

## **PONENCIA**

### **OCIO VALIOSO EN TIEMPOS DE CRISIS**

**Dr. D. Manuel Cuenca Cabeza**

*Instituto de Estudios de Ocio, Universidad de Deusto.*

mcuenca@fice.deusto.es

#### **1. Introducción**

Esta es la segunda vez que asumo la responsabilidad de dar una conferencia general ante esta asamblea y, en los dos casos, con temas muy cercanos. La primera tuvo lugar en el XII Seminario Interuniversitario de Educación Social, celebrado el siete 18 septiembre 1997 en la Universidad de Deusto, es decir, hace algo más de 16 años. En aquella ocasión mi disertación fue sobre el tema "Intervención educativa en ocio y tiempo libre" (Cuenca, 1988) y recuerdo que comenzaba haciendo alusión a la crisis del trabajo y a las nuevas propuestas que se planteaban a escala internacional, especialmente en Francia, donde se discutía la reducción de jornada a 35 horas y el reparto del trabajo escaso también en aquellos momentos.

El tiempo que nos separa de aquella intervención nos ha permitido poner distancia a un discurso, entonces novedoso, en el que hablaba ya del ocio como experiencia humana y derecho inalienable, distanciándome de lenguajes más usuales en el momento, como era el uso del término tiempo libre. Allí traté de mostrar el distinto camino al que nos conducía la intervención educativa en el ámbito del ocio, que, educativamente hablando, se abría a distintas dimensiones, momentos de la vida, procesos de intervención y múltiples instituciones y circunstancias. El paso del tiempo fue demostrando la importancia de aquel mensaje, en tanto que el ocio ha pasado a ser considerado uno de los valores más importantes en nuestra sociedad.

Una prueba de ello la tenemos en nuestra propia revista, *Pedagogía Social. Revista Interuniversitaria*. Una búsqueda rápida en su base de datos nos hace ver que el tema del ocio ha estado presente en ella durante estos años, ya de un modo directo, a través de artículos directamente relacionados con la educación del ocio (Ballesta, 1993; Espejo, 1998; Ponce de León, 1999, Hutchinson, 2011; Kleiber, 2012), ya de un modo indirecto, como referencias necesarias en distintas reflexiones asociadas a la intervención social (Pérez, 2002; Gómez, 2003; Caballo, 2008; Caride, 2012) o a la educación integral (Dapia, 2001; Valdemoros, 2012; Monteagudo, 2012).

Al comenzar la preparación de esta charla, recopilé una serie de artículos relacionados con el primer grupo y encontré que las preocupaciones más frecuentes en esta muestra se encontraban en la Educación del Ocio de los adultos y mayores y, en menor medida, también de los jóvenes. Varios artículos hablaban de ocio y tiempo libre como ámbito de intervención propio de los educadores sociales. En otros casos, se trataba el tema relacionándolo con la escuela, respecto al uso del tiempo, o, y estos me resultaron especialmente interesantes, por su relación con la salud y la calidad de vida. A algunos de estos trabajos me referiré más adelante porque, desde mi punto de vista, avanzan ideas que están en vigor.

La cuestión es que, como adelantaba en el resumen de la ponencia, en un momento en el que los recortes económicos afectan especialmente a los servicios sociales, culturales y de ocio, parece importante profundizar el modo de entender estos temas, partiendo lógicamente de la experiencia y siguiendo las nuevas orientaciones que nos ofrece la mirada del ocio en este siglo. De modo que hablaré de ocio valioso y de la manera de llevar a la práctica estas ideas emergentes, que no por ello carecen tradición y suficiente acervo científico, con la intención de invitar a los educadores sociales a incorporarse a nuevos objetivos, desde unos planteamientos coherentes con la Pedagogía Social.

#### **2. Unas palabras previas sobre el ocio**

Antes de introducirnos en el desarrollo del tema conviene dedicar unos minutos para precisar, aunque sea genéricamente, lo que entendemos aquí por ocio, experiencia de ocio y ocio valioso. En una primera aproximación global al concepto ocio, podemos decir que ocio es todo aquello que las personas realizamos de un modo libre y sin una finalidad utilitaria sino, fundamentalmente, porque disfrutamos con ello. El ocio no es un tiempo, como bien nos recuerda nuestro amigo José Antonio Caride, "el ocio no tiene que ver con el número de horas libres" (Caride, 2012, p.13). Tampoco se

identifica con unas actividades que se denominan así, sino que se refiere a una acción personal y/o comunitaria que tiene su raíz en la motivación y la voluntad. El ocio se hace realidad de forma personal, pero también se manifiesta como fenómeno social. Esta visión amplia del ocio está en la base de todas las demás y se puede decir que es accesible a todas las personas porque, a lo largo de la historia de la humanidad, se ha hecho presente a través del juego, la fiesta, el disfrute de la cultura y otras manifestaciones.

El referente tradicional del ocio han sido las prácticas lúdicas, festivas y recreativas, entendidas como manifestación exterior y objetiva de lo que hacemos, pero sin trascender a pautas vivencia, ni ahondar en su incidencia sobre las personas y comunidades. También se ha utilizado a menudo como referente del ocio el empleo del tiempo, habitualmente denominado tiempo libre, siendo así que, en ese caso, lo que interesa es la ocupación, no la satisfacción conseguida. A diferencia de estos modos de entender, el estudio de la experiencia de ocio se centra hoy en su parte vivencial, en la vivencia humana subjetiva, libre, satisfactoria y con un fin en sí misma, que se caracteriza por tener un carácter procesual, estar integrada en valores, vivirse de un modo predominantemente emocional, no justificarse por el deber y estar condicionada por el entorno en que se vive.

En este contexto de ocio entendido como acción libre generadora de experiencias, es donde tiene sentido hablar de ocio humanista (Cuenca, 2000, 2004 y 2005), adjetivo que he utilizado reiteradamente en mis publicaciones de estos años, y también de ocio valioso, una evolución posterior con sus propias características. En este último caso hablamos de un ocio experiencial positivo y digno, que favorece la mejora de la persona y la comunidad, un ocio que se sustenta en los tres valores fundamentales: libertad, satisfacción y gratuidad, y se orienta hacia referentes de identidad, superación y justicia. Se puede hablar de un ocio valioso personal y/o comunitario, pero, en cualquier caso, no es un ocio espontáneo, sino una experiencia integral compleja que requiere formación. Como afirmábamos en el ocio humanista, nos referimos a algo que no ocurre por azar, sino que es una realidad cultivada y un reto constante desde el punto de vista del desarrollo humano, el ocio valioso se caracteriza precisamente por eso, porque se ancla ahí, en el desarrollo humano<sup>1</sup>.

