



Estudios de Ocio
Aisialako Ikaskuntzak
Deusto

Ocio solidario

La experiencia en
grupos de jóvenes
y jubilados

Manuel Cuenca Cabeza

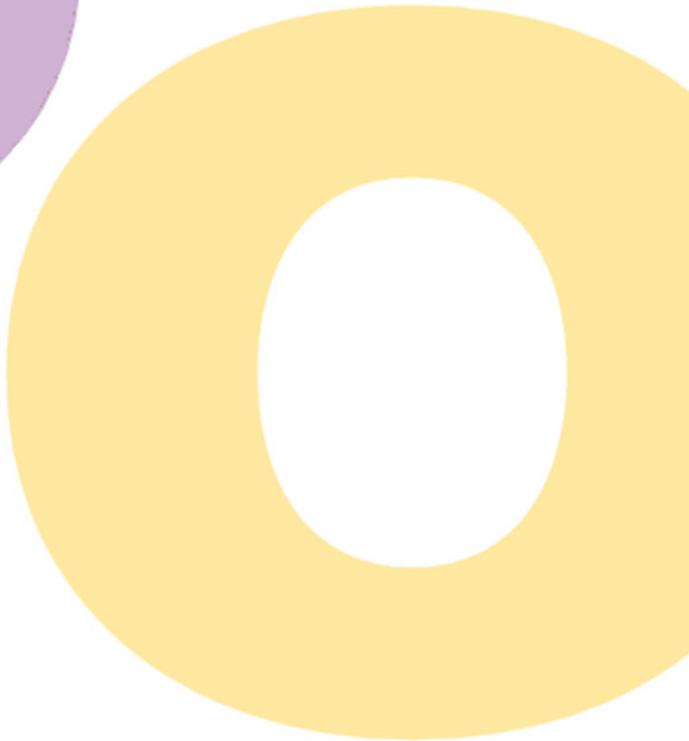
Documentos
de Estudios de Ocio
núm. 29





Ocio solidario

La experiencia en grupos
de jóvenes y jubilados



Manuel Cuenca Cabeza

Ocio solidario

La experiencia en grupos
de jóvenes y jubilados

2005
Universidad de Deusto
Bilbao

Documentos de Estudios de Ocio, núm. 29

El Instituto de Estudios de Ocio pretende que la aparición de sus *Documentos* ayude a paliar la escasez de publicaciones sobre temas de ocio en lengua castellana. Cada Documento tratará de responder a alguna cuestión relacionada con la práctica del ocio, entendido como cultura, deporte, educación, turismo, recreación y desarrollo personal y comunitario. Los especialistas y técnicos en las áreas señaladas podrán disponer así de investigaciones, instrumentos de trabajo y puntos de vista de personas que colaboran con este Instituto universitario. El contenido de cada uno de los documentos es obra y responsabilidad de su/s autor/es.

Este libro se publica con la ayuda del programa Acciones Especiales del Departamento de Educación, Universidades e Investigación del Gobierno Vasco, que también ha colaborado en la realización de la investigación sobre los grupos de jubilados, editada en el capítulo tercero.

Dirección

Manuel Cuenca

Consejo de Dirección

M.^a Luisa Amigo

Cristina de la Cruz

Susana Gorbeña

Eduardo Martín

Roberto San Salvador del Valle

M.^a Luisa Setién

Ninguna parte de esta publicación, incluido el diseño de la cubierta, puede ser reproducida, almacenada o transmitida en manera alguna ni por ningún medio, ya sea eléctrico, químico, mecánico, óptico, de grabación o de fotocopia, sin permiso previo del editor.

Publicación impresa en papel ecológico

© Publicaciones de la Universidad de Deusto

Apartado 1 - 48080 Bilbao

e-mail: publicaciones@deusto.es

ISBN: 978-84-9830-456-5

A Marisa Amigo,
por el don de compartir su vida.

Índice general

Introducción	13
El ocio como medio	16
El ocio como fin	16
Objeto, proceso y contenido de este libro	19
Aclaración de conceptos	21
Bibliografía citada	23

I. Parte **¿Ocio solidario?**

Capítulo 1: Un ocio digno	27
1.1. El <i>otium</i> clásico	30
1.2. El <i>otium</i> ciceroniano	34
1.3. El retorno del ocio clásico	39
Nuevos valores	42
1.4. Un ocio digno	44
Las necesidades	47
1.5. De la dignidad a la solidaridad	49
1.6. Un nuevo ocio humanista	51
Necesidad de formación	54
Síntesis final	55
Bibliografía citada	57

II. Parte

Ocio solidario en grupos de jóvenes y jubilados

Introducción a la segunda parte	61
Desde la experiencia positiva	62
El voluntariado	65
Sobre la experiencia de ocio sustancial	68
Bibliografía citada	72
Capítulo 2: La dimensión solidaria del ocio en un grupo de jóvenes voluntarios	75
2.1. Encuadre de la investigación: El ocio de los jóvenes	75
La realidad de un cambio	76
¿Cómo es el ocio de los jóvenes?	80
Jóvenes y dimensiones del ocio	82
Jóvenes y dimensión lúdica	84
Jóvenes y dimensión creativa	88
Jóvenes y dimensión ambiental-ecológica	89
Jóvenes y dimensión festiva	90
2.2. La experiencia de ocio solidario en un grupo de jóvenes universitarios	93
Jóvenes y dimensión solidaria	93
La muestra	95
¿Puede ser la solidaridad una experiencia de ocio?	97
Experiencia satisfactoria	97
Libre y altruista	99
¿Experiencia de ocio?	100
Ocio sustancial	101
¿Por qué practican la solidaridad?	102
Razones	103
¿Qué les aporta a los jóvenes la experiencia solidaria de ocio?	105
Crecimiento personal y autorrealización	107
Aprender de los otros	108
Sentirse bien, satisfacción y diversión	108
Otros beneficios de carácter menos general	109
Dificultades y Barreras	110
El voluntario ¿nace o se hace?	111
¿Cómo?	112

¿Cómo son estos jóvenes que practican el ocio solidario?	114
¿Son diferentes los voluntarios de los otros jóvenes?	116
Aficiones	117
Manera de enfocar la vida	118
Metas y valores personales	119
¿Por qué son así?	121
2.3. Reflexión final.	122
Experiencia posible	122
Una experiencia específica	124
Una experiencia de desarrollo	126
Visión global	127
Un horizonte de esperanza	130
Bibliografía citada.	132
Capítulo 3: Incidencia de las experiencias voluntarias satisfactorias en dos grupos de personas jubiladas.	135
3.1. Encuadre de la investigación: El ocio de los jubilados	135
¿Un tiempo de júbilo?	137
La persona mayor.	139
Entre la realidad y el deseo	142
3.2. Comportamientos solidarios y vivencias de ocio en dos grupos de personas jubiladas.	144
El grupo voluntarios laborales	145
El grupo voluntarios culturales	146
¿Cómo son estas personas?	146
¿Cómo empezó?	149
La experiencia solidaria de los jubilados.	149
¿Es realmente satisfactoria la experiencia de los voluntarios seleccionados?	150
Una forma de vivir el ocio	151
Una experiencia importante.	154
¿Qué les aporta?	157
¿Qué les mantiene en este tipo de actividades?	159
Sentido	159
Desarrollo personal	161
3.3. Visión de conjunto.	165

3.4. Acceso y difusión de la experiencia. Consideraciones desde la educación . .	170
¿Como acceder a estas experiencias?	171
Consideraciones desde la Educación.	175
Desde la Educación del Ocio	175
Ocio y desarrollo personal en la vejez.	177
Desde la formación de los voluntarios.	180
La educación del ocio solidario	183
Aspectos a considerar en cualquier programa	185
Bibliografía citada.	188
Capítulo 4: Sobre la dimensión solidaria del ocio. Reflexión final	191
Concepto	191
Motivación	193
Beneficios	197
Valores	199
Ayuda social	204
Reto para un futuro inmediato	205
Formación necesaria	207
Bibliografía citada.	209

Anexos

Manifiesto por un ocio inclusivo	213
Cuestionario utilizado en la investigación	221
Bibliografía general.	231

Introducción

El ocio moderno se ha identificado con el descanso, las vacaciones, el espectáculo y la diversión, pero las teorías que toman fuerza al inicio del siglo XXI lo consideran como experiencia humana necesaria, capaz de proporcionarnos autorrealización, derecho y calidad de vida. Desde mi punto de vista, la clave para entender el nuevo concepto del ocio radica en el cambio de mentalidad, en la diferente concepción de la vida y el mundo que nos rodea. El ocio, en cuanto experiencia elegida y deseada, está relacionado con las motivaciones personales, con la manera en que han ido emergiendo deseos individuales y sociales que antes no existían, prácticas y hábitos de vida que, independientemente de las posibilidades, se abren camino en el tiempo histórico y se convierten en objeto de interés de una comunidad determinada.

Desde hace varios años vengo señalando en mis escritos que la solidaridad es una manifestación posible del ocio, como lo es la vivencia lúdica, creativa o festiva. Es evidente que el ocio solidario es una experiencia diferenciada de las antes referidas, pero mi tesis es que comparte con ellas la capacidad de generar experiencias libres, satisfactorias y autotéticas. Es decir, que la experiencia solidaria puede ser ocio porque tiene las características del ocio autotético y no sólo porque pueda ser realizada durante el tiempo libre. Los estudios que se recogen en este libro se han llevado a cabo con la intención de profundizar en esta idea.

En escritos anteriores he entendido la dimensión solidaria como una vivencia altruista y social del ocio y, al mismo tiempo, como la necesidad de participar y «hacer partícipes de», que va unida a toda experiencia de ocio maduro. Pieper sostenía que la actitud que genera la vivencia madura de una experiencia de ocio no es «asirse», sino «desasirse». Es

decir, que la verdadera experiencia de ocio no potencia el egoísmo, la cerrazón en uno mismo, sino la apertura, la comunicación, la entrega al otro. También he afirmado que la vivencia de la dimensión solidaria del ocio es una acción altruista que se orienta hacia el desarrollo comunitario. Mientras los movimientos sociales, políticos o culturales centran dicho desarrollo en la reivindicación de la justicia y el aumento de calidad de vida en general, en la dimensión solidaria del ocio se reclama un estilo de vida mejor en el que la experiencia de ocio tiene una ubicación adecuada. Al final de este libro nos cuestionaremos todo esto en un intento de precisar un poco más en qué consiste la experiencia de ocio solidario.

Parece evidente que la dimensión solidaria del ocio incida en el desarrollo del componente social que forma parte de toda experiencia de ocio, permitiendo fomentar y ejercitar valores sociales muy necesarios. Pero, sobre todo, esta dimensión es la realización desinteresada del deseo de ayudar a otras personas, lo que implica cooperar en su felicidad a través de experiencias gratificantes, que son difíciles de entender sin relacionarlas con el ocio. La dimensión solidaria también tiene que ver con la igualdad de oportunidades en el ejercicio del derecho al ocio y su realización.

Frente a la vivencia hedonista orientada egoístamente al disfrute del sujeto, Spranger y Bollnow¹ propugnan el «despertar del mundo interior» a través de las acciones de ocio que se abren «al otro». Toda experiencia madura de ocio requiere la creación de un ámbito de «encuentro» en el que tiene lugar la realización del mismo. Pero, al mismo tiempo, la vivencia placentera del «encuentro» gozoso conduce a una necesidad de expresión, de compartir con los demás. Precisamente éste es uno de los rasgos que diferencia el llamado ocio serio, frente al ocio casual, según veremos en la introducción a la segunda parte siguiendo los estudios realizados por R.A. Stebbins².

Etimológicamente, solidaridad es un término que viene de *solidus*: fuerte, consolidado. Aunque el sentido actual, procedente de los ambientes sociales del siglo XIX y concretamente de medios jurídicos, ha incorporado a su significado primitivo de unión y vinculación entre personas, el de responsabilidad recíproca personalizada y adhesión circunstancial a una causa o empresa ajena. Frente a la tendencia natural propia de los seres humanos, que es el egoísmo y el recibir, la dimensión solidaria basa su satisfacción en la libre ayuda y el desprendimien-

¹ SPRANGER, E., *Perspectivas pedagógicas*, 1958; BOLLNOW, O.F., *Filosofía de la existencia y pedagogía*, 1959.

² STEBBINS, R.A., *Amateurs, Professionals, and Serious Leisure*, Montreal y Kingston, McGill-Queen's University Press, 1992.

to. En la vida práctica la dimensión solidaria se hace realidad a través de tres manifestaciones: comunicación, cooperación y ayuda.

La comunicación, entendida como acto intencional que pretende dar a conocer algo nuevo a otros, puede ser un cauce solidario cuando sirve para difundir ideas relacionadas con las vivencias positivas de ocio. Tal es el caso, por ejemplo, de la promoción de la música clásica. La cooperación tiene como aspecto esencial la participación en un proyecto cuyos beneficios se reparten entre las personas implicadas. Buena parte de las asociaciones culturales, deportivas o musicales se basan en este sencillo planteamiento. Normalmente las personas que practican un ocio maduro están dispuestas a llevar a cabo acciones solidarias que no tienen como fin una rentabilidad económica, sino la realización de nuevas acciones de ocio especialmente satisfactorias para los que colaboran en su organización y difusión.

La ayuda es, en este contexto, una entrega desinteresada en beneficio de los otros o de unas determinadas ideas. La satisfacción que reporta se relaciona con la apertura personal, el encuentro con el otro y el gozo de ayudar. En la vida práctica nos sitúa en el mundo del voluntariado, de las organizaciones no gubernamentales (ONGs) y, en algunos casos, en determinadas asociaciones. Su desarrollo histórico más reciente está unido a tres momentos diferenciados: la actividad de academias y sociedades de amigos del país en torno a temas culturales, hacia finales del siglo XVIII; los movimientos obreros del XIX, relacionados con agrupamientos deportivos y de ocio, y los nuevos movimientos sociales que aparecen en el siglo XX, al final de la década de los 60, como expresión de reivindicaciones ecologistas, feministas y de diversas minorías sociales. Todos ellos también forman parte del proceso de formación de lo que denominamos la dimensión solidaria del ocio.

Hablar de ocio y solidaridad no es nada nuevo. Sería difícil entender la evolución de los llamados movimientos de tiempo libre, las universidades populares, las asociaciones juveniles, las colonias de verano o el desarrollo de las mismas fiestas populares sin encontrar una relación estrecha entre ejercicio de ocio y solidaridad³. Tampoco es posible olvidar aquí el papel del voluntariado en las sociedades modernas y su incidencia social y cultural, a partir de marcos de referencia de tiempo libre. La relación entre ocio y solidaridad tiene una larga tradición, si bien es cierto que no se ha diferenciado entre ocio como medio u ocio como fin y que hablar de ocio solidario es algo relativamente reciente.

³ MENDIA, R., «Claves para elaborar una Historia de la Animación Sociocultural en Euskadi», en *Encuentro sobre animación sociocultural*, Vitoria-Gasteiz, Departamento de Cultura y Turismo del Gobierno Vasco, 1987, pp. 15-36.

El ocio como medio

El espectáculo, la fiesta, el juego, la cultura o el deporte, por citar alguna de las manifestaciones representativas del ocio, hace mucho tiempo que se utilizan como medios de sensibilización social y captación de fondos económicos para atender catástrofes, epidemias, necesidades de grupos o personas desvalidas y variados tipos de objetivos que pudiéramos adjetivar como solidarios. En este caso el ocio, o mejor, la oferta de actividades de ocio como medio, se usa como señuelo motivador que, sistemáticamente, se ha demostrado válido para los fines buscados. Se consigue remover la conciencia altruista de los ciudadanos, que se desprenden de unos fondos y se aprovechan de la práctica de la actividad ofertada, haciendo que se sientan parte del generoso grupo de benefactores convocados. Nuestra sociedad está acostumbrada a este tipo de galas, conciertos, corridas, bailes, campeonatos, rifas y demás diversiones varias, que contemplamos con evidente complacencia y no menos paternalismo.

El ocio como medio de solidaridad sigue siendo una cuestión vigente y en continua actualización. No es extraño que encontremos en diarios y revistas noticias como estas:

«Nadar por solidaridad: 23 personas cubrirán a nado los dieciocho kilómetros y medio que separan las localidades de Getxo y Castro Urdiales para recaudar fondos con fines solidarios...»,

«Golpes solidarios: Un golfista británico bate en Marbella al record mundial de hoyos jugados en un solo día para recaudar fondos contra el cáncer.»

«Compras Solidarias: Consumir puede ser un acto útil y solidario si lo haces en alguna de las tiendas de la Fundación Buenas Intenciones.»

Hasta hace pocos años la relación entre ocio y solidaridad se ha entendido de este modo. Los eventos de ocio de carácter benéfico recaudaban fondos con una finalidad asistencial, es decir, con el objetivo de cubrir necesidades básicas: casa, salud, alimento o vestido. Los destinatarios del evento eran personas que tenían cubiertas esas necesidades y a las que se les proponía un rato de ocio y diversión. En suma, las necesidades humanitarias de unos eran ocasión de disfrute y gozo de los otros.

El ocio como fin

No es mi intención criticar aquí una situación semejante, que por otro lado no oculta un objetivo loable y unos resultados beneficiosos. Antes he señalado que esta es una forma de entender la solidaridad. Quie-

ro simplemente llamar la atención sobre esta paradoja y señalar que la convivencia tradicional entre ocio y solidaridad ha sido mayoritariamente de ese signo. Hasta hace pocos años no se despierta la conciencia de que cualquier persona necesita vivir el ocio y que precisamente esa necesaria vivencia del ocio de los otros también puede ser un motivo suficiente para mover nuestra solidaridad. Las décadas de los ochenta y noventa del siglo pasado se consideran el momento en el que empiezan a extenderse estas ideas, que coinciden con el arraigo de conceptos tales como el derecho al ocio, la igualdad de oportunidades o el concepto de integración en la comunidad y, lógicamente, en sus oportunidades de ocio.

El cambio de mentalidad que se produce en estos momentos se refiere, fundamentalmente, al reconocimiento de la dignidad y el derecho al ocio del otro; para ser más exactos, de la persona «desfavorecida», a quien se le valora en su diferencia y se le reconoce el derecho a tener experiencias satisfactorias, que no pueden ser sólo premio al trabajo sino cuestión de justicia social.

Para ilustrar de algún modo el cambio de mentalidad al que me refiero, me sirvo de una noticia tomada de la revista municipal del ayuntamiento de Hendaya, publicada el verano del 2002⁴. Tras un titular, en el que se destacaba las palabras «solidaridad» y «vacaciones», en el texto se informa de que un 20% de los franceses no pueden irse de vacaciones por motivos económicos y de que se han creado unas ayudas especiales para familias, personas con discapacidad, jóvenes o jubilados con dificultades a los que se les ofrece la oportunidad de pasar unos días de vacaciones en el mar, la montaña o el campo por un coste muy reducido. La idea no es exclusiva de Francia, todos sabemos que en España hace tiempo se realizan ofertas parecidas para jubilados, de ahí que lo que quiero destacar de la noticia sea el carácter solidario que se quiere dar, el mensaje «tenemos que ser solidarios también con las necesidades de ocio de los demás».

Estudios recientes demuestran que, tanto en Europa como en Estados Unidos, las actividades voluntarias promotoras de bienestar social están en alza, nunca han sido tan populares. El tema del ocio solidario ha empezado a despuntar al inicio del siglo XXI como consecuencia de acontecimientos tan desgraciados como el dramático 11 de septiembre en Nueva York o la posterior catástrofe del *Prestige*. Rojas Marcos, a quien le tocó vivir personalmente el primer acontecimiento, ha escrito, recordando la solidaridad de los jóvenes, que las actividades de servi-

⁴ Revista *La lettre Municipale de Hendaye*, n.º 31, juillet, 2002.

cio a los demás han creado los cimientos ideales para que la solidaridad se convierta en un cauce indestructible del humanismo en el siglo XXI. Desde su experiencia, millones de voluntarios y voluntarias, ángeles anónimos, lo demuestran cada día con sus actos altruistas⁵.

Como experiencia personal, conservo una larga carta de uno de los voluntarios universitarios que se desplazaron a Galicia con ánimo de ayudar y paliar en lo posible la catástrofe del *Prestige*. Selecciono a continuación unos párrafos en los que el autor destaca lo que, desde su punto de vista, valía la pena de dicha experiencia:

Lo que realmente merece la pena:

- El apoyo de la gente del pueblo hacia el voluntariado. Demuestran un agradecimiento enorme. Hacen café y bizcochos y nos lo llevan a la playa para que podamos tomar en los descansos. Nos lo dan a la boca si tenemos las manos manchadas, o nos limpian la cara. Se preocupan en todo momento de cualquier cosa que podamos necesitar.
- El ambiente de trabajo vivido con los marineros, mariscadores y percebeiros. Todos luchando por lo mismo. Experiencia de conocimiento mutuo muy positiva. El último día, que tuvimos que parar por falta de ropa de trabajo dedicaron la tarde a pasear con nosotros por la costa, enseñándonos las zonas más bonitas, contándonos anécdotas de su trabajo...
- Es habitual que en las tiendas, bares y farmacias te pregunten si eres voluntario y no quieran cobrar. Hay que «pelear» un poco para conseguir que acaben cobrando.
- El trabajo y la disposición de algunos ayuntamientos. En Camariñas, por ejemplo, gestionan ellos mismos el alojamiento del voluntariado. Con un sitio para dormir, ducha en el polideportivo, desayuno y cena gratuitas, autobús para las playas, ropa de trabajo... Un verdadero esfuerzo de medios con una amabilidad inusual.
- El ambiente sano entre los voluntarios. Gente con ganas de trabajar y de compartir, pero sobre todo de expresar un apoyo al pueblo gallego.

Ante una experiencia como ésta surgen múltiples cuestiones relacionadas con el ocio solidario; muchas de ellas forman parte del origen de esta investigación y se tratan de responder a lo largo del libro.

⁵ ROJAS MARCOS, L., «La solidaridad: un cauce de humanismo para el siglo XXI», en AMIGO, M.L. y CUENCA, M. (edits.), *Humanismo y valores*, Universidad de Deusto, 2003, pp. 21-30.

Objeto, proceso y contenido de este libro

Aunque reconozco que el ocio solidario es un tema que me interesó desde el momento en que empecé a estudiar el ocio en general, lo cierto es que no se convirtió en una cuestión concreta de investigación hasta 1999, año en el que me encontraba escribiendo *Ocio humanista*. Allí se puede ver que las páginas que dedico a la dimensión solidaria del ocio son más escasas que las que tratan de las restantes dimensiones del ocio autotélico. Esta menor atención sólo indica que, a pesar de su afinidad con el motivo central del libro, apenas había encontrado investigaciones que hilaran ocio y solidaridad, ni había dispuesto de tiempo suficiente para analizar con detenimiento la relación entre ambos conceptos.

Esta constatación hizo que tomara conciencia de la necesidad de iniciar un estudio más reposado del tema, que decidí comenzar en aquel mismo momento, aunque sin una fecha y objetivos apremiantes. Aparte de continuar la labor iniciada años atrás sobre la Pedagogía y Educación del ocio, estos primeros años del siglo XXI he estado trabajando, de un modo u otro, en este libro. Primero me cuestioné si para hablar del ocio solidario no era necesario relacionarlo con el ocio digno, reiteradamente aludido en la tradición romana. Después, y ante la falta de estudios que relacionaran ocio y solidaridad, decidí investigar esta experiencia en los dos grupos de población donde consideraba que podría encontrarla más fácilmente: jóvenes y jubilados.

Este libro recoge tanto las reflexiones iniciales, como los estudios de las experiencias reales a las que acabo de aludir. Aunque, como conjunto, las páginas que siguen sean inéditas, lo cierto es que algunas de sus partes se han publicado anteriormente como contribuciones a congresos en los que he ido presentando aspectos concretos de la investigación. Así ocurre con la reflexión sobre el ocio digno, presentada en el Congreso Internacional Humanismo para el siglo XXI, organizado por la Facultad de Filosofía y Ciencias de la Educación de la Universidad de Deusto, 4 a 7 de marzo de 2003. Una parte de la investigación sobre el grupo de jóvenes la di a conocer en el Congreso Europeo Ocio, Inclusión y Discapacidad, organizado por el Instituto de Estudios de Ocio de la Universidad de Deusto, 2 a 4 de junio de 2003. Finalmente, en el I Congreso Iberoamericano de Pedagogía Social, organizado por la SIPS y la Universidad Mayor, en Santiago de Chile, 8 a 10 de noviembre de 2004, comuniqué los resultados de uno de los dos grupos de jubilados que aquí se presentan, el de voluntarios laborales.

De cualquier modo, todas estas partes cobran su verdadero sentido y unidad en las páginas que siguen. Todas ellas tratan de iluminar nuevos aspectos de la dimensión solidaria del ocio, desde el punto de vista

de un ocio humanista. Esta preocupación central es el pórtico, el final y el núcleo de los capítulos del libro. El estudio se ha dividido en dos partes, que corresponden a las cuestiones que me formulé al inicio, más un anexo complementario que recoge el cuestionario utilizado, la bibliografía de referencia y el *Manifiesto por un ocio inclusivo*, un documento fundamental para llevar a la práctica un ocio inclusivo y solidario. La primera parte se ocupa de una reflexión sobre el ocio digno a partir de la propuesta de Cicerón *Otium cum dignitate* y su incidencia. La segunda parte, que es más extensa, trata de profundizar en la realidad del ocio solidario a través del relato de la experiencia de tres grupos diferenciados, uno de jóvenes y dos de jubilados. A todos ellos se les ha aplicado el mismo cuestionario abierto, aunque en distintos momentos, con el objeto de saber más sobre su vivencia, sin olvidar que eran casos significativos y no representativos de un grupo de población.

Del grupo de jóvenes me ocupé a lo largo del año 2003 y al estudio de los jubilados dediqué el 2004. En cada uno de estos momentos redacté las páginas que aparecen aquí, teniendo en cuenta los resultados del cuestionario común, pero poniendo especial énfasis en algún aspecto que me llamó la atención al realizar el estudio. Así, al estudiar a los jóvenes, me interesó también la relación de su experiencia con el cambio conceptual del ocio y el interés educativo del ocio creativo. Al estudiar a los jubilados presté más atención a la relación del ocio solidario con las experiencias satisfactorias. La razón es que entendía que los grupos de voluntarios estudiados podían expresar con más claridad la incidencia de lo satisfactorio en el sentido del quehacer cotidiano.

De lo indicado hasta aquí se puede ver que este libro es el fruto de un esfuerzo continuado que se ha venido realizando a lo largo de cinco años. Durante este tiempo tengo que decir que no he estado solo, sino que siempre sentí el apoyo del equipo de Estudios de Ocio, junto a la ayuda concreta de distintas instituciones que me han permitido realizar la investigación de la realidad. Entre mis amigos y compañeros de Estudios de Ocio quisiera destacar el apoyo continuo de su director, Roberto San Salvador del Valle, que entendió que este tema era muy importante para el Proyecto del Instituto. También tengo que agradecer la ayuda de Cristina Ortega, Eduardo Aguilar y Romina Sostegno, ellos me ayudaron a recoger la información o a organizar los materiales.

Sobre el apoyo institucional, además del recibido por la Universidad de Deusto, quiero destacar la ayuda de la Cátedra Ocio y Discapacidad, financiada por ONCE y Fundación ONCE, que se hizo cargo del trabajo de campo de la investigación sobre el grupo de jóvenes. Tampoco puedo olvidar el apoyo del Departamento de Educación, Universidades e Investigación del Gobierno Vasco, que con la ayuda proporciona-

da desde el programa de Acciones Especiales ha permitido que se realice la investigación sobre los grupos de jubilados, así como la publicación de este libro.

Aclaración de conceptos

A lo largo de este libro voy a usar los términos ocio y solidaridad en un contexto en el que resulta necesario entender también el concepto de inclusión. De ahí que, antes de introducirnos en sus distintas partes, considere necesario aclarar qué se entiende en este texto por cada una de estas palabras.

