

Psicología social y ocio: una articulación necesaria

Julio Rodríguez-Suárez y Esteban Agulló-Tomás
Universidad de Oviedo

Desde que a mediados de los años 60 la psicología comenzase a prestar interés al estudio riguroso y sistemático del ocio como un factor determinante en la vida de las personas, la psicología social se ha venido posicionando como el área disciplinar más pertinente a la hora de llevar a cabo dicho análisis. El objeto del presente estudio ha consistido en llevar a cabo un abordaje crítico y sistemático de las contribuciones más significativas en este ámbito y destacar cómo la relación psicología social-ocio ha ido adquiriendo una relevancia cada vez más significativa. Sin embargo, creemos necesario que esta vinculación debe adquirir el carácter de definitiva e integral con el fin de que el estudio, la investigación y la intervención en dicho campo sean cada vez más fructíferos y enriquecedores.

Social psychology and leisure: A necessary articulation. Since psychology started paying attention to the rigorous and systematic study of leisure as a determining factor in the lives of people back in the mid sixties, social psychology has begun positioning itself as the most pertinent disciplinary field when it comes to carrying out such analysis. The object of present study consisted in carrying out a critical and systematic approach of the most significant contributions in this area, as well as in pointing out how the relation social psychology-leisure has been acquiring an increasingly significant relevance. However, we believe it necessary that this link acquire a definitive and integral character, so that the study, the research and the intervention on this field may thus become more fruitful and enriching.

Desde que en 1964 Berne llevase a cabo una de las primeras aproximaciones de la psicología al fenómeno del ocio, en su estudio sobre los juegos de la gente y la psicología de las relaciones humanas, el ocio ha ido adquiriendo una relevancia cada vez mayor como campo de estudio de la psicología, siendo en último término la psicología social la disciplina que se ha erigido como la más interesada y pertinente para analizar este fenómeno al que cada vez se concede mayor atención, fundamentalmente por su incidencia tan significativa en casi todos los ámbitos de la realidad social (economía, política, cultura, salud, etc). Las contribuciones llevadas a cabo desde cada una de las diferentes ramas del conocimiento, tanto de la filosofía, como de la sociología (incluyendo los estudios desde la antropología y la economía), la pedagogía, y, lógicamente, la propia psicología, no pueden desligarse en muchas ocasiones de la aportación específica de la psicología social. En este trabajo se intenta reflejar el interés de la psicología y principalmente de la psicología social por uno de los fenómenos de mayor actualidad, que más se está debatiendo en nuestros días por parte de las ciencias sociales, y que, como indican los estudios de prospectiva y tendencias socioeconómicas, alcanzará una relevancia social inusitada en los próximos años. Por ello, tras una rápida revisión por lo que han sido los acercamientos de la psicología al

ocio, se analizan las diferentes aportaciones de la psicología social al estudio del ocio; se concluye este capítulo con una aportación más personal y reflexiva sobre la influencia que ha tenido y tiene el ocio en la psicología social, así como la incidencia que posee esta disciplina sobre este complejo fenómeno.

Psicología del ocio

Para llegar a esgrimir los argumentos que nos han hecho componer el presente trabajo, se nos antoja necesario hacer un breve recorrido por las diferentes fases investigadoras del ocio por parte de la psicología y la psicología social. Aparte del trabajo «inaugural» de Berne citado al inicio de este artículo, en 1970 la Universidad de Illinois empieza a aplicar los conceptos fundamentales de la psicología al estudio del ocio (Kelly y Godbey, 1992), y es, sin duda, John Neulinger el que puede considerarse como el padre de la psicología del ocio, desde que en 1974 publicara su hoy clásico *Psychology of Leisure*. Esta publicación, en la que el autor introdujo el «modelo de los tres factores del ocio», que pronto sería adoptado por la mayor parte de los investigadores, marcó un hito decisivo, ya que serviría para que muchos estudiosos se interesasen en la investigación de los aspectos psicológicos del comportamiento en el ocio (Iso-Ahola, 1988). De hecho, ya en 1977 Williams llevó a cabo un estudio sobre las diferentes aproximaciones que la psicología venía aportando al estudio del ocio. En todo caso, las contribuciones fundamentales a la psicología del ocio provienen del propio Neulinger, cuando en la citada obra desarrolla una tipología que denomina «paradigma del ocio», modelo que basado en la clasificación de las dimensiones *libertad percibida* y

motivación intrínseca, ha sido utilizado de forma reiterada en Estados Unidos a la hora de analizar el ocio, principalmente en recreación terapéutica (Cuenca, 1995) con estudios como los realizados por Levy (1971), Peterson y Gun (1984), Caldwell y Weissinger (1994), o Mahon (1994). En consecuencia, múltiples investigadores toman la libertad percibida como elemento central de sus tesis sobre el ocio ya desde sus primeras propuestas (Gunter y Gunter, 1980; Kelly, 1972; Neulinger, 1974; Parker, 1971). Asimismo, la teoría de la motivación intrínseca ha sido aplicada en numerosas áreas del comportamiento en el ocio, tales como el juego de los niños (Barnett, 1980; Csikszentmihalyi, 1975b), el ocio y la salud física (Coleman, 1993; Weissinger e Iso-Ahola, 1984), la evaluación de los servicios de ocio (Iso-Ahola, 1982), la «experiencia de fluido» (Bradley y Mannell, 1982; Mannell, Zuzanek y Larson, 1988), el ocio y escuela (Bergin, 1983), etc. La relación entre personalidad y ocio también ha sido estudiada en un buen número de trabajos. En este sentido, las implicaciones para el ocio de las dimensiones y los rasgos generales de la personalidad estudiados en mayor medida por las investigaciones del ocio han sido: locus de control, estilo atencional, comportamiento tipo A, «carácter jovial», personalidad autotélica, y timidez. Por otra parte, Csikszentmihalyi (1975a) descubre la vivencia de experiencias subjetivas profundamente satisfactorias en la realización de ciertas prácticas de ocio; son momentos de experiencia óptima en los que los sujetos se encuentran absortos de una forma intensa y agradable, experimentando una pérdida de la autoconciencia. Csikszentmihalyi denomina «flow», *fluido* (fluir o flujo) a esta experiencia y la relaciona con el equilibrio entre habilidades y desafíos. Este autor toma contacto con el estudio de la experiencia óptima ya en su tesis doctoral, en la que analiza cómo los artistas jóvenes afrontaban la creación de sus cuadros; algunos de los resultados obtenidos aparecen en el libro *The Creative Vision* (1976). Aunque la descripción de la experiencia de fluido la desarrollará directamente en *Beyond boredom and anxiety* (1975a). En cuanto a la psicología social, las investigaciones sobre experiencia de *fluido* han mostrado su carácter de concentración y activación y su repercusión en la creatividad y el control (por ejemplo: Deci y Ryan, 1991; Hernández Mendo, 1991; Mannell, 1979, 1980; Tinsley y Tinsley, 1986).

Hacia una psicología social del ocio

En 1970, el trabajo de Bishop y Witt sobre las fuentes de la variedad comportamental durante el tiempo de ocio fue publicado en la revista *Journal of Personality and Social Psychology*, lo que significó una de las primeras publicaciones de un estudio de ocio (junto al citado de Neulinger y Breit de 1969) en una prestigiosa revista de ciencias sociales, que hasta esos momentos no había mostrado un especial interés por el ocio. En 1969, además, se funda la revista *Journal of Leisure Research*, que también proporciona un enérgico impulso al desarrollo de la psicología social, pese a que la orientación de esta publicación no fuese únicamente psicológica (Iso-Ahola, 1988; Mannell y Kleiber, 1997). A principios de los años setenta, Driver, junto a distintos investigadores, comienza a adoptar un enfoque psicossociológico más sistemático en el estudio de la «recreación al aire libre» (Driver y Toucher, 1970; Driver y Brown, 1975; Driver, 1976). El propio Neulinger (1974) en su «psicología del ocio» ya había sugerido la importancia de diversos conceptos psicossociológicos, necesarios para entender el ocio, tales como la percepción del tiempo, el aburrimiento, la pri-