Ocio valioso es la afirmación de un ocio con valores positivos para las personas y las comunidades, un ocio basado en el reconocimiento de la importancia de las experiencias satisfactorias y su potencial de desarrollo social. El adjetivo "valioso" enfatiza aquí el valor social beneficioso que se reconoce en la práctica de determinados ocios, así como su potencial de desarrollo humano, lo que no excluye otros tipos de desarrollo, como pudiera ser el económico. Educativamente presupone también asumir el sentimiento del valor del ocio en sí mismo, independientemente de sus resultados productivos o no. La cuestión que nos plantearemos aquí es cuál es el papel de este ocio hoy y por qué debe prestarse atención a él desde la educación social.

### **3. Ocio valioso en tiempos de crisis**

Todos sabemos que la crisis también tiene aspectos positivos. Uno de ellos tal vez sea que nos obliga a centrarnos en lo esencial dejando a un lado lo secundario. En este sentido debemos recordar que la Educación Social, en sus diversas manifestaciones, siempre se ha ocupado del ocio y sus funciones de una manera bastante indiscriminada, sin preocuparse demasiado de los conceptos, ni de si las funciones que el ocio asume en la sociedad tienen mayor o menor conexión con la Educación Social. En este sentido debemos recordar que, en la intervención socio educativa, apenas se ha precisado sobre la diferencia que existe entre la ocupación del tiempo con una finalidad utilitaria o la vivencia de experiencias que dejan huella formativa para un tiempo posterior. Siguiendo los dictados que señalara Joffre Dumazadier, en los años 50 del pasado siglo, se pensó que era suficiente con trabajar cualquiera de las funciones del ocio propuestas por el autor: descanso, diversión o desarrollo personal. Durante mucho tiempo las intervenciones ocio y tiempo libre podemos decir que han tenido el objetivo fundamental de divertir, distraer, o evitar una ocupación del tiempo libre dañina. Así lo hemos podido ver en gran número de programas dirigidos tanto a la tercera edad como a los jóvenes. No se puede decir que hayan sido intervenciones negativas, pero sí podríamos encontrar en ellas una abundancia de superficialidad y una falta de profundización en lo experiencial y en lo trascendente, entendido aquí como aquello que tiene una repercusión posterior en la mejora de la persona y su afán de superación.

Desde el punto de vista del ocio valioso, las intervenciones educativas en ocio no deben olvidar que estamos tratando una necesidad humana, referida a la satisfacción, el disfrute, el distanciamiento

---

<sup>1</sup> Véase al respecto el Manifiesto por un Ocio Valioso para el Desarrollo Humano, promovido con motivo del 25 aniversario del Instituto de Estudios de Ocio y editado por la Universidad de Deusto el 14 de junio de 2013.

de la realidad y la realización personal y comunitaria. Esta necesidad adopta diferentes modos de satisfacción en función de la edad, pero, especialmente, por las diferentes mentalidades, tradiciones y culturas de los diferentes pueblos; lo que, en ningún caso, se puede obviar. De ahí que no podamos identificar un ocio valioso con el que se nos muestra a través de la sociedad de consumo; porque, de hecho, el ocio humanista es plurifacético y diverso, dependiendo de la percepción de los practicantes.

Max-Neef (1998, p.43) precisaba que las necesidades pueden satisfacerse con relación a uno mismo, respecto al grupo social o con relación al medio ambiente. Y, en cualquiera de los casos, con niveles diferentes y con intensidades distintas. El ocio valioso ha de ser un ocio integral, que nazca de la autenticidad y la satisfacción de las personas consigo mismas, para proyectarse hacia el contexto ambiental y la comunidad, a través de las dimensiones ambiental -ecológica, creativa y solidaria, desarrolladas en mis trabajos sobre ocio humanista (Cuenca 2000, 2005 y 2010). También defendemos con Max-Neef que la satisfacción de la necesidad de vivir el ocio se lleva a cabo de acuerdo con las personas y, por consiguiente, a través de distintos tipos de intensidad y con distintos grados de profundización.

Una experiencia de ocio puede oscilar desde la mera aceptación -realizar algo que me gusta, sin más-, a la inmersión receptiva y contemplativa, capaz de proporcionarnos una experiencia intensa, inolvidable, catártica. En la psicología humanista, Maslow (1993) y sus seguidores hicieron ver hace tiempo la importancia que tienen para las personas las denominadas experiencias cumbre o experiencias óptimas. Desde sus posicionamientos, el ocio puede ser un ámbito en el que cultivar el cuerpo y el espíritu para llevar a cabo una vida mejor y de mayor calidad, tanto a nivel personal como comunitario.

Las reflexiones que siguen intentarán destacar los aspectos esenciales que considero convenientes tener en cuenta para hacer factible el desarrollo de un ocio valioso en nuestros días. Para ello vamos partiremos tanto de los actuales planteamientos que relacionan el ocio con el desarrollo humano, con los que determinaremos aspectos esenciales de una intervención actual en el ámbito del ocio, y finalizaremos añadiendo algunas ideas complementarias de interés para la Educación Social. Para alcanzar este objetivo recurriremos a publicaciones y documentos centrales sobre el modo de entender hoy el desarrollo humano, así como a los resultados de múltiples investigaciones realizadas en los últimos años o, como señalaba antes, las propias orientaciones que aparecen en los artículos seleccionados de la revista *Pedagogía Social*. Revista Interuniversitaria. Este conjunto de elementos nos ofrece referentes para una nueva mirada del ocio desde la Educación Social.

#### **4. Ocio y desarrollo humano desde la mirada social**

Para adentrarnos en los nuevos conceptos de desarrollo, desde un punto de vista social, haremos referencia a obras de autores tales como Amartya Sen y Martha C. Nussbaum, o aludiremos a documentos significativos, como el *Informe sobre "Desarrollo humano en Chile 2012"* y la Nota del Secretario General tras la Resolución de Naciones Unidas sobre "La felicidad: hacia un enfoque holístico del desarrollo", de enero de 2013. Esta mirada, desde un horizonte social, se complementará en el siguiente apartado con reflexiones de desarrollo personal procedentes del pensamiento y la obra de Howard Gardner.

El origen y la confluencia de las diversas aproximaciones en el actual modo de concebir el desarrollo humano tiene su precedente en el pensamiento que Aristóteles defiende en la *Ética a Nicómaco*. Allí afirma que "la riqueza no es, desde luego, el bien que buscamos, pues no es más que un instrumento para conseguir algún otro fin". Esta reflexión, retomada desde el punto de vista del desarrollo, ha venido a replantear cualquier proceso de desarrollo centrado exclusivamente en la renta o la riqueza, girando la mirada hacia el desarrollo de valores y capacidades de las personas.