Ocio

En el 6.º Congreso Mundial de Ocio, celebrado en la Universidad de Deusto en julio del 2000, se defendió un concepto de ocio entendido como *«un área específica de la experiencia humana que cuenta con sus propios beneficios», «una fuente importante para el desarrollo personal, social y económico y un aspecto clave de la calidad de vida»*. Partiendo de dicho posicionamiento consideramos que el ocio es *una experiencia integral de la persona y un derecho humano fundamental*. Una *experiencia humana* compleja (direccional y multidimensional), centrada en actuaciones queridas (libres, satisfactorias), autotélicas (con un fin en sí mismas) y personales (con implicaciones individuales y sociales). También es un *derecho humano* básico que favorece el desarrollo y del que nadie debería ser privado por razones de género, orientación sexual, edad, raza, religión, creencia, nivel de salud, discapacidad o condición económica; un derecho reconocido jurídicamente por distintas legislaciones.

Este concepto enlaza plenamente con nuestra preocupación por estudiar el ocio desde un punto de vista humanista, planteamiento que ha caracterizado las tareas llevadas a cabo por la Universidad de Deusto desde su creación. Más allá de la mera afirmación retórica, esta postura nos exige profundización y compromiso.

Solidaridad

Más allá de la respuesta concreta a una situación determinada o del apoyo económico a una organización para paliar una emergencia, entendemos por solidaridad una actitud de vida que comporta ser consciente de que cualquiera de nuestros actos repercuten para bien o para

mal en múltiples personas, tanto si quiero como si no, tanto si me doy cuenta como si lo ignoro. Vivir solidariamente se fundamenta en la vivencia de unos valores, de los que surgen unas actitudes y unas actuaciones determinadas. Solidaridad significa comunicarse, hablar y escuchar para comprender al otro, tender siempre la mano para conectar con los demás. Queramos o no, somos creadores y responsables del mundo que forjamos entre todos, y la necesidad de asumir esta responsabilidad nos lleva a pensar en distintos caminos de realización de una vida digna. El ocio no podría quedar excluido de esta honorable tarea.

Afirma Joaquín García Roca que «la solidaridad no consiste en amar a todos por igual, sino en privilegiar a los que están peor situados, remite a una relación entre sujetos desiguales que luchan por su reconocimiento: “Son los no-sujetos el principio de la solidaridad”. Lo propio y característico de la contracultura de la solidaridad es asumir la “asimetría” de las relaciones humanas y transformarla en imperativo ético y político a favor de aquellos que sufren las consecuencias negativas»⁶. Por solidaridad entendemos el reconocimiento práctico de la obligación natural que tienen las personas y los grupos humanos de contribuir al bienestar de los que tienen que ver con ellos, especialmente de los que tienen mayor necesidad. Este punto de vista se asienta en tres ideas centrales: responsabilidad, respeto y sostenibilidad.

La responsabilidad conlleva tomar conciencia de que no es indiferente lo que las personas hacen con su tiempo libre, pues la manera de emplearlo es algo que repercute en el individuo y, consecuentemente, también en la comunidad. Unidos al comportamiento responsable están el respeto y la sostenibilidad. El objetivo es que el respeto y la consideración que debemos tener con los otros seres vivos y con el planeta se materialicen en una ética que sea el principio rector para vivir de una manera sostenible. El desarrollo no debe lograrse a expensas de otros grupos, de las generaciones futuras o de amenazar la supervivencia de otras especies. Los costes y beneficios derivados del uso de los recursos y de las actividades de conservación ambiental deben compartirse equitativamente entre las diferentes comunidades, entre los ricos y pobres, y entre nuestra generación y las venideras.

Inclusión

Un ocio solidario necesariamente ha de ser inclusivo. La inclusión es una actitud relacionada con un sistema de valores y creencias y no

⁶ GARCÍA ROCA, J., *Exclusión social y contracultura de la solidaridad*, Ediciones HOAC, Madrid, 1998, p. 41.

un conjunto de acciones. Asume que la convivencia y el aprendizaje en los grupos con diferencias es la mejor forma de beneficiar a todos y a cada uno. Los valores que conlleva la inclusión son: aceptación, pertenencia, relaciones personales, interdependencia y consideración de todos los agentes implicados como comunidad (familias, profesionales, etc.).

La inclusión está ligada a dos tipos de procesos que deben desarrollarse simultáneamente: incremento de la participación de todas las personas en la vida de su comunidad y equiparación de oportunidades. La participación supone que todos han de estar en disposición de tomar parte en las decisiones que afectan a la propia vida, en lo que se refiere a bienes y servicios. En el incremento de los esfuerzos por reducir y eliminar todas las formas en las que se gestan los procesos de exclusión adoptamos como referente el principio de equiparación de oportunidades.

Bibliografía citada

- AMIGO, M.L. y CUENCA, M. (edits.), *Humanismo y valores*, Universidad de Deusto, 2003, pp. 21-30.
- GARCÍA ROCA, J., *Exclusión social y contracultura de la solidaridad*, Ediciones HOAC, Madrid, 1998.
- MENDIA, R., «Claves para elaborar una Historia de la Animación Sociocultural en Euskadi», en *Encuentro sobre animación sociocultural*, Vitoria-Gasteiz, Departamento de Cultura y Turismo del Gobierno Vasco, 1987, pp. 15-36.
- Revista *La lettre Municipale de Hendaye*, n.º 31, juillet, 2002.
- ROJAS MARCOS, L., «La solidaridad: un cauce de humanismo para el siglo XXI», en AMIGO, M.L. y CUENCA, M. (edits.), *Humanismo y valores*, Universidad de Deusto, 2003, pp. 21-30.
- SPRANGER, E., *Perspectivas pedagógicas*, 1958; BOLLNOW, O.F., *Filosofía de la existencia y pedagogía*, 1959.
- STEBBINS, R.A., *Amateurs, Professionals, and Serious Leisure*, Montreal y Kingston, McGill-Queen's University Press, 1992.

I. Parte
¿Ocio solidario?

Capítulo 1

Un ocio digno

Se ha dicho, no pocas veces, que la civilización occidental tiene una deuda impagable con la cultura del ocio. Difícilmente podríamos entender el nacimiento y el desarrollo de la Filosofía sin pensar en una cultura en la que al menos una parte de la población podía dedicarse al cultivo del pensamiento y la ciencia sin la premura de unos trabajos útiles, necesarios para poder subsistir. Esta es la situación que permite a los griegos establecer las bases de lo que consideramos pensamiento europeo. Grecia es, gracias al apogeo de una cultura del ocio, la cuna del humanismo. Un humanismo entendido como apertura al conocimiento del ser humano en sí mismo, un ser diferenciado de los dioses, mortal y caduco, pero al mismo tiempo capaz de desarrollarse a través de su espíritu; un humanismo que impulsa a la persona a formarse a sí misma, a conocer el mundo que le rodea y a proyectar sus acciones hacia un futuro mejor para sí y para todos los ciudadanos.

Con el paso de los siglos, la cultura occidental ha explorado nuevas formas de vivir y pensar, volviendo sistemáticamente su mirada a las aportaciones de la cultura grecolatina, especialmente cuando se trataba de defender la esencia de la humanidad y el valor diferencial de la persona humana. Esta vuelta al ser humano, su reivindicación como ser específico y la defensa de sus derechos, es lo que podríamos entender genéricamente hoy y aquí como humanismo.

El ocio, entendido como vida dedicada a la práctica de actividades no relacionadas directamente con fines útiles, «aprovechables» o productivamente eficientes, siempre ha estado unido, de una u otra forma, al desarrollo del humanismo. Pero del mismo modo que el humanismo ha tenido múltiples matices, enfoques y puntos de vista a lo largo de la historia de oc-

cidente, el ocio también ha explorado distintos horizontes, reapareciendo sistemáticamente con el humanismo originario que ha tenido su continuidad en las minorías formadas, las únicas capaces de comprender y actualizar lo que Bruno Snell consideraba la herencia inmarcesible de los griegos, es decir, «la creencia en la existencia de la verdad, la belleza y la justicia, aún cuando en este mundo no aparezcan más que de una manera nebulosa»⁷.

A comienzos de este siglo XXI todo parece que cambia cada día y, sin embargo, el ser humano se mantiene alerta, tratando de encontrar respuesta al significado de esos cambios en su vida y en su modo de entenderse. En este contexto no es extraño que nos preguntemos qué es lo que puede o debe aportar el ocio desde un posicionamiento humanista. En el pasado siglo XX se produjo una revolución inesperada en las sociedades occidentales en las que, junto al desarrollo económico, social y cultural, tuvo lugar una progresiva implantación de una nueva cultura del ocio. Pero la cultura del ocio que se desarrolla en la segunda mitad del pasado siglo es, sin embargo, radicalmente distinta a las anteriores. Esta vez se trata de un ocio generalizado y democrático, unido a los nuevos hábitos de consumo, y no del ocio minoritario que antes comentaba. La nueva cultura del ocio no se relaciona directamente con la formación y el desarrollo personal clásicos, sino que surge como oposición y complemento a la cultura del trabajo, convirtiéndose primordialmente en un ámbito de disfrute y diversión.

Aún así, el ocio de nuestro tiempo no es, sin embargo, un elemento secundario en la vida de las personas, sino todo lo contrario. Las encuestas del momento señalan que tiene un valor dominante para los ciudadanos de los países desarrollados. Un valor muy superior a la religión o la política y, asombrosamente, superior también al trabajo, entendido como ámbito de realización personal. En la *Encuesta Europea de Valores de España 2000*, María Silvestre⁸ afirma que Tiempo Libre y Ocio ocupan un cuarto lugar en la jerarquía de prioridades de los españoles actuales. Un 80,4% reconoce que es algo muy importante o bastante importante, interés que se acerca a los primeros lugares ocupados por familia, trabajo y amigos-conocidos, distanciándose bastante del valor que se le concede a la religión (41,7%) y la política (19,1%).

Un informe de la Unión Europea⁹ presenta la hipótesis de que, en el caso de mantenerse las tendencias del pasado, las horas laborales se re-

⁷ SNELL, B., *Las fuentes del pensamiento europeo*, Razón y Fe, Madrid, 1965, p. 370.

⁸ SILVESTRE CABRERA, M., «Los valores básicos de la sociedad», en ANDRÉS ORIZO, F., ELZO, J. y otros, *España 2000, entre el localismo y la globalidad*, Fundación Santa María/Universidad de Deusto, Madrid, 2000, pp. 25-47.

⁹ EUROPEAN COMMISSION, *The demographic situation in the European Union*. Brussels: European Commission, DG V-COM(94)595, 1994.

ducirán en el futuro de modo que, teniendo en cuenta que la esperanza de vida de los hombres será de 80 años, el tiempo de trabajo sólo ocupará un 6% de todo el tiempo vital. Considerando los datos de distintos estudios Javier Elzo afirma que, a partir de 1990, «asistimos a una pérdida del impulso de compromiso con el trabajo, a un alejamiento de los objetivos de realización personal en el trabajo. Encuestas posteriores constatan la importancia central que se va concediendo al tiempo libre y al ocio, a la realización personal fuera del trabajo»¹⁰. Esta reflexión se confirma en otras investigaciones, como las realizadas por Amando de Miguel o Amparo Lasén.

En el estudio de Amando de Miguel, *Dos generaciones de jóvenes 1960-1998*, se puede observar que el ocio es el valor dominante en los hombres de 16 a 29 años, así como para las mujeres de 21 a 23 años¹¹. Amparo Lasén, en una rigurosa investigación sobre las temporalidades juveniles¹², habla del retorno del *otium* señalando que las nuevas generaciones han superado la noción de tiempo libre, propio de la sociedad industrial, y están viéndolo como un tiempo liberado que se aproxima al *otium* latino, puesto que entienden el ocio como una actividad superior e integradora de todas las actividades humanas, en la encrucijada de la vida política, la vida cotidiana y la vida intelectual. Esto significa que empezamos a hablar de un ocio que no es sólo tiempo de diversión, sino también de reflexión y conocimiento del mundo y los demás. De acuerdo con esta nueva concepción, señala Lasén que «las prácticas de ocio de los jóvenes ya no son momentos destinados a contrarrestar el tiempo de las ocupaciones y a restituir la fuerza de trabajo, sino un tiempo que posee un valor en sí mismo que supera la relación con el tiempo laboral, el cual a menudo sólo representa la manera de aportar los medios económicos necesarios al uso deseado del tiempo de ocio. Estos jóvenes hacen suya la frase de la *Política* de Aristóteles “trabajamos para tener ocio”, para tener el tiempo de hacer cosas mejores y con más sentido se trabaja»¹³.

Ante esta situación y, muy especialmente, ante la importancia creciente del ocio para los jóvenes, surgen múltiples preguntas: ¿Se está produciendo realmente el retorno al *otium* clásico? ¿Cuál es la nueva

¹⁰ ANDRÉS ORIZO, F., ELZO, J. y otros, *España 2000, entre el localismo y la globalidad*, Fundación Santa María/Universidad de Deusto, Madrid, 2000, p. 13b.

¹¹ MIGUEL, A. DE, *Dos generaciones de jóvenes 1960-1998*, Instituto de la Juventud, Madrid 2000, p. 253.

¹² LASÉN DÍAZ, A., *A contratiempo. Un estudio de las temporalidades juveniles*, Centro de Investigaciones Sociológicas/Siglo XXI, Madrid, 2000.

¹³ *Idem*, p. 170.

función del ocio? ¿Qué aporta o puede aportar su vivencia al humanismo del nuevo siglo? ¿Qué se puede esperar del cada vez más numeroso grupo de ciudadanos que, por causas diversas, no pueden encontrar la razón de su vida en el trabajo? ¿Se puede justificar un ocio centrado en el consumo cuando está empezando a asumir las funciones de identificación, socialización y realización personal?

Estas y otras muchas cuestiones nos hacen ver que, en cualquier caso, hemos entrado en un tiempo en el que, superadas las concepciones negativas del ocio y asumidos sus reconocidos beneficios de descanso, salud y desarrollo personal, podemos pasar a plantearnos otros interrogantes en consonancia con los nuevos tiempos. Desde ese punto de vista quisiera recordar aquí la función del ocio en la cultura clásica, deteniéndome especialmente en una reflexión poco conocida, la propuesta de Cicerón.

Cicerón hizo famosa a lo largo de la historia la expresión *otium cum dignitate* que, a mi modo de entender, sigue teniendo vigencia en el mundo de hoy. La propuesta de un ocio digno, en cuanto vivencia específica de la persona humana, va a ser el núcleo de este capítulo. A lo largo de ella trataré de recordar el significado de «ocio digno», su incidencia y recuerdo reincidente. Finalmente señalaré qué se podría entender hoy por un ocio digno, en consonancia con el momento que vivimos.

1.1. El *otium* clásico

En la bibliografía más conocida de los Estudios de Ocio, el *otium* clásico parte de una concepción griega, cuyo referente es Aristóteles, y culmina en Roma con las aportaciones de grandes humanistas como Cicerón. En las siguientes páginas me detendré en los pensamientos de ambos autores. Como se sabe, el trabajo se identificaba en la antigüedad con la actividad artesanal y era considerado algo vulgar e indigno del ciudadano libre, mientras que el ocio era valorado de modo opuesto. Tanto el *otium* latino, del que procede la palabra castellana ocio, como el griego *skholé* se refieren a una actividad propia de los ciudadanos libres, que permitía realizar las funciones específicamente humanas. Los textos de Aristóteles, a los que se vuelve una y otra vez al hablar del ocio clásico, se recogen en la *Política* y en la *Ética a Nicómaco*; respecto a los de Cicerón, hablaremos de ellos más adelante.

Aristóteles defiende en la *Política* que el ocio es «el principio de todas las cosas»¹⁴, en cuanto sirve para lograr el fin supremo del hombre que es la felicidad. El término *skholé*, del que se derivaron el latino

¹⁴ ARISTÓTELES, *Metafísica, Política*, VIII, 1338 a 30-35.

schola y todos los relacionados que hoy conocemos, hacía referencia a ocupación y estudio, entendidos ambos términos en su sentido más noble, como ejercicio de contemplación intelectual de la belleza, la verdad y el bien. De ahí que el ocio del que habla Aristóteles se refiera a la actividad humana no utilitaria, en la que la mente consigue su más alta y específica nobleza.

Aristóteles defiende un ocio que es fundamento de realización humana, que es preferible al trabajo y constituye su fin, porque el ocio es el horizonte adecuado para realizar la felicidad que le es propia al hombre, en cuanto ser dotado de inteligencia y libertad. De ahí que, para el filósofo, las actividades de ocio por excelencia sean los aprendizajes y la formación, pero no de aquello que se aprende por necesidad del trabajo, sino en función de sí mismo. Esto hace que las artes músicas (poesía, música y danza) sean el mejor ejemplo de los aprendizajes de ocio. Desde su punto de vista, el ocio no tiene la función de descanso, que es algo que corresponde al juego, porque «los juegos deben practicarse más en medio de los trabajos, pues el trabajo necesita descanso, y los juegos son para descansar»¹⁵, mientras que el ocio sirve para lograr el fin supremo del hombre, que es la felicidad.

En la *Ética a Nicómaco* Aristóteles reitera la idea de que la felicidad radica en el ocio y escribe la frase posteriormente tan repetida «trabajamos para tener ocio», del mismo modo que «hacemos la guerra para tener paz». No hay que olvidar que para Aristóteles el ocio era una actividad contemplativa, que ahora llamaríamos reflexiva o de teorización, y que consideraba que «esta actividad es la única que parece ser amada por sí misma, pues nada se saca de ella excepto la contemplación, mientras que de las actividades prácticas obtenemos, más o menos, otras cosas, además de la acción misma». Y es que, a juicio del maestro, «la actividad de la mente, que es contemplativa, parece ser superior en seriedad, y no aspira a otro fin que a sí misma y a tener su propio placer (que aumenta la actividad), entonces la autarquía, el ocio y la ausencia de fatiga, humanamente posibles, y todas las demás cosas que se atribuyen al hombre dichoso, parecen existir, evidentemente, en esta actividad. Esta, entonces, será la perfecta felicidad del hombre, si ocupa todo el espacio de su vida, porque ninguno de los atributos de la felicidad es incompleto»¹⁶. De ello se deduce que el sabio sea «el más feliz de todos los hombres» en función de su actividad teórica y contemplativa¹⁷.

¹⁵ ARISTÓTELES, *Política*, VIII, 1337 b 35-40.

¹⁶ ARISTÓTELES, *Ética a Nicómaco*, 1177b 18-27.

¹⁷ ARISTÓTELES, *Ética a Nicómaco*, 1179a32-33. La actividad contemplativa nos hace semejantes a Dios. Cfr. *Metafísica*, 1072 b-25-30.

Después de leer estos textos se puede entender que el ocio del que hablaba Aristóteles sea un ocio unido al desarrollo del conocimiento y de la cultura; también un ejercicio propio de la persona formada, culta y sensible. Desde esta visión clásica el ocio se contempla como el ejercicio de una actividad gustosa y desinteresada para la que se necesita educación.

El ocio de Cicerón es tal vez un concepto menos conocido, aunque sistemáticamente se ha vuelto a él como contraste de realidades muy distintas o propuesta de metas hacia las que se desearía caminar. Así ocurre, por ejemplo, en el primer estudio conocido sobre el tema del ocio moderno, *Teoría de la clase ociosa* de Veblen, u otros trabajos de éxito reciente como fue el ensayo de Luis Racionero *Del paro al ocio*.

En *Teoría de la clase ociosa*¹⁸, cuya primera edición es de 1899, Thorstein Veblen profundiza en el tema del ocio en el capítulo titulado «El ocio ostensible». Allí precisa que el concepto que le sirve de fundamento para su estudio no es la vagancia ni la ociosidad o, lo que es lo mismo, la experiencia de ocio como indolencia o quietud. Para él la palabra ocio «significa pasar el tiempo sin hacer nada productivo: 1. por un sentido de la indignidad del trabajo productivo, y 2. como demostración de una capacidad pecuniaria que permite una vida de ociosidad»¹⁹, que, en este contexto, significa una vida dedicada al ocio. Veblen utiliza un concepto unido tradicionalmente a las clases dominantes que, de algún modo, sigue recordando la antigua distinción entre libres y esclavos, señores y vasallos. La diferencia es que, en este caso nos encontramos en el momento que triunfa la sociedad industrial, momento de apogeo de una nueva cultura en la que, a pesar de predicarse el valor supremo del trabajo, no se consigue eliminar que el ocio sea un signo de distinción, un indicador de un estatus social de poder.

El autor, después de analizar cómo el consumo ostensible de bienes valiosos es un medio de aumentar la reputación del caballero ocioso, constata que «ha pasado a ser despreciado el ocio que carece de finalidad ostensible, en especial por lo que se refiere a esa gran parte de la clase ociosa cuyo origen plebeyo opera para colocarle en desacuerdo con la tradición del *otium cum dignitate*»²⁰. Recordemos que la tradición del *otium cum dignitate* a la que se refiere el autor tiene que ver con la visión de Aristóteles, pero el modo de expresarlo ahora es una

¹⁸ VEBLEN, Th., *Teoría de la clase ociosa*, Fondo de Cultura Económica, México, 1995 (primera edición 1944, en inglés 1899).

¹⁹ *Idem.*, p. 51.

²⁰ *Idem.*, p. 102.

frase de Cicerón a la que nos referiremos más tarde. Veblen precisa, con acierto, que el abandono del ocio clásico no se debe exclusivamente al auge del ocio ostensible, sino al origen plebeyo, es decir, carente de formación, de la nueva clase ociosa, desconocedora del significado del *otium cum dignitate* e incapaz de ver en el ocio una función distinta de la ostentación.

Desgraciadamente el ocio ostensible no se quedó en el ámbito de la alta burguesía, que es la que estudió Veblen en aquel momento, sino que trascendió a las clases medias en el siglo siguiente y se mezcló pronto con nuevos hábitos de vida y consumo en las sociedades occidentales avanzadas. El desarrollo del ocio consumista posterior estimuló el ocio ostensible y lo abrió a nuevas propuestas a través del espectáculo, la competitividad y la diversión. Diversos estudios de la segunda mitad del siglo XX denuncian esta situación y proponen como salida el retorno al *otium* clásico. Me refiero a aportaciones de intelectuales internacionalmente reconocidos como Josep Pieper, Pedro Laín Entralgo, José Luis López de Aranguren, Jacques Maritain, Joffre Dumazard etc. A la luz de estos pensadores y sus teorías, diferentes investigadores del ocio han defendido la necesidad de un ocio creativo, saludable y digno.

Luis Racionero, en el ensayo *Del paro al ocio*, antes mencionado, propone como ideal el retorno al *otium cum dignitate*. Partiendo de las ideas de Toynbee sobre el cambio de épocas y civilizaciones, Racionero afirma²¹ que la educación es quizás el punto estratégico fundamental de la transición a la civilización del ocio. Pero, desde su visión, la educación para el ocio debe estar enmarcada en la defensa de un proyecto educativo integral en el que se fomente, de forma unitaria, inteligencia, sensibilidad y voluntad. Racionero defiende que una formación de este tipo «elevará el nivel cultural de la sociedad y la acercará al cultivo de lo bueno, lo verdadero y lo bello. Con ello se lograría superar la rebelión de las masas por la disolución de éstas, como globalidad amorfa, en provecho del individualismo diferenciado; se extendería el ideal de vida de la elite humanista a toda la sociedad, y se haría verdad del antiguo dilema *otium cum dignitate* porque abarcaría todas las clases sociales, cada vez menos separadas al no tenerse que vender las horas por un sueldo. No puede imaginarse mejor inversión para preparar a la sociedad a las horas de ocio que, inevitablemente, se le vienen encima»²². La primera cuestión que se nos plantea ante tal propuesta es doble. En

²¹ RACIONERO, L., *Del paro al ocio*, Anagrama, 1994, p. 147.

²² *Idem*, p. 149.

primer lugar ¿cuál fue el significado de *otium cum dignitate*? y, seguidamente, ¿cuál podría ser el modo de entenderlo en la actualidad?

1.2. El *otium* ciceroniano

Es bien conocido que en Roma se valoraba tanto el *otium* como el *nec-otium* (negocio), por lo que es normal que el concepto de ocio fuese diferente al de los griegos. Esto explica que, como señalaré en más adelante, aunque Cicerón conocía el sentido que tenía el ocio para Aristóteles y aceptaba su función regeneradora del espíritu, lo cierto es que también compartía con otros autores, como Marcial o Plinio el joven, que la misión principal del ocio es recuperar fuerzas para el trabajo y descansar. A mi modo de ver, es precisamente esta controvertida concepción la que fuerza a Cicerón a tratar de encontrar un equilibrio entre ambos conceptos y donde está la novedad del *otium cum dignitate*. Cicerón se inspira en Aristóteles en múltiples aspectos y especialmente en lo que se refiere a la educación del hombre de estado. Este será un aspecto que determine su planteamiento del ocio digno.

La famosa frase ciceroniana *otium cum dignitate* aparece por primera vez en el *Discurso Pro Sestio*. A lo largo del discurso en defensa del tribuno Publio Sestio, Cicerón tratará de mostrar un modelo de vida para la juventud y para ello toma como referencia el ejemplo de los *optimates*. Cicerón se dirigirá a los jóvenes, precisando que quiere hablar a la vez a los nobles y a los que aspiran a serlo, es decir, a los que aspiran a conseguir la nobleza por sus cualidades de espíritu y de su corazón (*ingenio virtuteque*). En su disertación distingue dos clases de hombres, presentes en aquel momento en la vida política, los *populares*, cuyas acciones y palabras iban encaminadas a agradar a la multitud, y los *optimates*, cuyas decisiones sólo recibían la aprobación de los mejores.

«Sin duda esto es lo que, de forma muy especial, me preguntaste durante la acusación: ¿qué era esa “casta nuestra de los optimates”? Pues así la denominaste. Me preguntas por una cuestión muy señalada para que la aprenda la juventud y que a mí no me es difícil explicar: no voy a extenderme mucho sobre este punto, jueces, y, a mi entender, mi exposición no será ajena al interés de los que me oigan, ni a las exigencias de vuestro cargo, ni a la causa misma de Publio Sestio.

Hubo siempre en esta ciudad dos clases de hombres entre quienes aspiraron a ocuparse de la política y a actuar en ella de manera distinguida; de éstos, unos pretendieron ser y se les considerara “populares”, los otros “optimates”. Los que pretendían que sus acciones y palabras fueran gratas a la multitud, eran considerados populares; optimates, en

cambio, los que se conducían de tal forma que sus decisiones recibían la aprobación de los mejores»²³.

Los *optimates*, que aparecen y se definen en este texto, son la clave explicativa para entender la cuestión del *otium cum dignitate*. Ellos serán el punto de referencia, las personas idóneas para llevar a buen puerto la nave del Estado; personas honestas, íntegras, sanas y felices, capaces de realizar en ellas mismas el *cum dignitate otium*, haciendo compatible lo personal y lo público, el servicio a los demás y el cuidado de sí mismos. Esto significaba que, para Cicerón, no era idóneo el ejercicio de lo público olvidándose de lo personal, como tampoco lo era preocuparse de la tranquilidad (vivir una vida centrada en el ocio) apartándose de los deberes y obligaciones de la vida pública.

«¿Cuál es, entonces, la meta a la que deberían mirar y orientar su ruta estos pilotos de la nave del Estado? Aquello que es lo mejor y más deseable para todos los hombres sanos, honestos y felices: una vida apacible con honor (*cum dignitate otium*). Todos los que desean esto son considerados *optimates*; quienes lo consiguen, hombres ilustres y protectores del Estado. Pues ni es conveniente que los hombres se dejen arrastrar por el honor de desempeñar cargos públicos hasta el punto de no mirar por su tranquilidad, ni que se entreguen a una vida apacible que los aparte de los honores.»

A su vez, los fundamentos de una honorable tranquilidad, los valores que los líderes deben proteger y defender, incluso con peligro de sus vidas, son los siguientes: la religión, los auspicios, los poderes de los magistrados, la autoridad del senado, las leyes, las costumbres de nuestros antepasados, los tribunales, la jurisdicción, la fidelidad a la palabra dada, las provincias, los aliados, el prestigio del imperio, el ejército y el tesoro público²⁴.

Este es el texto donde, según afirman los estudiosos de Cicerón, se utiliza por primera vez la expresión *cum dignitate otium* que después desarrollará el orador. Las interpretaciones posteriores han sido múltiples, desde quienes destacan sus antecedentes filosóficos griegos hasta quienes la justifican en función de las circunstancias políticas de Roma en aquel momento²⁵. Además de especificar las características propias

²³ CICERÓN, M.T., *Discurso en defensa de Publio Sestio*, 96. *Discursos IV*, Biblioteca Clásica Gredos, Madrid, 1994, pp. 283-387. Traducción de José Miguel BAÑOS BAÑOS. A partir de ahora se cita como *Publio Sestio*.