vación sensorial, el locus de control, además de los más desarrollados: la libertad percibida y la motivación intrínseca. En 1977 aparece el estudio que realizó Robinson desde una óptica psicossociológica sobre cómo los americanos utilizaban su tiempo. Un año después se incorpora por vez primera una sesión de Psicología/Psicología Social del Ocio en el *NRPA's Leisure Research Symposium* (Simposio de Investigación del Ocio de la *NRPA -National Recreation and Park Association-*). Seppo Iso-Ahola (1980a), que ya se había preocupado del tema (1979a, 1979b, 1979c), escribe en 1980 el primer libro que aborda como argumento central la necesidad y pertinencia de una psicología social del ocio, llevando a cabo una amplia revisión de la vasta pero desperdigada literatura sobre el tema y centrando su atención en los aspectos psicossociológicos del comportamiento en el ocio, en oposición al análisis puramente psicológico que venía realizándose hasta el momento (del que hemos dado cuenta en el anterior apartado). Este autor analiza las características del ocio y muestra algunos instrumentos para medir diversos procesos psicossociales básicos que se producen en el ocio y la recreación; al mismo tiempo, se revisan cuestiones como las actitudes, la percepción de libertad o motivación en el ocio, la calidad de vida y la recreación terapéutica. En ese mismo año Iso-Ahola coordina dos libros más sobre las perspectivas de la psicología social del ocio (1980b, 1980c), en los que, además del propio autor, intervienen otros acreditados investigadores como Mannell, Neulinger o Ragheb y Beard, y donde se esbozan temas como la teoría y el método de la psicología social del ocio y la recreación, las estrategias y técnicas psicossociológicas para el estudio de las experiencias de ocio, o la satisfacción en el ocio. Será también en 1980 cuando el español Frederic Munné (1989) (quien, en cierta medida adelantándose a su tiempo, ya en 1971 había dedicado un capítulo al ocio en su libro *Grupos, Masas y Sociedades*) publique su obra crítica *Psicossociología del Tiempo Libre*, en el que estudia de forma brillante las diferentes propuestas sobre el ocio que se han dado a lo largo de la historia y propone su particular teoría del tiempo libre. En la década de los ochenta publicará Chamberlain (1983) su trabajo sobre las correlaciones psicossociológicas del ocio. En ese mismo tiempo, autores como Mannell (1984), Ingham (1986) o Iso-Ahola (1988) llegan a la conclusión de que «la mayor parte del trabajo de la psicología sobre el ocio se ha realizado en las áreas de psicología social de la disciplina». En 1984 se edita un número especial de la revista *Annals of Tourism Research*, dedicado a la psicología social del turismo. Muchos de los capítulos de dos de los grandes clásicos de esos años, *Constraints on Leisure* (Wade, 1985) y *Understanding Leisure and Recreation* (Jackson y Burton, 1989), fueron realizados partiendo así mismo de un análisis y una perspectiva psicossociológicos. En Europa, Argyle publica su propio manual de psicología social del ocio en 1996; en él, el autor trata de establecer los orígenes históricos del ocio y su relación con el trabajo, analizando sus principales postulados, especialmente los relativos a los aspectos y factores psicossociales con los que el ocio está relacionado. Para ello intenta adoptar y adaptar las más importantes teorías norteamericanas al contexto europeo. Un año más tarde, de nuevo en Norteamérica, serán Mannell y Kleiber (1997) los que hagan lo propio en un interesante compendio de psicología social del ocio, en el que resaltan que el estudio del ocio desde esta disciplina durante los últimos veinte años ha proporcionado una mayor comprensión de por qué la gente hace lo que hace con su ocio y del impacto que ello produce en su calidad de vida. En ese sentido, definen la psicología social del ocio como «el estudio científico del comporta-

miento y la experiencia del ocio de los individuos en situaciones sociales». Veinte años después del reseñado primer manual de la psicología social del ocio de Iso-Ahola (1980a), los trabajos sobre el ocio que desde esta disciplina se han llevado a cabo no han hecho más que crecer, aportando avances y resultados significativos sobre nuevos tópicos que comienzan a adquirir gran relevancia, tales como las diferencias de género y multiculturales, las barreras del ocio, sus beneficios para la salud, o el designado por Stebbins (1992) como «ocio serio» (que se refiere 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). En la actualidad, la mayor parte de las revistas relativas al estudio del ocio publican un gran número de investigaciones realizadas desde un punto de vista psicosociológico (así, véanse *Journal of Leisure Research*, *Leisure and Society*, *Therapeutic Recreation Journal*...).

Por otro lado, sobre las limitaciones que pesan sobre la psicología social del ocio, Mannell y Kleiber hablan por una parte de un predominio casi absoluto hasta hace poco tiempo del estudio del comportamiento y la experiencia del ocio en varones, así como de una atención a los miembros de la cultura dominante en Norteamérica, en detrimento de las diferencias culturales y étnicas. Estas cuestiones, sin embargo, están empezando a ser tratadas y corregidas por diferentes estudiosos. Así, en cuanto a la «masculinidad» de los estudios de ocio se refiere, cada vez es mayor el número de estudios psicosociológicos que parten y se basan en la cuestión de género; Karla Henderson es precursora en criticar esta cuestión con su trabajo *An analysis of sexism in leisure research*, en 1984 en *National Recreation and Park Association Leisure Research Symposium*. Posteriormente colaborará para paliar este desequilibrio y sus sesgos correspondientes con diversos trabajos realizados individualmente (1994) o junto a otros investigadores (con Bialeschki, 1986, 1992; con Jackson, 1995; o con Bialeschki, Shaw y Freysinger, 1996). Henderson y Bialeschki atienden en el estudio citado a la cuestión de cómo se conduce la investigación sobre el ocio; concretamente, muestran cómo las investigaciones y perspectivas feministas han transformado las formas en las que los estudiosos han examinado el ocio. Así, estas autoras señalan que una vez puestos de manifiesto la relevancia y el interés del estudio del ocio atendiendo a la variable *género*, incluso en investigaciones que no estaban orientadas específicamente a las diferencias hombre-mujer, el género se incluía como una variable independiente en el análisis. En los años noventa las investigaciones de género pasan de basarse en la comparación entre sexos a atender a la influencia que las relaciones de género asentadas socialmente ejercen sobre el ocio. Otra estudiosa que ha hecho importantes aportaciones en este sentido es Susan M. Shaw (1985, 1992, 1994). En cuanto a las diferentes etnias y al estudio de la multiculturalidad del ocio a partir de la investigación pionera de Taft (1977), se desarrollan numerosos trabajos al respecto (Gramann, Floyd y Saenz, 1993; Gramann, 1996; Scanlan y Lewthwaite, 1986). Por otro lado, Mannell y Kleiber también argumentan que se han producido críticas en las últimas dos décadas hacia el excesivo *psicologismo* de los estudios de ocio, «demasiado miopeamente enfocados en el individuo». Quisiéramos detenernos en este punto para hacer una serie de comentarios que creemos necesarios, puesto que aunque no invalida el enfoque de la psicología ni de la psicología social, sí debe recordar a los investigadores la importancia de la influencia de las fuerzas sociales, políticas y económicas sobre las actitudes, necesidades y situaciones sociales de la vida diaria de

las personas; influencia que requiere para su correcto análisis de la perspectiva conjunta e integradora de las ciencias sociales y en especial de la psicología social. Otro aspecto que se cuestiona es la exagerada tendencia *cuantitativa/positivista* de la psicología social americana, que ha influido negativamente, a nuestro juicio, en la psicología social del ocio desarrollada hasta el momento.

En el estudio del ocio desde la psicología social son fundamentales los conceptos de libertad y control, con lo que no es de extrañar que muchos trabajos se basen en las teorías que tratan de explicar los efectos de la presencia o ausencia del control y la forma en la que pueden ser explicados: la *teoría de la reactividad psicológica* y la *teoría de la indefensión aprendida*. La primera de ellas es aplicada por algunos trabajos sobre el ocio, como el de Mannell y Backman (1979) o el de Iso-Ahola (1986), por apuntar sólo algún ejemplo. Por su parte, la *teoría de la indefensión aprendida* ha sido aplicada para entender los comportamientos de ocio en trabajos como los de Iso-Ahola (1977, 1980a), y para la comprensión de los desafíos psicológicos que pueden tener las personas discapacitadas y los ancianos en el disfrute significativo del ocio (v.g. Dattilo y Kleiber, 1993; Iso-Ahola, 1980a; MacNeil y Teague, 1987). Otra teoría psicosociológica basada en las nociones de control y libertad utilizada en la investigación del ocio es la idea de *autoeficacia* de Bandura (1977). Maughan y Ellis (1991), por ejemplo, basaron su estudio en la creencia de que algunos de los más importantes beneficios de la intervención en la recreación terapéutica se deben al aumento del sentimiento de *autoeficacia* en el ocio. Por último, señalaremos que para tratar la motivación en el ocio, se ha utilizado frecuentemente la clásica teoría de las necesidades jerarquizadas de Maslow (1975).