En un concepto de desarrollo, en el que se asume que la acción pública debe preocuparse de aquello que verdaderamente importa a las personas, adquiere especial relevancia la función del ocio valioso y su incidencia social. Aspirar al desarrollo es algo necesariamente afín al concepto de ocio humanista que, partiendo de la libertad personal, aspira a mejorar a las personas y las comunidades a partir de las experiencias satisfactorias. No es casualidad que Aristóteles utilizara el término eudemonia, frecuentemente traducido como "felicidad", para describir una vida "bien vivida", y defendiese, en la *Política*, que el ocio (skholé) es "el principio de todas las cosas", en cuanto sirve para lograr el fin supremo del hombre que es la felicidad.

Es evidente que ambos conceptos no están alejados entre sí y hasta pudiera decirse que son dos puntos de vista diferentes, pero complementarios. Así es como vemos la relación entre el

desarrollo humano centrado en las personas y el ocio humanista que venimos estudiando desde hace años. En ese necesario diálogo que proponemos sobresalen nuevos intereses que despiertan especial interés para cualquier persona de cualquier lugar del mundo. Tal es el tema de la felicidad, los valores, las capacidades o la relación de la satisfacción con lo personal y lo social. Nos detenemos brevemente en ellos ayudándonos de los documentos comentados.

#### *4.1 La felicidad como objetivo*

La primera quincena del pasado mes de septiembre, los medios de comunicación, especialmente la prensa, se hicieron eco de la publicación del 2º Informe Mundial sobre la felicidad (World Happiness Report 2013), elaborado para la ONU por el Instituto de la Tierra de la Universidad de Columbia (Estados Unidos), con la coautoría de John Helliwell, Richard Layard y Jeffrey Sachs, uno de los economistas más influyentes de las últimas décadas. Su objetivo es mostrar qué factores influyen en el bienestar de las personas y cuáles son los países donde los ciudadanos disfrutan más la vida. A modo de curiosidad señalaré que en la cabeza de la lista se encuentran Dinamarca, seguida de Noruega y Suiza, mientras que en la cola figuran, como era de esperar, países africanos. El último puesto se lo lleva Togo, seguido de Benin y la República Centroafricana. Respecto a España, el primer Informe Mundial de la Felicidad, publicado en 2012, pero que analizaba datos entre 2005 y 2007, la situaba en el puesto 22 del ranking global, mientras que el nuevo informe, que analiza el escenario 2010-2012, la viene a situar en el puesto 38, de un total de 156. Las consecuencias de la crisis se reflejan también aquí, ahora somos menos felices.

El documento, avalado por el secretario general de las naciones unidas, Ban Ki-moon, subraya la importancia de la felicidad como un componente clave en el desarrollo social y económico; y recuerda que el bienestar de los ciudadanos puede ser vital para el progreso de las naciones. Los criterios empleados en la elaboración de este estudio, en el que también ha colaborado la Red de Soluciones para el Desarrollo Sostenible creada por Naciones Unidas, son: la esperanza de vida, el Producto Interior Bruto (PIB), la ausencia de corrupción, la libertad de elección, la generosidad y tener alguien con quien contar. Los resultados hacen ver que no todo se trata de dinero. En algunos países desarrollados como Estados Unidos, China y Japón (de los que más han crecido en las últimas décadas) la felicidad no ha aumentado sino que ha decrecido, debido a la disminución en niveles de confianza social. En consecuencia, explica el estudio, el dinero importa pero no es el factor preponderante para explicar la felicidad de una sociedad. En cambio, la libertad política, bajos niveles de corrupción, los vínculos sociales, la salud física y mental; la satisfacción laboral y la solidez de la familia, son los elementos más importantes que determinan la felicidad.

Esta manera de entender el desarrollo humano está abriendo nuevos escenarios a los que no puede estar ajena la Educación Social. La ONU, en la Resolución de la Asamblea General de 19 de julio de 2011, reconoce que la búsqueda de la felicidad es “un objetivo humano fundamental”. Algo que también se asume por parte de la OCDE, que planea promover estándares de medición de felicidad entre sus países miembros, y también por la Comisión Europea, que ya creó otros criterios de medición en Más allá del PIB. Evaluación del progreso en un mundo cambiante (2009).

En la Nota del Secretario General, que siguió a la Resolución de Naciones Unidas, titulado “La felicidad: hacia un enfoque holístico del desarrollo”, de enero de 2013, se precisa que la búsqueda de la felicidad es un objetivo declarado en muchas constituciones nacionales, porque la creación de un entorno propicio para mejorar el bienestar de la persona constituye un objetivo de desarrollo en sí mismo. Algo semejante se afirma en el Informe sobre Desarrollo humano en Chile 2012 (p.35a) al indicar que, en diversos foros internacionales, políticos y académicos se ha venido señalando que la búsqueda de la felicidad coincide con el creciente interés por “eso otro que va más allá de lo meramente económico”. La felicidad representaría “aquello que verdaderamente importa”, el fin último de las personas. Por ello, se plantea que debiese ser también el fin último de la sociedad y el horizonte de una visión integral del desarrollo. La cuestión no está tanto en estas afirmaciones, sino en el modo de entender la felicidad y de hacerla accesible para los ciudadanos.

A veces olvidamos que la felicidad tiene una relación directa con las experiencias satisfactorias, que difícilmente puede asociarse al sufrimiento. De hecho, investigaciones recientes nos señalan que “sentirse contento” amplía las percepciones, aumenta la creatividad, fomenta la salud física y prolonga la vida. Así lo afirman, por ejemplo, Sonja Lyubomirsky, Ed Diener y Laura King (2005) en su estudio “The Benefits of Frequent Positive Affect: Does Happiness Lead to Success?” No son los únicos autores que se interesan sobre este tema. Las vivencias satisfactorias tienen consecuencias positivas que se agrupan en torno al concepto de bienestar individual y social. En el Informe sobre el

estado del voluntariado en el mundo 2011 (VNU, p.96) se precisa que el bienestar se ha definido como el hecho de sentirse bien y encontrarse bien tanto física como emocionalmente.