²⁴ CICERÓN, M.T., *Publio Sestio*, 98, p. 351.

²⁵ La bibliografía al respecto es muy abundante, se puede mencionar, entre otros, a E. Remy, A. Grilli, Ch. Wirszubski, L. Alfonsi, M. Fuhrmann, J.P.V.D. Balsdon, A. Magariños y J. André. Véase Bibliografía citada.

de los *optimates*, Cicerón muestra la base sobre la que se sustenta un ocio digno, defendiendo los grandes valores que, en ese momento histórico, el autor considera clave: la religión, la justicia y la tradición, entre otros.

El concepto de dignidad hacía referencia en Roma a la dignidad del individuo, a un reconocimiento social motivado por la pertenencia a la nobleza, el desempeño de un cargo, o en razón de los méritos conseguidos por servicios a la *res publica*. También se relacionaba con *maiestas* y *decus*, es decir, con comportamientos y modales propios de estilos de vida caracterizados por la práctica de la virtud. Sin embargo, en el discurso que comentamos, la dignidad está relacionada con la consideración de integridad de la existencia de un individuo como ciudadano y significa la grandeza del Estado, el deber (con la República). En otros momentos del discurso la dignidad significa también prestigio, la influencia y el respeto conjunto que tiene un ciudadano en la vida política y social. Como señala P. Boyancé²⁶, gran conocedor de la obra de Cicerón, no se trata solamente una honorabilidad platónica, sino algo que tenía su desarrollo necesario en el senado. La *dignitas* era para el ciudadano de las clases dirigentes, que había realizado una carrera, mientras que la *libertas* era para el simple ciudadano.

Respecto al ocio, además del significado que se deduce del texto que sigue, en el que se relaciona con vida dedicada al placer por oposición a una vida entregada al servicio de los demás, precisa Boyancé²⁷ que en el *Pro Sestio* conviene diferenciar dos significados más, uno político y otro moral. En el primer caso *otium* significa una vida descargada de labores y tareas propias de los magistrados, pero no significa la idea de descanso y reposo. En el segundo sentido *otium* supone la tranquilidad interior, paz interna, partiendo de la seguridad completa y la posición asegurada de los derechos privados y públicos del ciudadano.

A lo largo del *Pro Sestio* Cicerón diferencia entre dos posturas vitales antitéticas, la de los hombres más preocupados de la tranquilidad (*otium*), que priorizan la vida de ocio, colmada y saturada de placeres; frente a los hombres que apuestan por la nobleza moral y dedican su vida a la actividad digna (*dignitas*), relacionada con el bien de la República y el sentido del deber. Esta idea puede verse en el párrafo que sigue:

«Cual hombre instruido alababa (a pesar de no ser capaz de decir sus nombres) a no sé qué filósofos, pero alababa sobre todo a aquellos

²⁶ BOYANCÉ, P., «Cum dignitate otium», en *Études sur l'humanisme cicéronien*, Bruselas, 1970, pp. 124-125.

²⁷ *Idem*, p. 125.

que —se dice— son los mejores consejeros y panegiristas del placer; lo de menos era la naturaleza del placer, sus circunstancias o su medida: era el nombre mismo el que devoraba entregado totalmente en cuerpo y alma. Sostenía que estos mismos filósofos afirmaban atinadamente que era natural en un hombre sabio actuar en su propio interés; que un hombre sensato no debía aspirar a la carrera política y que nada era mejor que una vida ociosa, saturada y colmada de placeres; a su vez, afirmaba que decían extravagancias y estaban locos quienes sostenían que había que entregarse a una actividad digna, velar por el bien de la República, tener en cuenta el sentido del deber y no el interés durante toda la vida, afrontar peligros por la patria, recibir heridas y enfrentarse a la muerte»²⁸.

El autor alude en este texto al epicureísmo que recomendaba una vida dedicada al ocio, en oposición a sus adversarios. Cicerón se encontraba entre estos últimos y, aunque tuvo dos maestros epicúreos, frecuentó también al estoico Diodoto, conoció el pensamiento de Panezio y fue amigo de Posidonio. El influjo de estos autores estoicos le llevó a polemizar con los epicúreos, si bien su posición filosófica fue ecléctica. Frente a la vida orientada al placer, propone servir a la *dignitas*, es decir, al deber. Estos sentidos de vida opuestos se concretan en la antítesis entre *dignitas* y *otium*. Pero esta vez la antítesis se considera un problema que deben conciliar los jóvenes que aspiren a seguir la carrera de los *optimates*. Cicerón exhorta a los jóvenes a vivir según los *optimates*, es decir, a buscar la virtud y la dignidad y oponerse a la desidia y el placer, a buscar el bien de sus conciudadanos y no el sueño, los banquetes y la diversión.

«Los que, en la medida de sus fuerzas, defienden estos principios, son *optimates* con independencia del estamento al que pertenezcan. A su vez, los que principalmente sostienen sobre sus espaldas cargos y funciones públicas tan importantes, son considerados siempre líderes de los *optimates* y garantes y salvadores del Estado. Como ya he dicho antes, reconozco que este tipo de personas tienen muchos adversarios, muchos enemigos y rivales; están expuestos a muchos peligros, son víctimas de muchas injusticias y han de sufrir y afrontar grandes esfuerzos; pero todas mis palabras tienen que ver con la virtud y no con la desidia, con la dignidad y no con el placer, con aquellos que creen haber nacido para el bien de la patria, para sus conciudadanos, para la consideración y la gloria y no para el sueño, los banquetes y la diversión. En efecto, quienes se dejan arrastrar por los placeres, quienes se entregan a los atractivos de los vicios y a los encantos de las pasiones, que abandonen

²⁸ CICERÓN, *Publio Sestio*, 23, p. 297.

los honores, que no afronten responsabilidades públicas, que se contenten con disfrutar de su vida ociosa gracias a los esfuerzos de los ciudadanos de espíritu más decidido»²⁹.

La propuesta excluye la tranquilidad egoísta para los que quieran conseguir honores y se consagren a la vida activa, propia de las responsabilidades públicas; pero no excluye, en ningún caso, el ocio que viene a recompensar la tarea del senador, en el que se juntan ocio y dignidad, fruto de las acciones terminadas y bien hechas. El *otium* perseguido por los *optimates* es recuperación y consecuencia de sus esfuerzos, sigue siendo ejercicio de virtud.

Pierre Boyancé señala que, para discernir sobre las posibles interpretaciones de la fórmula *cum dignitate otium*, es importante tener presente tanto el espíritu como el lugar donde se produce el discurso relacionado con los *optimates*. Desde su punto de vista «es preciso dar la razón a las dos soluciones propuestas: la que se puede llamar individual, que hace del *otium cum dignitate* un bien referido a las actividades de los hombres políticos, la unión en su propia carrera, en su propia vida, de las ventajas del ocio y de la posición eminente en la ciudad que designa *dignitas*; y la solución que se puede llamar colectiva: aquella que ve en el *otium* la tranquilidad del Estado y en la *dignitas* el buen orden, la justa jerarquía de la República»³⁰. Cicerón se inspira en Aristóteles para darle al *otium* un sentido a la vez individual y social, relacionándolo con una idea más general aún que es la actividad humana.

En cualquier caso, para entender el pensamiento de Cicerón en el *Pro Sestio* no es suficiente conocer el significado posible de cada uno de los términos *otium* y *dignitas* de un modo independiente, sino que es importante preguntarse por el significado conjunto de las dos palabras relacionadas por el *cum*. *Cum dignitate otium* indica la unión de dos conceptos diferentes que, aunque connotan dos sentidos de vida opuestos, el autor quiere conciliar a través de un nexo que es el *cum*. En el segundo texto comentado (*Sestio*, 98), Cicerón explica el significado de la conjunción entre *otium* y *dignitas* cuando aconseja que nadie se deje exaltar por el prestigio de sus acciones hasta el punto de perder la tranquilidad (paz interior), pero tampoco permanezca en la tranquilidad si desea una vida digna. El *Rerum gendarum dignitate* de Cicerón alude a la carrera del individuo, a las acciones más destacadas por las cuales quiere adquirir una posición eminente, a la *dignitas* como ideal y obligación moral.

²⁹ CICERÓN, *Publio Sestio*, 138, p. 381.

³⁰ BOYANCE, P., «Cum dignitate otium», p. 123.

Cicerón propone a los jóvenes que tiendan a encontrar la armonía entre la felicidad personal y el bien comunitario, entre el interés propio y el servicio a los demás. Esta propuesta excluye, como ya hiciera Aristóteles, un ocio centrado en la diversión y el placer. En ningún caso excluye un ocio específicamente humano caracterizado por el ejercicio de la actividad intelectual o, esto es nuevo, un ocio entendido como recuperación de fuerzas para mantener la seguridad interior, la paz interna necesaria para poder cumplir adecuadamente las obligaciones con la comunidad. El análisis de los textos del *Pro Sestio* permite afirmar que el *otium* ciceroniano coincide en aunar dos propuestas divergentes en el pensamiento aristotélico, la defensa de la virtud y el ejercicio de un ocio contemplativo, entendido como práctica de actividad intelectual. La mayor divergencia entre ambos autores radica en la finalidad. El *otium cum dignitate* no es un ocio con finalidad en sí mismo sino que su finalidad es la persona digna. Es, como señalaré más adelante al referirme a Séneca, un ocio que toma como referencia la «estación», no «el puerto».

1.3. El retorno del ocio clásico

Comentaba en las primeras páginas que la reflexión sobre los hábitos y valores de los jóvenes le permitía afirmar a Amparo Lasén que se estaba viviendo un retorno del ocio clásico. Y no es la única investigadora que piensa así. Michel Maffesoli³¹ también había señalado unos años antes que los nuevos hábitos juveniles indican la vuelta a antiguos valores de resonancias míticas. Dionisos pasea su sombra hedonista y orgiástica por todas las épocas y en todas las sociedades, incluso en aquellas que se construyen según un ideal racional y tecnológico. Los aspectos orgiásticos, emocionales, sensuales y sexuales son un referente constante del ocio de consumo, pero ¿acaso no indican también un anhelo de buscar en los ámbitos de ocio sentidos existenciales?

Autores como Javier Elzo³² o Pedro González Blasco hacen ver que el hedonismo o la búsqueda de la diversión son características propias de una sociedad en la que el «presentismo» (la vivencia del presente) forma parte de sus valores imperantes. Según González Blasco la vi-

³¹ MAFFESOLI, M., *L'ombre de Dionysos*, París, Librairie des Méridiens, Klincksieck et Cie., 1985, pp. 13 y ss.

³² ELZO, J., *Jóvenes españoles 99*, Fundación Santa María, Madrid, 1999.

gencia de estos valores se manifiesta, en nuestro contexto sociocultural, a través de algunos rasgos tales como:

- Búsqueda del placer en todo y, a veces, cueste lo que cueste; de modo que el mismo placer se convierte en un criterio para valorar personas y cosas.
- Se busca más mover el corazón, el gusto, el cuerpo del consumidor que razonar acerca de la utilidad de muchos productos. Lo audiovisual gana a la palabra y transmite, en general, pautas de comportamiento valorativas de lo lúdico, el hedonismo e incluso de cierto narcisismo.
- Atrae mucho lo emocional, existencial, vital, experimental, lo secularizado.
- Crece la tolerancia hacia cosas, hechos o personas, pero, en buena parte, ese espíritu de tolerancia nace de la indiferencia hacia los demás y es un mecanismo de autodefensa propia: «haz tú lo que quieras para poder yo hacer lo que quiera»³³.

¿Tiene todo esto algo que ver con el *otium* clásico que hemos presentado antes?

En el apartado anterior he mostrado el ocio clásico desde las posturas de Aristóteles y Cicerón; pero, de un modo indirecto, he destacado también la postura de los epicúreos. Cicerón se refiere a ellos como antítesis del *otium cum dignitate*. En oposición a los *optimates*, los epicúreos son considerados «consejeros y panegiristas del placer» y personas que «se entregan a los atractivos de los vicios». Hay que tener en cuenta la larga tradición que ha valorado negativamente la filosofía de Epicuro, sin detenerse a analizar los textos fundamentales y el carácter negativo de su concepción del placer, que se define como ausencia de dolor y de turbación. Epicuro no optaba por un placer positivo, inmediato y dinámico, sino por un placer duradero que trajera consigo la tranquilidad del espíritu. No obstante, su filosofía fue, con frecuencia, mal interpretada y exagerada en la dirección de un hedonismo exaltado que se puede reconocer en otras figuras de la antigüedad como en los cirenaicos. No nos interesa aquí entrar en una discusión hermenéutica sobre esta cuestión; nos basta con identificar la posición de Cicerón contraria al epicureísmo de su época. La crítica ciceroniana recuerda la que hiciera anteriormente Aristóteles a los hedonistas, precursores de los epicúreos, en la *Ética a Nicómaco*. Allí se afirmaba que la felicidad no

³³ GONZÁLEZ BLASCO, P., «Relaciones sociales y espacios vivenciales», en ELZO, J. y otros, *Jóvenes españoles 99*, Fundación Santa María, Madrid, 1999, pp. 183-262, p. 194a.

está en el disfrute de los placeres del cuerpo, ni en la diversión, sino en obrar conforme a la virtud³⁴.

Estas críticas confirman que al hablar del *otium* clásico nos estamos refiriendo, al menos en esta reflexión, a tres posturas diferentes: la de Aristóteles, centrada en el desarrollo de la inteligencia y la sensibilidad; la de Cicerón, que busca el equilibrio entre el deber, el servicio y la paz interior; y la postura de los epicúreos, que prima la valoración del momento. En los tres casos el ocio es un componente esencial en la vida de las personas.

Una respuesta simple y precipitada nos llevaría a afirmar que, efectivamente, el retorno del ocio clásico se está produciendo a través de la postura epicúrea. Pero un análisis más sopesado de la cuestión muestra convergencias y divergencias con las otras posiciones que nos obligarían a matizar el juicio inicial. Es cierto que las prácticas de ocio más populares entre los jóvenes nos aproximan a las posturas hedonistas; pero también es cierto que el referente de felicidad no queda sólo en el placer y que el ocio ha empezado a desempeñar funciones que quedaron desatendidas al producirse la ruptura de la jerarquía tradicional de la escala de valores.

Amparo Lasén, al reflexionar sobre el paralelismo entre el ocio de los jóvenes y la propuesta epicúrea, argumenta que se ha producido un distanciamiento de las vivencias de ocio propias de la sociedad industrial, en la que dominaba el consumo masivo, y se han abierto otros ámbitos en los que el ocio tiene un carácter integrador y relevante en la organización vital y temporal de los jóvenes. La autora considera que el tiempo de ocio es «tiempo de la apropiación y la (re)creación de las relaciones y los vínculos con los demás y entorno. No es tampoco sólo un tiempo privado, sino un ir y venir entre la intimidad y el estar juntos, donde la diferencia clásica entre privado y público se nubla, entre un hogar abierto a los tragaluces públicos de los medios de comunicación y de otros universos de ficción»³⁵.

Aficiones como la fotografía, la música, el dibujo, etc., permiten que muchas personas expresen su creatividad y desarrollen facetas ausentes del trabajo. «El trabajo de aficionado es el correctivo necesario a la impersonalidad, la estandarización y los métodos de producción automática»³⁶. Las aficiones permiten llevar a cabo actividades que tienen un ritmo propio, un tiempo sin presión exterior. Las actividades de ocio se consideran una manera de identificación, elementos centrales de un es-

³⁴ ARISTÓTELES, *Ética a Nicómaco*, pp. 394-95, 1176b.30-1177a.12.

³⁵ LASEN, 2000, p. 170.

³⁶ *Idem*, p. 79.

tilo de vida personal, de un modo de ser o un determinado grupo social. El tenis, el juego de cartas, el arte, el ajedrez, el deporte..., aquello que escogemos hacer por nosotros mismos, termina tirando de nuestro corazón y autoidentificándonos. Relacionarse con otras personas es una necesidad que cada vez se satisface más a través de las actividades de ocio. El tiempo libre es ámbito para ver y encontrarse con amigos, para llevar a cabo una amplia categoría de actividades de socialización. Las vivencias de ocio compartidas crean una ética del vínculo común que favorece la formación y el desarrollo de grupos sociales.

Nuevos valores

Los datos estadísticos que he señalado al comienzo de este capítulo indicaban el desinterés de las generaciones jóvenes por las creencias religiosas, los partidos políticos y las instituciones. Sin embargo, no deja de sorprender la reacción masiva de los voluntarios ante la catástrofe del «Prestige» o la respuesta juvenil inmediata ante los acontecimientos de 11 de septiembre en Nueva York. Es evidente que el mundo ha cambiado y que cuando hablamos de nuevos valores o de preeminencia del ocio en el momento actual no podemos pensar sólo en los jóvenes, sino en toda la sociedad. Vivimos en una sociedad que ha cambiado su forma de entender el mundo y, paralelamente, está cambiando su sistema de valores. Esto es así hasta tal punto que incluso el trabajo, otro de los valores dominantes en las generaciones anteriores, ha perdido muchas funciones que le daban valor individual y social, funciones que han sido asumidas por las prácticas de ocio de los fines de semana, las vacaciones o la jubilación.

Frente a la división del trabajo y la especialización, señala Lasén³⁷ que el tiempo libre se está convirtiendo en el patrón para evaluar los demás tiempos, especialmente el del trabajo. En sentido opuesto a la realidad que les toca vivir, los jóvenes desearían poder gozar de su trabajo, disfrutar, aprender cosas interesantes y mantener relaciones amistosas con aquellos que comparten sus intereses. Dicho de otro modo, los jóvenes desearían encontrar en el trabajo los atributos que han descubierto en el ocio. El trabajo ha sido el núcleo de la sociedad industrial, cumpliendo dos funciones esenciales: ser un medio para satisfacer las necesidades básicas y ser motivo de identificación. Además, el trabajo también ha tenido especial importancia en la realización personal

³⁷ LASÉN DÍAZ, A., *A contratiempo. Un estudio de las temporalidades juveniles*, Centro de Investigaciones Sociológicas/Siglo XXI, Madrid, 2000, p. 200.

y la integración social, dando seguridad, haciendo sentirse útil en la sociedad etc. Muchas de estas funciones se han desplazado al ámbito del ocio.

A pesar de esta importancia creciente, el ocio emerge abandonado a lo espontáneo, en medio de una apariencia lúdica y festiva. La diversión y la evasión que pregonan la sociedad de consumo desemboca en muchos casos en soledad, desasosiego y vacío interior. A menudo, escribe Luz Fernández Menéndez, «este vacío aterrador es la experiencia personal básica, de la que muchas personas se intentan evadir desesperadamente engañándose con otros síntomas»³⁸. El ocio es uno de los ámbitos más atractivos para huir de ese espanto interior o de la vida diaria. La fiesta, devaluada de su esencia tradicional y convertida en referente semanal de huida de lo cotidiano, pierde su función de cohesión comunitaria y promueve ahora el espectáculo masivo y el desarrollo de personalidades narcisistas, incapaces de establecer vínculos humanos.

El ocio es una ocasión para llenar el vacío existencial con experiencias propias de la fantasía y la virtualidad. El cine, los juegos informáticos o las experiencias en los nuevos parques temáticos, por citar unos ejemplos significativos, favorecen el «escape» de la vida real y nos permiten llevar a cabo vivencias que desdibujan las fronteras de la existencia. Pero el ocio es, sobre todo, el ámbito en el que se demuestra la elección de valores. Cada uno hace lo que considera por sí mismo o toma como referencia lo que hacen los otros, los imita.

El retorno del ocio en el sentido clásico, en el sentido de ser una vivencia nuclear de la vida, no es sólo una cuestión juvenil, es un fenómeno real en la que nos vemos sumergidos diariamente sin estar preparados. El ciudadano medio dedica cada día más horas a ver televisión, oír música, hacer deporte o pasear. Y, en el conjunto de tiempo vital, cada vez se empieza a trabajar más tarde y se amplía el período de jubilación.

El *otium* clásico ha sido hasta ahora una propuesta de élite, un ideal cuestionado al hacerse realidad a través de la liberación del trabajo (gracias a la esclavitud) y de la formación (algo que estaba limitado a unos pocos). Sin embargo las sociedades tecnológicas modernas ofrecen posibilidades para superar ambos inconvenientes. De hecho, el advenimiento de la cultura del ocio que se produce en la segunda mitad del siglo XX, ha tenido, por primera vez, un carácter masivo y democrático.

En nuestras sociedades avanzadas, el ocio es, para muchos ciudadanos, una realidad gozosa, un valor dominante y un ámbito en el que es

³⁸ FERNÁNDEZ MENÉNDEZ, L., «Reflexiones en torno a la educación para el ocio. Problemas y esperanzas», en DOU, A., *Ocio y trabajo en la sociedad tecnológica*, Publicaciones de la Universidad Pontificia de Comillas, Madrid, 1997, pp. 73-88, p. 77.

posible desarrollar un nuevo humanismo; pero, al mismo tiempo, el ocio es un problema para quienes, como los parados, se ven condenados forzosamente a no poder trabajar. Después de haber identificado trabajo con realización personal, el ocio es un problema frecuente entre los jubilados y los que no saben cómo emplear el creciente tiempo libre. El ocio es también una ilusión para la mayor parte de la humanidad excluida de los derechos y la satisfacción de las necesidades fundamentales. Independientemente de esa situación, lo cierto es que en un mundo tecnológico donde los robots pueden ir asumiendo los trabajos más duros y en el que se empieza a hablar por doquier de sociedad del conocimiento, tiene sentido pensar en la actualidad del ocio clásico.

Muchos de los problemas que plantea el ocio de nuestros días: hábitos nocivos de fin de semana, consumismo feroz de los adultos o aburrimiento de las personas mayores, tienen la solución idónea en el ejercicio de un *otium cum dignitate* adecuado a los nuevos tiempos. Un ocio asumido en su valor propio, como ámbito en el que podamos realizarnos, identificarnos y desarrollarnos humanamente. Dicho en pocas palabras, un ocio digno. Pero ¿qué podemos entender hoy por un ocio digno?

1.4. Un ocio digno

He señalado antes que el ocio es un ámbito en el que se demuestra la elección y el ejercicio de valores. También es un medio en el que muchas personas buscan satisfacer necesidades y deseos que no se consiguen en la vida diaria. Esto indica que la cultura del provecho y la utilidad, la cultura del negocio que se ha desarrollado con la sociedad industrial, se ha distanciado hasta tal extremo del ser humano, que ha terminado por convertirse en enemigo peligroso y podemos estar hablando de síntomas de una reacción. Es posible que la crisis de valores que antes comentaba o el endiosamiento del ocio se deban al olvido del humanismo; también pudieran ser una reacción frente a la fe ciega en el crecimiento económico como única meta.

Tal vez sea el momento para experimentar nuevas concepciones del ocio, que lo separen del descanso o la mera diversión, profundizando en otros más vigentes que tengan que ver con un ocio con sentido. Tal vez sea el momento de ir más allá y volver a hablar nuevamente de la vigencia del ocio clásico. No sólo del epicureísmo sino, sobre todo, del ocio humanista, del ocio digno. El motivo es muy sencillo, basta con recordar el argumento de Aristóteles:

«Sería absurdo que el fin del hombre fuera la diversión y que el hombre se afanara y padeciera toda la vida por causa de la diversión.

Pues todas las cosas, por así decir, las elegimos por causa de otra, excepto la felicidad, ya que ella misma es el fin. Ocuparse y trabajar por causa de la diversión parece necio y muy pueril; en cambio, divertirse para afanarse después parece, como dice Anacarsis, estar bien, porque la diversión es como un descanso y como los hombres no pueden estar trabajando continuamente, necesitan descanso. El descanso, por tanto, no es un fin, porque tiene lugar por causa de la actividad. La vida feliz, por otra parte, se considera que es la vida conforme a la virtud, y esta vida tiene lugar en el esfuerzo, no en la diversión. Y decimos que son mejores las cosas serias que las que provocan risa y son divertidas, y más seria la actividad de la parte mejor del hombre y del mejor hombre, y la actividad del mejor es siempre superior y hace a uno más feliz. Y cualquier hombre, el esclavo no menos que el mejor hombre, puede disfrutar de los placeres del cuerpo; pero (...) la felicidad no está en tales pasatiempos, sino en las actividades conforme a la virtud»³⁹.

Al plantear la necesidad de volver a pensar en el ocio humanista, pienso que tiene plena actualidad el modo de entender el ocio que señalábamos en la aclaración de conceptos de la introducción. Desde ese punto de vista el ocio es una experiencia integral de la persona y un derecho humano fundamental del que nadie debería ser privado, es una vivencia de desarrollo y un ocio digno.

Actualmente el concepto de dignidad va más allá de los usos tradicionales del término, referidos a las ideas de rango o mérito, centrándose en la dignidad de la persona. Como expresión de la Ilustración moderna, la dignidad es una contribución incuestionable del sistema filosófico kantiano. Kant considera que la dignidad humana es «aquello que constituye la condición únicamente bajo la cual algo puede ser fin en sí mismo (y) no tiene meramente un valor relativo, esto es, un precio, sino un valor interior»⁴⁰. La defensa de la persona como fin en sí misma y no como un medio es una aportación excepcional del humanismo ético kantiano, cuyo planteamiento resulta muy difícil de eludir por parte de aquellos que quieran defender realmente la dignidad de la persona humana⁴¹. La dignidad personal se caracteriza por su valor interno que, gracias a su autonomía moral, hace posible universalizar cualquier comportamiento.

Para Kant el «valor de dignidad» es un valor de carácter incondicionado, que nos abre a un planteamiento vital que está más allá de

³⁹ *Ética a Nicómaco*, 1176b.30-1177a.12.

⁴⁰ KANT, I., *Fundamentación de la metafísica de las costumbres*, 2.ª sección, Ariel, Barcelona, 1996, pp. 199-201.

⁴¹ Cfr. CONILL, J., «La dignidad humana como un concepto», en *Revista de la Fundación de Ciencias de la Salud, Eidon*, octubre/enero, de 2002, número 11, pp. 50-53.

todo intercambio comercial y afectivo, de ahí que tenga un valor interno en el que, posteriormente, se van a fundamentar los derechos humanos. En el pensamiento kantiano la dignidad de la persona se interpreta como libertad y autonomía. La libertad, asociada inseparablemente a la autonomía, es el último estrato de la dignidad del hombre. La libertad de la persona humana se manifiesta en la elección de prioridades, ya sea en el plano de las elecciones libres y las determinaciones concretas, ya sea en el plano de las tendencias e inclinaciones sociales, a través de la elección de aquellas personas con las que determina asociarse. Este último plano de realización de la libertad es independiente del carácter social del hombre, que, siendo connatural, depende de su condición racional, que es previa a su libertad.

Estas ideas aparecerán posteriormente en la Declaración Universal de Derechos Humanos de las Naciones Unidas, en cuyo preámbulo se puede leer que «la libertad, la justicia y la paz en el mundo tienen por base el reconocimiento de la dignidad intrínseca y de los derechos iguales e inalienables de todos los miembros de la familia humana»⁴². La íntima manera de ser de la dignidad humana afecta a los derechos y a las libertades fundamentales del hombre y exige que la promoción de los derechos humanos sea la prioridad de las prioridades. El eje central de los derechos humanos es la promoción de la dignidad humana, en cuanto que ella es la piedra angular del edificio de la Declaración Universal de derechos, a los que da soporte y cohesión, en virtud de la conexión interna que tienen entre sí aquélla con estos.