En España, aparte de las aportaciones de Munné, se da a partir de finales de los ochenta y principios de los noventa, un aumento considerable de los estudios del ocio mediante enfoques específicos de la psicología social. El propio Munné (2000) sintetiza las diferentes contribuciones al estudio del ocio (trabajos de ocio en general, de turismo y de deporte) presentadas en cada uno de los congresos nacionales de psicología social desarrollados en España; así, nos muestra cómo este campo ha ido adquiriendo de forma paulatina mayor relevancia, aun dentro de su «modesta contribución»: en el congreso de 1985 (celebrado en Granada), no se presentó ninguna investigación con esta temática; en 1988 (Alicante), se presentaron 12 trabajos; en 1990 (Santiago), 6; en 1993 (Sevilla), 13; en 1995 (Salamanca), 12; y en 1997 (San Sebastián), 14. A estos datos debemos añadir los del último y todavía palpitante Congreso de 2000 (Oviedo), en el que se presentaron 15 investigaciones en una sección específica para el ocio (bajo el epígrafe de *Psicología del Ocio, deporte y Turismo: El individuo y el tiempo libre*), aparte del estudio introductorio y recopilador del propio Munné, y de algunos otros trabajos afines, expuestos en otras secciones. Para una relación detallada de autores y obras que desde la psicología social española se han dedicado al estudio del ocio, véase Munné (2000) y Rodríguez (2000). Precisamente, un capítulo titulado *Psicología Social del ocio y el tiempo libre*, realizado por Munné, junto a Nuria Codina fue incluido en el manual *Psicología Social Aplicada*, publicado en 1996, lo que evidencia el creciente interés de la psicología social por el ocio en nuestro país. En 1997, San Martín publica *Psicosociología del ocio y el turismo*, un sintético manual que introduce en España por primera vez gran parte de los conceptos y teorías (principalmente provenientes del mundo anglosajón) sobre ocio realizadas desde la psicología social.

El ocio en la Psicología Social y la Psicología Social en el ocio

Dentro de la psicología social, cada vez es mayor el número de autores que aboga por la observación de la conducta tal y como se manifiesta en los ambientes cotidianos y que se interesa por el fenómeno del ocio. Dentro de nuestro contexto, Ovejero (1998) confiere una importancia creciente al estudio del ocio y el turismo desde la perspectiva de la psicología social, y advierte que la sociedad postindustrial y postmoderna en la que estamos se caracteriza, entre otras cosas, por ser una sociedad «del ocio y del tiempo libre», de ahí que «los psicólogos sociales, tanto en sus análisis teóricos como en sus aplicaciones, estén obligados a estar al tanto de estos cambios que se van produciendo en nuestra sociedad y que se ocupen de ámbitos tan en boga y en expansión actualmente como son el ocio y el turismo» (p. 356). Lo que nosotros tratamos de plantear en este artículo no es únicamente la pertinencia y la necesidad de que la psicología social estudie y tenga entre sus campos de investigación al ocio y al tiempo libre, sino, además y esencialmente, que el ocio (como intervención social, como actividad y experiencia, como estado mental/espiritual del ser humano, como «tempo» social desarrollado en unos espacios concretos –los lugares de ocio se conforman como los centros de interacción social fundamentales –) forma parte de la mayoría de los procesos y las vivencias que, analizados por la psicología social, conforman sus diferentes objetos de estudio. De esta forma, el estudio de los comportamientos individuales y grupales en las diferentes situaciones sociales, es decir el ámbito de la psicología social (recordemos la clásica definición de Hartley y Hartley –1955– que propone que la psicología social es la rama del conocimiento que se aplica al estudio del comportamiento individual dentro del acontecer social; o una definición más actual y que posee más consenso en la que se sitúa a esta disciplina como aquella que estudia la interacción social en sus múltiples y complejas dimensiones), no debe concernir al ocio únicamente como una de esas situaciones sociales o como uno de esos comportamientos individuales; debe, al mismo tiempo, ser tenido en cuenta como un fenómeno relacionado con la mayor parte de sus áreas de estudio. Asimismo, las distintas investigaciones habrán de aplicar el método adecuado al objeto de estudio que se trate de analizar, siendo oportunas, según la situación lo requiera, tanto la metodología cuantitativa como la cualitativa (y a ser posible la combinación de técnicas de ambos tipos), con el fin de permitir la elaboración y ejecución de políticas de ocio apropiadas.

Para tratar de demostrar esta presencia del ocio en aquellos terrenos que se conforman como objeto de estudio de esta disciplina, a continuación llevaremos a cabo un breve recorrido por cada uno de los campos y/o tópicos que vienen siendo tenidos en cuenta por la psicología social, exponiendo algunas consideraciones que hagan valer nuestra posición argumental. Entendiendo que la psicología social se encuentra siempre íntimamente relacionada al estudio de la vida cotidiana, ésta es una realidad que no hace sino poner de manifiesto su relación con el ocio. Las múltiples y diferentes interacciones entre los distintos grupos sociales (familia, amigos...) se presentan en numerosas ocasiones (cuando no de forma originaria) *en y como* situaciones de ocio. Argyle (1996) se refiere precisamente a la interacción social como uno de los aspectos del ocio de mayor influencia en el bienestar personal y colectivo. En la actualidad, el ocio tiene mucho que decir sobre las innumerables interacciones sociales de los individuos de nuestra sociedad del tercer milenio. Como actividad complementaria al

trabajo, el ocio puede (y suele) llevarse a cabo interaccionando unas personas con otras y unos grupos con otros. En cierto tipo de actividades de ocio, que bien podrían denominarse «actividades de carácter social o colectivo», predominan este tipo de relaciones, por encima de cualquier otro aspecto (así, las conversaciones –favorecidas por entornos como los cafés, las plazas y las asociaciones de todo tipo–, el juego recreativo o social, las fiestas municipales y de barrio, la vida familiar... constituyen acontecimientos en los que las relaciones interpersonales asumen un papel preferente). Al mismo tiempo, consideramos que la mayor parte de las relaciones interpersonales que se producen en el lugar de trabajo o en situaciones de «no ocio», conllevan en sí mismas un ocio potencial, como ocurre con el ocio en el trabajo, como relaciones *facilitadoras* de actividades de ocio posteriores, tales como citarse entre colegas para realizar distintos tipos de actividades como aquellas relacionados con el deporte, el asociacionismo, etc. A este respecto, no debemos olvidar una situación que se produce actualmente en gran número de empresas norteamericanas: la facilitación de gimnasios y pistas polideportivas, así como salas de recreo, descanso y esparcimiento en el propio lugar de trabajo. Por otra parte, Coll, Ponce y Vega (1998) agrupan una serie de técnicas que pueden promocionarse desde el ocio, e incluyen entre ellas algunas relacionadas con las relaciones interpersonales: permitir la intimidad, ofrecer afecto, apoyar a la familia, fomentar interacciones, facilitar relaciones de amistad, y promocionar apoyos. Además, algunas de estas técnicas afectan de forma directa a la inclusión, integración y vertebración social: conectar con redes de apoyo, fomentar el voluntariado, promover funciones de rol y estilos de vida, fomentar ambientes normalizados e integrados, proporcionar oportunidades para la integración y la participación en la comunidad, etc.