Hay autores, como Huppert (2008) o White (2009), que coinciden al afirmar que la esencia del bienestar se encuentra la sensación de tener lo que se necesita para que la vida sea buena. Sin embargo, en otras aproximaciones, (VNU, 2011, p.96), “la felicidad se refiere a los sentimientos positivos subjetivos sobre el contexto y el entorno vital propios, mientras que el bienestar incluye parámetros cuantificables como la salud, la seguridad y la estabilidad financiera, junto con sensaciones de unión y participación”. Visto de este modo, la felicidad se puede considerar una parte integral del bienestar. Para el Informe Chile 2012 (p.35a), la felicidad es solo una de las maneras en que es posible hablar de un tema más general, que es el bienestar subjetivo. Desde este punto de vista, el bienestar subjetivo es una de las formas más atractivas de nombrarla, porque atrae el interés de todos los actores y seduce de manera especial al lenguaje de la política.

Sin entrar en otras precisiones, se puede afirmar que las referencias a la felicidad, el bienestar subjetivo o la satisfacción personal o social, son percibidas, en cualquier caso, como algo positivo, tanto para quienes experimentan dichas emociones como desde el punto de vista del desarrollo humano. Como puntualiza el documento de Naciones Unidas, independientemente del concepto de felicidad que se tenga, “cabe señalar que la propia felicidad parece impulsar la participación en diversas actividades laborales y de esparcimiento, y presagia la formación de amistades y el matrimonio, así como la participación en la comunidad” (2013, p.35a). Vale la pena, por tanto, profundizar en todo aquello que tenga relación con la felicidad, donde la vivencia de un ocio auténtico y positivo, que forma parte del ideal propugnado por el ocio humanista, tiene mucho que aportar.

Tanto bienestar como felicidad son dos términos que siempre se relacionan con los beneficios de las experiencias de ocio, independientemente de la edad o el territorio al que nos refiramos. Son muchos los estudios que nos hablan de los beneficios de las experiencias de ocio en términos de resultados de bienestar. En una investigación que he realizado en el Instituto de Estudios de Ocio de la Universidad de Deusto, sobre las prácticas de ocio en la Comunidad Autónoma del País Vasco, actualmente en fase de publicación, se encontró que los beneficios percibidos por los ciudadanos sobre sus experiencias más significativas de ocio se podían agrupar del siguiente modo:

**Tabla 1: Beneficios personales de la práctica de ocio**

	<b>Total</b>
Bienestar Físico	27,6%
Bienestar Psicológico	62,4%
Mejora de Relaciones Sociales	9,3%
Diversión, Distracción,...	25,3%
Conocimiento	9,1%
Otros	4,0%

Fuente: IEO, El ocio en la CAPV, 2011

Sin entrar en comentarios sobre estos resultados, se puede ver aquí que las experiencias de ocio valioso aportan, a juicio de quienes las vivencian, una serie de beneficios relacionados directamente con la felicidad de la que hablamos. De ahí que importa poner en valor el conocimiento adquirido sobre la incidencia de las experiencias satisfactorias a través del ocio, la recreación o el disfrute de la cultura al servicio del desarrollo. Este objetivo no es un tema menor sino un horizonte de innovación social y ciudadana de amplias potencialidades.

#### 4.2 Valores

El ocio valioso, que defiende ante todo la dignidad de la persona humana y favorece su mejora y la de la comunidad, tiene su núcleo central en tres valores fundamentales: libertad, satisfacción y gratuidad, interrelacionados con identidad, superación y justicia (Cuenca, 2011). Todos ellos son de gran interés desde el punto de vista del desarrollo, pero, si queremos destacar el más significativo, tanto los autores como los documentos aludidos antes resaltan la importancia de la libertad. Para Sen, la libertad es el núcleo del desarrollo, que debe medirse como aumento de las libertades de las personas. Dicho con sus propias palabras, “...el desarrollo puede concebirse (...) como un proceso de

expansión de las libertades reales de las que disfrutaban los individuos.” (Sen, 2000, p.19), porque la libertad debe ser el fin y el medio de todo desarrollo.

La libertad es, ante todo, el fin principal del desarrollo, por lo que es necesario aumentar la libertad en sí misma, pero también puede ser un medio excelente para lograr el desarrollo, de ahí su papel instrumental. Sen considera que la libertad individual es esencialmente un producto social, por lo que existe una relación de doble sentido entre los mecanismos sociales para expandir las libertades individuales y el uso de las libertades individuales para mejorar las vidas respectivas, para conseguir que los mecanismos sociales sean mejores y más eficaces. De ahí que el ejercicio de la libertad sea esencial tanto para cualquier experiencia de ocio, como en todo proceso integrado de desarrollo. La libertad se refiere aquí a la libertad intrínseca que facilita la elección y, muy especialmente, a las libertades reales de ocio de las que gozan las personas y comunidades. La existencia de un ocio humanista no es ajeno a las oportunidades que ofrece la sociedad, por lo que un ocio valioso no alude sólo a la vida privada, sino también a circunstancias políticas, económicas, sociales, culturales y educativas que lo facilitan o pueden impedirlo o dificultarlo.

El ocio, y especialmente el ocio valioso, es un ámbito de libertad a partir de un presupuesto elemental: que las experiencias de ocio sean consideradas de un modo positivo e importante en la vida de las personas que las experimentan. Como nos recuerda Douglas Kleiber (2012, p.151) es prácticamente imposible poder comprender el valor de las experiencias de ocio cuando se sigue pensando que lo único que importa en la vida es el trabajo y lo productivo, dejando en un segundo plano lo satisfactorio y gratuito, o relegando las vivencias de ocio al considerarlas como algo trivial y sin importancia por derecho propio, actividades frívolas e improductivas que no siguen el estándar imperante de la utilidad. Afortunadamente esta postura no es la más generalizada, como lo demuestran los últimos estudios, pero puede ser más común en las personas que acceden a la jubilación, porque “si se teme la jubilación y se accede a ella con un sentimiento de falta de valor, de que lo respetable es la actividad laboral, en ese caso el ocio evidentemente no es la respuesta. (Kleiber, 2012, p.151)

Sólo en la medida que el ocio es considerado algo positivo, es valorado adecuadamente y se convierte en ámbito propicio para fomento de valores que favorecen el desarrollo. Este es uno de los grandes cambios ocurridos en el siglo XXI, donde el valor del ocio ha ido creciendo tanto entre la población española como, en general, entre los países desarrollados. Así se puede ver en investigación sobre el ocio en la CAPV, que hemos comentado antes o en otra investigación realizada sobre el mismo tema con jóvenes universitarios de distintos países (Instituto de Estudios de Ocio, 2011). En ambos casos, al preguntar sobre si el ocio, el tiempo libre y la recreación ocupaban en su vida un espacio nada, poco, bastante o muy importante, se pudo ver que, de forma unánime, el ocio ocupaba un espacio más que importante en la vida de los ciudadanos entrevistados. En el caso de la CAPV hay coincidencia entre los sexos y las edades, exceptuando el caso de los jubilados que tienen un índice ligeramente superior, el mismo que ocurrió en la investigación con los jóvenes universitarios.