La dignidad es un concepto reiterado en la Declaración de los Derechos Humanos. Además de en el preámbulo, vuelve a citarse en los artículos 1, 22 y 23. El artículo 1 afirma que «todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos y, dotados como están de razón y conciencia, deben comportarse fraternalmente los unos con los otros». En el artículo 22 se reconoce el derecho a la seguridad social y es el marco del reconocimiento de los derechos económicos, sociales y culturales. Aquí la mención a la dignidad viene a decir que sin la satisfacción de los derechos de carácter económico, social y cultural, es decir, sin un mínimo de justicia social, no cabe una vida digna. El derecho a la seguridad social y a la satisfacción de los derechos económicos, sociales y culturales se afirma algo *indispensable para la dignidad* y el libre desarrollo de la personalidad humana. Finalmente, el artículo 23 de la Declaración, dedicado al derecho al trabajo, concreta lo anterior se-

⁴² Los textos de la Declaración los tomo de ORAÁ, J. y GÓMEZ, F., *La Declaración Universal de Derechos Humanos*, Universidad de Deusto, Bilbao, 2002.

ñalando que «toda persona que trabaja tiene derecho a una remuneración equitativa y satisfactoria que le asegure, así como a su familia, una existencia conforme a la *dignidad humana*» (artículo 23.3.). Todo lo apuntado subraya la importancia del significado y el valor que tiene hoy el concepto de dignidad al haberse tomado como fundamento de los Derechos Humanos.

Las necesidades

Los Derechos Humanos se relacionan con necesidades mínimas que las personas necesitan satisfacer y, a partir de las cuales, es posible nuestra realización y desarrollo como seres humanos. El ocio, que forma parte de los derechos humanos⁴³, es, en cuanto tal derecho, la expresión de una necesidad que nos es propia y, por consiguiente, que forma parte de nuestro propio ser.

Al llegar a este punto resulta inevitable recordar aquí la jerarquía de necesidades humanas de Maslow⁴⁴ y sus colaboradores. Examinando sus grados y dependiendo de las circunstancias, se puede decir que la persona humana tiene muchas necesidades que cambian en situaciones diferentes. Desde un punto de vista general, de poco sirve que la creatividad ocupe la parte alta de la escala de necesidades humanas si, a la hora de la práctica, nos olvidamos de la situación concreta en la que están viviendo las personas o las comunidades. Para quien pasa los días frente a la pantalla de un ordenador, puede ser superior la necesidad de catarsis, de socialización o de autoestima.

En cualquier caso, no cabe duda de que lo que pensamos y somos se refleja en el ocio de una manera explícita o implícita. De ahí que examinar el ocio críticamente nos lleve a determinar los caminos para hacer de él algo valioso para individuos y comunidades. Desde este punto de vista, el análisis de las necesidades y la función que se le atribuye al ocio para satisfacerlas nos da una interesante pista para la acción, ofreciéndonos pautas que pueden ayudarnos a responder si se ha de promover un ocio sobre otro o si debemos educar primando unos determinados valores.

La famosa pirámide de necesidades de Maslow ha tenido múltiples adaptaciones y revisiones, pero, en el tema que nos ocupa, resulta conveniente recordar la adaptación de Jensen. El interés de la pirámide de

⁴³ GORBEÑA, S. y otros, *El derecho al Ocio de las personas con discapacidad*, Documentos de Estudios de Ocio, n.º 4, Universidad de Deusto, Bilbao, 1997.

⁴⁴ MASLOW, A.H., «A Theory of Human Motivation», *Psychological Review*, 50:1, 1943. La referencia en español es *El hombre autorrealizado*, Kairós, Barcelona, 1973.

Jensen consiste en que transforma la escala de necesidades en una jerarquía específica de las prácticas del ocio.

Pirámide de Jensen: (*jerarquía de los usos del tiempo de ocio*)

-
- * Servicio a los demás (voluntariado)
 - ↑ Exploración creativa (tocar un instrumento)
 - ↑ Participación activa (deportes)
 - ↑ Implicarse emocionalmente en las actividad de otros (concierto, partido de fútbol...)
 - ↑ Divertimentos, pasatiempos (ver la tele)
 - ↑ Actos destructivos (de sí mismo o de la sociedad)
-

Adaptación de K.A. HENDERSON y otros, 2001⁴⁵.

Jensen sintetiza aquí un largo recorrido de prácticas de ocio que va desde el ocio nocivo hasta el ocio solidario, meta máxima que difícilmente se entiende en una persona que no posea un cierto grado de madurez y desarrollo personal. El ocio solidario que propone Jensen implica experiencias que se recogen en los niveles anteriores: capacidad de disfrute, saber implicarse, participar y expresarse creativamente etc. Desde este planteamiento, el ocio, como tantas otras experiencias humanas, tiene una gradación que se relaciona con el modo de ser de cada cual, pero también con su grado de desarrollo físico, psíquico, actitudinal y aptitudinal. Un ocio, fundamentado en la dignidad humana, entendido como realización de una necesidad y un derecho básico no se solventa sólo a partir de situaciones puntuales presentes, sino planteando, personal y socialmente, cuál es el ocio que queremos tener.

Esto permite afirmar que, del mismo modo que una adecuada preparación para el trabajo es un excelente camino para desarrollar profesionales, la preparación para el ocio es el mejor de los caminos para vivir una vida más satisfactoria. La pirámide de Jensen nos marca el horizonte y la meta hacia la que convendría encaminar el proceso del ocio humanista, que no es otra que un ocio solidario.

La jerarquía de usos del ocio tiene una aplicación inmediata en lo personal, pero también ofrece pautas de comportamiento social. Analizar críticamente el ocio, distanciarnos de situaciones cotidianas perso-

⁴⁵ HENDERSON, K.A. y otros, *Introduction to Recreation and Leisure Services*, Venture, State College, PA., 2001, p. 88. La propuesta de Clayne R. JENSEN se puede consultar en *Outdoor Recreation in America*, Human Kinetics, IL., 1995, p. 7.

nales y sociales o ver a la sociedad en su conjunto, nos lleva a pensar que los hábitos y prácticas de ocio tienen una incidencia importante en nuestra vida y en nuestro contexto vital, por lo que no pueden dejarse al azar. Cada acción puede ser un motivo para aumentar la sensibilidad, la disposición para afrontar ciertos retos, para cambiar el entorno, ayudar a otros y un largo etc. La gradación de Jensen indica la interdependencia entre el cambio personal y social, el ascenso en la escala de valores de ocio conduce a una mejora de la comunidad. Las posibilidades que ofrece el ocio pueden contribuir a la justicia social y a la calidad de vida de todos.

1.5. De la dignidad a la solidaridad

Partiendo de las consideraciones sobre ocio y dignidad que se acaban de hacer, ¿cuáles serían los aspectos que nos permitirían hablar hoy de un ocio digno? Conviene que recordemos aquí que el *otium cum dignitate* trató de conjugar el ocio personal con el deber comunitario, el derecho al ocio con el deber de servir a la sociedad. Entiendo que esta búsqueda de equilibrio entre el querer y el deber, entre lo personal y lo comunitario, es el referente esencial a la hora de considerar el nuevo modo de entender el ocio digno. En una primera aproximación global, se puede decir que un ocio digno hoy es un ocio adaptado y adecuado a los nuevos tiempos, un ocio que se sustenta en los grandes valores de esta época, un ocio ético y un ocio solidario.

He señalado antes que el ocio ha sufrido un ascenso en la escala de valores, que se percibe mayoritariamente como algo positivo y deseado. Sin embargo, ésta es una afirmación general que debe ser matizada en otros sentidos. Cada vez son más los ciudadanos que se preguntan si es ético o no lo que hacemos sistemáticamente con el mundo que nos rodea, si no debemos abrir el ocio a conductas menos egoístas. Estas llamadas de atención tratan de hacer ver que las actividades de ocio tienen una responsabilidad con el entorno humano y también con el entorno natural.

Es evidente que una actividad de ocio libremente elegida puede mejorar o dañar el entorno natural del que formamos parte. El camping, por ejemplo, puede o no provocar un incendio en un bosque; las carreras de vehículos todo terreno y otras muchas actividades semejantes contaminan el aire o el agua, además de consumir gran cantidad de combustibles y materias primas. Algunas conductas de tiempo libre parecen dañinas en sí mismas, del mismo modo que otras muchas actividades o estilos de ocio pueden ser considerados moralmente «mejores».

Reflexionar sobre las consecuencias de las prácticas de ocio facilita que pongamos los deseos individuales detrás del beneficio colectivo.

El ocio es también un ámbito propicio para contribuir al desarrollo de los demás, de modo que ayudar a otros a través del voluntariado es una actividad de ocio posible y, según Jensen, parecería ser una forma de ocio superior. Aunque no todo voluntariado llegue a ser una experiencia feliz, es evidente que muchas personas sienten satisfacción realizando actividades que benefician a otros. Esto indica que la acción solidaria también puede ser, evidentemente, ocio. La solidaridad en general, y la práctica de un ocio solidario en particular, crea un mundo más humano, permitiendo a cada persona y a cada grupo social afirmar su propia dignidad. La solidaridad es un signo de humanidad, en tanto que sólo el ser humano puede ser solidario. El ejercicio de la solidaridad es una necesidad vital de la persona, que logra de esa manera cuotas cada vez más altas de su personalidad. La solidaridad, en cuanto reconocimiento pleno de la dignidad humana, se puede entender como un valor que se identifica con el ser de la persona, que es susceptible de desarrollo continuo, a semejanza de la vida biológica. La dignidad humana, unida a esta apertura natural a la solidaridad, es una fuente de desarrollo integral.

Ignasi Carreras y Marite Osés han escrito recientemente que «vivir solidariamente implica creer en unos valores que me suscitan unas actitudes y que éstas me llevan a unas actuaciones determinadas. Si creo en la igualdad de las personas y, por tanto, en el derecho de todo ser humano a llevar una vida digna, mi actitud frente a la injusticia que supone la desigualdad tiene que ser la lucha a favor de los que no tienen unos mínimos garantizados»⁴⁶. Como apuntara Michael Edwards, solidaridad significa hablar, escuchar, aprender y tender siempre la mano para conectar con los demás. Esta es una de las bases del futuro positivo que él defiende; pero también es un punto de partida para que la gente pueda decidir qué es bueno para su vida, y hacer los sacrificios necesarios para dar más lugar a los otros. Queramos o no, por medio de nuestras propias decisiones «somos los creadores del mundo en que vivimos, y debemos asumir la responsabilidad de hacer todo lo que podamos hacer digno de nosotros, y como legado para las generaciones futuras»⁴⁷.

La dignidad moderna, en cuanto afirmación de los derechos humanos, lleva a defender a la persona de todo lo que atente contra ella y también a su promoción integral. La promoción de la igualdad de derechos para todos hunde sus raíces más profundas en la dignidad intrínse-

⁴⁶ CARRERAS, I. y OSÉS, M., *Vivir solidariamente*, Planeta, 2002, pp. 23-24.

⁴⁷ EDWARDS, M., *Un futuro en positivo*, Intermón Oxfam, Barcelona, 2002, p. 418.

ca del ser humano, en su doble dimensión individual y social. La dignidad de la persona tiene una vertiente individual, en cuanto que la identidad remite a su autoconciencia, y otra vertiente social, porque esa autoconciencia le emplaza a su relación con los otros. La naturaleza de la persona humana tiene absoluta necesidad de la vida social. Esto permite afirmar que el progreso de la dignidad del hombre es una dimensión no sólo personal, sino también social, por cuanto que el ser humano es un ser individual y comunitario sin solución de continuidad. El progreso en dignidad se asienta en la vida público-social, en la ciudadanía.

La encíclica *Populorum progressio* de Pablo VI, que asume el reto de los derechos humanos desde el umbral de una nueva época, sitúa su discurso en este contexto y propone una nueva dirección al reconocimiento pleno de la dignidad de la persona: la solidaridad. La solidaridad es en este texto una necesidad de encuentro, pero no sólo personal e individual sino también encuentro del ser humano a nivel social e internacional. Ello exige un nuevo planteamiento solidario entre las naciones: «Las naciones deben encontrarse entre sí como hermanos y hermanas»⁴⁸.

Partiendo de estas reflexiones, Salvador Vergés⁴⁹ afirma que la nueva solidaridad tiene tres bandas: la primera se circunscribe al deber de la solidaridad, plasmada en la ayuda de unas naciones respecto de otras, a fin de alcanzar el desarrollo integral de la humanidad. La segunda concreta ese deber cimentándolo en la justicia social, pues ella garantizará el derecho del hombre a una vida digna. La tercera se refiere a unos espacios humanos que la justicia social no es capaz de cubrir, debido a los límites de la propia justicia. «Sólo el amor puede llegar a cubrir los espacios intermedios que separan a los hombres unos de otros creando dificultades insuperables para respetar sus derechos; más aún, para ayudarse mutuamente, mediante la solidaridad. De ahí, pues, que la tercera vía se cifre en el amor. Su objetivo es la promoción del mundo, en el que los hombres sepan ser hermanos en la nueva solidaridad universal»⁵⁰. Ayuda, justicia y amor son tres caminos compatibles por los que circula el ocio solidario.

1.6. Un nuevo ocio humanista

Entramos ya en la fase final de esta reflexión y desde argumentos diferentes confluimos en la necesidad de abrir un nuevo horizonte al

⁴⁸ PABLO VI, *Populorum progressio*, II, n.º 43.

⁴⁹ VERGÉS RAMÍREZ, S., *Derechos humanos: fundamentación*, Editorial Tecnos, Madrid, 1997.

⁵⁰ *Idem*, pp. 152-53.

ocio humanista o, si se prefiere, de revitalizar con valores y aires nuevos el ocio clásico. Pero revitalizar el ocio clásico significa no perder de vista la profundidad que tiene la propuesta aristotélica, ni dejar en el olvido las matizaciones posteriores de intelectuales romanos como Cicerón o Séneca. Frente al ocio «principio y fin» de todas las cosas, que se defiende en Grecia, Cicerón propone un ocio digno y Séneca defenderá un ocio «como estación, no como puerto»⁵¹. La dignidad del ocio viene dada en un ambos casos por la realización de actos encaminados al provecho de los demás. Cicerón promueve un modelo de juventud íntegra, sana y feliz, capaz de encontrar un equilibrio entre su paz interior y la paz del entorno, capaz de llevar a la práctica un *otium cum dignitate*. En *De la vida retirada*, Séneca defiende la soledad y la contemplación de los sabios en cuanto que el resultado de su ocio resulta más provechoso a la humanidad que el atareamiento y el sudor de otros hombres⁵².

El ocio clásico implica acción interna, querer. Y este querer, entendido como gusto por hacer algo, proporciona que la actividad sea permanentemente interesante. Querer y desear son actos relacionados con la percepción, la experiencia y el conocimiento. El ocio es lo que hacemos de un modo voluntario, libre y gustoso. Independientemente de las necesidades, las funciones o las actividades, no podemos perder de vista que lo más importante del ocio es la experiencia de llevarlo a cabo, sin más. La meta de jugar al ajedrez es jugar al ajedrez, la clave de disfrutar pintando es pintar y así sucesivamente.

Muchas de las prácticas de ocio se escogen porque son agradables; pero decir que una actividad es agradable es decir poco. Por una parte está la satisfacción que se recibe al hacer la actividad, la que se obtiene como consecuencia de haber realizado la actividad o las dos. La cuestión básica es que la satisfacción o el placer van unidos a ciertas actividades de modo diferente. Además, no hay que perder de vista que una experiencia no es agradable en sí misma, sino en función de quien la realiza. Los estudios de Csikszentmihalyi⁵³ han demostrado que la experiencia es más placentera cuando no es tan difícil como para causar estrés, ni tan fácil que sea motivo de aburrimiento. Cuando el reto de la

⁵¹ SENECA, L.A., *Obras Completas*, Traducción de Lorenzo RIVER, Aguilar, Madrid, 1966, p. 310.

⁵² *Idem*, p. 309.

⁵³ Véase CSIKSZENTMIHALYI, M. y CSIKSZENTMIHALYI, I.S., *Experiencia óptima. Estudios psicológicos del flujo de la conciencia*, Desclée de Brouwer, Bilbao, 1998.

CSIKSZENTMIHALYI, M., «Ocio y creatividad en el desarrollo humano», en *Ocio y desarrollo. Potencialidades del ocio para el desarrollo humano*, Documentos de Estudios de Ocio n.º 18, Universidad de Deusto, Bilbao, 2001, pp. 17-32.

actividad y el nivel de destreza de los participantes están en equilibrio, la persona puede dar más de sí misma y obtener mejores satisfacciones.

George Lundberg y colaboradores, en un estudio del ocio pionero en América⁵⁴, proporcionaron una serie de criterios para considerar un ocio satisfactorio que siguen siendo válidos. Entre ellos destacaban la capacidad de interesar permanentemente, la posibilidad de desarrollar actividades tan diferentes como posibles, así como aprovechar las diferentes situaciones y estados de la vida para realizar algo distinto a lo que estamos obligados a hacer. Con estos elementos los autores entendían que el ocio aumenta la motivación personal y gana como ámbito de realización individual. Desde su punto de vista, el ocio debe ser compatible, al menos, con el bienestar físico, mental y social, si es que no nos conduce a él. Séneca, en su XXIII Carta a Lucilio, le exhorta que aprenda a gozar y que nunca le falte la alegría, pero, al mismo tiempo, le señala que el «auténtico goce es el que nace dentro de uno mismo». En otra carta posterior, le recomendará «un ocio en el que haga cosas mayores y más bellas» de las que pudo hacer en el trabajo⁵⁵.

El ocio se relaciona directamente con querer realizar algo y con la satisfacción de unas determinadas necesidades y deseos, aunque esto no sea explicable en última instancia. No es explicable porque no es racional; sin embargo, sí podemos saber si es correcto y es bueno para nosotros y para los demás. Un adecuado conocimiento de las escalas de necesidades y funciones del ocio nos puede ayudar a experimentar un ocio con sentido, dándole un mayor significado personal. La reflexión sobre si una práctica, una función o una determinada actividad de ocio es mejor o peor que otra tiene poca razón de ser si pensamos en el ocio vivido como presente, pero resulta inevitable al contextualizar el ocio en un proyecto de vida y, especialmente, cuando ese proyecto se trata de llevar a cabo a través de un proceso educativo.

La racionalidad del ocio es funcional. La pintura puede ser entendida como autoexpresión o como creatividad a partir de una racionalización de la misma. Lo habitual en ocio es que hagamos algo sencillamente porque nos gusta y disfrutamos haciéndolo, aunque luego podamos añadirle otras razones o buscar motivos y causas. Las funciones pueden ser resultados de la reflexión sobre un ocio entendido más como ideal que como lo que es. Decimos que el ocio tiene el fin en sí mismo y así es en realidad en muchas de nuestras prácticas cotidianas; pero hemos de pensar que los estilos de vida, los comportamientos y los modos de ser

⁵⁴ LUNDBERG, G. y colaboradores, *Leisure. A Suburban Study*, Columbia University Press, New York, 1974, p. 19.

⁵⁵ Me refiero a la carta LXVIII, «Del ocio fecundo», *Obras Completas*, pp. 570-76.

de las personas no son sólo la expresión de la naturaleza, ni tampoco sólo de la cultura en la que esa persona se desarrolla. También está la educación, las experiencias educativas que aproximan o alejan de un determinado mundo o de unas determinadas prácticas. Y es aquí donde puede ser esencial preguntarnos por el ocio que tenemos y por el que queremos tener.

Necesidad de formación

A nivel social, un ocio con dignidad necesita de un colectivo de mentes lúcidas y positivas, necesita personas decididas, solidarias, esperanzadas, capaces de disfrutar con los proyectos que realizan. Una sociedad sana debería favorecer que el ocio sea un ámbito vital en el que se puedan realizar necesidades de desarrollo humano difíciles de satisfacer en el trabajo, la falta de trabajo u otros contextos. Pero esto es imposible si lo dejamos al albur de lo espontáneo o en la mera diversión. El *otium cum dignitate* es una propuesta ideal a la que tender, es una propuesta educativa porque su objetivo está en la mejora personal y comunitaria, su ideal es la autosuperación. Al ocio clásico no se accede sin más ni más, sino a partir de intencionalidad y persistencia, a través de la formación. Además de la carrera profesional, la sociedad actual necesita que las personas desarrollen otros intereses y actividades de ocio para abrirse camino en la relación y el reconocimiento social. La educación para la realización personal en ámbitos de ocio, debiera ocupar un lugar no menos importante del que ha ocupado la educación para el trabajo en la época de la revolución industrial.

Como necesidad humana continua, a lo largo de la vida, el ocio es una experiencia compleja con distintas dimensiones, que interesan desigualmente según la edad y circunstancias vitales. El ocio puede ser lúdico, entendido como evasión, juego o descanso; puede ser creativo, es decir, de encuentro; o puede ser festivo, que es el ocio de la celebración, el ocio extraordinario. Cualquiera de estas experiencias será la apropiada o la necesaria en un momento; pero, en cualquiera de los casos, el ocio nunca debiera estar ajeno a sus consecuencias, ni debiera ser insolidario. Este es un planteamiento genérico que debe adaptarse a las personas, sus edades y sus contextos vitales. No puedo entender un ocio que sea autorrealización personal y que se olvide de su Dimensión Solidaria, aunque la solidaridad no sea exclusiva del ocio y la persona que trabaja encuentre en ese ámbito ocasión para realizarla.

El ocio clásico es un ocio encarnado en el ser de las personas, en el comportamiento y el sentido de vida de las personas. Sebastián Grazia

inspirándose en este concepto llegará a decir que es una forma de ser⁵⁶. Pero no es un modo de ser estable, sino cambiante en el tiempo. Se trata de un modo de ser perfectible como nosotros mismos, un modo de ser en el que nos realizamos como proyecto de vida; pero también en el que nos divertimos, nos dispersamos y alienamos. La formación de la persona (que no hay que confundir con la instrucción simplemente) es una base desde la que poder avanzar constructivamente.

El ocio digno es un ocio relacionado con el desarrollo humano, tanto en su vertiente de ocupación intelectual como en la de compromiso comunitario. En el primer caso entramos en el mundo de las vivencias culturales; en el segundo, en la solidaridad. En ninguno de estos ámbitos se improvisa. Los autores de *Vivir solidariamente* afirman que, aunque la solidaridad pueda ser más o menos connatural al carácter de una persona, «es un aspecto del ser humano, quien, a medida que lo ejercita, descubre la satisfacción que le produce y, por tanto, lo esencial que le resulta. Por eso es tan importante cultivarla desde niños. La sensibilidad de nuestros jóvenes depende principalmente de su entorno y posteriormente se da una opción personal, alimentada por el ejemplo de otras personas más o menos cercanas. Una persona que desde su niñez toma conciencia de las necesidades de su alrededor, cuando llega su juventud, su madurez o su vejez ya sabe que puede ser útil y busca dónde»⁵⁷. Este es el tipo de formación que requiere el advenimiento del ocio clásico, no se trata de una educación libresca sino una educación a través de la vivencia de valores.

Síntesis final

A mi modo de ver el ocio clásico que demanda el siglo XXI es un ocio digno y solidario, un ocio que no es extraño a la ayuda o al sufrimiento de los otros. Un ocio que haga compatible la satisfacción individual con la ayuda y la entrega a los intereses comunitarios. Un ocio capaz de satisfacer nuestras necesidades de descanso, distracción, crecimiento, encuentro y realización personal. Pero todas estas necesidades no pueden, ni deben estar cubiertas del mismo modo, ni con la misma intensidad en todos los momentos de la vida y en las distintas circunstancias. El ocio digno, ya lo he dicho antes, no es algo separado de nosotros y nuestro modo de ser, sino un conjunto de experiencias integradas en nuestra vida diaria y nuestro mundo de valores. De ahí que

⁵⁶ GRAZIA, S., *Tiempo, Trabajo y Ocio*, Tecnos, Madrid, p. XIX.

⁵⁷ CARRERAS, I. y OSÉS, M., *Vivir solidariamente*, Planeta, 2002, p. 28.

muchas de las funciones que desempeña o puede desempeñar el ocio a lo largo de la vida sean también funciones del trabajo, de la vocación de servicio u otras. En realidad son necesidades humanas que se satisfacen o no con nuestra actividad vital.

Esto significa que el ejercicio de un ocio digno y solidario exige formación y dedicación. El tiempo que se dedique al ocio es determinante respecto a las funciones que debe o puede cubrir. La cantidad de tiempo dedicado al ocio facilita que éste pueda asumir funciones de mayor o menor calado. Pero el tiempo es, en definitiva, vida; de modo que lo importante no es el ocio digno sino una vida digna de la que el ocio forma parte. No formará parte de una vida digna un ocio indigno e insolidario. Aquí radica la actualidad del *otium cum dignitate* ciceroniano. Comparto con Luz Fernández la opinión optimista de que el ocio que se propone aquí es un ocio posible, posible si «somos capaces de dar un giro social hacia el no negocio, hacia el ocio con dignidad en un respeto hacia lo mejor del hombre». Para ello, «sería necesario que tres rasgos personales básicos, el amor a la vida, la creatividad y la capacidad de compartir, fuesen estimulados por las instituciones transmisoras, tuviesen la máxima valoración y estuviesen imbricadas en su carácter social»⁵⁸.

La propuesta del *otium cum dignitate* clásico, que tiene como referente la virtud y se realiza en el esfuerzo con sentido, oponiéndose al mero pasatiempo, nos proporciona un modelo de ocio digno para el siglo XXI en la medida que seamos capaces de armonizar la necesidad de tener experiencias personales de ocio y la de salir de nosotros mismos y ser solidarios.

El ocio en cuanto experiencia humana personal, entendida en su doble vertiente individual y social, no se justifica en sí misma sino en relación a la persona que la experimenta y el entorno en el que se desarrolla. Como iremos viendo en los siguientes capítulos, en función de esta realidad surgen una serie de condicionantes que marcan unos parámetros de referencia básica, desde los que asumimos unos criterios de selección, actuación y solidaridad propios de un ocio digno. Pero la existencia de elementos referenciales no indica, en ningún caso, límite de posibilidades. Pues el ocio se mueve en el terreno de lo real y lo imaginario, entre lo posible y lo fantástico. De ahí que se pueda afirmar que las posibilidades de ocio humano son inagotables.

⁵⁸ FERNÁNDEZ MENÉNDEZ, L., «Reflexiones en torno a la educación para el ocio. Problemas y esperanzas», en DOU, A., *Ocio y trabajo en la sociedad tecnológica*, Publicaciones de la Universidad Pontificia de Comillas, Madrid, 1997, pp. 73-88, pp. 83-84.

Bibliografía citada

- ALFONSI, L., «Tra l'ozio e l'inerzia», *Aevum*, 28, 1954, pp. 375-376.
- ANDRÉ, J., *L'otium dans la vie intellectuelle romaine*, París, 1966.
- ANDRÉS ORIZO, F., ELZO, J. y otros, *España 2000, entre el localismo y la globalidad*, Fundación Santa María/Universidad de Deusto, Madrid, 2000.
- ARISTÓTELES, *Metafísica*, 1072b-25-30.
- ARISTÓTELES, *Ética a Nicómaco*, 1177b 18-27.
- ARISTÓTELES, *Política*, VIII, 1337b 35-40, 1338a 30-35.
- BALSDON, J.P.V.D., «Auctoritas, Dignitas, Otium», *LQ*, 10, 1960, pp. 43-50.
- BOYANCÉ, P., «Cum dignitate otium», en *Études sur l'humanisme cicéronien*, Bruselas, 1970, pp. 124-125.
- CARRERAS, I. y OSÉS, M., *Vivir solidariamente*, Planeta, 2002.
- CICERÓN, M.T., *Discurso en defensa de Publio Sestio*, 96. *Discursos IV*, Biblioteca Clásica Gredos, Madrid, 1994, pp. 283-387. Traducción de José Miguel BAÑOS BAÑOS.
- CONILL, J., «La dignidad humana como un concepto», en la *Revista de la Fundación de Ciencias de la Salud, Eidon*, octubre/enero, de 2002, número 11, pp. 50-53.
- CSIKSZENTMIHALYI, M. y CSIKSZENTMIHALYI, I.S., *Experiencia óptima. Estudios psicológicos del flujo de la conciencia*, Desclée de Brouwer, Bilbao, 1998.
- CSIKSZENTMIHALYI, M., «Ocio y creatividad en el desarrollo humano», en *Ocio y desarrollo. Potencialidades del ocio para el desarrollo humano*, Documentos de Estudios de Ocio, n.º 18, Universidad de Deusto, Bilbao, 2001, pp. 17-32.
- CUENCA CABEZA, M., *Ocio humanista. Dimensiones y manifestaciones actuales del ocio*, Documentos de Estudios de Ocio, n.º 16, Universidad de Deusto, Bilbao, 2000.
- DOU, A., *Ocio y trabajo en la sociedad tecnológica*, Publicaciones de la Universidad Pontificia de Comillas, Madrid, 1997.
- EDWARDS, M., *Un futuro en positivo*, Intermón Oxfam, Barcelona 2002.
- ELZO, J., *Jóvenes españoles 99*, Fundación Santa María, Madrid, 1999.
- EUROPEAN COMMISSION, *The demographic situation in the European Union*. Brussels: European Commission, DG V-COM(94)595, 1994.
- FERNÁNDEZ MENÉNDEZ, L., «Reflexiones en torno a la educación para el ocio. Problemas y esperanzas», en DOU, A., *Ocio y trabajo en la sociedad tecnológica*, Publicaciones de la Universidad Pontificia de Comillas, Madrid, 1997, pp. 73-88.
- FUHRMANN, M., «Cum dignitate otium», *Gymnasium*, 67, 1960, pp. 481-500.
- GONZÁLEZ BLASCO, P., «Relaciones sociales y espacios vivenciales», en ELZO, J. y otros, *Jóvenes españoles 99*, Fundación Santa María, Madrid, 1999, pp. 183-262.
- GORBEÑA, S. y otros, *El derecho al Ocio de las personas con discapacidad*, Documentos de Estudios de Ocio, n.º 4, Universidad de Deusto, Bilbao, 1997.
- GRAZIA, S., *Tiempo, Trabajo y Ocio*, Tecnos, Madrid, 1966.
- GRILLI, A., «Otium cum dignitate», *Acme*, 4, 1951, pp. 227-241.
- HENDERSON, K.A. y otros, *Introduction to Recreation and Leisure Services*, Venture, State College, PA., 2001.