No sólo debe estudiarse la forma en que se percibe el ocio (cuestión importante si tenemos en cuenta que el ocio es, entre otros aspectos, una experiencia subjetiva), sino, asimismo, debe analizarse con profundidad qué papel juega el ocio en la percepción del mundo, de los otros y de uno mismo (autoconcepto). «Yo soy yo y mis circunstancias», diría Ortega, y entre mis circunstancias se encuentra, casi sin posibilidad de lo contrario, el ocio. En este sentido, el desarrollo y enriquecimiento del autoconcepto (autoestima/identidad) puede desarrollarse mediante muchas acciones relacionadas con el ocio, como la pertenencia grupal, la representación pública de obras teatrales o prácticas deportivas... Argyle (1996) señala diferentes caminos a través de los que se puede producir esta contribución: mediante la «identidad» derivada de la pertenencia a determinados grupos, y del *estatus* que se tenga en ellos; a través de las «habilidades especiales» que es necesario desarrollar para realizar muchas prácticas de ocio; mediante la utilización de «elementos externos identificadores», como la ropa, las insignias, etc.; como consecuencia de la «práctica pública» de determinadas actividades de ocio (como competiciones deportivas, conciertos...); o a través de lo que este autor denomina «mundos de ocio», que se constituyen a partir de determinadas prácticas de ocio y poseen sus propias reglas, costumbres y creencias, sus propios tiempos, y su propio universo social (es el caso de las actividades deportivas, los juegos de rol, etc.). De esta forma, se establece una clara vinculación entre el ocio de las personas y sus *estilos de vida* (véase Rodríguez y Agulló, 1999; y Rodríguez, 2000). En otro orden de cosas, la aparición de estereotipos tanto en su dimensión prejuicio-norma como en la individual-social, se genera ocasionalmente en situaciones de ocio (desde la discrimina-

ción de género que se produce en ciertas prácticas deportivas, hasta los prejuicios ante algunas actividades de ocio de las personas que sufren deficiencias físicas o psíquicas). Asimismo, el seguimiento de los medios de comunicación trae consigo el exponerse a la adquisición de diferentes estereotipos. En este sentido, creemos conveniente destacar la aportación, en nuestro país, de Rubio (1995), con su estudio *Aplicación al ocio de un tema de Psicología Social: los prejuicios*. Por otra parte, Crandall (1980) ofrece un listado de diecisiete motivadores del ocio diferentes, entre los que se encuentra el altruismo. Las actividades de voluntariado social, centradas en el trabajo delegado y la cooperación, son motivadas por el altruismo y el autointerés, proporcionando ayuda y satisfacción. No se puede olvidar que la participación en asociaciones, ONG's y demás agrupaciones que se posicionan al lado de los más desfavorecidos, constituye una actividad que las personas tienden a realizar en su tiempo de ocio. En cuanto al estudio de la autoridad, creemos importante resaltar las ventajas educativas y formativas que la intervención desde el ocio puede y debe aportar. El juego, dentro del ocio, se revela como la forma más característica de este tipo de actuación (el juego, o algunas de sus características propias, se encuentra presente en muchas de las actividades de ocio, además de en las prácticas que se entienden directamente lúdicas). La actual concepción de la escuela como un entorno en el que debe primar (o al menos debe prestar la atención necesaria) el juego, la expresión natural, la actividad al aire libre (tanto por sus beneficios para la salud como por la estimulación de la imaginación que acarrea), etc. Todo ello, pues, hace aún más pertinente si cabe la mirada enfocada al ocio que la psicología social ha de prestar a este campo. El juego constituye «el mundo propio del niño» (Luzuriaga, 1973), y, como subraya Lázaro (1995), se convierte en un «factor central del aprendizaje y generador de la adaptación social»; por medio del juego el niño consigue su desarrollo pleno (elemento esencial del proceso de socialización), su maduración y su posterior independencia (sobre estas cuestiones puede verse en el clásico de 1949 *Homo Ludens*, de Huizinga, cómo a través del juego se aprende y se socializa). Al referirse al juego es fácil pensar únicamente en la infancia, en el juego de los niños; sin embargo, el juego también forma parte del repertorio simbólico-conductual de los adultos. Para el adulto, permitirse el juego, como señala Wallon (1962), «¿no es acaso reconocerse merecedor de una tregua durante la cual quedan suspendidas las sujeciones, las obligaciones, las necesidades y las disciplinas habituales?». Existen numerosas concepciones del juego muy diferentes entre sí, lo que para Munné (1980) «explica y se explica la importancia y el valor que tiene esta manifestación de la conducta en campos tan diversos como la psicología y la psiquiatría, la pedagogía y el arte, la religión y la política». Munné recapitula las diferentes teorías sobre el juego para extraer de ellas una serie de factores importantes: la manifestación de libertad que comporta; el poder de la conducta lúdica como compensador de las limitaciones de la vida seria, y su carácter propio del tiempo heterocondicionado; y su naturaleza expresiva de la personalidad (a través de los valores que conlleva). Por último, este autor define la conducta lúdica como aquella «conducta autocondicionada por la que a través de dos procesos psicológicos sociales básicos, a saber, el proceso de autoexpresión y el proceso de compensación, el hombre puede respectivamente reequilibrar su propia personalidad». Asimismo, los distintos factores relacionados con el estudio de la autoridad, como la obediencia a una reglas específicas, forman parte de muchas de las actividades de ocio. El caso del deporte (entendido como práctica de

ocio activa) es quizá el más esclarecedor a este respecto, si nos atenemos a que posee enorme parecido con el juego, si bien a éste le añade un carácter activo placentero y desinteresado. El estudio de la agresión ha sido un campo ampliamente analizado desde la psicología social, hasta convertirse en uno de sus principales objetos de estudio. En ocasiones, la violencia se genera a partir del ocio, siendo consecuencia de la puesta en práctica de ciertas actividades; no se puede olvidar que «las culturas del ocio son a menudo factores *causales* significativos en la explicación del abuso de drogas, del alcoholismo, las sexualidades peligrosas, la violencia y el asesinato» (Rojek, 2000). En los últimos años ha proliferado el análisis por parte de esta disciplina de los efectos de los medios de comunicación de masas (en especial la televisión) sobre la agresión. Además, no podemos obviar la relevancia que día a día va adquiriendo Internet, éste nuevo medio en el que los especialistas ya están detectando consecuencias negativas de diverso índole y alcance. Por otra parte, la violencia generada por ciertos espectáculos de masa, como sucede con algunos deportes o con las agresiones en diferentes representaciones artísticas (como algunos conciertos juveniles), así como la violencia que se genera en los fines de semana (y que es engendrada y padecida de nuevo sobre todo por los jóvenes) conciernen sin duda al universo del ocio. Lo mismo se puede decir de la llamada «violencia gratuita», motivada por la práctica de alguna actividad de ocio (como el visionado de películas extremadamente violentas, la práctica de algunos tipos de juego de rol, etc.). Todas estas formas de agresión se presentan como un fenómeno problemático para las sociedades avanzadas y el tratar de reducir las debe ser tomado por los psicólogos sociales como uno de sus máximos retos. Otro de los tópicos/objetos de estudio característico de la psicología social son las actitudes; de hecho, Allport (1970) mantiene que el estudio de las actitudes constituye el contenido central (característico e indispensable) de la psicología social norteamericana. La psicología social confiere a las actitudes un papel capital en los procesos de cambio social, entendiéndolas como un estado interno mediador entre los estímulos del ambiente social y las respuestas del sujeto; resulta del todo evidente que las actitudes respecto a las actividades del tiempo de ocio han de ser estudiadas en su justa medida. Gran parte de las campañas de comunicación promovidas con el fin de obtener un cambio de actitudes masivo, se refiere a cuestiones relacionadas directa o indirectamente con el ocio; así, la búsqueda de estilos de vida sanos relacionados con la sexualidad, la disminución de los accidentes de tráfico (que se producen de forma principal en las épocas de vacaciones, así como en los fines de semana, con frecuencia relacionados con las salidas nocturnas juveniles y el derivado consumo de alcohol que en ellas se efectúa), la protección del medio ambiente (del que se disfruta principalmente en el tiempo libre), etc. En cuanto a los cambios de actitud, por ejemplo, San Martín (1997) destaca la importancia que en el contexto turístico adquiere la influencia que la exposición a un destino ejerce sobre el cambio de actitud. De hecho, los estudios sobre turismo y cambio de actitud se han extendido en los últimos años. Asimismo, el marketing, la publicidad y todas aquellas cuestiones relacionadas con la conducta del consumidor, van enfocadas, la mayor parte de las veces, al análisis de productos para un consumo ligado al ocio de los ciudadanos; y qué decir del amplio número de investigaciones de mercado que se desarrollan en la actualidad en esta línea.

Por otro lado, y en lo que se refiere a la formación de grupos, éstos suelen llevar a cabo en común actividades de ocio, cuando no es ésta la finalidad principal, e incluso exclusiva, de los mismos.