Estos datos se corroboran con los resultados obtenidos en las encuestas de valores europea, española y vasca (Arístegui y Silvestre, 2012, p.284), donde la importancia del valor tiempo libre/ocio es muy significativa. Lo que nos permite afirmar que los antiguos ideales atribuían al ocio valores para perfeccionar el carácter se han ido transmutando y generalizando, en función del cambio de percepción, junto a la conciencia generalizada de los beneficios del ocio, como los que referíamos al hablar de la felicidad. De esta manera, y posiblemente de un modo poco consciente, las funciones del ocio se han asociado recientemente con aspectos tales como el conocimiento de uno mismo, el compromiso emocional, la auto-apropiación de una actividad, la inmersión del yo en la actividad, un sentido de la transformación personal asociado con él y la incorporación de la actividad en la memoria y el relato personal. Muchas de estas cuestiones encuentran sentido cuando se estudia la diferencia que puede existir entre el ocio más practicado o el que cada persona considera más significativo y valioso.

#### *4.3 Capacidades*

Sen define el desarrollo en base a la capacidad que tienen las personas de transformar su renta en aquello que ellas consideran necesario para llevar la vida que quieren llevar. El desarrollo se basa en la libertad, justamente porque esta permite a los individuos aumentar las capacidades que les permitan vivir de la forma en que quieren vivir, lo cual es, según Sen, el objetivo de alcanzar un mayor desarrollo. A la pregunta ¿Qué son las capacidades? Martha C. Nussbaum (2012, p.40) responde que son “las respuestas a la pregunta: “¿qué es capaz de hacer y de ser una persona?”, son lo que

Sen llama "libertades sustanciales", un conjunto de oportunidades (habitualmente interrelacionadas) para elegir y actuar. De modo que para esta autora la capacidad viene a ser una especie de libertad o, dicho de otro modo, son habilidades personales que incluyen también las libertades o las oportunidades creadas por la combinación entre esas facultades personales y el entorno político, social y económico. Nussbaum precisa que las capacidades tienen un carácter complejo, por lo que ella prefiere hablar de capacidades combinadas, consideradas como la totalidad de las oportunidades que dispone una persona para elegir y para actuar en su situación política, social y económica concreta.

A lo largo del libro *Crear capacidades* (2012), Martha C. Nussbaum diferencia entre capacidades básicas y capacidades combinadas. Las capacidades básicas son las facultades innatas e internas de la persona que hacen posible su posterior desarrollo y formación. La autora defiende que los seres humanos venimos al mundo con el equipamiento innato suficiente para múltiples "haceres y seres" que se transforma en capacidades internas en la medida que se transforman rasgos, actitudes y estados de la persona (que no son fijos, sino fluidos y dinámicos), entrenados y desarrollados en interacción con el entorno social, económico, familiar y político.

Estos rasgos de personalidad, estas capacidades intelectuales y emocionales que inciden en el estado de salud, forma física, aprendizaje o habilidades de percepción y movimiento, son sumamente relevantes para sus "capacidades combinadas", de las que no son más que una parte. Nussbaum define las capacidades combinadas como "la suma de las capacidades internas y las condiciones sociales/políticas/económicas en las que puede elegirse realmente el funcionamiento de aquellas", por lo que, desde su punto de vista, "no es posible conceptualmente imaginar una sociedad que produzca capacidades combinadas sin que antes produzca capacidades internas. Sí que podríamos, sin embargo, concebir una sociedad que cree correctamente contextos para la elección de muchos ámbitos, pero que no eduque a sus ciudadanos y ciudadanas, ni nutra el desarrollo de sus capacidades de pensamiento" (Nussbaum, 2012, p.42)

Aunque la distinción entre las capacidades internas y las combinadas no es diáfana, pues una persona adquiere normalmente una capacidad interna gracias a cierta forma de funcionamiento y puede perderla si carece de la oportunidad de funcionar, no por ello deja de tener interés desde los planteamientos de un ocio valioso. Una sociedad podría estar ofreciendo servicios e infraestructuras de ocio para unos ciudadanos que no están capacitados para disfrutarlos y, al contrario, podría capacitar educativamente para el disfrute de ocios valiosos, desarrollando adecuadamente las capacidades internas de sus ciudadanos y ciudadanas, que luego no podrían llevar a cabo por falta de medios, cortando así las vías de acceso de esos individuos a la oportunidad de funcionar de acuerdo con esas capacidades. El ejercicio ocio valioso requiere encontrar un equilibrio entre capacidades internas y las combinadas, es decir, que el ejercicio de un ocio valioso, capaz de desarrollar humanamente, requiere de un compromiso individual y otro social interrelacionados.

El ocio valioso es una experiencia que potencia el desarrollo de cualquiera de las capacidades humanas centrales que Nussbaum considera requisitos mínimos de una vida conforme a la dignidad humana. Sin embargo, conviene destacar su relación directa con la salud e integridad corporal; el sentido, la imaginación y el pensamiento; las emociones; la razón práctica; la afiliación; el control sobre el propio entorno y, especialmente, el juego. Esta capacidad, que la autora especifica como "poder reír, jugar y disfrutar de las actividades recreativas" (p.54), parte de una visión restrictiva del ocio que no se ajusta al concepto de ocio valioso que consideramos aquí, pero no deja de ser una afirmación explícita de la importancia del ocio como factor de desarrollo humano y de la necesidad de considerarlo como indicador. Nussbaum considera que deberíamos capacitar a las personas de cualquier lugar y país, atendiendo sus peculiaridades personales y contextuales, para que lleven unas vidas plenas y creativas. Lo cierto es que resulta difícil pensar en la realización de ese objetivo sin el fomento del ocio valioso que defendemos.

Desde el punto de vista del ocio hay pruebas que confirman que el cultivo de las aficiones desarrolla capacidades y crea compromisos que aumentan el bienestar. Entre las razones, se aduce que las aficiones aportan sentido de competencia y refuerzan la capacidad funcional general de las personas (Adams, Leibbrandt y Moon, 2011). Además, dada la libertad asociada al ocio, existen múltiples razones para pensar que la auto-realización se puede conseguir en ocio del mismo modo que con el trabajo.