- JENSEN, C.R., *Outdoor Recreation in America*, Human Kinetics, IL., 1995.
- KANT, I., *Fundamentación de la metafísica de las costumbres*, 2.^a sección, Ariel, Barcelona, 1996.
- LASEN DÍAZ, A., *A contratiempo. Un estudio de las temporalidades juveniles*, Centro de Investigaciones Sociológicas/Siglo XXI, Madrid, 2000.
- LUNDBERG, G. y colaboradores, *Leisure. A Suburban Study*, Columbia University Press, New York, 1974.
- MAFFESOLI, M., *L'ombre de Dionysos*, París, Librairie des Méridiens, Klincksieck et Cie., 1985.
- MAGARIÑOS, A., «El *Pro Sestio* de Cicerón», en VV.AA., *Cicerón*, Cuadernos de la Fundación Pastor, Madrid, 1961, pp. 79-97.
- MASLOW, A.H., «A Theory of Human Motivation», *Psychological Review*, 50:1, 1943. La referencia en español es *El hombre autorrealizado*, Kairós, Barcelona, 1973.
- MIGUEL, A. DE, *Dos generaciones de jóvenes 1960-1998*, Instituto de la Juventud, Madrid, 2000.
- ORAA, J. y GÓMEZ, F., *La Declaración Universal de Derechos Humanos*, Universidad de Deusto, Bilbao, 2002.
- PABLO VI, *Populorum progressio*, II, n.º 43.
- RACIONERO, L., *Del paro al ocio*, Anagrama, 1994.
- REMY, E., «Dignitas cum otio», *Le Musée Belge*, 32, 1928, pp. 113-127.
- SÉNECA, L.A., *Obras Completas*, Traducción de Lorenzo RIVER, Aguilar, Madrid, 1966.
- SILVESTRE CABRERA, M., «Los valores básicos de la sociedad», en ANDRÉS ORIZO, F., ELZO, J. y otros, *España 2000, entre el localismo y la globalidad*, Fundación Santa María/Universidad de Deusto, Madrid, 2000, pp. 25-47.
- SNELL, B., *Las fuentes del pensamiento europeo*, Razón y Fe, Madrid, 1965.
- VEBLEN, Th., *Teoría de la clase ociosa*, Fondo de Cultura Económica, México, 1995 (primera edición 1944, en inglés 1899).
- VERGÉS RAMÍREZ, S., *Derechos humanos: fundamentación*, Editorial Tecnos, Madrid, 1997.
- WIRSZUBSKI, Ch., «Cicero's cum dignitate otium: a reconsideration», *JRS*, 44, 1954, pp. 1-13.

II. Parte

**Ocio solidario en grupos
de jóvenes y jubilados**

Introducción a la segunda parte

En 1930 Keynes⁵⁹ señalaba que, por primera vez desde la creación del hombre, debíamos enfrentarnos con un problema real y permanente: saber emplear adecuadamente el tiempo liberado de sus necesidades más urgentes y ocupar el ocio para vivir de forma agradable y sabia. Reflexionando sobre ello pensaba que no existía país, ni persona que pudiera mirar hacia la era del ocio y de la abundancia sin temor, puesto que hemos sido preparados para luchar y no para gozar. El paso del tiempo no sólo sigue dando la razón a Keynes, sino que cada vez es más urgente y necesario que sepamos vivir experiencias satisfactorias de un modo digno.

Hace años que la sociedad se preocupa del ocio nocivo: drogodependencias, ludopatía, adicción al trabajo, consecuencias de la jubilación, etc. Es hora de que nos preocupemos también de los resultados positivos de las prácticas de ocio que, desde hace pocos años, se conocen como beneficios del ocio. Para ello necesitamos saber más, diferenciar las distintas vivencias relacionadas con las dimensiones del ocio y conocer cómo se consiguen desarrollar de un modo óptimo, a partir del conocimiento de la propia realidad. En este contexto tiene sentido el estudio del ocio solidario, no sólo como práctica específica y minoritaria, sino como referente de experiencia de ocio positiva.

Señalaba en la introducción inicial que el ocio ha sufrido un ascenso en la escala de valores, en la que se percibe mayoritariamente como algo positivo y deseado. Sin embargo, ésta es una afirmación general que debe ser matizada en caso de que sigamos identificando ocio con

⁵⁹ KEYNES, J.M. (1930), «Economic possibilities for our grandchildren», en *The Collected Writings of John Maynard Keynes*, McMillan St. Martin's Press, vol. IX, pp. 321-334.

diversión. Cada vez son más los ciudadanos que se preguntan si es ético o no lo que hacemos sistemáticamente con el mundo que nos rodea, si no debemos abrir el ocio a conductas menos egoístas. Su cuestionamiento es una llamada de atención que nos ayuda a ver que las actividades de ocio tienen una responsabilidad con el entorno humano y también con el entorno natural.

En el capítulo anterior se ha visto la dificultad de hablar de dignidad humana sin solidaridad. La dignidad de la persona tiene una vertiente individual, en cuanto que la identidad remite a su autoconciencia, y otra vertiente social que le emplaza a su relación con los otros. La dignidad moderna, en cuanto afirmación de los derechos humanos, lleva a defender a la persona de todo lo que atente contra ella y también a su promoción integral.

Las páginas que siguen profundizan en la experiencia de ocio solidario desde distintos puntos de vista, aunque desde el denominador común de la vivencia del voluntariado. Para ello parto de afirmaciones concretas de personas solidarias sobre las que necesitamos saber más. Ellas nos han contado lo que perciben, sienten, piensan y dicen que han aprendido a lo largo del tiempo; porque todas ellas practican el voluntariado desde hace varios años y pueden ser modelos de referencia de ocios solidario. A partir de su experiencia, vivencias e impresiones volveremos a redimensionar las reflexiones que se realizan en la primera parte de este libro, al tiempo que descubriremos nuevos campos de posibilidades para seguir profundizando.

Estas páginas introductorias al análisis de las experiencias de un grupo de jóvenes y dos de jubilados quieren destacar brevemente las tres líneas que dan unidad a los estudios citados, y que, de algún modo, ya se han referido aquí: En primer lugar el hecho de que son investigaciones que se plantean desde un punto de vista positivo; seguidamente la especificidad de investigar experiencias de personas comprometidas con el voluntariado, y finalmente el hecho de que la condición previa para que los voluntarios seleccionados hayan formado parte del grupo de estudio es su perseverancia. Este último aspecto lo consideramos un signo de «ocio sustancial», concepto que muy pronto aclararemos. Antes de pasar al análisis concreto de las experiencias nos detenemos en estos tres aspectos.

Desde la experiencia positiva

El estudio científico del altruismo se inicia en la década del setenta del siglo xx. Hasta ese momento los estudios psicológicos se preocupan fundamentalmente de procesos patológicos. Eso explica que sepa-

mos más de las anomalías que de los aspectos positivos del ser humano y, en el caso que nos ocupa, que se haya estudiado más la violencia que la solidaridad

A mediados del pasado siglo, Maslow ya defendía la noción de desarrollo a través del placer, después de constatar que las personas sanas tienden a elegir lo que es mejor, en la medida que sus necesidades son aceptadas y realizadas. Pero las necesidades humanas, tanto fisiológicas como psicológicas, son múltiples. Una buena parte se considera necesidades básicas, en cuanto que son comunes para toda la humanidad y son necesarias para vivir de modo digno y saludable. La satisfacción de estas necesidades se identifica a menudo con lo material (comida, vestidos, dinero, etc.) o lo corporal; pero Maslow consideró que es un error, pues ninguna de ellas satisface por sí misma otras necesidades básicas tales como protección, seguridad, dependencia, amistad, amor, respeto, aprecio, dignidad... Lo cierto es que, aunque las necesidades inferiores y más urgentes sean de tipo material, se tiende a generalizar en todas las demás los mismos planteamientos materialistas, olvidando otras necesidades que también son básicas.

Maslow afirmó que la insuficiente satisfacción de las necesidades básicas conduce a las personas a la enfermedad; pero que su satisfacción constante nos hace saludables y previene los problemas ocasionados por la carencia⁶⁰. Todas las necesidades básicas pueden ser consideradas escalones que conducen a la autorrealización, es decir, a hacer realidad las potencialidades de cada cual, a lo que cada uno de nosotros puede llegar a ser. Cada necesidad básica satisfecha abre el camino a una necesidad superior y, al mismo tiempo, ofrece la posibilidad de vivir experiencias-cumbre, proporcionándonos la oportunidad de goces intermedios, que nos motivan durante el proceso y nos retan a subir nuevos escalones de autorrealización.

Según Maslow nuestras necesidades más profundas no son malas o peligrosas, puesto que en realidad conducen a las personas a la autorrealización. Una persona que se autorrealiza consigue fusionar verdad, bondad y belleza, al tiempo que trasciende a sí mismo y supera las motivaciones egoístas y personales en pro de otras superiores relacionadas con los demás. «Tan sólo en las personas saludables existe una relación entre placer subjetivo de la experiencia, impulso hacia ella o deseo de ella, y “necesidad básica” de la experiencia (buena para ella a largo plazo). Sólo estas personas ansían uniformemente aquello que es bueno para

⁶⁰ MASLOW, A., *El hombre autorrealizado. Hacia una psicología del ser*, 10.^a edición, Kairós, Barcelona, 1993, p. 193.

sí mismas y para las otras, y pueden, por tanto, disfrutarlo y aprobarlo de todo corazón. Para tales personas en la virtud está su propia recompensa, en el sentido de que es gozada por sí misma. Tienden espontáneamente a obrar bien, porque esto es lo que desean hacer, lo que necesitan hacer, lo que disfrutan, lo que aprueban, y lo que seguirán disfrutando»⁶¹.

R. Jensen⁶², al adaptar la escala de necesidades de Maslow al tema del ocio, consideró que el ocio solidario es el horizonte más elevado al que puede llegar esta vivencia. Desde el punto de vista de este autor, el ocio solidario es una necesidad que aparece después de haber satisfecho las de participación activa y exploración creativa. De manera que, en un proceso en el que nadie puede desarrollarse por otro y para disfrutar con algo cada cual debe hacerlo parte de sí mismo, la consideración del ocio solidario como meta se transforma en objeto de estudio de sumo interés. ¿Cuál es el proceso para acceder a esta experiencia? ¿Qué sentido tiene para las personas que viven esta realidad?

Las experiencias satisfactorias permiten vivir emociones positivas tales como felicidad, alegría, orgullo, amor, afecto, alivio etc. que, como afirma Maslow⁶³, facilitan la satisfacción de las necesidades básicas, haciéndonos saludables y previniendo los problemas ocasionados por su carencia. James R. Averill⁶⁴ precisó que una emoción es positiva si cumple alguna de las siguientes condiciones:

1. el sentimiento provocado por la emoción se percibe como agradable;
2. el objeto de la emoción se valora como «bueno»;
3. la conducta que uno realiza mientras experimenta esa emoción la evalúa de forma favorable, y
4. las consecuencias de la emoción son beneficiosas.

Estas características, presentes en las experiencias de ocio autotélico, indican que las emociones siempre incluyen un juicio o valoración por parte de quien las vivencia. Como se verá más adelante, todas ellas están presentes en los voluntarios seleccionados en los grupos de estudio que aparecen en este capítulo. Por el momento quisiera destacar aquí la importancia de las experiencias satisfactorias en cuanto reafir-

⁶¹ *Idem*, p. 201.

⁶² JENSEN, R., *Outdoor Recreation in America*, Human Kinetics, IL., 1995, p. 7.

⁶³ MASLOW, A. (1993), *El hombre autorrealizado. Hacia una psicología del ser*, 10.ª edición (1.ª de 1968). Barcelona, Kairós, p. 193.

⁶⁴ AVERILL, J.R. (1980), «On the paucity of positive emotions», en BLANKSTEIN, K.R., PLINER, P. y POLIVY, J. (eds.), *Assessment and Modification of Emotional Behaviour*. Londres: Plenum Press, pp. 7-45.

madoras del self, del «sí mismo», algo de especial importancia en nuestros días. Si consideramos válida una de las afirmaciones básicas en los trabajos de Mihaly Csikszentmihalyi⁶⁵ según la cual «el disfrute es la piedra angular de la evolución», podemos considerar que las experiencias de ocio, en cuanto generadoras de vivencias que tienden a repetirse y mejorar la satisfacción que nos proporcionan, son fuentes de desarrollo humano individual y social. Es decir, que el ocio es una experiencia satisfactoria que incide más allá de lo personal, extendiéndose también a niveles comunitarios y sociales.

Muchos autores entienden que la solidaridad, en cuanto motivación que nos incita a ayudar a nuestros semejantes, es fruto de la capacidad innata de los seres humanos. De ahí que para ellos ésta sea una fuerza indestructible para estimular nuestro instinto tanto para sobrevivir y reproducirnos como para nutrir nuestros principios éticos y humanistas. Si la solidaridad puede ser considerada un valor superior relacionado con el altruismo y opuesto al egoísmo, ¿cómo son las personas que practican un ocio solidario? ¿Son personas sanas, en el sentido que entiende Maslow, es decir, personas equilibradas, capaces de vivir experiencias-cumbre, positivas, alegres, con proyecto y horizonte de vida?

En los últimos años he profundizado en diferentes temáticas relacionadas con la experiencia de ocio⁶⁶, desde puntos de vista que responden, en cierto modo, a las cuestiones de Keynes. Sin embargo, la adaptación al ocio de las teorías de Maslow que lleva a cabo R. Jensen plantea preguntas de un interés aún mayor. Si el disfrute, lo satisfactorio, es uno de los rasgos específicos de la experiencia de ocio, capaz de mover procesos de desarrollo humano, ¿no deberíamos saber más de las experiencias solidarias en cuanto horizonte de un ocio más humano capaz de responder a las demandas de una nueva sociedad? Las investigaciones que siguen se interesan por las experiencias solidarias en cuanto acciones que proporcionan satisfacción a quienes las realizan y se convierten así en paradigma de vivencias positivas.

El voluntariado

Voluntariado y asociacionismo son términos relacionados, pero que no siempre siguen los mismos caminos. Sabemos que el asociacionis-

⁶⁵ CSIKSZENTMIHALYI, M. y CSIKSZENTMIHALYI, I.S. (1998), *Experiencia óptima. Estudios psicológicos del flujo de la conciencia*. Bilbao, Desclée de Brouwer, p. 47.

⁶⁶ CUENCA CABEZA, M. (2004), *Pedagogía del Ocio: Modelos y propuestas*. Bilbao, Universidad de Deusto.

mo español se caracteriza por un escaso índice de penetración: cuatro de cada diez españoles pertenecen a una asociación voluntaria. En nuestro país predomina un asociacionismo expresivo, es decir, centrado más en temáticas de ocio que laborales, más frecuente entre hombres que entre mujeres. El asociado/voluntario tipo es el joven soltero que vive en ciudades de tamaño medio (entre 50.000 y 100.000 habitantes), de clase acomodada y escolarmente cultivado⁶⁷.

Aproximadamente el 9,8% de la población adulta española afirma dedicar parte de su tiempo a colaborar con organizaciones no lucrativas⁶⁸. Según la clasificación ICNPO, entre las organizaciones no lucrativas españolas la categoría relacionada con la sociedad del ocio es la más numerosa. Ella sola supone más que el 58% de las instituciones del sector y, dentro de ella, el subgrupo deportivo ocupa la mayor parte⁶⁹. Junto a él existe un voluntariado intensivo, de profundas convicciones, aunque mucho más minoritario. Aún así, datos recientes cifran que estos grupos de solidaridad y cooperación están experimentando un crecimiento notable durante los últimos años. En España se manejan datos que superan el millón de personas; pero si comparamos con los de otros países, como Estados Unidos, la realidad sigue siendo escasa⁷⁰.

La acción voluntaria se produce a partir de un compromiso libre, aunque su labor esté integrada en una tarea profesionalizada. El voluntario actual tiene un carácter participativo y cooperativo diferente, promueve programas de desarrollo en los temas que se implica, pero dentro de los marcos de una organización y con unos planteamientos llevados a cabo por expertos. Un experto o dinamizador es una persona que necesita tener las ideas claras sobre qué y cómo quiere que ocurra la experiencia del grupo y la labor que se le encomienda. Es una persona que necesita preparación, ayuda, comunicación con otras experiencias similares y, por supuesto, actualizarse en los nuevos modos de acción y organización. Más allá de la buena voluntad, el voluntariado emergente tiene una dimensión social y política que requiere una acción cualificada.

Señala José Ignacio Ruiz Olabuénaga que la heterogeneidad es una de las características propias del sector no lucrativo en España. Sus ob-

⁶⁷ FUNDACIÓN FOESSA, «Ocio y Estilos de Vida», en *Informe sociológico sobre la situación social en España*, Madrid, Fundación FOESA, 1994, pp. 1985-86.

⁶⁸ Lester SALAMON y otros, *La sociedad civil global, dimensiones del sector no lucrativo*, Fundación BBVA, Madrid, 2001, p. 217.

⁶⁹ RUIZ OLABUÉNAGA, J.I. (director), *El sector no lucrativo en España*, Fundación BBVA, Madrid 2000, p. 132.

⁷⁰ Revista RAS, Universidad de Deusto, Bilbao, 10, 1998, pp. 10-14.

jetivos son tan variados que, sin exageración, «puede afirmarse que no existe una sola necesidad social insatisfecha que no cuente con una o muchas entidades orientadas a la oferta de servicios para su solución»⁷¹. Esto indica nuevamente que la importancia y la presencia del voluntariado en nuestra sociedad actual es un valor en alza que requiere atención y estudio. Junto a un tiempo libre necesario, el ocio, entendido como experiencia humana satisfactoria y positiva, abre un nuevo horizonte de solidaridad que permite desarrollar vivencias y nuevas formas corporativas a favor de nuestra sociedad.

En el terreno de la acción social, el voluntariado español se ocupa en gran parte de la actividad preventiva, a través de acciones educativas y de ocio y tiempo libre, realizadas en el marco de la convivencia. La pluralidad de edades es frecuente en estas organizaciones de voluntarios, aunque destacan claramente dos segmentos de edad: los jóvenes, entre 15 y 25 años, y los mayores de 55 años. Este dato, que justifica la elección de nuestros grupos de estudio, indica que estamos hablando de una población menos polarizada en la actividad familiar y profesional⁷². Considerando que el ocio es una acción libre de participación y una expresión de valores personales, conviene recordar que es una actividad que se desarrolla a través de un compromiso cooperativo, en el que, como indicara C. Handy⁷³, cada persona está allí por estar de acuerdo con los objetivos de la organización y las personas que allí trabajan. Esta es una peculiaridad que lo aproxima a otras experiencias de ocio y que, en el marco que se estudia aquí, conviene no olvidar.

El voluntariado actual es un ámbito lleno de posibilidades y sentido, especialmente para las personas jubiladas que sienten la necesidad de seguir siendo útiles a la sociedad y desean transmitir la experiencia que han acumulado en su trayectoria profesional. Para muchas de ellas el abandono del trabajo supone un hecho traumático que se puede suavizar considerablemente a través de la actividad voluntaria. En un momento en el que la evasión se presenta frecuentemente como máxima expresión del ocio actual, olvidando la íntima relación del ocio con el desarrollo humano y la dignidad, la vivencia de experiencias solidarias se perfila como objetivo de interés general sobre el que es urgente investigar.

⁷¹ RUIZ OLABUÉNAGA, J.I. (director), *El sector no lucrativo en España*, p. 214. Es una afirmación tomada a partir de la Coordinadora de Organizaciones No Gubernamentales para el Desarrollo de España, Directorio de ONGD, Madrid, 1997.

⁷² Para mayor información puede verse LÓPEZ DE AGUILETA, I. y otros, *El voluntariado en la acción sociocultural*, Editorial Popular, Madrid, 1990.

⁷³ HANDY, C., *Understanding voluntary organisations*, Penguin, London, 1988.

Sobre la experiencia de ocio sustancial

La tercera característica que da unidad a los estudios que se recogen en esta segunda parte es el hecho de que la condición previa para seleccionar a los voluntarios seleccionados ha sido su perseverancia, aspecto considerado un signo de «ocio sustancial». Este apartado se ocupa de aclarar este concepto.

Para Robert A. Stebbins ocio sustancial y ocio casual son experiencias radicalmente diferentes que se relacionan con estados mentales contrapuestos. Ocio serio o sustancial es aquel que «implica la búsqueda sistemática de una intensa satisfacción por medio de una actividad *amateur*, de voluntariado o de un *hobby* que los participantes encuentran tan importante y atractiva que, en la mayoría de los casos, se embarcan en una carrera de ocio con la intención de adquirir y expresar la destreza, conocimientos y experiencia necesaria en ella»⁷⁴. Señala el autor que los aficionados se pueden encontrar en el mundo del arte, las ciencias, el deporte y el entretenimiento, con estrechas relaciones con sus homólogos profesionales; y aunque los que practican un hobby muchas veces no tienen un «alter ego» profesional, en ocasiones tienen equivalentes comerciales o un pequeño público interesado en su actividad.

Ocio casual o poco serio es una «actividad que ofrece una recompensa inmediata y que no requiere o requiere muy poco entrenamiento específico para su disfrute», pero también puede definirse como «toda clase de ocio que no puede clasificarse como *amateur*, relativo a un *hobby* o a una actividad de voluntariado»⁷⁵. Stebbins considera que estas experiencias de ocio son menos consistentes y no ofrecen la posibilidad de implicación y ocupación como las que tienen lugar en el ocio sustancial.

Las características distintivas del ocio sustancial son, según este autor, las seis que siguen:

1. Perseverancia.

Es una cualidad necesaria que, en el ocio sustancial, produce sensaciones positivas ante la necesidad de superar adversidades. La necesidad esporádica de perseverancia, como es el caso de enfrentarse al peligro, de superar el miedo escénico y de dominar la vergüenza, desarrolla sentimientos positivos que proceden, hasta cierto punto, del hecho de

⁷⁴ STEBBINS, R.A., «Un estilo de vida óptimo de ocio: combinar ocio serio y casual en la búsqueda del bienestar personal», en CUENCA, M. (ed.), *Ocio y desarrollo humano*, Universidad de Deusto/World Leisure, Bilbao, 2000, p. 111.

⁷⁵ *Idem.*, p. 112.

permanecer, en las duras y en las maduras, mediante la conquista de la adversidad. La perseverancia tiene que ver con la permanencia en el tiempo de cualquier práctica, de ahí que sea un requisito esencial para seleccionar el *corpus* de estudio del ocio solidario.

2. Esfuerzo.

Lograr un ocio sustancial está unido al esfuerzo continuado, a la superación de situaciones imprevistas, propias de las contingencias específicas de cada afición, al ascenso hacia etapas de logro, implicación y participación. La continuidad y la dedicación son también aspectos que consideramos en la selección de la muestra de voluntarios.

3. Formación.

Las prácticas de ocio impulsan a quienes las practican al dominio de conocimientos y destrezas específicas. Esto implica un esfuerzo personal significativo orientado hacia la formación, ya sea a través de aprendizajes de contenidos enmarcados en la afición, ya sea a través del desarrollo de habilidades muy concretas que permiten la superación de niveles de dificultad y la consecución de objetivos cada vez más difíciles.

4. Beneficios duraderos.

La práctica de un ocio sustancial siempre reporta beneficios duraderos. Stebbins ha identificado en sus investigaciones llevadas a cabo sobre aficionados 8 beneficios duraderos: autoactualización, autoenriquecimiento, autoexpresión, regeneración o renovación del «Yo», sentimientos de consecución, mejora de la autoimagen, la interacción social y la idea de pertenencia, además de los productos físicos de la actividad que son perdurables (una pintura, papel científico, un mueble). La autogratificación o la combinación del diversión superficial y la satisfacción profunda representan uno de los principales beneficios del ocio informal, hasta el punto de que al final predomina la parte del disfrute.

5. Ambito social.

Una quinta característica del ocio sustancial o serio es el ethos único que crece en torno a sí mismo. La práctica del ocio sustancial introduce a los sujetos en organizaciones, redes y contactos sociales de gran importancia; gracias a este «mundo social» extraordinario, los participantes pueden alimentar sus intereses de ocio, hacer que permanezcan. Unruh precisa que «un mundo social se ha de considerar como una unidad de organización social difusa y amorfa en carácter. Los mundos sociales, por lo común más amplios que los grupos u organizaciones, no se definen necesariamente por medio de fronteras formales, listas de miembros o territorios espaciales... Un mundo social ha de percibirse como una constelación internamente reconocible de actores, organizaciones, acontecimientos y prácticas, que se ha integrado en una esfera

percibida de interés y participación. Como es natural, un mundo social carece de una estructura autoritaria centralizada y poderosa, y queda delimitado por... una comunicación eficaz, y no por una membría grupal territorial o formal»⁷⁶.

Para Unruh el «mundo social» se caracteriza por la identificación voluntaria, por una libertad en la que poder entrar y de la que poder salir. Los socios se involucran sólo en parte, dentro del amplio abanico que conforman sus actividades, porque un mundo social, en los actuales momentos de la sociedad tecnológica, puede ser local, regional, multi-regional, nacional o internacional. Robert A. Stebbins señala que los ciudadanos de sociedades complejas, como es el caso de Gran Bretaña y Estados Unidos, son a menudo miembros de diversos mundos sociales. Los mundos sociales se mantienen unidos, a un alto nivel, gracias a la comunicación semiformal o mediada, apenas se caracterizan por interacciones cara a cara, sino más bien a través de la comunicación detallada en boletines informativos, noticias enviadas por correo, mensajes telefónicos, envíos en masa, buzoneo, Internet, anuncios de radio y televisión, y medios similares. Parece bastante posible que, en años venideros, Internet llegue a convertirse en el medio más popular.

6. Identificación.

La sexta característica guarda una estrecha relación con las anteriores: Los participantes del ocio sustancial suelen identificarse profundamente con las actividades que han elegido. Esto es algo que no ocurre con el denominado ocio casual o informal, caracterizado por la fugacidad y el ofrecimiento de recompensas inmediatas.