Además, ciertas actividades de ocio como el deporte colectivo (e incluso el individual, pues es en buena medida practicado en grupo) generan grupos característicos, con su dinámica específica, sus líderes y sus propios procesos psicosociológicos; esta misma situación se produce con los viajes organizados, los talleres artísticos, el asociacionismo, etc. Por otra parte, la relación entre los turistas y los residentes o entre los jugadores de dos equipos deportivos que se enfrentan, nos sirve como ejemplo de conducta intergrupala referida al ocio. Debemos destacar también las contribuciones significativas del ocio al orgullo y la satisfacción en la comunidad (comunidades orgullosas de sus equipos de fútbol, de sus festivales, de sus monumentos...), así como la satisfacción de necesidades propias de segmentos particulares de la sociedad (disminuidos físicos y psíquicos, ancianos, jóvenes...). En una sociedad como la nuestra, no se pueden dejar a un lado los problemas y factores que atañen a la convivencia de distintas razas, etnias, culturas, pues la multiculturalidad forma parte esencial de ella. El estudio de las diferentes minorías étnicas debe considerar en todos sus aspectos el riguroso análisis del ocio de los diferentes grupos culturales, dado que la cultura de un pueblo se entremezcla de forma inevitable con el ocio que éste desarrolla y viceversa, lo que puede dar lugar a situaciones no deseadas de diferenciación, segregación o exclusión social; de esta forma, se podrá entender mejor la problemática que subyace a estas situaciones y las razones que en muchos casos (como ocurre con algunas minorías alrededor de todo el mundo –gitanos, indios, orientales, afroamericanos–) llevan a estos grupos a no integrarse en la sociedad en la que se han reubicado, adoptando incluso actitudes marginales, y avivando reacciones de xenofobia o racismo. En otro orden de cosas, pero aún refiriéndonos a las relaciones interculturales, es evidente la importancia que posee una práctica de ocio tan extendida como el turismo, que posibilita el contacto multicultural turista-residente, causante en ocasiones del choque cultural o *estrés intercultural*, fenómeno que viene adquiriendo gran relevancia científica en los últimos años para la psicología social.

La psicología ambiental ha cobrado en los últimos años especial relevancia dentro de la psicología social; desde ella se analizan los factores psicosociales y las características ambientales de diferentes organizaciones y/o grupos sociales. Así, con frecuencia se ocupa de buscar un entorno satisfactorio para las personas que han llegado a su retiro laboral, un entorno que se adecue a sus necesidades y expectativas (Heineken y Spaeth, 1988); los jubilados, al pasar de una situación de trabajo a otra liberada de éste, dependen sobremanera del lugar en el que se desenvuelvan, que ha de ser adecuado para una correcta transformación a la situación de ocio permanente que les aguarda. Otro tanto podría decirse de las actuaciones de la psicología ambiental en hospitales, centros penitenciarios o escuelas, lugares todos ellos en los que el ocio se muestra como un elemento importante, cuando no central, para sus usuarios u ocupantes (en estos casos, la apropiada adecuación de los patios de recreo, las salas de juego, las aulas de aprendizaje y estudio, etc. se presenta fundamental). Por otra parte, cabe destacar el fenómeno de la recreación al aire libre, que está siendo estudiado en profusión desde perspectivas psicosociológicas, como un aspecto relevante de identidad propia. Así, la psicología social y ambiental se han preocupado en los últimos años por su estudio (Jackson y Burton, 1999; Mannell y Kleiber, 1997; Manning, 1986 –segunda edición revisada y completada, 1999–; Vining, 1990). Las líneas de investigación seguidas se centran, fundamentalmente, en cuatro temas: la participación en la recreación y sus limita-

ciones, la elección y el comportamiento en la recreación, la interacción social y sus procesos entre los «recreacionistas» y los grupos sociales, y la naturaleza y calidad de la experiencia recreativa y sus consecuencias beneficiosas. Dentro de las conductas colectivas a las que más atención ha prestado la psicología social encontramos los rumores, las catástrofes y los movimientos de masas. Los rumores forman parte de la realidad social cotidiana y se propagan mediante las conversaciones (narraciones orales transmitidas) y por medio de los medios de comunicación; en general, ambas formas de actividad representan acciones relacionadas con el ocio. Esta situación debe tenerse muy en cuenta a la hora del análisis psicosociológico de los rumores. También hay que señalar que algunos rumores tienen una función estética o de entretenimiento (Allport y Postman, 1982; Rouquette, 1997), como así ocurre con aquellos concernientes a los personajes famosos, que generan, día a día, multitud de contenidos para las revistas del corazón, para algunas secciones de casi todos los diarios, y que son el fundamento de una abundante cantidad de programas televisivos y radiofónicos, destinados todos ellos al consumo masivo en el tiempo de ocio. Por otro lado, en lo que se refiere a las catástrofes, cabe tener en cuenta que, tras la mayor parte de ellas, un gran número de individuos participan en actividades solidarias que se desarrollan a través de distintas asociaciones y ONG's, ocupando, de esta manera, parte de su tiempo libre en actividades relacionadas con estos movimientos sociales, una de las tendencias más significativas en los próximos años. Es importante, asimismo, la relación existente entre psicología social y salud. El comportamiento de salud/enfermedad, la relación médico/paciente, las distintas terapias, entre otros aspectos, poseen o deberían poseer una estrecha vinculación con el ocio. Hoy el interés en este aspecto se centra en especial en la búsqueda de estilos de vida sanos; y ahí es donde aparece el concepto de calidad de vida (relacionado de un modo inevitable con las pautas y tipologías de ocio). Por calidad de vida entendemos la percepción subjetiva que los sujetos tienen de su felicidad y los aspectos objetivos que indican su estado de bienestar. De esta forma, se percibe cómo la calidad de vida se presenta como un concepto íntimamente relacionado con el ocio. En la mayoría de agrupaciones de las áreas que conforman la calidad de vida tratadas por la literatura al respecto, podemos encontrar al ocio como una de ellas, o bien como algún área estrechamente vinculadas a éste (familia, hogar, integración social, salud...). De hecho, Neulinger (1981) considera al ocio no solamente un componente de la calidad de vida, sino su propia esencia: «el ocio no es un estado neutral de la mente, es un estado positivo, muy deseable y un importante valor»; en su opinión, el ocio se convierte por derecho propio en «la línea guía necesaria para cualquier decisión relacionada con la calidad de vida». En este mismo sentido, Iso-Ahola considera de manera indirecta el aumento de la calidad de vida como uno de los objetivos de la psicología social del ocio, pues hará de enlace entre el trabajo y el ocio y entre la satisfacción y el bienestar individual y social, y, en definitiva, con la salud mental (Munné y Codina, 1996).

Además de todo lo afirmado, el ocio no puede separarse del trabajo sin más, pues ambos fenómenos están interrelacionados y dependen uno del otro (tanto en lo que se refiere a la salud como a la seguridad de los trabajadores y de los ciudadanos). En los últimos lustros se viene hablando con profusión de los cambios que se están produciendo en el binomio trabajo-ocio, de la llamada metamorfosis del trabajo (Agulló, 1998a, 1998b; Agulló, Remeiro y Fernández, 2000; Agulló y Ovejero, 2001; Gorz, 1997). Se