En este mismo sentido, Stebbins (1992, 2001) ha demostrado que las aficiones arraigadas invitan a mejorar y superarse, propiciando auto-análisis y crecimiento, a la vez que potencian el desarrollo de comunidades de aficionados que comparten intereses, desarrollan competencias y

plantean retos que favorecen el sentido de identidad social y de pertenencia en contextos que van más allá del mero placer. La práctica de ocio solidario también se asocia al bienestar subjetivo e incluso a la salud, como se muestra en diversos estudios sobre tercera edad (Musick y Wilson, 2007). Estas y otras investigaciones muestran que las experiencias de ocio pueden desarrollar capacidades o satisfacer muchas de necesidades que tradicionalmente sólo estaban asociadas al trabajo.

#### *4.4 Lo personal y lo social*

Aunque en los apartados anteriores se ha podido ver la necesaria imbricación que existe entre lo personal y lo social, un aspecto importante al hablar de satisfacción, bienestar o felicidad, consiste en saber si nos estamos refiriendo a planteamientos exclusivamente individualistas o, por el contrario, aludimos a ideales sociales difíciles de conseguir. Los documentos a los que nos hemos referido antes nos ofrecen ciertas pautas de interés que también se pueden aplicar al ocio. En el caso del documento de Naciones Unidas se alude a la importancia de distinguir entre la felicidad subjetiva o “felicidad afectiva” y la “felicidad evaluativa”, más objetiva y social. En el *Informe sobre Chile 2012* (p.47b) se diferencia entre la subjetividad personal y social. Allí se señala que la subjetividad no se puede analizar como si operara en una sola dimensión. Hay al menos dos espacios: “uno corresponde a los aspectos personales de la subjetividad –aquellos directamente asociados con la satisfacción de la vida y la felicidad– y el otro al vínculo con el mundo social, esto es, la subjetividad en relación al contexto”.

En este mismo *Informe* se recalca la importancia de encontrar el espacio justo que permita la interacción entre lo personal y lo social (p. 48-50). Los datos empíricos que se analizan permiten afirmar que, a la hora de la práctica, no existe una correspondencia necesaria entre satisfacción personal y satisfacción con la sociedad y, de hecho, las personas insatisfechas socialmente no necesariamente experimentan un malestar personal importante. Esta separación entre el ámbito personal y social no es algo inmediatamente evidente o esperable, pero, de hecho, la capacidad de acción para incidir sobre la realidad personal, no se aplica de la misma manera al contexto social. En el *Informe sobre Chile* se señala que, en la opinión de la gente, existe una asignación de responsabilidad que es distinta y que permite a su vez diferenciar ambos planos. La felicidad se percibe como responsabilidad individual en la que la sociedad poco o nada tendría que ver.

Sin embargo, y el mismo *Informe* lo afirma, la sociedad sí importa. La sociedad sí importa a la hora de construir la satisfacción con la vida. “No es posible reducir el bienestar subjetivo al bienestar individual, es necesario incluir la mirada acerca de la sociedad. Preocuparse parcialmente de la subjetividad no resuelve los dilemas del desarrollo; toda la subjetividad importa. El *Informe del Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo, Chile 2012* (p.50b), muestra que, “más allá de la visión predominante en la opinión de la gente, la felicidad o el bienestar subjetivo no es un asunto meramente entregado a la acción individual; es un objetivo que tiene condicionantes sociales que lo hacen más o menos alcanzable para el conjunto de las personas.

Por ello, debe ser incorporada como parte de la acción intencional de la sociedad, a través de la acción política, tanto para acoger sus miedos como para construir los escenarios en los cuales concretar sus sueños. Es tarea de la sociedad encontrar los mecanismos sociales que hagan posible lograr esos objetivos”.

Leída esta misma problemática desde el ocio, se puede decir que el ocio valioso, en cuando derecho a experiencias libres, satisfactorias, gratuitas y valiosas, no es sólo una cuestión personal, porque, junto a las elecciones y potencialidades personales, el contexto determina la educación, los equipamientos, recursos y otras muchas posibilidades de disfrute. Eso significa que el ocio humanista no solo tiene su medida en las sensaciones y puntos de vista personales, sino también en los indicadores satisfacción social que muestran si es una opción accesible a todos los ciudadanos.

El bienestar psicológico que proporcionan las experiencias de ocio se opone el malestar y la infelicidad, un estado que, además de a la salud, las investigaciones asocian a deficiencias en el nivel de vida.

### **5. Ocio y desarrollo humano desde lo personal**

Hasta aquí hemos revisado los referentes sociales sobre el desarrollo humano que nos alertan de la importancia de orientar las acciones hacia un bienestar duradero. Ahora conviene recordar que, desde un punto de vista personal, la pedagogía del ocio nos ha hecho ver de distintos modos (Cuenca, 2004) que el ejercicio de un ocio, adecuadamente educado, ofrece la oportunidad de desarrollar actitudes, valores, conocimientos o habilidades de todo tipo: físicas, emocionales,

sociales, cognitivas etc. Lourdes Espejo, al estudiar el binomio Educación y Ocio (1998, p.221-232) en la revista Pedagogía social. Revista Interuniversitaria, considera que algunas de las aportaciones educativas del ocio en diferentes dimensiones de la personalidad del sujeto afecta, entre otras, a las áreas: emocional, social, moral y comportamental.

Al área emocional en cuanto que desarrolla y mejora la autoestima, la satisfacción personal, la toma de conciencia de sentimientos y emociones y el descubrimiento de valores personales. El área social, en la medida que favorece el desarrollo de habilidades sociales y mejora de la comunicación interpersonal, el conocimiento social o el intercambio cultural. En el área moral destaca la adquisición de responsabilidades y obligaciones de participación, el aprendizaje y participación de actitudes de solidaridad, cooperación, integración, respeto y aceptación, así como el desarrollo de estrategias para la solución de conflictos. Finalmente, en el área comportamental, la autora pondera el control y disminución de impulsos agresivos, o mayor grado de participación e integración.

Es evidente que, este tipo de desarrollos, también favorecen el bienestar. Un bienestar en el que, tanto personal como socialmente, debiera ir asociado al desarrollo de valores y capacidades básicas que permitan acceder a las personas a unos grados de desarrollo dignos. En este contexto conviene recordar ahora una afirmación de Howard Gardner (1995, p.20) que nos habla de la necesidad de plantearnos el desarrollo humano personal a través de procesos de formación y la vivencia de experiencias que nos hagan ver la existencia desde las diferencias en los estilos de vida y los individuos. El autor afirma que "hay diferencias importantes entre individuos, grupos y culturas, que vienen impuestas sobre etapas tan amplias como se quiera del desarrollo intelectual" de modo que los investigadores reconocen ahora "que la naturaleza -e incluso la existencia -de un sistema educativo puede también marcar las trayectorias del desarrollo humano en el interior de una cultura" (Gardner, 1995, p.22 y 23).