Afirma D.A. Kleiber que, aunque los intereses del ocio pueden ser serios o informales, porque la curiosidad no tiene límites, la identidad personal se fundamenta tanto en factores ambientales/circunstanciales y temperamentales como en la adaptación a los papeles sociales vigentes. Desde su punto de vista, en los contextos de ocio, la aproximación inicial puede ser vacilante o excesiva, pero depende de las inclinaciones inherentes (v.g. predisposiciones con base biológica) en un grado mucho mayor que en el caso de contextos obligados y definidos institucionalmente, como la escuela y el trabajo. Ello no significa que los intereses de ocio se vean exentos de influencias externas; porque es evidente que toda experiencia de ocio se encuentra enclavada en la sociedad, aunque sólo sea a través de las relaciones de la vida familiar. Lo que el autor quiere precisar es que en un contexto de ocio la posibilidad de

⁷⁶ UNRUH, D.R., «The nature of social worlds», *Pacific Sociological Review*, 23, 1980, 271-296, p. 277.

autoexpresarse y experimentar más libertad es mucho mayor. Para Kleiber, «a medida que las acciones particulares se reconocen como propias, y se consideran expresivas, desde un punto de vista personal... los intereses comienzan a incluir senderos de reflexión que conllevan implicaciones para un sentido del “Yo” y de la identidad»⁷⁷.

El desarrollo de las habilidades es crucial para la solidificación del interés, máxime cuando se vuelve autorreferencial, pero no basta con practicar una actividad con el fin de cambiar la perspectiva de sí mismo, se precisa de cierto grado de habilidad para crear dicho efecto. Más aún, superar los primeros fracasos a la hora de lograr un nivel de aptitud y de aprender a controlar nuestras emociones es igual de importante que integrar esta habilidad en un sentido de nuestra propia identidad. El hecho de abrirse paso a través de limitaciones con objeto de realizar actos que son intrínsecamente satisfactorios crea un «orden en la conciencia» que, según Csikszentmihalyi (1998), contribuye a alcanzar un sentido de la aptitud y una incorporación de dicho acto en la percepción de uno mismo.

Las dotes demostradas en juegos y en deportes, como las aptitudes favorecidas en la música, el arte, la interpretación, el canto etc., pueden resultar efímeras o conseguir cierto peso en la identidad social y personal emergente de una persona en la medida que dichas actividades se toman lo suficientemente en serio como para someterse a una disciplina de formación y aplicación, al tiempo que ofrecen unos patrones de compromiso comparables a los de otros actos que se consideren «serios». Como señala Robert Stebbins (1992), los coleccionistas serios, los músicos y los arqueólogos aficionados son el reflejo de una gran perseverancia y compromiso, sacrifican su tiempo, su dinero y sus relaciones sociales para continuar alimentando sus pasiones. Estas actividades resultan significativas a la hora de expresar las dotes y aptitudes individuales, proporcionando un elevado grado de reconocimiento social y afirmando los intereses y valores centrales.

Todo ello indica que las actividades de ocio sustancial o serio no se alcanzan por el mero hecho de despertar un interés sino que requieren un cultivo posterior. El cultivo de un interés es significativo para el individuo y fundamental para su identidad en función del desarrollo de niveles más elevados de aptitud y del apoyo de los demás. Por lo que una adecuada educación del ocio resulta fundamental para el ejercicio de cualquier práctica de ocio sustancial.

⁷⁷ KLEIBER, D.A., «Reflexiones sobre la etiología del interés duradero», en *Boletín Adoz*, n.º 28, Instituto de Estudios de Ocio, Universidad de Deusto, 2004, 39-41, p. 40.

Robert A. Stebbins considera que existen tres clases de ocio sustancial: el *amateurismo*, los *hobbies* y las acciones de voluntariado, tema central de los estudios que siguen. En cualquiera de ellas el autor precisa que se necesita de la educación del ocio para ayudar a las personas a encontrar un ocio sustancial, pues, al ser menos frecuente que el ocio casual y manifestarse en actividades de individuos y grupos reducidos, a menudo está oculto para el ojo público. Los resultados de múltiples investigaciones le permiten al autor afirmar que quienes buscan un estilo de vida óptimo vinculado al ocio lo encontrarán con mayor probabilidad en la esfera del ocio sustancial, combinado seguramente con el disfrute equilibrado de alguna suerte de ocio casual.

Las páginas que siguen son difíciles de entender sin el concepto de ocio sustancial que se acaba de presentar aquí. En primer lugar porque estudian unas acciones concretas de voluntariado en cuanto manifestaciones específicas de ese tipo de ocio; después, porque este criterio ha sido condición para seleccionar a las personas sobre las que se realizan las investigaciones que se desarrollan a continuación. En cifras globales, se puede afirmar que el 61% de las personas seleccionadas llevaban más de cinco años realizando acciones del voluntariado, el 29% tenían una experiencia que oscilaba entre tres y cinco años, y sólo un 16% estaban comprometidos con sus tareas desde hacía más un año y menos de tres.

Junto a la permanencia en el tiempo, la otra característica contemplada ha sido la dedicación continuada. La mayor parte de las personas que aparecen en este estudio dedicaba más de 4 horas semanales al voluntariado. Esto permite que se pueda decir que estamos estudiando unos grupos que, sin ser representativos de la población en general, sí son significativos para entender la experiencia solidaria de voluntarios que llevan a cabo este tipo de ocio de un modo sustancial e intensivo.

Bibliografía citada

- AVERILL, J.R., «On the paucity of positive emotions», en BLANKSTEIN, K.R., PLINER, P. y POLIVY, J. (eds.), *Assessment and Modification of Emotional Behaviour*, Londres, Plenum Press, 1980, pp. 7-45.
- CSIKSZENTMIHALYI, M. y CSIKSZENTMIHALYI, I.S., *Experiencia óptima. Estudios psicológicos del flujo de la conciencia*, Bilbao, Desclée de Brouwer, 1998.
- CUENCA CABEZA, M., *Pedagogía del Ocio: Modelos y propuestas*, Universidad de Deusto, Bilbao, 2004.
- CUENCA, M. (ed.), *Ocio y desarrollo humano*, Universidad de Deusto/World Leisure, Bilbao, 2000.
- FUNDACIÓN FOESSA, «Ocio y Estilos de Vida», en *Informe sociológico sobre la situación social en España*, Madrid, Fundación FOESA, 1994.

- HANDY, C., *Understanding voluntary organisations*, Penguin, London, 1988.
- JENSEN, R., *Outdoor Recreation in America*, Human Kinetics, IL., 1995.
- KEYNES, J.M., «Economic possibilities for our grandchildren», en *The Collected Writings of John Maynard Keynes*, McMillan St. Martin's Press, vol. IX, 1930, pp. 321-334.
- KLEIBER, D.A., «Reflexiones sobre la etiología del interés duradero», en *Boletín Adoz*, n.º 28, Instituto de Estudios de Ocio, Universidad de Deusto, 2004, 39-41.
- LÓPEZ DE AGULETA, I. y otros, *El voluntariado en la acción sociocultural*, Editorial Popular, Madrid, 1990.
- MASLOW, A., *El hombre autorrealizado. Hacia una psicología del ser*, 10.^a edición, Kairós, Barcelona, 1993.
- Revista RAS, Universidad de Deusto, Bilbao, 10, 1998.
- RUIZ OLABUÉNAGA, J.I. (director), *El sector no lucrativo en España*, Fundación BBVA, Madrid, 2000.
- SALAMON, L. y otros, *La sociedad civil global, dimensiones del sector no lucrativo*, Fundación BBVA, Madrid, 2001.
- STEBBINS, R.A., «Un estilo de vida óptimo de ocio: combinar ocio serio y casual en la búsqueda del bienestar personal», en CUENCA, M. (ed.), *Ocio y desarrollo humano*, Universidad de Deusto/World Leisure, Bilbao, 2000.
- UNRUH, D.R., «The nature of social worlds», *Pacific Sociological Review*, 23, 1980, 271-296.

Capítulo 2

La dimensión solidaria del ocio en un grupo de jóvenes voluntarios

Tanto la importancia de lo positivo como la necesidad de abrir nuevos caminos para la vivencia de un ocio digno hacen ver que el estudio del ocio solidario es un objetivo con significado en el momento actual. Este capítulo comienza situando el tema que nos ocupa en su marco de referencia, el ocio de los jóvenes. A partir de ahí nos introduciremos en el conocimiento del ocio solidario. Para profundizar en él analizamos las opiniones de un grupo de jóvenes universitarios, considerados modelos de referencia, que, a través de un cuestionario abierto, nos han hablado de su experiencia, percepciones y vivencias. Se puede ver que, aunque el ocio solidario se refiera por ahora a una minoría, estamos ante un ámbito lleno de posibilidades para el desarrollo personal, comunitario y global.

2.1. Encuadre de la investigación: El ocio de los jóvenes

Los medios de comunicación traen a la actualidad, de vez en cuando, un tema que preocupa socialmente desde hace varios años. Me refiero al fenómeno del «botellón», o consumo de alcohol en grupo entre adolescentes de edades cada vez más tempranas. Con la difusión de esta práctica se ha ampliado el abuso de bebidas alcohólicas y otras formas de drogadicción que están generando múltiples problemas personales y sociales, aumentando una inquietud que ya existía con el ocio nocturno de los jóvenes. Estamos ante un tema importante que

debe analizarse con cuidado y para el que se están demandando soluciones que empiezan a encontrar respuesta por parte de las instituciones responsables de la comunidad. Pero las ofertas recientes de «ocio alternativo» esconden, en el fondo, la incapacidad de padres y educadores para hacer frente a un fenómeno que les supera, el ocio de la juventud.

En este contexto aparecen cuestiones comunes como ¿qué hacer para que el ocio juvenil sea realmente creativo y satisfactorio? Esta pudiera ser una de las preguntas que se hace un padre, educador, político o cualquier otro responsable comunitario de nuestros días. El problema es que no sabemos qué responder, aunque nos gustaría hacerlo y, más aún, quisiéramos encontrar las referencias prácticas adecuadas para ello. La sociedad del ocio está aquí y el ocio es un valor de gran importancia para jóvenes y mayores; pero, hasta que no se puso de moda el ocio nocturno y se extendió la drogadicción, el ocio era algo que no preocupaba socialmente demasiado. Ahora, la situación es bien distinta y parece que hemos entrado en el nuevo siglo con voluntad de entender lo que nos pasa y hacer algo que permita cambiar la situación actual.

Las páginas que siguen reflexionan sobre estas cuestiones a partir del análisis de los datos que nos proporcionan encuestas y cuestionarios recientes sobre el ocio de los jóvenes. El resultado de este análisis nos sitúa en el contexto real de la investigación sobre la dimensión solidaria del ocio. Al estudiar la experiencia de un grupo de universitarios voluntarios podremos ver que, además de las prácticas de ocio que preocupan, también hay otras cargadas de esperanza, que todos somos responsables de conocer y extender.

La realidad de un cambio

Amando de Miguel, en *Dos generaciones de jóvenes 1960-1998*, indica que, en la juventud de 1960, existía un ideal de vida claramente diferenciado por razón de sexo. Los chicos pensaban en «buscarse un puesto en la vida», que se correspondía con un ideal profesional, económico y de ascenso social. En el caso de las mujeres, en el 68% de los casos se inclinaban por un ideal familiar: «fundar una familia, ganar para casarse, tener un hogar feliz»⁷⁸. El gráfico que sigue señala con mayor detalle la situación:

⁷⁸ DE MIGUEL, A., *Dos generaciones de jóvenes 1960-1998*, Instituto de la Juventud, Madrid, 2000, pp. 62-63.

**% actividades que en el futuro les van a dar mayor satisfacción
(primera en importancia)**

Jóvenes estudiantes	Profesión	Familia	Ocio y arte	Ideas religiosas o altruistas	Resto
Varones:					
—Universitarios	36	43	7	5	9
—Total	47	31	8	4	10
Mujeres	19	55	13	7	6

Fuente: Encuesta de la Juventud 1960, adaptación del cuadro 23 de A. DE MIGUEL, 2000, p. 64.

De Miguel comenta que, en aquel momento, esto era lo esperado. Sin embargo, lo que sorprendió a los investigadores fue «lo poco que resultaba el ideal familiar para los varones. Era un resultado muy diferente al que se había detectado por las mismas fechas en otros países europeos, donde se acusaba la «privatización» de los ideales juveniles: predominaba el deseo de casarse y de atender al hogar»⁷⁹. Este era un ideal que sólo se daba en España en el caso de los estudiantes con buena posición. Visto desde el momento actual llama la atención la escasa valoración que los jóvenes le concedían al ocio, sobre todo en los varones donde ocupaba un lugar muy alejado respecto a la profesión o la familia. En el caso de las mujeres, la importancia del ocio también era escasa, pero significativamente mayor si se compara con los varones o con el valor que ellas mismas concedían a la profesión.

Treinta y ocho años más tarde, lo que se denominaba *ideal de vida* queda sustituido por *proyectos vitales*. Amando de Miguel indica que el cambio se corresponde con una adecuación al lenguaje del momento y, para el nuevo análisis, parte de cuatro proyectos vitales amplios, comparables a las encuestas anteriores, a los que designa con una palabra, por razones de brevedad, que explícita a continuación con varias frases que condensan su significado. Los cuatro proyectos vitales a los que me refiero son:

1. *Trabajo*. No en el sentido de que tener un empleo, sino en el de conseguir el «éxito profesional», que en los jóvenes se mezcla con los estudios.
2. *Ocio*. Se resumen las distintas actividades culturales, deportivas o de diversión que llenan una gran parte del tiempo de los jóvenes.

⁷⁹ *Idem*, p. 63.

3. *Familia*. No en el sentido de la familia de origen (la de los padres), sino la de destino, lo que se llama «fundar un hogar».
4. *Altruismo*. No quiere decir que los anteriores proyectos sean egoístas, pero hay un epígrafe particular para las actividades dirigidas expresamente al bienestar de los demás. Entrarían aquí la participación en las llamadas ONGs (organizaciones no gubernamentales), en las asociaciones políticas o religiosas.

Afirma De Miguel que las encuestas de 1998 señalan, sin ninguna diferencia según la edad, la primacía paralela del «trabajo» y el «ocio», frente al descenso del valor del proyecto «familia» que ocupaba el primer lugar en las encuestas de 1990 y 1994. En 1998 los proyectos vitales de varones y mujeres jóvenes son semejantes. Analizando atentamente los datos de esta encuesta, quisiera destacar que, en la encuesta del 98, resulta llamativo el ascenso del valor del ocio, como se puede apreciar en el cuadro que sigue:

Sexo	Edad	Trabajo	Ocio	Familia	Altruismo
Varones	16-20	60	61	45	20
	21-24	63	65	46	23
	25-29	59	62	50	17
Mujeres	16-20	66	64	50	24
	21-24	66	61	49	27
	25-29	58	62	53	30
Total	16-20	63	62	47	22
	21-29	62	63	49	24

Fuente: A. DE MIGUEL, 2000, p. 253.

Sin que se pueda afirmar que los jóvenes actuales carezcan de aspiraciones profesionales o familiares, los datos traslucen su voluntad de disfrutar de las posibilidades de ocio que les ofrece la sociedad actual. El ocio constituye el proyecto vital más importante para los varones de 16 a 29 años y las mujeres de 25 a 29. El «altruismo» aparece de forma muy subalterna. «Hay una mezcla de objetivos a largo plazo, por un lado, y de un deseo más inmediato de vivir el presente. De este modo aparecen el hedonismo y el “presentismo” (como referente de “vivir al día”, “vivir el momento presente”) como rasgos usuales de la juventud actual, que se atemperan en los jóvenes (de ambos sexos) universitarios

y en las mujeres con prácticas religiosas, especialmente en las adolescentes»⁸⁰.

De Miguel considera que existe una ilación reseñable entre la religiosidad de los jóvenes y el ocio. «Los jóvenes tienden a valorar el ideal del ocio a medida que desciende por la escala de la religiosidad. Está claro que los católicos practicantes son los que menos se inclinan por el ideal del ocio»⁸¹.

Estos datos son coherentes con otros estudios recientes. Así, en la *Encuesta Europea de Valores*, María Silvestre Cabrera⁸² señala que Tiempo Libre y Ocio ocupan un cuarto lugar en la jerarquía de prioridades de los españoles actuales. Un 80,4% considera que es algo muy importante o bastante importante, interés que se acerca a los primeros lugares ocupados por familia, trabajo y amigos-conocidos; por el contrario se distancia bastante del valor que se le concede a la Religión (41,7%) y la Política (19,1%). Considerando estos datos, destaca Javier Elzo que «en 1990 asistimos a una pérdida del impulso de compromiso con el trabajo, a un alejamiento de los objetivos de realización personal en el trabajo. Encuestas posteriores constatan la importancia central que se va concediendo al tiempo libre y al ocio, a la realización personal fuera del trabajo.»⁸³

En esta línea de pensamiento Antonio Muñoz Carrión⁸⁴ precisa que la transición actuó positivamente en la percepción del ocio entre jóvenes nacidos en la década de los cincuenta. A lo largo del proceso de democratización, los jóvenes que se sentían satisfechos pasaron del 50% (1976) al 70% (1980). «La percepción que dicha generación tenía sobre la evolución de su ocio en el tiempo fue huyendo del extremismo, tanto optimista como pesimista, hacia una idea intermedia que expresaba su propia incertidumbre.» (...) «En este momento de comienzos de la democracia (1979), las cosas que más insatisfechen a los jóvenes en su tiempo libre son la dificultad para practicar deportes y desarrollar aficiones, y la escasa participación en actividades sociales»⁸⁵.

⁸⁰ *Idem*, p. 252. Hay que considerar que el «presentismo» es un fenómeno en crecimiento; así se puede observar en *Informe Juventud en España*, INJUVE, Madrid, 2000.

⁸¹ DE MIGUEL, A., *Idem*, p. 254.

⁸² SILVESTRE CABRERA, M., «Los valores básicos de la sociedad», en FRANCISCO ANDRÉS ORIZO, JAVIER ELZO y otros, *España 2000, entre el localismo y la globalidad*, Fundación Santa María/Universidad de Deusto, Madrid, 2000, pp. 25-47.

⁸³ ANDRÉS ORIZO, F., ELZO, J., *España 2000...*, p. 13b.

⁸⁴ MUÑOZ CARRIÓN, A., «Consumo y Ocio», en Manuel MARTÍN SERRANO y otros, *Historia de los cambios de mentalidades de los jóvenes entre 1960-1990*, Ministerio de Asuntos Sociales/Instituto de la Juventud, Madrid 1994, pp. 240-302, p. 247.

⁸⁵ *Idem*, pp. 247 y 249.

Pero la revalorización del ocio no es cuestión sólo de los jóvenes españoles, sino algo común en los países desarrollados. Esta afirmación se confirma en otras investigaciones, como la que realizan en el norte de Italia Antonella delle Fave y Fausto Massimini⁸⁶. Estudiando el significado del ocio en un grupo familiar de tres generaciones, residentes en una pequeña comunidad del Valle de Gressoney, encontraron que la generación de mayor edad, la de los abuelos, tenía sus mejores motivos de satisfacción personal en el trabajo (58%) y, escasamente en el ocio (16%). En la generación de los padres pudiera decirse que se encontraba un equilibrio entre trabajo (41%) y ocio (44%) y, finalmente, en la generación de los nietos destacaba la incidencia del ocio, un 70% frente a un 19% atribuido al trabajo. La importancia del ocio como experiencia vital superaba, en este caso, la función ocupada por el trabajo en la generación de sus abuelos. Los datos que antes he comentado del estudio de Amando de Miguel confirman que esta situación se corresponde con nuestra realidad actual, que cada año la confirmo personalmente al preguntar sobre este aspecto a mis jóvenes alumnos de Pedagogía del Ocio en la Universidad de Deusto.

¿Cómo es el ocio de los jóvenes?

De lo visto hasta aquí se deduce que el ocio es un aspecto muy importante en la vida de los jóvenes de hoy. Trataremos de aproximarnos ahora a lo que hacen durante su tiempo libre. He de precisar, aunque luego volveré sobre ello, que las actividades que habitualmente realizan los jóvenes en su tiempo libre son sólo un indicador del ocio de los jóvenes; pues, en muchos casos, puede ocurrir que hacen aquello que está de moda y no lo que realmente les gusta y, como se verá después, sus prácticas no siempre se corresponden con lo que les gustaría hacer. En *Jóvenes españoles 99*⁸⁷ Javier Elzo señala las actividades habituales de los jóvenes de ahora y los datos son analizados por María Teresa Laespada y Leire Salazar⁸⁸, considerando tanto la práctica como el gusto hacia las distintas actividades y agrupándolas en torno a dos ejes: El contexto o espacio físico, procedente de la dicotomía ocio doméstico-

⁸⁶ DELLE FAVE, A. y MASSIMINI, F., «La modernización y los contextos cambiantes de flujo en el trabajo y el ocio», en M. e I.S. CSIKSZENTMIHALYI, *Experiencia óptima. Estudios psicológicos del flujo de la conciencia*, Desclée De Brouwer, Bilbao, 1998, pp. 191-209.

⁸⁷ ELZO, J., *Jóvenes españoles 99*, Fundación Santa María, Madrid, 1999, p. 41.

⁸⁸ LAESPADA, M.T. y SALAZAR, L., «Las actividades no formalizadas de los jóvenes», en ELZO, J., *Jóvenes españoles 99*, Fundación Santa María, Madrid, 1999, pp. 355-400.

ocio extradoméstico, y el grado de expansividad, cuya dicotomía se expresa en ocio individual-ocio relacional. La tabla que sigue ilustra los datos que se comentan a continuación:

**Actividades de ocio de los jóvenes:
qué les gustan y qué practican habitualmente**

	Le gusta	Lo practica
Salir o reunirse con amigos	98,7	97,2
Escuchar cintas, <i>compact discs</i>	97,3	95,4
Viajar (siempre que se pueda)	95,3	80
Ir al cine	94,1	86,2
Oír la radio	92,5	89,8
Ver la televisión	92,2	92,1
Ir a escuchar música en directo	91,9	77,3
Ir a bares, cafeterías	90,9	88,8
Hacer deporte	85	70,1
Ir a discotecas	81,3	77,2
Leer libros	70,7	67
Visitar museos, exposiciones	65,4	43
Hacer cosas con el ordenador	64,1	47,6
Colaborar en una ONG	57,2	9,3
Asistir a conferencias, coloquios	35,7	25
Colaborar en asociación religiosa	19,1	8,3

Fuente: M.T. LAESPADA y L. SALAZAR, 1999, 363.

En una aproximación, meramente operativa y en absoluto cerrada o excluyente, las autoras destacan que los jóvenes prefieren las opciones de ocio que implican salir del entorno familiar: Salir o reunirse con amigos es la opción más valorada por un 98% de los jóvenes encuestados. Otras opciones de gran éxito y que también se desarrollan fuera de casa son viajar, ir al cine, ir a escuchar música en directo e ir a bares o cafeterías, todas ellas con porcentajes superiores al 90%. Este grupo de actividades se armoniza coherentemente con otro núcleo de acciones centradas en los medios de comunicación social: música, radio y televisión, con unos porcentajes de uso también superiores al 90%, es decir, altísimos. A este tipo de prácticas las autoras las consideran individuales y domésticas, por lo que se pueden señalar como opuestas al primer grupo. «Esta polaridad, que se refleja en los gustos por las actividades, nos hace reflexionar sobre la cierta “omnipresencia” de las actividades

de ocio en la vida cotidiana de los jóvenes, fuera ya de el contexto exclusivo del fin de semana»⁸⁹.

Aparentemente en las actividades domésticas dominan las prácticas de consumo. El 95% escucha música en cintas o *compact discs* y un 92% ve la televisión con asiduidad. En el listado ocupa un lugar cercano oír la radio (89,8%) y se distancia leer libros (67%), junto a hacer cosas con el ordenador (47,6%), una actividad que se espera vaya en aumento en los próximos años. En el ámbito extradoméstico el listado es mucho más nutrido. Aquí la opción más valorada y practicada de manera homogénea es, como se ha señalado, salir o reunirse con los amigos. En el elenco de gustos expresados por ellos mismos ocupa el tercer lugar la opción de viajar, que practica con cierta asiduidad el 80%, aunque este porcentaje pudiera ser mayor de no depender tanto de los recursos económicos; de hecho, los jóvenes afirman que les gusta en un 95% de los casos. Muy cerca está ir a bares, cafeterías e ir al cine y, a partir de aquí, se nota un descenso en la práctica que se inicia con ir a discotecas, 77%, o hacer deporte, 70%, ambos porcentajes todavía bastante crecidos.

El descenso por debajo del 50% aparece a partir de actividades como visitar museos, exposiciones (43%) y asistir a conferencias y coloquios (25%). Las prácticas menos usuales se encuentran en colaborar con una ONG o una asociación religiosa (9,3% y 8,% respectivamente), aunque en el primer caso dice que les gustaría al 57% de la población juvenil. A todos estos datos volveremos después para reflexionar sobre ellos y precisar matices relacionados con la vivencia del ocio.

Jóvenes y dimensiones del ocio

Aunque lo indicado hasta aquí permite situar el tema en un ámbito genérico, la juventud, como bien se sabe, es un colectivo heterogéneo en el que, desde hace años, los estudios sociológicos vienen delimitando diferentes tipologías que nos ayudan a precisar algo más sus costumbres, modos de vida, hábitos y valores. Así, en *Jóvenes españoles 99*, Javier Elzo distingue cinco tipologías de jóvenes que surgen como resultado de cuatro análisis factoriales realizados en torno a los temas «familia y trabajo», «amigos y tiempo libre», «sexo y dinero» y «política y religión». En el Instituto de Estudios de Ocio hemos realizado trabajos similares poniendo especial énfasis en definir los diferentes estilos de vida de ocio de los jóvenes de unas poblaciones

⁸⁹ *Idem*, p. 362a.

determinadas⁹⁰. Los resultados de unos y otros análisis nos ayudarán ahora a matizar el tema.

Con el ocio ocurre algo semejante, pues al ser un fenómeno complejo se concreta en modos y tipologías muy distintas. El ocio, en cuanto término genérico, hace referencia a vivencias satisfactorias y queridas que se hacen realidad en dimensiones claramente distintas e identificables: vivencias lúdicas, relacionadas con el mundo de la diversión y el juego; vivencias festivas, capaces de transformar la vida cotidiana en acontecimiento extraordinario; vivencias solidarias, relacionadas con la realización de nuestras necesidades altruistas; vivencias ambiental-ecológicas, provocadas por la contemplación o la inmersión en los ambientes que nos rodean; y vivencias creativas que nos sitúan en una dimensión de desarrollo personal que tiene lugar a través de acciones gratificantes que, realizadas por propia voluntad, hacen que la persona sea algo mejor en cualquier aspecto.

La creatividad puede estar en cualquiera de estas dimensiones, aunque a una de ellas le hayamos dado el nombre de creativa por su mayor proximidad. Un juego, un deporte o un paisaje, una persona a la que ayudamos o una fiesta, pueden ser ocasión de creatividad y también pueden ser actos creativos en sí mismos. Porque, a juicio de M. Csikszentmihalyi, cuando nos entregamos a la creatividad sentimos que «estamos viviendo más plenamente que durante el resto de nuestra vida»⁹¹. Hay que considerar que el autor diferencia entre la creatividad que tiene como resultado un producto (cuadro, descubrimiento...) y el «vivir plenamente» que se puede sentir con los deportes, la música, el éxtasis, etc., es decir, con actividades de ocio autotélico.

El punto de vista en el que me sitúo ahora es el ocio en un sentido más concreto, la relación de las prácticas de ocio de los jóvenes con las cinco dimensiones del ocio que he enunciado anteriormente. Sin embargo, dado que la investigación objeto de este capítulo se centra en la dimensión solidaria del ocio, en las páginas que siguen analizaremos las dimensiones lúdica, creativa, ambiental-ecológica y festiva que, al ser las dominantes en el momento actual, no se deben perder de vista para contextualizar el alcance del ocio solidario. A partir de la reflexión de los datos correspondientes a cada dimensión, podremos vislumbrar la situación actual del ocio de los jóvenes.

⁹⁰ Estos estudios se han llevado a cabo a petición de los responsables municipales de Getxo (Vizcaya) y Castro (Cantabria). Estudios inéditos que se encuentran en el Centro de Documentación Adoz, Instituto de Estudios de Ocio, Universidad de Deusto.

⁹¹ CSIKSZENTMIHALYI, M. e I.S., *Experiencia óptima. Estudios psicológicos del flujo de la conciencia*, Desclée De Brouwer, Bilbao, 1998, p. 16.