trata de una serie de factores que se vienen produciendo en los sistemas organizativos, productivos y económicos (entre ellos, la aparición y el desarrollo de las nuevas tecnologías, la disminución de la jornada laboral, la aparición del trabajo a distancia, la anticipación de la edad de jubilación, el retraso en la incorporación al trabajo; etc), que están provocando que se produzca una disminución en el tiempo de trabajo, con el consiguiente aumento del tiempo libre y, por ende, del tiempo liberado. En Francia, ya en 1964, Dumazedier (1968) estimaba que los «trabajos medico-sociales» sobre las relaciones entre el ritmo de trabajo y el del ocio, que empezaban ya a desarrollarse, exigían y exigirían cada vez más «la colaboración de la psicología del trabajo y la psicología del ocio». Desde la psicología del trabajo, debe tenerse en cuenta la articulación y el aprovechamiento del ocio en actividades laborales (cursos de formación en hoteles, turismo rural, comidas de trabajo, etc.), así como debe estudiarse la forma en que el ocio puede favorecer situaciones no deseadas relacionadas con el trabajo. Al mismo tiempo, es necesario incrementar en lo posible la calidad de vida laboral, siendo para ello el ocio un elemento imprescindible y determinante. De esta forma, en los últimos años desde la psicología social y del trabajo se viene investigado la relación entre el ocio y el efecto *Burnout* (Stanton y Howard, 1996; Stanton e Iso-Ahola, 1998; Agulló et al., 2000), al mismo tiempo que hoy no parece nada nuevo hablar de la importancia del ocio como elemento básico en la disminución del estrés o la fatiga (en muchos casos producida por el propio trabajo o derivado indirectamente de éste). Coleman e Iso-Ahola (1993) señalan que el ocio puede amortiguar el estrés de dos modos: generando apoyo social (mediante el fomento de la compañía y las nuevas amistades); y a través de las propias características del ocio (la libertad, la ausencia de presión externa...), que hace que se incremente el sentimiento personal de control y destreza. Al mismo tiempo, el fenómeno del paro viene a confirmar nuestros argumentos a favor de una psicología social del todo relacionada con el ocio, puesto que la situación de desempleo se presenta como una situación de «ocio forzoso», no deseado, que en todo caso, no puede ni debe desligarse del ocio propiamente dicho. Por su parte, la psicología social aplicada o, como bien proponen Mayo y Lafrance (1980), aplicable, persigue fundamentalmente la mejora de la calidad de vida, a la que ya hemos aludido, así como la construcción del conocimiento y la intervención. En los últimos tiempos, se viene incluyendo la psicología del ocio, conjuntamente con la psicología política y la psicología jurídica, dentro de los cometidos principales de lo que se ha venido denominando (a nuestro juicio nada acertadamente) psicología social aplicada. En cuanto a la psicología política, las actitudes y creencias políticas, la percepción de los distintos representantes políticos, etc. deben analizarse teniendo en cuenta que son opiniones, juicios y actos que cada persona adquiere y desarrolla de manera fundamental en el tiempo libre, y si bien no pueden ser consideradas actividades específicamente de ocio, sí debe tenerse presente que forman parte significativa de éste tiempo: se suele llegar a ellas a partir de los medios de comunicación, se utilizan no pocas veces como temas de tertulias y conversaciones cotidianas y «ociosas» entre amigos o compañeros, y permiten el desarrollo de actividades de carácter social (pertenencia a partidos políticos y asociaciones...), que algunos autores han dado en denominar «prácticas de *semioocio*» (Dumazedier, 1968; Friedmann, 1961; Munné, 1980; Sue, 1982; etc.). Por su parte, la relación entre psicología jurídica y ocio pasa indefectiblemente por uno de los objetos de estudio de esta

área: la delincuencia. Se pretende estudiar y predecir la conducta delictiva para intervenir y evitarla en la medida de lo posible, se buscan cambios de actitud que permitan una mejora de la calidad de vida colectiva. Buena parte de los delitos están relacionados con el ocio o prácticas afines (ya hemos visto la importancia de la relación ocio-violencia). No cabe duda de que el tiempo libre puede generar problemas y situaciones negativas si no se aprende a utilizarlo de manera correcta. Gabiña (1999) señala cinco dificultades del hombre actual para «sanear el tiempo ajeno al trabajo»: el miedo al paro, que incita la búsqueda de un segundo trabajo que se realizará durante el tiempo liberado del primero; la fascinación por el consumo, la manipulación que a través de los medios de comunicación hacen los poderes públicos (que dejan la cultura del ocio en un segundo plano); atracción *psicológica* al trabajo, que provoca desconcierto ante el tiempo libre y una visión del ocio como «patrimonio del ocioso»; y el aburrimiento. Sin embargo, nos centraremos ahora en lo que podría llamarse «ocio desviado», que se produce cuando ciertos comportamientos de ocio llevan o pueden llevar a generar problemas en el individuo o en su entorno. Es cuando el ocio se convierte en peligroso, cuando la realización de alguna práctica de ocio supone una amenaza para el propio sujeto o para los demás, pudiendo acabar, incluso, en enfermedad y muerte (como ocurre con los accidentes que se producen en los deportes de riesgo, cuando éstos llegan a constituir una «adicción», una obsesión irrefrenable). Hace tiempo que psicólogos y psiquiatras saben que el ocio puede ser un problema para muchas personas; de hecho, el *Grupo para el Fomento de la Psiquiatría* terminaba uno de sus informes de 1958 observando precisamente que «para muchos americanos el ocio es peligroso» (Csikszentmihalyi, 1991). Dumazedier (1998), haciendo notorios los problemas que el ocio puede acarrear, considera que en los últimos años han aumentado de modo considerable las «actividades de sobredosis destructiva y de agresión a los bienes y a las personas». Algunos autores vienen aceptado el hecho de que el ocio anormal ha de ser responsabilidad de criminólogos y practicantes médicos, contribuyendo así a la legalización y *medicalización* del ocio anormal. De esta forma, el abuso de drogas, el alcoholismo, las prácticas sexuales peligrosas, la violencia y el asesinato (algunos de los perjuicios causados por ciertas formas de ocio) han sido estudiados como producto de una mezcla de causas y consecuencias biológicas, psicológicas y de política económica. Pero desde nuestro punto de vista, esta visión del problema se presenta reduccionista, siendo imprescindible abordar la cuestión desde un enfoque integral y que tenga en cuenta todos los factores que realmente intervienen en dichas situaciones y conductas no deseadas. No hay que olvidar que, tal y como señala Rojek (2000), «las culturas del ocio son a menudo factores *causales* significativos en la explicación del abuso de drogas, del alcoholismo, de las prácticas sexuales peligrosas, de la violencia y del asesinato». También la organización penitenciaria es un aspecto importante del que se ocupa la psicología jurídica y está claro que las personas encarceladas se encuentran en una situación de ocio impuesto (al igual que tiende a suceder con el paro o la jubilación). Al mismo tiempo, tal y como hemos señalado con anterioridad, el ocio es necesario en gran parte de las medidas tomadas para intentar la reinserción, como ocurre con las prácticas deportivas o los talleres.

En definitiva, desde la reflexión vertida en este artículo, hemos planteado y defendido la idoneidad de la psicología social como perspectiva de análisis del ocio, así como la relevancia que éste posee dentro de dicha disciplina, siendo pertinente, como se ha tra-

tado de demostrar, en prácticamente todas sus principales líneas de argumentación, estudio e intervención. De esta manera, queremos señalar desde aquí la necesidad de vincular de forma definitiva e integral el fenómeno del ocio a la psicología social. También que-

remos destacar que esta articulación habrá de ser necesariamente *bidireccional*, con el fin de alcanzar la comprensión e intervención adecuadas y eficaces en este ámbito tan significativo de la realidad social.

