España 1992*. Madrid: Ministerio de Asuntos Sociales. Instituto de la Juventud.
- MENDOZA, R.; SEGARRA, M. R. Y BATISTA, J. M. (1992). *Conductas de los escolares españoles relacionadas con la salud*. Madrid: Ministerio de Sanidad y Consumo.
- MIRANDA, J.; LACASA, E. Y MURO, I. (1995). Actividades físicas a la natura: un objeto a investigar. Dimensiones científicas. *Apunts. Educació física i esports*. Julio, 41, 53-69.
- MUNNÉ, F. (1971a). *Grupos, masas y sociedades*. Barcelona: Hispano Europea.
- (1971 b). El problema del tiempo libre y las sociedades locales. *Revista del Instituto de Ciencias Sociales*, 1971b, 117-136. Incluido en: Varios autores, *La planificación de los entes locales*, Barcelona, Instituto de Ciencias Sociales, 2 vols.
- (1972). *Del tiempo libre al derecho al tiempo libre*. Tesis doctoral mimeografiada. Barcelona.
- (1974). El derecho al tiempo libre, un inédito derecho humano a la libertad. *Anuario de Sociología y Psicología Jurídicas*, 1, 13-33.
- (1975). Producción, consumo y tiempo libre (Una crítica de la doble base teórica en las investigaciones del ocio moderno). *Revista del Instituto de Ciencias Sociales*, 25-26, 133-154.
- (1980). *Psicosociología del tiempo libre. Un enfoque crítico*. México: Trillas.
- (1989a). Tres aspectos del deporte como forma de ocio. *Anuario de Psicología*, 40, 7-16.
- (1989b). Tiempo libre, crítica social y acción política. En M. Villareal, dir., *Movimientos sociales*, San Sebastián: Universidad del País Vasco, 73-86.
- (1990). Tiempo libre, deporte y turismo. Balance y perspectivas desde la Psicología Social. *Actas del II Congreso Nacional de Psicología Social: «Sociedad del Bienestar y Psicología Social»* (Alicante, 6-8 abril, 1988). Barcelona: PPU, vol. IV, 57-70.
- (1992). El tiempo libre en el ámbito de la infancia. *Actas del I Congreso Internacional sobre Infancia y Sociedad* (Madrid, 20-23 noviembre, 1989). Madrid: Ministerio de Asuntos sociales. Dirección Gral. de Protección Jurídica del Menor, 3 vols., vol. 1, pp. 151-167. (Incluido en Munné, 1993, cap. 5.)
- (1993). La comunicación en la cultura de masas. Estudios sobre la comunicación, los medios y la publicidad. Barcelona, PPU.
- MUNNÉ, F. y CODINA, N. (1993). Algunos aspectos del impacto tecnológico en el consumo infantil del ocio. *Anuario de Psicología*, 1992, 53, 113-126. (Incluido en Munné, cap. 6.)
- NEULINGER, J. (1986). *What Am I Doing?* New York: The Leisure Institute.
- (1981). *The psychology of leisure, an introduction*. Boston: Allyn and Bacon.
- OLIVERA, J. (1995). Les activitats físiques d'aventura a la natura: anàlisi socio-cultural. *Apunts. Educació física i esports*. Julio, 41, 5-9.
- OLIVERA, J. y OLIVERA, A. (1995). La crisis de la modernidad y el advenimiento de la postmodernidad: el deporte y las prácticas físicas alternativas en el tiempo de ocio activo. *Apunts. Educació física i esports*. Julio, 41, 10-29.
- PARKER, S. (1911). *The future of work and leisure*. London: McGibbon.
- PEARCE, P. L. (1982). *The social psychology of tourist behaviour*. Headington Hill Hall, Oxford: Pergamon.
- RAGHEB, M. G. Y BEARD, J. G. (1980). Leisure satisfaction: concept, theory and measurement. En S. E. Iso-Ahola, ed.: *Social psychological perspective on leisure and recreation*. Springfield: Thomas.
- RANDALL, R. Y SLIVKEN, K. (1980). Leisure attitudes and their measurement. En S. E. Iso Ahola, ed.: *Social psychological perspective on leisure and recreation*. Springfield: Thomas.
- ROBERTS, K. (1979). *Contemporary society and the growth of leisure*. London: Longman.

ROCABALASCH, J. (1996). La teoría en la Psicología Aplicada a l'educació física i l'esport. *Apunts. Educació física i esports*, 43, 7-12.

RODRÍGUEZ, P. (1993). *El drama del menor en España*. Barcelona: Ediciones B.