El ocio de cualquiera de nosotros no es sólo un ocio resultado de la edad y el contexto social, sino que está orientado por las experiencias y conocimientos anteriores que, a su vez, resultarán determinantes para los futuros hábitos de ocio. Esto nos hace recordar que, aunque las capacidades básicas, a las que se refería Martha C. Nussbaum, existan, sólo puedan ser capacidades combinadas en la medida que se transforman en actitudes, intereses, conocimientos y destrezas adecuados a la edad y a los estados de madurez de las personas. El disfrute, propio de un ocio valioso, siempre está asociado a procesos de formación y mejora personal, que son la base de todo desarrollo humano.

Gadner (1995, p.58-59) precisa que el aprendizaje de las habilidades asociadas a los conocimientos sensoriales, simbólicos, conceptuales y especializados no son, habitualmente, adquisiciones de tipo escolar, sino que se desarrollan por medio de la observación, la participación directa y la enseñanza informal, de forma análoga a como se adquiere el conocimiento intuitivo simbólico inicial. De ahí que el autor llame la atención sobre el interés de múltiples prácticas de ocio, en sus diversas manifestaciones lúdicas, culturales, deportivas, etc., en cuanto que ejercitan habilidades que tienen afinidad con las formas de conocimiento no escolares. Estas prácticas resultan especialmente significativas para el crecimiento personal en la medida que "los estudiantes aprenden mejor, y de un modo más integral, a partir de un compromiso en actividades que tienen lugar durante un período de tiempo significativo, que se encuentran ancladas en la producción significativa y que se construyen sobre conexiones naturales con el conocimiento perceptivo, reflexivo y artístico" Gadner (1994, p.84). Esto hace que sea "imperativo contar con un cuadro de educadores que 'incorporen' en ellos mismos el conocimiento que se espera que impartan. A menos que los educadores estén familiarizados y sientan cierta sensación de propiedad en relación con las materias que forman el currículum, el autoesfuerzo educativo está llamado a fracasar" (Gadner, 1994, p.89).

## **6. Nuevas miradas desde la Educación Social**

Recapitulando, podemos decir que una mirada al ocio desde el punto de vista del desarrollo, social y personal nos invita a considerar la felicidad, personal y social, como referente de lo que de verdad importa. Para ello se ha ponderado la importancia de la libertad y el desarrollo de capacidades internas, que debieran pasar combinadas en un estrecho diálogo con las posibilidades sociales del entorno. En ese contexto, Gardner nos recuerda la importancia de las habilidades asociadas a conocimientos sensoriales, así como de los aprendizajes no escolares, entre los que deberían ocupar un lugar preferente los de ocio, por tener una significación superior a otros. Estas afirmaciones, que son novedosas y significativas para la Educación Social, nos invitan a finalizar con tres nuevas consideraciones que, desde nuestro punto de vista, complementan las anteriores y favorecen una intervención educativa en ocio de mayor calidad, tan necesaria en tiempos de crisis, como señalábamos al comienzo de este escrito. Nos ocupamos de ellas a continuación.

### *6. 1 El ocio es una cuestión vital no disciplinar*

Si el ocio es una fuente muy importante para el bienestar de los individuos, el desarrollo de sus potencialidades para la mejora de la calidad de vida no puede considerarse un tema baladí para la Educación Social. Como indica Mónica Pérez Muñoz (2002), en "La Educación a través del arte en la Educación Social", el ocio no es una cuestión disciplinar sino más bien una cuestión vital. En una investigación que he llevado a cabo en los últimos años, en la que se han estudiado las experiencias de ocio de 215 personas con una afición mantenida establemente durante varios años, se comprobó que más de la mitad de los encuestados afirmaba que la satisfacción era el motivo fundamental por el que practican su afición, mientras que uno de cada cuatro ponían el énfasis en aspectos asociados a la autorrealización personal y sólo uno de cada 10 ponderar la importancia de la liberación de la rutina (Invest. Experiencia de Ocio IEO-UD, 2011). En función del tipo de práctica, también se vio que podía ser significativo el estar en forma física, la formación o la relajación.

Con ello estamos señalando que las motivaciones dominantes en aficiones arraigadas son cuestiones personales y de significación vital. De ahí que resulte coherente que las consecuencias de las experiencias de ocio, en cuanto que resultados obtenidos de las motivaciones iniciales, también tengan un fuerte componente personal y vital. Así, de las dos grandes categorías de beneficios del ocio señaladas por Tinsley y Tinsley (1986), las relacionadas con el desarrollo personal (beneficio de expresión, beneficio de compensación, y estimulación intelectual y de experiencias estéticas) prevalecen en importancia frente a los beneficios sociales (beneficio de compañía y su opuesto: beneficio de soledad, beneficio de poder, beneficio de seguridad y beneficio de servicio). Desde ese horizonte, testimoniado en la investigación empírica, podemos decir que las experiencias de ocio aportan valores añadidos asociados a valores vitales, más allá de los puramente disciplinares.

Esta afirmación se confirma si consideramos la estrecha relación que se establece entre ocio y salud, o la influencia del ocio en el bienestar global de las personas en los distintos periodos de la vida. Pero este basamento vital no debe ser utilizado para negar su necesidad de formación y, en este caso, se convierte también en una cuestión disciplinar en la que los educadores sociales deben estar preparados, con el fin de poder responder a las necesidades que se demandan en la sociedad actual. El ocio de que el ocio sea una cuestión vital nos reta a prestar especial atención al cambio de actitudes, a la asunción de valores, a las influencias y al gran valor que, en este caso, tiene la autenticidad. En ocio no podemos transmitir aquello que no sentimos. Recordemos aquí la recomendación de Gadner, antes citada, cuando afirma que es imperativo contar con un cuadro de educadores que 'incorporen' en ellos mismos el conocimiento que se espera que impartan.

Prestar atención a actitudes y valores nos conduce a trascender la idea de que el ocio sólo debe identificarse con la actividad y los logros visibles. Josef Pieper (1982, p.45) nos invitaba a pensar en un ocio centrado en el disfrute y aprecio de lo que nos rodea.

"El ocio es un estado del alma".

"El ocio es una actitud de la percepción receptiva, de la inmersión intuitiva y contemplativa del ser".