Referencias

- Agulló, E. (1998a). La encrucijada del trabajo: ¿la emergencia de una nueva civilización? En Agulló, E.; Fernández, J.A.; Fernández del Valle, J.; García, Ana; Grossi, J. (coords.) *Siglo XXI. Problemas, perspectivas y desafíos*. Oviedo: Servicio de Publicaciones de la Universidad de Oviedo.
- Agulló, E. (1998b). La vida en un chip, nuevas relaciones sociales en la era digital. En Agulló, E. et al. (coords.) *Siglo XXI. Problemas, perspectivas y desafíos*. Oviedo: Servicio de Publicaciones de la Universidad de Oviedo.
- Agulló, E.; Ovejero, A. (coord.) (2001). *Trabajo, individuo y sociedad*. Madrid: Pirámide.
- Agulló, E.; Remeseiro, C.; Fernández, J.A. (eds.) (2000). *Psicología del trabajo, de las organizaciones y de los recursos humanos. Nuevas aproximaciones*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Allport, G.W. (1970). *Psicología de la personalidad*. Buenos Aires: Paidós [Orig. 1968].
- Allport, G.W.; Postman, L. (1982). *Psicología del rumor*. Buenos Aires: Editorial Psique [Orig. 1947].
- Argyle, M. (1996). *The social psychology of leisure*. Nueva York: Penguin Books.
- Bandura, A. (1977). *Social Learning Theory*. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice-Hall.
- Barnett, L. (1980). The social psychology of children's play: Effects of extrinsic rewards on free play and intrinsic motivation. En Iso-Ahola, S.E. (ed.) *Social psychological perspectives on leisure and recreation*, pp. 138-170. Springfield, IL: Charles Thomas.
- Bergin, D.A. (1992). Leisure activity, motivation, and academic achievement in high school students. *Journal of Leisure Research*, 24, 225-239.
- Berne, E. (1964). *Games People Play: The Psychology of Human Relations*. Nueva York: Grove-Press, Inc.
- Bishop, D.W.; Witt, P.A. (1970). Sources of behavioural variance during leisure time. *Journal of Personality and Social Psychology*, 16, 352-360.
- Bradley, W.; Mannell, R. (1982). The effects of extrinsic rewards and reward procedures on intrinsic motivation and psychological experience of flow during play, Documento presentado en *American Psychological Association Annual Convention*, Washington, DC (agosto, 1982).
- Caldwell, L.L.; Weissinger, E. (1994). Factors influencing free time boredom in a sample of persons with spinal cord injuries. *Therapeutic Recreation Journal*, 28, 18-24.
- Chamberlain, J. (1983). Psychosocial Correlates of Leisure: A Study of the Perceptions of Irish Adolescents. En Delbaere, R.; Sauter, B. E.; Swart, J.; Tokarski, W. (eds.) *Leisure today and tomorrow. Proceedings of the European Congress on Leisure*, pp. 57-58. Vaxjo, Suecia. Zurich, Suiza. European Leisure and Recreation Association.
- Coleman, D. (1993). Leisure based social support, leisure dispositions, and health. *Journal of Leisure Research*, 25, 350-361.
- Coleman, D.; Iso-Ahola, S.E. (1993). Leisure and Health: the role of social support and self-determination. *Journal of Leisure Research*, 25, 111-128.
- Coll, C.; Ponce, A.; Vega, B. (1998). *Ocio y personas con retraso mental*. Madrid: CCS.
- Crandall, R. (1980). Motivation for leisure. *Journal of Leisure Research*, 12, 45-54.
- Csikszentmihalyi, M. (1975a). *Beyond boredom and anxiety*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Csikszentmihalyi, M. (1975b). Play and intrinsic rewards. *Journal of Humanistic Psychology*, 15(3), 41-63.
- Csikszentmihalyi, M. (1991). *Flow. The psychology of optimal experience*. Nueva York: Harper Perennial [Orig. 1990].
- Cuenca, M. (1995a). *Temas de pedagogía del ocio*. Bilbao: Universidad de Deusto.
- Dattilo, J.; Kleiber, D.A. (1993). Psychological perspectives for therapeutic recreation research: The psychology of enjoyment. En Malkin, M.J.; Howe, C.Z. (eds.) *Research in therapeutic recreation: Concepts and methods*, pp. 57-76. State College, PA: Venture Publishing, Inc.
- Deci, E.L.; Ryan, R.M. (1991). A motivational approach to self: Integration in personality. En Dienstbier, R. (ed.) *Nebraska Symposium on Motivation*, vol. 38: *Perspectives on motivation*, pp. 237-288. Lincoln, NE: University of Nebraska. Press.
- Driver, B.; Tocher, S.R. (1970). Toward a behavioral interpretation of recreational engagements, with implications for planning. En Driver, B. (ed.) *Elements of outdoor recreation planning*. Ann Arbor, MI: The University of Michigan Press.
- Driver, B.; Brown, P. (1975). A socio-psychological definition of recreation demand, with implications for recreation resource planning. En *Assessing demand for outdoor recreation*, pp. 62-88. Washington, DC: National Academy of Sciences.
- Driver, B. (1976). Quantification of outdoor recreationists' preferences. En Van Der Smissen (ed.) *Research, camping and environmental education*, pp. 165-187. University Park, PA: The Pennsylvania State University Department of Health, Physical Education and Recreation.
- Dumazedier, J. (1968). *Hacia una civilización del ocio*. Barcelona: Estela [Orig. 1962].
- Dumazedier, J. (1998). La importancia oculta del crecimiento del tiempo libre en la metamorfosis de la civilización. *Boletín del Centro de Documentación de Ocio*, 15.
- Friedmann, G. (1961). *The Anatomy of Work: Labour, Leisure and the Implications of Automation*. Nueva York: Press of Glencoe.
- Gabiña, S. (1999). *La sociedad del ocio y la religión*. Madrid: San Pablo.
- Gorz, A. (1997). *Metamorfosis del trabajo. Búsqueda del sentido. Crítica de la razón económica*. Madrid: Sistema [Orig. 1991].
- Gramann, J. H. (1996). *Ethnicity, Race, and Outdoor Recreation: A Review of Trends, Policy, and Research. Miscellaneous Paper R-96-1*, U.S. Army Engineer Waterways Experiment Station, Vicksburg, MS.
- Gramann, J.H.; Floyd, M.F.; Saenz, R. (1993). Outdoor recreation and Mexican American ethnicity: A benefits perspective. En Ewert, A.W.; Chavez, D.J.; Magill, A.W. (eds.) *Culture, Conflict, and Communication in the Wildland-Urban Interface*, pp. 69-84. Boulder, CO: Westview Press.
- Gunter, B.G.; Gunter, N.C. (1980). Leisure styles: A conceptual framework for modern leisure. *The Sociological Quarterly*, 21, 361-374.
- Hartley, E.L.; Hartley, R. E. (1955). *Die Grundlagen der Sozialpsychologie*. Berlín: Rembrandt.
- Henderson, K.A. (1984). An analysis of sexism in leisure research, paper presentado en *National Recreation and Park Association Leisure Research Symposium*, Octubre, 1984, Orlando, FL.
- Henderson, K.A. (1994). Broadening an understanding of women, gender, and leisure. *Journal of Leisure Research*, 26, 1-7.
- Henderson, K.A.; Bialeschki, M.D. (1986). Leisure in the common world of women. *Leisure Studies*, 5, 299-308.
- Henderson, K.A.; Bialeschki, M.D. (1992). Leisure research and the social structure of feminism. *Society and Leisure*, 15, 63-77.
- Henderson, K.A.; Jackson, E.L. (1995). Gender-based analysis of leisure constraints. *Leisure Sciences*, 17, 31-51.
- Henderson, K.; Stalnaker, D.; Taylor, G. (1987). Personality Traits and Leisure Barriers among women, documento presentado en *Fifth Canadian Congress on Leisure Research*, Dalhousie University, Halifax, N.S.
- Henderson, K.A.; Bialeschki, M.D.; Shaw, S.M.; Freysinger, V.J. (1996). *Both gains and gaps: Feminist perspectives on women's leisure*. University Park, PA: Venture.