Jóvenes y dimensión lúdica

Si el juego es posibilidad de autoexpresión, autodescubrimiento, exploración y experimentación de sensaciones en los niños ¿por qué ha de perder su eficacia en el mundo de los adultos? La investigación de Maite Garagordobil sobre efectos de los juegos en la conducta prosocial y la creatividad de los niños confirma que promover la actividad lúdica es sinónimo de potenciar el desarrollo infantil⁹². ¿No podría pensarse algo similar con el ocio, vivido como dimensión lúdica, en la vida adulta? Volviendo a los datos generales sobre *Jóvenes 99* y considerando aquéllos que más se relacionan con la diversión, el entretenimiento y el juego encontramos lo siguiente:

	Le gusta	Lo practica
Salir o reunirse con amigos	98,7	97,2
Escuchar cintas, <i>compact discs</i>	97,3	95,4
Oír la radio	92,5	89,8
Ver la televisión	92,2	92,1
Hacer deporte	85	70,1
Ir a discotecas	81,3	77,2

Fuente: M.T. LAESPADA y L. SALAZAR, 1999, 363.

En este listado de actividades se pueden distinguir dos tipos que ocio diferenciado. Un ocio que pudiéramos llamar pasivo, centrado en el entretenimiento y la diversión a través de los medios de comunicación: audición de música, radio y televisión; y otro grupo de ocio activo en el que destaca «salir o reunirse con los amigos» y, a una cierta distancia, hacer deporte e ir a discotecas. Comentamos brevemente estos dos tipos de ocio.

En una primera aproximación se puede apreciar que las actividades de ocio pasivo tienen una gran incidencia en el conjunto de las prácticas de ocio juveniles. Son actividades que llevan a cabo, habitualmente, lo mismo hombres que mujeres y sin cambios significativos relacionados con la edad. Junto a la oferta general, el consumo de medios de comunicación por parte de los jóvenes se complementa con una oferta específica, especialmente en lo que se refiere a música y algunos programas de televisión o radio. En los últimos años las cadenas de televi-

⁹² GARAGORDOBIL, M., *Sobre efectos de los juegos en la conducta prosocial y la creatividad*, Ministerio de Educación y Cultura, Madrid, 1996, p. 59.

sión incluyen teleseries pensadas para públicos jóvenes, concursos y programas estrella, como Gran Hermano u Operación Triunfo, con el gancho especial de dar el protagonismo a chicos y chicas jóvenes. Pero los esfuerzos de las cadenas se centran en competir a las horas de máxima audiencia familiar que, en el año 2000, como en los anteriores, «han estado centrados en programas de entretenimiento»⁹³. El Informe de la Juventud publicado el pasado año señala que ver televisión sigue siendo la actividad preferida de los jóvenes cuando están en casa, aunque ha disminuido ligeramente el número de horas semanales dedicadas a este medio.

La bibliografía sobre la influencia de la televisión en niños y jóvenes es abundante. Frente a la defensa de los medios como recurso para la disminución de la ansiedad en situaciones de soledad, reafirmación de criterios individuales, función compensadora de emociones, compañía, información o medio de «vía de escape», encontramos múltiples teorías opuestas. Sartori, en *Homo Videns*⁹⁴, defiende que la televisión que es un instrumento que genera un nuevo «anthropos», un nuevo ser humano, al sustituir el lenguaje abstracto de la palabra por el concreto de la imagen, mucho más pobre cuantitativa y simbólicamente. Sartori critica la televisión como actividad de ocio por excelencia porque, en esencia, conduce a la pasividad, consiste sólo en mirar. La cultura del *zapping*, imperante en jóvenes y adultos, ha introducido la necesidad de estímulos exteriores, cada cual más llamativo, ante una oferta abundante sobre la que no se tiene un criterio de selección. Sin embargo, el 34% de los jóvenes indica que son los medios comunicación social donde se le dicen las cosas más importantes respecto a ideas e interpretaciones del mundo. Sólo la familia (53%) y los amigos (47%) le superan en importancia, el resto de los agentes sociales (libros, centros educativos, iglesia...) está por debajo⁹⁵. Parece importante no perder de vista estas referencias.

Respecto a la música, la que más gusta es la Pop y la de cantautores (60%), seguida de la música bakalao (31%) y Rock and roll (33%). Por oposición, la que menos interesa a los jóvenes es la música clásica (1%). La música Pop y de cantautores es, en cierto modo, la continuación de la ideología hippy de los años sesenta, un modo de pensar cercano a la naturaleza y al pacifismo envuelto en melodías pegadizas y

⁹³ Comentarios al estudio *Euroficción 2000*, difundido por la Academia de Televisión, *El Mundo*, 21-6-2001, p. 77.

⁹⁴ SARTORI, G., *Homo Videns. La sociedad teledirigida*, Taurus, Madrid, 1998, p. 36.

⁹⁵ GONZÁLEZ BLASCO, P., «Relaciones sociales y espacios vivenciales», en ELZO, J. y otros, *Jóvenes españoles 99*, Fundación Santa María, Madrid, 1999, pp. 183-262, p. 199b.

fáciles. González Blasco precisa que es una opción en la que están sobrerrepresentadas las chicas y es más valorada por los jóvenes «mayores». La música bakalao interesa a casi uno de cada tres jóvenes. La «foto» que identifica al bakaladero joven es: «algo más chicos que chicas, con estudios primarios, secundarios o formación profesional, en la derecha del espectro político y en un catolicismo no practicante y, en general, creyentes-católicos»⁹⁶. En general se puede decir que esta música se relaciona sobre todo con el baile y las rutas de jóvenes en fines de semana, tema al que volveremos luego. Es una música electrónica en la que se mezclan sonidos muy diferentes, abundan las repeticiones y, simbólicamente, ha llegado a ser un distintivo contracultural.

Respecto a la música Rock and roll, la tercera en el orden de aceptación, recordar que a menudo se ha dicho que forma parte de una ética narcisista, en la que la emoción prevalece sobre la idea. La cultura Rock inauguró un nuevo estilo de vida juvenil que hizo furor en todo el mundo a partir de Elvis Presley. Los deseos, la imaginación y la búsqueda de libertad son valores que se extenderán en este contexto por encima de la razón o la coherencia. González Blasco afirma que el apoyo al Rock crece al aumentar el nivel de estudios, más entre chicos que entre chicas y ligeramente con la edad. El autor considera que la música de los jóvenes satisface ciertas necesidades del ser humano tales como evadirse, soñar, detener el ritmo rutinario, equilibrar pequeños fraudes vitales cotidianos, necesidad de poesía y necesidad de expresión. Sobre este último aspecto señala que «a través de la música compuesta e interpretada por otros podemos expresar zonas oscuras de la propia alma, a las que no sabemos dar forma y expresividad. A veces, en la música patentizamos estados que no lográbamos aflorar. De ahí surge el anhelo de paz, la unión con los caídos, marginados del mundo, el furor frente a la explotación, la simpatía por lo puro y la rabia por la estafa, la angustia ante la guerra y la esperanza en algunos humanos. La música, mientras descansa, da forma a lo sentido y callado»⁹⁷; pero junto a estas funciones positivas, el autor destaca también sus costes negativos en pereza, exotismos falsos, evitar esfuerzos, sumirse en subjetivismos inoperantes y muchos otros.

Frente al éxito de estas músicas, en cierto sentido contraculturales y críticas de los valores sociales tradicionales, llama la atención el escaso interés de los jóvenes españoles por la música clásica. Es posible que los datos no sean del todo fiables y que, junto a la música moderna,

⁹⁶ *Idem*, p. 217b, datos anteriores en p. 219.

⁹⁷ GONZÁLEZ BLASCO, P., «Relaciones sociales y espacios vivenciales», en ELZO, J. otros, *Jóvenes españoles 99*, Fundación Santa María, Madrid, 1999, pp. 183-262, p. 208A.

gusten al mismo tiempo ciertas músicas clásicas. Sin embargo, parece que es incuestionable la escasa aceptación, algo que también es propio de otros países, cuya raíz pudiera estar en la falta de preparación, el desconocimiento o la agresividad de las músicas modernas, mucho más directas y accesibles en un primer momento.

En el otro lado de la balanza están las prácticas que hemos considerado ocio activo, en la medida que suponen salir de casa y encontrarse con otros. Salir o reunirse con amigos, que es la opción más compartida y deseada de los jóvenes, es también un índice de su necesidad de alejarse del núcleo familiar, de hacer su propia vida en el grupo de iguales. A este respecto conviene observar que las prácticas de ocio de los jóvenes y menos jóvenes han ido ganando un espacio cada vez mayor de socialización. Esto se debe tanto al aumento e importancia del tiempo libre como a la disminución de la función socializadora por parte de la familia y el trabajo. Salir y reunirse con los amigos puede ser una experiencia de encuentro y desarrollo, pero también de gregarismo, pérdida de libertad e uniformización. Este es un comentario que puede servir para la actividad «ir a discotecas», práctica bastante extendida y que tiene relación con la vivencia festiva.

Un tema diferente es el deporte, actividad que practica el 70% y que le gustaría practicar un 84,9%. No sabemos si ese deseo se haría realidad si se diesen las circunstancias, o si se debe más bien a la buena imagen que tiene la práctica deportiva en las sociedades modernas. María José Mateo y Consuelo del Val y Cid⁹⁸ señalan que en la sociedad española de los 90 se han producido grandes transformaciones relacionadas con el deporte. Por un lado está la creciente comercialización como respuesta a la necesidad de grandes espectáculos y entretenimientos colectivos; por otro lado el aumento de las prácticas deportivas. En la encuesta de la juventud de 1982 se señalaba un 55% de jóvenes entre 15 y 29 años que decía practicar algún deporte. Diez años más tarde (1992) la cifra se situaba en un 74,5%. Lo cierto es que, según los datos más recientes⁹⁹, la práctica deportiva es más cuestión de chicos que de chicas (81,1% frente a 58,8%) y de la primera juventud. A partir de los 18 años la práctica decrece y en el período 21-24 años se sitúa en el 64%. Afirma Ruiz Olabuénaga¹⁰⁰ que el 60% de los jóvenes practican deporte porque «disfruta y es emocionante», y añade que hay que matizar

⁹⁸ MATEO, M.J. y DEL VAL Y CID, C., «El ocio y las prácticas culturales de los jóvenes españoles», en NAVARRO LÓPEZ, M. y MATEO RIVAS, M.J., *Informe Juventud en España*, Ministerio de Asuntos Sociales/Instituto de la Juventud, Madrid, 1993, pp. 131-176, p. 169.

⁹⁹ LAESPADA, M.T., *op. cit.*, p. 366.

¹⁰⁰ RUIZ OLABUÉNAGA, J.I., *Juventud liberta*, Fundación BBV, Bilbao, 1998, p. 156.

positivamente esta afirmación pues, en la práctica, cuando la intensidad deportiva es mayor, aumenta la búsqueda de emociones.

Jóvenes y dimensión creativa

Pensando en la reflexión y el encuentro con la cultura, destacamos aquí actividades tales como leer libros, visitar museos o exposiciones y asistir a conferencias o coloquios. La observación de estas prácticas le lleva a Javier Elzo a hablar del joven «cultivado», término que resulta ajustado si consideramos la distancia que existe entre los datos que aparecen en la tabla y el conjunto de la población. Hay que recordar, sin embargo, que estamos hablando de unas edades con un alto porcentaje de estudiantes, donde «leer un libro», por ejemplo, puede ser parte de sus obligaciones, aunque se realice en tiempo de ocio.

Amando de Miguel, en la Encuesta de 1998, precisa algunos aspectos de interés relacionadas con el hábito lector. El primero es que cuando se les pregunta a los jóvenes sobre si les atrae muchísimo la lectura el porcentaje disminuye notablemente, pasando a unas cifras que oscilan entre el 17% y el 28%, en función de la edad¹⁰¹. Otro aspecto se refiere a la comprobación de que la lectura es una afición que influye en otras aficiones de los adolescentes, apareciendo unida al gusto por la ciencia y la informática, pero también al interés por la naturaleza. En el caso de los varones, refuerza la afición al cine y, en jóvenes mayores, la lectura refuerza el gusto de los varones por la música, el cine, la ciencia y la informática.

Comentando otras investigaciones sobre el hábito de lectura, José Ignacio Ruiz Olabuénaga destaca que un 30% de los menores de 25 años no lee nunca un libro, mientras que el 50% lee uno o dos al año y sólo el 20% lee anualmente más de tres libros. Del análisis más pormenorizado de los datos que hacen María Teresa Laespada y Leire Salazar se deduce que la lectura es una experiencia de ocio más habitual en las mujeres (74,5%) que en los hombres (59,9%), aunque en general es una práctica que va aumentando con la edad. El último informe del INJUVE refleja que el número de lectores jóvenes disminuye en beneficio de los espacios televisuales y el uso de las nuevas tecnologías¹⁰². Lo mismo ocurre en la actividad visitar museos y exposiciones o asistir a conferencias y coloquios, aunque las proporciones sean más reducidas en estos casos. No aparecen aquí datos sobre actividades de expresión, tales

¹⁰¹ DE MIGUEL, A., *op. cit.*, p. 440.

¹⁰² Informe *Juventud en España 2000*, www.mtas.es/infojuve, 20-2 02, pp. 29-30.

como escribir, pintar, componer o tocar un instrumento etc., es evidente que sus porcentajes serían mucho más bajos; aunque en ese caso podría resultar interesante conocer el interés por hacerlo.

Jóvenes y dimensión ambiental-ecológica

Se ha señalado antes que la dimensión ambiental-ecológica del ocio tiene como resultado experiencias gratificantes que no se podrían entender sin el contexto, el ambiente o, según los casos, la presencia de la naturaleza. Los últimos estudios señalan que cada día aumenta la importancia del hogar en el disfrute del tiempo libre de los jóvenes. Esta importancia se debe a que es el lugar donde se procesa y consume la mayor parte de la información, tanto a través de los medios audiovisuales como de los equipamientos informáticos. El crecimiento del uso de las nuevas tecnologías a un ritmo acelerado ha contribuido a la revalorización del entorno próximo que comentamos.

A pesar de ello, entendemos aquí que el indicador más significativo sobre esta dimensión, en relación a la tabla de actividades de ocio de los jóvenes que venimos comentando, es el de viajar. Viajar es una experiencia que practica el 80% de los jóvenes y que les gustaría realizar a un 95%. El turismo juvenil español crece en un marco de globalidad, aumentando más rápidamente que el internacional. La comunicación de Aurkena Alzua y otros en el 6.º Congreso Mundial de Ocio¹⁰³, que llamaba la atención sobre la necesidad de prestar más atención a este tipo de sector, demostraba la homogeneidad actitudinal de los turistas jóvenes, pese a la diversidad del país de origen.

El hecho de que la mayoría de los jóvenes (61%) prefiera disfrutar sus vacaciones viajando por su cuenta, mientras que el 14% optaría por viajes organizados, le permite afirmar a Ruiz Olabuénaga que los jóvenes reflejan en esta referencia un énfasis en la independencia y la libertad, pero también el gusto por disfrutar de un tiempo más lento que le permita contemplar un paisaje, detenerse más tiempo en un lugar o conocer mejor la cultura de destino¹⁰⁴.

¹⁰³ El 6.º Congreso Mundial de Ocio se celebró en Bilbao, los días 3-7 de julio de 2000. Para las referencias a comunicaciones, ponencias o cualquier otra intervención se pueden consultar los *Resúmenes/abstracts*, las *Comunicaciones/papers*, editados en un CD y las actas de ponencias principales publicadas en *Ocio y desarrollo. Potencialidades del ocio para el desarrollo humano*, Documentos de Estudios de Ocio n.º 18, Universidad de Deusto, Bilbao, 2001. El resto de los materiales están en vía de publicación. La referencia para su localización o consulta es: ADOZ, Centro de Documentación en Ocio. Universidad de Deusto, Apartado 1. E-48080 Bilbao (España). www.deusto.es

¹⁰⁴ RUIZ OLABUÉNAGA, J.I., *Juventud liberta*, p. 154.

Ya en la Encuesta de Juventud 1992¹⁰⁵ María José Mateo Rivas indicaba que los viajes juveniles se consideraban un fenómeno que experimentaba un rapidísimo despegue en los últimos años. Si observamos los datos, se puede comprobar que así ha sido, pues frente a las cifras antes señaladas, en 1992 se hablaba de dos grupos de jóvenes diferenciados: los que habían viajado mucho o bastante (44%) y los que mostraban una percepción negativa considerando que habían viajado poco o nada (el 56%). Las razones aducidas por los jóvenes a la hora de decidir un viaje en el momento de la encuesta del 92, y seguramente en el momento actual, se concentraban en dos variables: lugar nuevo, es decir no visitado con anterioridad, y presupuesto necesario.

El lugar como motivación es lo que reseñamos antes como atractivo específico de este tipo de actividades de ocio juveniles, algo que también se hace patente en la preferencia de unos bares sobre otros, así como en discotecas, zonas o barrios determinados. Esta apreciación es coherente con el hecho de que la naturaleza y lo ecológico ocupen los primeros puestos entre los intereses de los jóvenes en 1998¹⁰⁶ momento en el que cerca de nueve de cada diez jóvenes decían sentir esta atracción. Es más, cuando se les preguntaba sobre aquello que les atraía muchísimo, debiendo escoger entre ocho estímulos posibles, los jóvenes de entre 21 y 29 años se decantaban por «naturaleza, ecología» en primer lugar, con un porcentaje medio del 40%, cercano al de los jóvenes entre 16-20 años, aunque en este caso la música ocupaba un lugar preferente¹⁰⁷.

Y es que hoy se valora al alza la ecología, el ambiente, el cuidado de la naturaleza y el respeto a los ecosistemas, a la par que se rechaza un cierto tipo de desarrollo industrial a gran escala y se busca una vida más humana para las personas en general. Como puntualiza González Blasco¹⁰⁸, «a poco observador que se sea, se detecta fácilmente que, al menos de palabra, a la gente le interesa e incluso le preocupa la naturaleza». Las personas, cada vez más ciudadanos urbanos, buscan volver de cuando en cuando a los espacios naturales, a los ambientes rurales y tradicionales, a las raíces de la tierra de la que proceden.

Jóvenes y dimensión festiva

En distintas ocasiones me he ocupado de la dimensión festiva del ocio señalando su importancia como contrapunto a la vida cotidiana,

¹⁰⁵ MATEO, M.J. y DEL VAL Y CID, C., *op. cit.*, p. 151.

¹⁰⁶ DE MIGUEL, A., *op. cit.*, p. 287.

¹⁰⁷ *Idem*, p. 440.

¹⁰⁸ GONZÁLEZ BLASCO, P., *op. cit.*, p. 193 a y b.

como ruptura con la realidad y necesidad social de autoconocimiento e identificación. Las fiestas, en cuanto vivencia extraordinaria de ocio, se remontan a los orígenes de la humanidad con unas connotaciones míticas y religiosas. Son las de llamadas fiestas tradicionales de las que los jóvenes siempre han sido y siguen siendo fervientes participantes. Una de las actividades de ocio preferidas por los jóvenes son las fiestas de barrios y pueblos. «Hasta tres cuartas partes de la juventud busca los calendarios festivos, organizando incluso sus salidas de forma comunitaria y escalonada para poder estar presentes en diferentes fines de semana o a diferentes horas de la noche en diferentes lugares en que se desarrollan en estas fiestas»¹⁰⁹.

Más allá de las fiestas tradicionales, la fiesta, como actividad de ocio de fin de semana, ha irrumpido en la vida de los jóvenes configurando un nuevo estilo de vida que resulta totalmente novedoso y actual. La primavera del 2001 TVE-2 emitía un reportaje sobre el fenómeno con el título «De marcha 48 horas» que, a mi modo de ver, mostraba adecuadamente esta nueva realidad¹¹⁰. Allí se definía este fenómeno como un nuevo modelo de ocio juvenil centrado en la noche del viernes y sábado, aunque con continuación, en algunos casos, hasta las 48 horas. Un nuevo modelo de ocio y uno de los negocios más solventes del siglo que comienza pues, sólo en Madrid, se calcula que mueve cerca de 4.600 millones de euros al año y da trabajo a veinticinco mil personas.

Según el documental, casi el 50% de los jóvenes aprovecha este tipo de oferta comercial y una cuarta parte de ese 50% alarga la fiesta más allá de las seis de la mañana. Las cifras no son en absoluto definitivas, pues su tendencia es a ir aumentando. Así lo demuestra la encuesta *Jóvenes 99*, donde la frecuencia de salida por las noches, de todos o casi todos los fines de semana, asciende al 64,6%, dato al que hay que añadir un 18,9% que sale con cierta frecuencia y un 12,8% que lo hace con poca frecuencia. Sólo el 3,5% dice no salir nunca. Estamos hablando, por tanto, de una costumbre instaurada de modo masivo, que tiene el punto más alto entre los 18-20 años, pero que sigue teniendo fuerza durante todo el período de la juventud.

El ocio nocturno y juvenil se ha convertido en un nuevo modo de vivir el ocio, opuesto a las vivencias cotidianas, opuesto también a la realidad habitual o a los usos de niños y adultos. Un ocio vivido masivamente entre iguales, transgresor y, aparentemente, liberador. Un ocio

¹⁰⁹ RUIZ OLABUÉNAGA, J.L., *Juventud liberta*, p. 131.

¹¹⁰ Documentos-TV, *De marcha 48 horas*, serie que dirige Pedro ERQUICIA y se emitió en la primavera de 2001 en TVE.2.

que posibilita a los jóvenes vivir en un «mundo prioritariamente suyo, que les permite interaccionar orientados bajo la asunción de que sólo existen ellos y sus objetivos»¹¹¹. El espacio nocturno del ansiado fin de semana se ha transformado, a juicio de Ríos Martín¹¹², en un espacio de libertad, autonomía, denuncia, identidad, máscara, huida, violencia y expresión de la moda. En palabras de los jóvenes del documental es un tiempo de desahogo en el que la música, el baile y la fiesta se muestran como forma de relación.

Considero que lo más llamativo de esta «marcha» ininterrumpida es que «todo el mundo va a su rollo», que, como señalan los jóvenes entrevistados, existe una total falta de comunicación. No es posible hablar, ni comunicarse, en los espacios irreales que son las discotecas; porque las discotecas son espacios llenos de estímulos visuales y sonoros, pensados para beber y bailar, que invitan a los jóvenes al aislamiento, la desinhibición y el consumo de todo tipo de drogas. Siguiendo con el testimonio del audiovisual, parece que la razón radica en que «a la gente le cuesta mucho divertirse» y se toman las drogas «para llegar a estados divertidos y para superar los tabúes que tienes como persona y poder desinhibirte». Gonzalo Robles, Delegado del Gobierno para el Plan Nacional de Drogas, en declaraciones recogidas en el documental, afirmaba que el nuevo modelo de ocio juvenil ha integrado el consumo de drogas entre chicos y chicas normales con una sola motivación: «divertirse». En la mayoría de los casos, este consumo explica que puedan aguantar tantas horas seguidas de fiesta.

Con lo dicho hasta aquí basta para situarnos en lo que significa el binomio fiesta y jóvenes en el momento actual. Como no se trata de repetir aquí las muchas y lúcidas páginas que se han escrito sobre el tema, tampoco daré nuevos datos de las fiestas del «botellón» o la «litrona» de los más jóvenes (a partir de trece o catorce años) o la concatenación entre estos ambientes y las bebidas alcohólicas (el 63,7% de los jóvenes las consumen habitualmente), la drogadicción (se calcula que alrededor del 10% de los jóvenes que frecuenta los locales que ocio nocturno consumen drogas) o la violencia. No cabe duda de que este modelo de ocio juvenil festivo es una práctica generalizada y una preocupación constante de la sociedad adulta. Sociedad que no acaba de entender el fenómeno y observa con cara de asombro las secuelas negativas que produce este tipo de ocio: drogadicción, accidentes de tráfico, violencia, desmotivación hacia otras cosas, dependencia y despersonalización.

¹¹¹ RUIZ OLABUÉNAGA, J.I., *Juventud liberta*, p. 116.

¹¹² RÍOS, M., «La noche de los jóvenes, ¿moda o rebeldía?» En *Sal Terrae*, tomo 85/11, número 1.007, diciembre, 1997, p. 887.

2.2. La experiencia de ocio solidario en un grupo de jóvenes universitarios

Hasta aquí hemos reflexionado sobre cuatro dimensiones del ocio autotélico, dejando para esta segunda parte la dimensión solidaria, por ser el objeto de estudio que nos ocupa. Iniciamos esta reflexión partiendo del planteamiento general de la dimensión solidaria y los jóvenes, como se ha venido haciendo antes con las otras dimensiones, y, a partir de ella nos introduciremos en el conocimiento específico de esta dimensión en un grupo de voluntarios universitarios.

Jóvenes y dimensión solidaria

El ocio como realización de altruismo hace referencia a experiencias satisfactorias cuya razón de ser está en los otros, en la ayuda, el bienestar, la alegría que sienten los demás como consecuencia de nuestras acciones. La lectura de estas experiencias desde el ocio nos lleva a una comprensión más amplia de lo que pudiera entenderse en un primer momento como ayuda o colaboración social. Bien es verdad que entenderíamos dentro de esta dimensión la colaboración con las ONGs o asociaciones religiosas, como se reflejaba en la tabla de actividades que venimos comentando. Pero también habría que considerar el apoyo al conocimiento o difusión de prácticas deportivas o culturales, siempre que se lleve a cabo de un modo desinteresado y se considere que estas prácticas constituyen un bien para los demás.

En el caso de la colaboración con las ONGs o asociaciones religiosas, la tabla de actividades *Jóvenes 99* refleja dos datos muy llamativos. Por un lado, su práctica es significativamente escasa respecto al conjunto de las actividades de ocio reseñadas (el 9 y 8% respectivamente), por otro lado, en el caso de las ONGs, es la actividad en la que la diferencia entre realidad y deseo es superior al conjunto, pues el 57% dice que le gustaría colaborar con ellas. También hay una diferencia significativa en el caso de la asociación religiosa, aunque aquí sólo sea el 19% el que contesta que le gustaría. María Teresa Laespada y Leire Salazar indican al respecto que «deberíamos pensar en una falta de motivación real que impide el acceso efectivo a este tipo de acciones»¹¹³.

Sea ésta u otra la razón, lo cierto es que en la tipología de jóvenes españoles propuesta por Javier Elzo, los altruistas o comprometidos constituyen un 12% del total, y estas cifras sí son más coherentes con

¹¹³ LAESPADA, M.T. y SALAZAR, L., p. 365a.

los porcentajes de práctica que se han señalado antes. Elzo constata que los jóvenes que colaboran con alguna ONG o asociación religiosa son los que en más alto grado consideran la religión, al tiempo que también dan un valor superior a la media a: la familia, la formación o llevar una vida moral digna. En sentido contrario, son los que menos valoran ganar mucho dinero y llevar una vida sexual satisfactoria. En general son personas que se sienten contentas con la vida, las noches de los fines de semana vuelven a casa antes que los demás y son los que menos drogas, legales o ilegales, han consumido¹¹⁴.

Los jóvenes españoles, igual que ocurre con los adultos, son poco dados a los compromisos sociales o políticos. Sólo tres de cada diez jóvenes pertenece a algún tipo de asociación y, dentro del escaso porcentaje, el 12% pertenece a asociaciones deportivas, el 5% a grupos scouts o similares y el 6% a peñas, cofradías u organizaciones locales o regionales. La participación en asociaciones educativas, artísticas o culturales se sitúa en el 6%, quedando para el resto (ecologismo, organizaciones benéfico-sociales...) unos porcentajes más reducidos. La escasa participación se agrava con la edad pues, «al ir avanzando en esa etapa joven, se participa aún menos, quizá preocupados por formarse y buscar empleo en la sociedad»¹¹⁵.

A pesar de los escasos índices de participación tanto en asociaciones como en voluntariado (donde, contrariamente a lo que ocurre con el asociacionismo, la participación aumenta con la edad), a pesar también de que en estos ámbitos la realidad es mucho más pobre que los deseos. Quizá por eso y por la popularidad y buena imagen que estos movimientos sociales tienen entre los jóvenes, comparto con González Blasco que éste es un ámbito «que puede representar un espacio interesante para la socialización de los jóvenes españoles»¹¹⁶.