"El ocio es...una actitud de no actividad, de calma interior, de silencio; significa no estar ocupado, sino dejando que las cosas sucedan [...] El ocio no es la actitud mental de aquellos que intervienen activamente, sino de quienes están abiertos a todo... de aquellos que aflojan las riendas y que se liberan y relajan ellos mismos".

Este puede ser un significado del ocio difícil de asumir por quienes están imbuidos de la ética del trabajo, y, sin embargo, puede ser una de las claves de lo que Tornstam denomina "gerotranscendencia", cuando la conciencia aprende a estar más centrada en el momento y menos dependiente de la producción o la acumulación (Kleiber, 2012, p.152). Este ocio, que se conceptualiza mejor como una dialéctica entre compromiso y desconexión, suele florecer en la vida tardía, cuando puede liberarse de su dependencia del significado del trabajo. Siguiendo estos planteamientos, Douglas Kleiber considera que estas vivencias de reflexión e integración del yo, que Erikson (1959) asociaba con esta etapa final de la vida, pueden depender en gran medida de aprender a relajarse, aflojar las riendas y encontrar la paz en el ocio, olvidándose de estar a la altura de ciertas normas productivistas preestablecidas. Tal vez, afirma Kleiber, "este sería el mejor tipo de ocio para la cuarta edad". Mientras que el ocio de la tercera edad, el que sigue a la jubilación, suele requerir más compromiso y crecimiento continuado, y al estar más cercano al fin del trabajo, puede que funcione mejor si reconstruye lo mejor de la vida laboral que se ha abandonado (Kleiber, 2012, p.158).

El ocio es también una cuestión vital porque su aprendizaje está enlazado al contexto social próximo en el que vivimos. En la investigación sobre las experiencias de ocio en personas con una afición mantenida, a la que me refería antes, se puede ver que, la incidencia de los familiares y allegados es importante, superando el 30% de un modo global. Considerando estos resultados, y analizándolos con más detenimiento, podemos afirmar que, en los hobbies arraigados, la mayor influencia de la familia se produce en aquellos que tienen relación con la dimensión creativa del ocio, asociada a lo cultural, mientras que la menor influencia se da en la lúdica. M<sup>a</sup> Ángeles Valdemoros, Eva Sanz y Ana Ponce de Leon (2012), al estudiar el influjo de los amigos en el abandono de la práctica físico-deportiva, señalan que dos de cada diez chicos jóvenes físicamente activos abandonan sus experiencias motrices antes de llegar a los 16 años y, en el caso femenino, el índice cuadruplica al de los hombres.

Pues bien, los resultados desvelan que, aunque la importancia que conceden los amigos a las actividades físico-deportivas influye de diferente forma, y en distinto grado, a las féminas y a los varones, no cabe duda de que la influencia de los pares es, o puede ser, decisiva a la hora de mantener hábitos de ocio para el mantenimiento de la salud y la calidad de vida a lo largo de la vida. Para prevenir esta situación, las autoras destacan la necesidad de una adherencia temprana y de una educación desde la infancia en unas adecuadas habilidades sociales y personales que permitan hacer frente a la inevitable presión grupal que se ve acrecentada en la adolescencia. Todo ello les lleva a una consideración de la necesidad “de ofrecer una educación para el ocio desde el inicio de la infancia” (Valdemoros, 2012, p.218).

## *6. 2 El ocio como itinerario vital*

Si el ocio es una cuestión vital, parece conveniente pensar que tanto su estudio como su intervención no debiera limitarse a una edad o etapa de la vida determinada. Efectivamente, desde un planteamiento de desarrollo personal, el conocimiento y la intervención educativa en ocio puede tener su referente en cualquier momento a lo largo de la vida, pero, lo que aún me parece más importante, teniendo en cuenta las experiencias vividas y las expectativas que se desean cubrir de cara al futuro. En este contexto adquieren un valor especial los conocimientos que aportan las investigaciones sobre los itinerarios de ocio en la vida de las personas.

El tema de los itinerarios de ocio, con relación a la Educación Social, es un tema que se ha tratado no hace mucho en *Pedagogía Social. Revista Interuniversitaria*. Allí apareció, el pasado año (2012), un artículo firmado por M<sup>a</sup> Jesús Monteagudo y por mí, en el que hablamos de tendencias, retos y aportaciones. En honor a la verdad tengo que decir que la especialista en el tema es la doctora Monteagudo, pero el trabajo común realizado me ayudó a clarificar ideas que anteriormente ya consideraba importantes. En el artículo que comentaba, afirmábamos que los itinerarios de ocio tratan del ocio a lo largo del tiempo de nuestras vidas, pero, sobre todo, del nacimiento, evolución y ocaso de nuestras prácticas de ocio y nuestras aficiones. El concepto itinerario nos invita a pensar en el ocio como un camino que se va completando al andar, cada una de las fases por las que transcurre adquiere un sentido, un significado y un valor distinto para cada persona. Cada fase, cada parte, tiene unas funciones y deja una huella diferente y se halla enmarcada en uno de los tres momentos más significativos: Inicio, desarrollo y resolución, que muchas veces se identifica con el abandono de la práctica.

En el artículo comentado (Monteagudo y Cuenca, 2012, p.106) señalábamos, siguiendo el pensamiento de Stebbins (2000), que “el ocio, en cuanto experiencia subjetiva, condicionada por factores internos y externos, diferentes en cada individuo, da lugar a la existencia de distintos patrones de ocio que se investigan bajo el concepto de Estilos de Vida en Ocio (EVO)”. En general, la noción de Estilo de Vida hace referencia al patrón individual de cogniciones, emociones y acciones que contribuyen a la identidad personal y social de un individuo (Uth, 1996). Aplicado al ocio, este concepto se concibe como el patrón o forma de vivir el mundo de cada individuo, como la expresión de sus actividades, intereses y opiniones en relación al ocio (Bigné, Font y Andreu, 2000, p.214)”. A pesar de que buena parte de los postulados defendidos por las teorías sobre los itinerarios de ocio toman como punto de referencia la visión cronológica del ciclo vital y las transformaciones internas que ello conlleva, los estudios sobre los estilos de vida relativizan el papel determinante de la variable edad y refuerzan el influjo de la dimensión social de la persona como variable explicativa a tener en cuenta en la interpretación de los cambios que experimenta el ocio a lo largo de la vida (Martínez de Quel, 2010; Janke, Davey and Kleiber, 2006).

Más allá de estas consideraciones, las investigaciones afirman que, de un modo general, los itinerarios de ocio deberían iniciarse durante la infancia y extenderse hasta las últimas etapas de la