- Hernández Mendo, A. (1991). El modelo de flujo de Csikszszentmihalyi como programa de investigación en el tiempo libre. Análisis informatizado de una experiencia. *Lecturas: Educación física y deporte*, 16. Buenos Aires, octubre 1999 [http://www.efdeportes.com/efd16/tlibre.htm].
- Huizinga, J. (1998). *Homo Ludens*. Madrid: Alianza [Orig. 1949].
- Ingham, R. (1986). Psychological contributions to the study of leisure -Part One-. *Leisure Studies*, 5, 255-279.
- Iso-Ahola, S.E. (1977). Effects of team outcome on children's self-perception: Little League Baseball. *Scandinavian Journal of Psychology*, 2, 305-314.
- Iso-Ahola, S.E. (1979a). Some social psychological determinants of perceptions of leisure: Preliminary evidence. *Leisure Sciences*, 2, 305-314.
- Iso-Ahola, S.E. (1979b). Basic dimensions of definitions of leisure. *Journal of Leisure Research*, 11(1), 28-39.
- Iso-Ahola, S.E. (1979c). Some social psychological determinants of perceptions of leisure: Preliminary evidence. *Leisure Sciences*, 2, 305-314.
- Iso-Ahola, S.E. (1980a). *The social psychology of leisure and recreation*. Dubuque, Iowa: Wm. C. Brown Company Publishers.
- Iso-Ahola, S.E. (ed.) (1980b). *Social Psychological Perspectives on Leisure and Recreation*. Springfield, IL: Charles C. Thomas.
- Iso-Ahola, S.E. (1980c). Toward a dialectical social psychology of leisure and recreation. En Iso-Ahola, S.E. (ed.) *Social Psychological Perspectives on Leisure and Recreation*, pp. 19-37. Springfield, IL: Charles C. Thomas.
- Iso-Ahola, S.E. (1982). Intrinsic motivation: An overlooked basis for evaluation. *Parks and Recreation*, 17, 32-58.
- Iso-Ahola, S.E. (1986). A theory of substitutability of leisure behavior. *Leisure Sciences*, 8, 367-389.
- Iso-Ahola, S.E. (1988). The Social Psychology of Leisure. En Barnett, L.A. (ed.) *Research About Leisure: Past, Present and Future*. Champaign, USA: Sagamore Publishing.
- Jackson, E.L.; Burton, T.L. (eds.) (1989). *Understanding leisure and recreation: Mapping the past, charting the future*. State College, PA: Venture Publishing, Inc.
- Jackson E.L. and T. L. Burton, eds. (1999). *Leisure Studies at the Millennium*. State College, PA: Venture Publishing.
- Kelly, J. (1972). Work and leisure: A simplified paradigm. *Journal of Leisure Research*, 4, 50-62.
- Kelly, J.R.; Godbey, G. (1992). *The Sociology of Leisure*. State College, PA: Venture Publishing, Inc.
- Lázaro, A. (1995). Radiografía del juego en el marco escolar. *Psicomotricidad, Revista de Estudios y Experiencias*, 51(3), 7-22.
- Levy, J. (1971). An intrinsic-extrinsic framework for therapeutic recreation. *Therapeutic Recreation Journal*, 1, 32-38.
- Luzuriaga, L. (1973). *Pedagogía*. Buenos Aires: Losada.
- MacNeil, R.D.; Teague, M. (1987). *Aging and leisure: Vitality in later life*. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice-Hall.
- Mahon, M.J. (1994). The use of self-control techniques to facilitate self-determination skills during leisure in adolescents and young adults with mild and moderate mental retardation. *Therapeutic Recreation Journal*, 28, 58-72.
- Mannell, R.C. (1979). A conceptual and experimental basis for research in the psychology of leisure. *Leisure and Society*, 2, 179-194.
- Mannell, R.C. (1980). Social psychological techniques and strategies for studying leisure experiences. En Iso-Ahola, S.E. (ed.) *Social Psychological Perspectives on Leisure and Recreation*, pp. 62-88. Springfield, IL: Charles C. Thomas.
- Mannell, R.C. (1984). A psychology for leisure research. *Society and Leisure*, 7, 13-21.
- Mannell, R.C.; Backman, S.J. (1979). The effects of perceived freedom of choice and locus of control on transient «leisure» experiences. En Avedon, E.M.; Lelevre, M.; Stewart, T. (eds.) *Contemporary leisure research*. Waterloo, ON: Ontario Research Council on Leisure.
- Mannell, R.C.; D. A. Kleiber. (1997). *A Social Psychology of Leisure*. State College, PA: Venture Publishing.
- Mannell, R.C.; Zuzanek, J.; Larson, R.W. (1988). Leisure states and «flow» experiences: Testing perceived freedom and intrinsic motivation hypotheses. *Journal of Leisure Research*, 20, 289-304.
- Manning R. E. (1986). *Studies in Outdoor Recreation: A Review and Synthesis of the Social Science Literature in Outdoor Recreation*. Corvallis, OR: Oregon State University Press.
- Maslow, A.H. (1975). *Motivación y personalidad*. Barcelona: Sagitario [Orig. 1954].
- Maughan, M.; Ellis, G.D. (1991). Effects of efficacy information during recreation participation on efficacy judgments of depressed adolescents. *Therapeutic Recreation Journal*, 25, 51-59.
- Mayo, C.; La France, M. (1980). Toward an applicable Social Psychology. En Kidd, R.F.; Saks, M.J. (eds.) *Advances in Applied Social Psychology*, vol. 1. Hillsdale, L: Erlbaum.
- McCreedy, M.L.; Long, C.B. (1985). Locus of control, attitudes towards physical activity, and exercise adherence. *Journal of Sport Psychology*, 7, 346-359.
- Munné, F. (1979). *Grupos, Masas y Sociedades. Introducción sistemática a la sociología general y especial*. Barcelona: Hispano europea [Orig. 1971].
- Munné, F. (1980). *Psicosociología del tiempo libre. Un enfoque crítico*. México, D. F: Trillas.
- Munné, F. (1989). *Entre el individuo y la sociedad. Marcos y teorías actuales sobre el comportamiento interpersonal*. Barcelona: EUB.
- Munné, F. (2000). Psicología del Ocio, Deporte y Turismo. En *La Psicología Social en España al filo del año 2000: balance y perspectivas*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Munné, F.; Codina, N. (1996). Psicología Social del ocio y el tiempo libre. En Álvaro, J.L.; Garrido, A.; Torregrosa, J.R. *Psicología Social Aplicada*. Madrid: McGraw-Hill.
- Neulinger, J.; M. Breit. (1969). Attitude dimensions of leisure. *Journal of Leisure Research*, 1, 255-261.
- Neulinger, J. (1974). *Psychology of Leisure: Research approaches to the study of leisure*. Springfield, IL: Charles C. Thomas.
- Neulinger, J. (1981). *The Psychology of Leisure (segunda edición)*. Springfield, IL: Charles C. Thomas.
- O'Connell, J.K.; Price, J.H. (1982). Health locus of control of physical-fitness program participants. *Perceptual and Motor Skills*, 55, 925-926.
- Ovejero, A. (1998). *Las relaciones humanas. Psicología Social Teórica y Aplicada*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Parker, S. (1971). *The future of work and leisure*. Nueva York: Praeger.
- Peterson, C.A.; Gunn, S.L. (1984). *Therapeutic recreation program and design: Principles and procedures*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Rodríguez, J.; Agulló, E. (1999). Estilos de vida, cultura, ocio y tiempo libre de los estudiantes universitarios. *Psicothema*, 11(2), 247-259.
- Rodríguez, J.; Agulló, E. (2000). Deporte universitario: pautas de fin de siglo. En Ovejero, A.; de la Villa, M.; Vivas i Elias, P. (eds.) *Aplicaciones en psicología social*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Rodríguez, J. (2000). *El ocio de los universitarios. Una aproximación psicossociológica al estilo de vida universitario en la sociedad contemporánea*. Tesis Doctoral. Oviedo: Facultad de Psicología, Universidad de Oviedo.
- Rojek, C. (2000). *Leisure and Culture*. Londres: Macmillan Press Ltd.
- Rouquette, M.L. (1997). Rumeurs, representations sociales et delinquance. En Abric, J.C. (ed.) *Exclusion sociale, insertion et prevention*. Saint Agne: ERES.
- Rubio, E. (1995). Aplicación al ocio de un tema de Psicología Social: los prejuicios. En VV.AA. *Turismo y tiempo libre*. Bilbao: Universidad de Deusto.
- San Martín, J.E. (1997). *Psicosociología del ocio y el turismo*. Málaga: Ediciones Aljibe.
- Scanlan, T.; Lewthwaite, R. (1986). Social psychological aspects of 'competition for male youth sports participants: IV. Predictors of enjoyment. *Journal of Sport Psychology*, 8, 25-35.
- Shaw, S. M. (1985). The meaning of leisure in everyday life. *Leisure Sciences*, 7(1), 1-24.
- Shaw, S.M. (1992). Dereifying family leisure: An examination of women's and men's everyday experiences and perceptions of family time. *Leisure Sciences*, 14, 271-286.
- Shaw, S. (1994). Gender, leisure and constraints: Towards a framework for the analysis of women's leisure. *Journal of Leisure Research*, 26, 8-22.
- Stanton R.; Howard, M. (1996). The interrelationships of leisure attitude, leisure satisfaction, leisure behavior, intrinsic motivation and burnout among clergy. *Humanities and Social Sciences*, 57(3-A), 1.323.
- Stanton, R.; Iso-Ahola, S.E. (1998). Burnout and leisure, en *Journal Of Applied Social Psychology*, 28(21), 1.931-1.950.

- Stebbins, R.A. (1992). *Amateurs, Professionals, and Serious Leisure*. Montreal y Kingston: McGill-Queen's University Press.
- Sue, R. (1982). *El ocio*. México, D. F.: Fondo de Cultura Económica [e.o. 1980].
- Taft, R. (1977). Coping with unfamiliar cultures. En Warren, N. (ed.) *Studies in Cross-Cultural Psychology*, pp. 121-154. Nueva York: Academic Press.
- Tinsley, H.E.A.; Tinsley, D.J. (1986). A theory of the attributes, benefits, and causes of leisure experience. *Leisure Sciences*, 8, 1-45.
- Vining, J. (ed.) (1990). *Social Science and Natural Resource Recreation Management*. Boulder, CO: Westview Press.
- Wade, M.G. (ed.) (1985). *Constraints on Leisure*. Springfield, IL: Charles C. Thomas.
- Wallon, H. (1962). *Fundamentos Dialécticos de la Psicología*. Buenos Aires: Proteo.
- Weissinger, E.; Iso-Ahola, S.E. (1984). Intrinsic leisure motivation, personality and physical health. *Society and Leisure*, 7, 217-228.
- Williams, R.S. (1977). Psychological Approaches to the Study of Leisure, en *Bulletin Of The Psychological Society*, 30, 8-12.

Aceptado el 29 de mayo de 2001