ROSS, G. F. (1994). *The psychology of tourism*. Melbourne: Hospitality.

SAMUEL, N. (1974). *L'animation culturelle aux Etats-Unis. Le recreationisme*. Viroflay: ADRAC.

SCHMITZ-SCHERZER,.; BIERHOFFA, ., y BIERHOFFH, . W. (1977). Sport, Freizeit, und Persönlichkeitsmerkmale. En R. Schmitz-Scherzer, ed.: *Aktuelle Beiträge zur Freizeitforschung*. Darmstadt: Steinkopff, 64-74.

SHAW, S. M. (1985). Gender and leisure: inequality in the distribution of leisure time. *Journal of Leisure Research*, 17, 266-282.

SINGER, D. G. Y SINGER, J. L. (1978). Some correlates of imaginative play in preschoolers. Comunicación a la American Psychological Association. Toronto.

STEBBINS, A. (1992). *Amateurs, professionals, and serious leisure*. Montreal: McGill-Queen's Univ. Press.

SWOBODA, W. H. (1986). Zum Umgang Jugendlicher mit dem Bildschirmspiel. Ergebnisse einer bundesweiten Repräsentativbefragung. En J. H. Knoll *et al.*, ed., *Das Bildschirmspiel in Alltag Jugendlicher*. Opladen.

WEDELL, G. (1991). Los niños como parte de la audiencia total. En López Blasco, A., ed., *¿Qué miras? Textos*. Valencia: Publicacions de la Generalitat Valenciana.

WITT, P. A. Y ELLIS, G. D. (1985). Development of a short form to assess perceived freedom in leisure. *Journal of Leisure Research*, 17, 3, 225-233.

ZÁRRAGA, J. L. (dir.) (1995). *Informe Juventud en España: la inserción de los jóvenes en la sociedad*. Madrid: Ministerio de Cultura.

- (1989). *Informe juventud en España, 1988*. Madrid: Instituto de la Juventud.

ZUZANEK, J. (1980). Documentation in leisure studies: users perspective. En *Proceedings of the First International Leisure Information Network Conference*. Bruselas, WLRA.

LECTURAS COMPLEMENTARIAS

DRIVER, B. L.; P. J. BROWN; PETERSON, L. (1991). *Benefits of leisure*. State College: Venture. Ofrece diversas perspectivas desde las que se han contemplado y medido los beneficios o impactos positivos del ocio y los servicios del ocio sobre las personas, los grupos y la sociedad. Y contiene planteamientos útiles sobre los beneficios del ocio en los aspectos económico, de gestión y de organización de servicios del ocio.

DUMAZEDIER, J. (1964). *Hacia una civilización del ocio*. Barcelona: Estela. Obra de orientación sociocultural y un fuerte componente psicosocial, clásica en la materia. Analiza los determinismos sociales del ocio, sus relaciones con el trabajo y la familia, El ocio de fin de año y la cultura turística, las funciones del ocio y su relación con el cine, la televisión, el libro, la instrucción y el estilo de vida.

AHOLA, S. (1980). *The social psychology of leisure and recreation*. Dubuque, Iowa: Brown. El autor, a raíz de su experiencia docente en esta materia, analiza las características y señala algunos instrumentos para medir diversos procesos psicosociales básicos que tienen lugar en el ocio y la recreación. Recoge, fundamentalmente, la orientación norteamericana en Psicología Social y en el estudio del ocio con temas como las actitudes, la percepción de libertad o motivación en el ocio, la calidad de vida y el ocio o la recreación terapéutica.

JACKSON, E. L. Y BURTON, T. L. (eds.) (1989). *Understanding leisure and recreation. Mapping the past, charting the future*. State College: Venture. Incluye trabajos de algunos de los más prestigiosos analistas del ocio de distintos campos científicos. Sin perjuicio de la pluralidad de planteamientos, se detallan aspectos básicos del conocimiento psicológico, psicosocial y sociológico del ocio, se revisan temas como las actitudes, la motivación, las limitaciones del ocio, el turismo o las actitudes hacia el entorno recreativo.

MUNNÉ, F. (1980). *Psicosociología del tiempo libre. Un enfoque crítico*. México: Trillas. Se destaca el carácter histórico del ocio. Critica el funcionalismo de Dumazedier y propone una teoría crítica de naturaleza psicosocial sobre el ocio, que tiene su sentido y potencialidad en el tiempo libre como expresión de la libertad. En consecuencia, el fenómeno es analizado en sus dos componentes esenciales: la temporalidad y la libertad.