El grupo de jóvenes que pasamos a estudiar a continuación forma parte del reducido colectivo de jóvenes españoles comprometidos socialmente a través del asociacionismo o el voluntariado. Para profundizar en el conocimiento de su experiencia solidaria, analizamos la opinión un grupo de jóvenes universitarios, seleccionados teóricamente como sujetos de «ocio solidario», a los que hemos preguntado sobre sus experiencias, percepciones y otros aspectos de su vivencia. Sus pensamientos y opiniones permitirán introducirnos y profundizar en el tema que nos interesa.

¹¹⁴ ELZO, J., *Jóvenes españoles 99*, p. 36A.

¹¹⁵ GONZÁLEZ BLASCO, P., p. 242a.

¹¹⁶ *Idem*, p. 243b.

En la exposición que sigue precisaré, en primer lugar, una serie de datos que permitan conocer la muestra seleccionada para el estudio y la metodología seguida en su realización, inmediatamente seleccionaré distintas partes del estudio realizado y me centraré las siguientes cuestiones: ¿Puede ser la solidaridad una forma de ocio? ¿Por qué practican la solidaridad? ¿Qué les aporta a los jóvenes la experiencia solidaria? ¿Qué dificultades encuentran para llevarla a cabo? ¿El voluntario nace o se hace? ¿Tienen los voluntarios algunas características que los hace diferentes de los demás jóvenes? Tras la contestación a estas preguntas podremos realizar una visión global de las principales aportaciones, junto a propuestas de acción que favorezcan el desarrollo del ocio solidario entre los jóvenes; este será el objetivo de la reflexión final.

La muestra

Hemos seleccionado a veinte jóvenes universitarios, de distinto género y carreras, que dedican la mayor parte de su tiempo libre al ejercicio de un ocio altruista, a hacer realidad el ocio de los demás o, más exactamente, a poner en concreto el derecho al ocio. La edad media de los entrevistados está comprendida entre los 19 y los 24 años, en 16 de los casos, y entre los 25 y los 29 en los otros 4 casos restantes. Las mujeres entrevistadas son 12 y 8 los hombres. El estudio se realiza con alumnos que en su mayor parte no han finalizado aún la carrera elegida en la Universidad de Deusto, campus de Bilbao y San Sebastián, durante el segundo semestre del curso 2002-03. Con la intención de obtener una representación de los estudiantes que asisten a esta universidad, se han seleccionado alumnos de Psicología, Informática, Derecho, Pedagogía, Educación Social y Sociología.

Al seleccionar la muestra se ha tenido en cuenta que la práctica de ocio solidario de estos jóvenes fuese del tipo que Robert A. Stebbins considera un «ocio serio o sustancial»¹¹⁷, del que hemos hablado en la introducción de esta segunda parte. Recordemos que esta experiencia se relaciona con la práctica sistemática de una actividad voluntaria que los participantes encuentran tan esencial a sí mismos que la entienden como expresión de su personalidad. En nuestro caso hemos considerado que el indicador de ocio sustancial más significativo de los estudiantes seleccionados era la perseverancia, de ahí que hayamos tenido

¹¹⁷ STEBBINS, R.A., «Social World, Life-style, and Serious Leisure: Toward a Mesostructural Analysis», *World, Leisure and Recreation*, 1, 35, primavera 1993, pp. 23-26. También, KAIERO, A. (ed.), *Valores y estilos de vida*, Bilbao, Universidad de Deusto, 1994.

en cuenta tanto la dedicación como que su experiencia mínima sea superior a un año. La selección final quedó del siguiente modo: 5 jóvenes afirman tener entre 1 y 2 años de experiencia, 8 entre 3 y 5 años y 7 de los mismos llevan realizando actividades de voluntariado durante más de 5 años. De este dato se extrae que la actividad de voluntariado no es un acto puntual sino que forma parte de un proceso de colaboración en el que existe un grado alto de compromiso. Más de la mitad de los entrevistados superan las 4 horas semanales de dedicación al voluntariado en sentido estricto.

El tipo de entidades en el que estas personas realizan el voluntariado de ocio se divide en dos grandes grupos, en función de si van dirigidas a colaborar con personas con discapacidad o sin discapacidad. Entre los entrevistados, hay personas que colaboran con uno sólo de estos colectivos o ambos. Cinco personas de la muestra realizan su labor de voluntariado con personas con algún tipo de discapacidad. Entre las asociaciones con las que predominantemente colaboran nuestros entrevistados destacan GORABIDE, APNABI y BIZITEGI. El resto llevan a cabo su ocio solidario con personas sin discapacidad. Destacan las asociaciones de tiempo libre y ludotecas, las asociaciones educativas religiosas, las asociaciones sin ánimo de lucro y ONGs, las asociaciones contra la discriminación y la marginación, y las asociaciones de ayuda al Tercer Mundo.

Soy consciente de que los jóvenes de la muestra pertenecen al grupo de jóvenes comprometidos que comentábamos al hablar de la dimensión solidaria del ocio; pero en ningún caso entiendo que sean una muestra significativa de los mismos. No se pretende que las conclusiones de este estudio sean generalizables, sino que nos ayuden a conocer más la peculiaridad de la experiencia de ocio solidario a través de unas personas que consideramos viven esa experiencia de un modo suficientemente adecuado como para poder ser estudiada. El análisis que se realiza a continuación se enmarca en este contexto; pero, metodológicamente, las reflexiones se realizan a partir de los datos obtenidos a través de entrevistas en profundidad efectuadas al colectivo de jóvenes que antes se ha presentado. Para llevar a cabo dichas entrevistas se elaboró un cuestionario que, relacionado directamente con los objetivos de la investigación, fue reformado y validado por expertos en dos ocasiones, en lo referente a su contenido. Posteriormente se depuró la expresión de las preguntas a partir de las sugerencias de distintas personas elegidas al azar.

Dicho esto, podremos empezar a hacernos las cuestiones que formulábamos antes de hablar de la muestra, con el fin de intentar responderlas a partir de los datos que nos aporta el estudio de la realidad concreta que hemos seleccionado.

¿Puede ser la solidaridad una experiencia de ocio?

Antes de enfrentarnos a la pregunta que encabeza este epígrafe conviene recordar que la experiencia de ocio se entiende aquí como un tipo de experiencia humana que el sujeto percibe de un modo satisfactorio, no obligado y no necesario. Enunciado afirmativamente se puede decir que el ocio es una experiencia humana libre, satisfactoria y con un fin en sí misma; es decir, voluntaria y separada de la necesidad, comprendida como necesidad material primaria.

Preguntando a nuestro grupo de jóvenes sobre si la solidaridad que ellos viven es una forma de ocio, la mayor parte de los universitarios entrevistados consideran que se puede denominar así debido a que se realiza en el tiempo destinado al ocio:

«Sí, para mí no es un deber u obligación, para mí es algo que quiero hacer de tiempo libre» (E1).

«En mi caso, mi tiempo libre lo convierto en ocio haciendo voluntariado» (E4).

«No creo que la elección de ser solidario esté fundada en disfrutar del ocio, pero después te das cuenta de que disfrutas y estás disfrutando también de una actividad de tu ocio» (E5).

«Por supuesto, lo peor es tomarlo como una obligación porque a la larga se hace notar en tu trabajo» (E8).

Profundizando en sus respuestas se puede decir que viven la experiencia de un modo gratificante, libre y «gratuito». No lo consideran un «divertimiento» sino algo que se realiza con plena conciencia, porque se quiere hacer. Es evidente que para ellos la práctica de su voluntariado es algo tan serio que les hace pensar, en algunos casos, que no puede estar relacionada con el ocio sino con el trabajo: «No se debe infravalorar, considero que el voluntariado es como un trabajo cualquiera» (E14). Esta opinión refleja un concepto de ocio minusvalorado, lo que nos lleva a observar que, en algún caso, el problema para aceptar que la experiencia sea ocio se debe al concepto de ocio que se tenga. Así, cuando se afirma «no, no creo que una experiencia solidaria se acepte con el motivo de “rellenar” tiempo libre» (E20), se está señalando la confusión entre ocio y tiempo libre que se da en muchas personas en el momento actual.

Experiencia satisfactoria

El ocio forma parte de las necesidades vitales básicas específicamente humanas, relacionadas con el deseo y la motivación intrínseca.

Algo va mal en el adulto que no «juega» o que no sonrío. Se ha dicho que la sonrisa es la risa propia del adulto. Pero también el reír franco es sano a cualquier edad. «Un día sin reír —decía Buñuel— es un día perdido»¹¹⁸. La risa y la sonrisa son modos de expresar la satisfacción personal que habitualmente sentimos ante una vivencia de carácter afectivo y emocional como es el ocio. De ahí que un rasgo diferencial de las experiencias de ocio sea la satisfacción personal que nos proporcionan.

Muchas de las prácticas de ocio se escogen porque son agradables; pero decir que una actividad es agradable es decir poco. Por una parte está la satisfacción que se recibe al hacer la actividad, la que se obtiene como consecuencia de haber realizado la actividad y/o las dos. La cuestión básica es que la satisfacción o el placer van unidos a ciertas actividades de modo diferente. Además, no hay que perder de vista que una experiencia no es agradable en sí misma, sino en función de quien la realiza. Los estudios de Csikszentmihalyi¹¹⁹ han demostrado que la experiencia es más placentera cuando no es tan difícil que cause estrés, ni tan fácil que sea motivo de aburrimiento. Cuando el reto de la actividad y el nivel de destreza de los participantes están en equilibrio, la persona puede dar más de sí misma y obtener mejores satisfacciones.

Preguntados los jóvenes de la muestra sobre si la actividad voluntaria la realizan por disfrute propio o por sentido de la responsabilidad, una pequeña parte afirma realizar actividades de voluntariado únicamente porque les reporta un disfrute propio y les satisface. Muchos de los entrevistados afirman que les reporta, a partes iguales, tanto disfrute propio como un sentido y responsabilidad social. Este último aspecto el más importante para la mayoría, 15 de los 20 entrevistados, como lo demuestran afirmaciones en la línea de «todos somos parte de la sociedad y es responsabilidad de todos que todo vaya mejor» (E3) o «pretendemos que la gente tenga un poco más de conciencia social» (E9). Lo curioso es que unos parten de la idea de responsabilidad social y terminan en el disfrute («hoy en día es además por disfrute propio ya que es algo que me gusta, con lo que aprendo a apreciar la vida y a las personas y gracias al cual tengo nuevos valores» —E13—), mientras que otros hacen el camino contrario («Empezamos como disfrute propio, pero vas

¹¹⁸ Citado en FIERRO, A., *Sobre la vida feliz*, Ediciones Algibe, Archidona (Málaga), 2000, p. 94.

¹¹⁹ Véase CSIKSZENTMIHALYI, M. y CSIKSZENTMIHALYI, I.S., *Experiencia óptima. Estudios psicológicos del flujo de la conciencia*, Desclée de Brouwer, Bilbao, 1998. CSIKSZENTMIHALYI, M., «Ocio y creatividad en el desarrollo humano», en *Ocio y desarrollo. Potencialidades del ocio para el desarrollo humano*, Documentos de Estudios de Ocio, n.º 18, Universidad de Deusto, Bilbao, 2001, pp. 17-32.

viendo que implicas a la gente y eso es bueno» —E9—). A veces la motivación inicial es otra: «empezó como una curiosidad, por aprender y formarme» —E11—; pero este caso es poco representativo del sentir general que se debate entre la dicotomía del disfrute y la responsabilidad.

Afirma Maslow que, en los momentos más altos de la madurez humana, se fusionan, trascienden o resuelven todas las dicotomías de modo que las personas son a la vez egoístas y desinteresadas, individuales y racionales... «¿Cómo oponer el hedonismo egoísta al altruismo, cuando el mismo altruismo se hacía susceptible de ser gozado egoístamente?»¹²⁰ En el caso que nos ocupa resulta evidente que la satisfacción personal que les reporta la experiencia es un aspecto esencial para explicar la perseverancia de la acción. Esta intuición inicial se refuerza cuando se les pregunta ¿cómo te sientes normalmente cuando estás realizando la experiencia solidaria? Prácticamente todos contestan que bien o muy a gusto. Curiosamente estas sensaciones hacen que alguno entienda que se vive con ello una cierta contradicción («bien, aunque suene un poco egoísta, te sientes bien» —E6—). De hecho buena parte de los entrevistados entiende que la experiencia solidaria es algo esencialmente vivencial, que no se transmite fácilmente con razones sino con vivencias: «Yo creo que en vez de explicarlo lo mejor sería que pruebe... hay que vivirlo» (E1), «simplemente le invitaría a que lo experimentase por sí mismo» (E7).

Libre y altruista

La experiencia solidaria es algo que los entrevistados realizan libremente en la totalidad de los casos, aunque en ocasiones inducidos por algún tipo de invitación. «La experiencia de la solidaridad no es algo que deba ser impuesto, puesto que viola la esencia misma de la solidaridad, de la empatía, de la acción de transformación del mundo, etc.» (E17). Además, consideran que se trata de una labor completamente altruista en la mayoría de los casos «sin pedir nada a cambio». Algunos entrevistados creen que su labor no tendría sentido si cobrasen («No me cabe en la cabeza la solidaridad con ánimo de lucro. Otra cosa es dedicarse profesionalmente en una ONG, pero eso ya no es solidaridad, eso es vocación profesional, tiendo a distinguirlo» —E17—). En general manifiestan que se sienten recompensados con la satisfacción personal que les produce ayudar a los demás. La gratuidad del ocio solidario les

¹²⁰ MASLOW, A., *El hombre autorrealizado. Hacia una psicología del ser*, 10.^a edición, Kairós, Barcelona, 1993, pp. 125-6.

lleva a observar, en algún caso, que no es una experiencia que pueda ser entendida una forma de ocio sino como un estilo de vida, una opción elegida para el tiempo de no-trabajo: «Yo no lo considero ocio, porque lo considero más mi estilo de vida... una experiencia de pauta de vida, te marcas un camino y una serie de pautas y tu vida consta de muchas y una de esas...» (E2).

¿Experiencia de ocio?

Preguntados si la experiencia personal de cada uno tiene que ver con el ocio, nos encontramos con una división de opiniones. La mitad afirma que su experiencia solidaria es una experiencia de ocio, aunque con distintos matices: «Sí, es una forma de pasar tu tiempo libre de forma en la que tú aprovechas ese tiempo libre y encima lo haces con forma social» (E6) o «Mis experiencias de ocio no siempre son una apuesta solidaria, pero mis apuestas solidarias, al hacerlas desde la libertad y desde la conciencia de comunidad, son siempre un placer y una experiencia de ocio» (E11).

Muchos no se lo plantean como una forma de ocio en el sentido estricto: «La verdad que nunca me lo había planteado hasta la encuesta, pero creo que es algo más ya que hay días que puede ser muy difícil realizarlo, aunque hay algo que te tira a ello. Si lo entendemos como momento de disfrute sí sería ocio, pero no, es algo más» (E13). Alguno de ellos precisa que, aunque sí es ocio, desde luego es un ocio muy diferente a la práctica de actividades tales como hacer deporte o ir al cine «la decisión es más profunda y comprometida» (E5). Unos pocos afirman rotundamente que no, con razones tales como «que te diviertas no significa que podamos considerarla como ir de compras» (E18), «no, no creo que una experiencia solidaria se acepte con el motivo de “rellenar” tiempo libre» (E20) o «yo siempre la he entendido como un trabajo más, aunque no me paguen un euro...» (E14). De nuevo nos encontramos con una minusvaloración del concepto de ocio como punto de partida.

El problema, como puede apreciarse, está en el concepto de ocio de estos jóvenes y en su actitud ante el mismo: «Creo que asociamos, cada día más, el ocio con el consumo, lo cual parece suponernos cierto asombro cuando estamos disfrutando de algo y esto es gratis» (E11). En realidad la mayor parte de los jóvenes de la muestra entienden que el ocio es «disfrutar del tiempo libre» y no entienden, al menos en un primer momento el concepto de ocio que defendemos en este estudio. Pero, como se ha indicado, las vivencias de ocio son acciones satisfactorias y libres que se realizan por ellas mismas, a diferencia del trabajo que se lleva a cabo habitualmente en razón de otros fines. De modo que,

independientemente de las opiniones conscientes, motivadas en parte por una determinada concepción del ocio, conviene que revisemos realmente si la experiencia solidaria del grupo que estudiamos reúne o no las características de una experiencia de ocio objetiva.

La valoración que las personas preguntadas hacen de la experiencia del voluntariado es bastante buena en su conjunto y, en principio, se puede decir que sí reúne las características de las que hemos hablado. A eso se añade que algunos entrevistados precisan que «es una experiencia que no surge espontáneamente sino de una sensibilidad personal que tiene que ser trabajada desde que somos niños» (E5), afirmación que viene a confirmar nuestra teoría de que un ocio humanista, sea del tipo que sea, nunca aparece espontáneamente. Los entrevistados describen su experiencia de ocio solidario como vivencia importante, agradable («disfruto con ello») y sustancial (que da sentido a sus vidas).

Sintetizando las respuestas varias podríamos concluir que la experiencia de ocio solidario se percibe como satisfactoria, libre y altruista; pero esa satisfacción no se identifica solamente como disfrute personal sino también, y necesariamente, como resultado de haber realizado una responsabilidad social para la que los jóvenes encuestados se sienten llamados. Esto nos lleva a afirmar que estamos ante una experiencia de ocio autotélico, en cuanto que están ahí sus tres componentes esenciales: libertad, satisfacción y autotelismo. Sin embargo, existen unas diferencias específicas respecto a otras experiencias de ocio como son: presencia necesaria «del otro», conciencia de intervenir y mejorar a la sociedad y altruismo. La compensación buscada está, sobre todo, en el calor humano y, en ningún caso, en la utilidad inmediata. Estas diferencias entiendo que habría que considerarlas como rasgos específicos de la dimensión solidaria del ocio.

Ocio sustancial

La experiencia de los voluntarios entrevistados no sólo podríamos calificarla como experiencia de ocio sino que, además, podríamos decir que nos encontramos ante una vivencia de ocio sustancial. Ya se ha indicado al hablar de la selección de la muestra que uno de los requisitos buscados al seleccionarla era que los jóvenes tuviesen una experiencia superior a un año. Ahora podemos añadir que otro indicador de ocio sustancial, como es el esfuerzo o la formación, se manifiesta en que su percepción sobre la actividad del voluntario ha cambiado en 3 de cada 4 casos entrevistados. Las principales causas son la humanización del voluntario o, palabras textuales, «poner los pies en la tierra», la pérdida del valor ideal de ser voluntario. Esto les lleva, en algún caso, a un de-

sinterés por lo que rodea a la «solidaridad» o, por el contrario, en un mayor número, al enriquecimiento de la idea de voluntariado: «Lo veo como una opción de vida» (E5). En este último ejemplo puede hablarse incluso de identificación. Todos los entrevistados destacan la importancia del ambiente y de las relaciones entre el propio grupo de voluntarios, del mismo modo que puntualizan de distintos modos el esfuerzo, la superación y el desarrollo social que lleva implícito su experiencia. Por todas estas razones podemos afirmar que la experiencia que estamos analizando se trata de una vivencia de ocio específica, de un ocio solidario y sustancial.

¿Por qué practican la solidaridad?

La pregunta del por qué nos remite a las causas, a reflexionar sobre las motivaciones por las que practican su ocio solidario los universitarios de la muestra. Las fuentes de motivación del ser humano, que dan origen a la motivación final, pueden resumirse en tres categorías: Motivación extrínseca, que se mueve a partir de recompensas exteriores, la motivación intrínseca, fundamentada en la satisfacción que el sujeto piensa obtener por la acción, y la motivación trascendente, que lleva a actuar debido a la utilidad y las consecuencias de sus acciones para otras personas¹²¹. Esta es una clasificación general que no siempre está clara en las prácticas de ocio, entre otras razones porque, como ya se ha señalado, el ocio es ante todo una experiencia emocional que nos induce a realizar algo que nos satisface intrínsecamente y no es habitual que los que lo experimentan se planteen argumentos de tipo racional. Es habitual que en las acciones intrínsecamente motivadas no nos interroguemos sobre el sentido que tienen. Como señala A. Fierro «sólo nos lo preguntamos acerca de acciones que en sí no nos interesan, que son laboriosas o incluso penosas... Es la cuestión del sentido del comportamiento instrumental, una cuestión que sólo se dilucida al examinar su orientación a metas»¹²².

Las anteriores reflexiones explican la sorpresa de algunas respuestas ante la pregunta sobre las razones de la práctica de la solidaridad: «Tampoco sé decirte un motivo, al principio era por probar y luego... es algo que te engancha y que te gusta» (E1), «la verdad es que nunca me he planteado esto» (E4), «porque me gratifica» (E15). Estas contesta-

¹²¹ Véase al respecto PÉREZ LÓPEZ, J.A., *Liderazgo*, Folio, Barcelona, 1997, pp. 17-18.

¹²² FIERRO, A., *Sobre la vida feliz*, Ediciones Algibe, Archidona (Málaga), 2000, p. 99.

ciones podrían partir de una pregunta similar realizada a practicantes de ocio serio de cualquier otra dimensión.

Razones

Para Joaquín García Roca existen múltiples razones para ser voluntario, aunque analizadas detenidamente las resume en tres básicas. Un conjunto que pudiera identificarse como motivaciones expresivas o de carácter intrínseco, «son aquellas razones que aluden fundamentalmente a la propia realización personal; se es voluntario «para dar sentido a la vida, para llenar el propio tiempo, para encontrar amigos, para desarrollar la comunicación, para sentirse mejor». A otro conjunto de motivaciones las identifica como instrumentales o extrínsecas, «en la medida en que se nuclean en torno a la tarea, su referencia esencial sigue siendo la persona misma del voluntario», se es voluntario «porque se necesita crecer en experiencia, iniciarse en el mundo profesional, conocer la realidad» El tercer conjunto de motivaciones gira en torno al altruismo y la trascendencia, la acción voluntaria se dirige a los otros con el fin de hacerse cargo de alguna necesidad; se es voluntario para ayudar a las personas, para mejorar la realidad, para contribuir a transformar la sociedad¹²³.

Insistiendo sobre los motivos por los que se practica la solidaridad, los entrevistados destacan el hecho de sentirse útiles a la sociedad, apostar por un estilo de vida concreto, obtener experiencias vitales nuevas o abogar por la justicia social. De entre las opiniones recogidas, la expresión «supongo que por el sentimiento de responsabilidad social hacia ciertas cosas, alguien tiene que empezar a cambiar esto» (E9), recoge el sentir de buena parte de los encuestados. Existe la conciencia generalizada de estar realizando algo valioso que se puede observar en afirmaciones como: «yo creo que te sientes útil y, respecto a los demás, haces una mejora. Con los chavales con minusvalías que he estado, intentas que disfruten del tiempo libre de otra manera que a lo que ellos están acostumbrados y si tienen carencias, intentas en la medida que puedas, quitar esas carencias» (E2). En general los voluntarios estudiados se sienten parte de un proyecto más amplio que sobrepasa su propia actuación «me siento formar parte de un proyecto del que espero que algo beneficie a los que vienen detrás... (E11). En algunos casos los motivos son las creencias religiosas propias.

Estas afirmaciones no niegan el hecho de que el ocio solidario que practican estos jóvenes deje de ser ocio, porque las actividades de ocio

¹²³ GARCÍA ROCA, J., *Solidaridad y voluntariado*, Sal Terrae, Santander, 1994, p. 66.

sustancial llenan la vida de quienes se dedican por entero a ellas, aunque se practiquen por sí mismas, sin estar supeditadas a otro fin. Así ocurre con la mayor parte de las actividades de arte, con el trabajo artesanal, la jardinería, la lectura, las ocupaciones de ciencia e investigación y otras muchas que adquieren connotaciones, de curiosidad, asombro, admiración o reto.

La razón fundamental que sienten los jóvenes de la muestra para practicar el voluntariado es que se trata de algo importante. Al constatar la valoración que hacen del voluntariado, respecto a otros aspectos de la vida, más de la mitad lo consideran al menos como una parte fundamental de sus vidas refiriéndose a que «es una experiencia más que enriquece mi vida» (E16). En más de la cuarta parte de los casos se prioriza el voluntariado sobre otras actividades, considerándolo parte primordial de su vida:

«Para mí es primordial. Ante todo está mi familia y luego va el voluntariado» (E1).

«Es lo más importante o de lo más importante» (E4).

«El voluntariado tiene una importancia primordial en mi vida. Muy cerca del nivel en el que coloco a mi familia y amigos» (E14).

Pero no todos piensan así, ya que una minoría considera que la experiencia es algo secundario o complementario: «Es una actividad complementaria, que me forma ética y profesionalmente» (E11); en algún caso «es una experiencia más... todo encaja como un puzzle: familia, amigos, trabajo, mi grupo de la parroquia, la ayuda... todo tiene su importancia» (E16).

El voluntariado no es sólo un conjunto de actividades gratuitas, libres, organizadas y solidarias, es bastante más. El voluntariado produce valores de uso mediante los cuales se satisfacen necesidades comunitarias. De modo que, como perciben los jóvenes de nuestro estudio, la actividad del voluntariado es útil para la comunidad. El cuidado de los bosques, la conservación de la cultura de un pueblo, la defensa de los valores derechos humanos, la atención de enfermos o la animación cultural de barrios marginales, por ejemplo, son actividades útiles para la comunidad independientemente de que estas actividades sean desarrolladas por voluntarios, asalariados, familiares o amigos. Es decir, no se ha de confundir el objeto de la actividad con el tipo de relación que mantienen entre sí el receptor del servicio y el prestador. Una cosa es «qué se hace» o, traducido, ¿qué servicios se prestan?, y otra distinta es «cómo se hace» que, traducido, equivale a ¿cómo se prestan estos servicios?

El voluntariado es un modelo de prestación de servicios con sus ventajas e inconvenientes. Pero no cabe duda de su incidencia en el desarrollo y la realización humana de quienes se implican en esta tarea. Buena parte de los jóvenes considera que, entre las razones que darían a otros jóvenes para hacerles entender lo importante que es dedicarse a actividades de voluntariado, destacarían la incidencia que tiene para los demás, la responsabilidad social que ello implica, que es otra manera de ver la vida o que te hace crecer como persona; aunque, sobre todo, sea una cuestión de convicción y de motivación.

«Yo le diría, que es algo importante porque lo necesitan las partes más desfavorecidas, es obvio, y a nosotros nos hace mucho bien porque nos aporta conocimiento, experiencia de la vida, una actitud crítica frente al estilo de vida que llevamos, ... y aunque muchos nos tachan de idealistas utópicos, lo cierto es que son ellos los que son unos cómodos por poner una excusa tan miserable para no hacer nada. Con tu poquito, mi poquito y el poquito de muchos, hacemos un mucho y un adelante.» (E14)

«Intentaría explicarle lo que me aporta, que vea las cosas buenas que se consiguen y que es dando como más se recibe. No es cuestión de convencer a nadie, sino de que vea la satisfacción personal, la transformación social y la alegría que esto trae» (E17).

Ante estos argumentos podríamos pensar que existen dos grupos diferenciados de razones, las que conducen a preocuparse por los demás y por el bien común y aquellas que conducen a nuestros intereses particulares, sabiendo que unas y otras pueden confluír y no son ajenas. Partiendo de que estas contradicciones deben encontrar una convivencia adecuada, Antonio Madrid precisa que «no se puede admitir que la actividad de colaboración social quede separada del resto de la vida y del resto de preocupaciones de las personas¹²⁴. Como de lo analizado hasta aquí se desprenden fundamentalmente razones de tipo social y comunitario, cabe preguntarnos sobre la incidencia personal o, si se quiere, sobre las consecuencias particulares de la experiencia solidaria en los jóvenes estudiantes. Este es el tema que abordaremos en el siguiente apartado.

¿Qué les aporta a los jóvenes la experiencia solidaria de ocio?

Existe abundante bibliografía que demuestra que la experiencia positiva de ocio resulta beneficiosa para el desarrollo psicológico y perso-

¹²⁴ MADRID, A., *La institución del voluntariado*, Editorial Trotta, Madrid, 2001, p. 197.

nal, aunque también sea notorio su interés social y económico. Actualmente este tema se relaciona con la calidad de vida, aspecto con importantes connotaciones tanto individuales como sociales. En el estudio de E. Cohen¹²⁵ sobre beneficios del ocio, publicado en 1991, se sistematiza buen número de resultados de investigación en el cuadro que se señala a continuación:

Nivel	Problemas sociales	Calidad de vida
Individual	Mejora de la salud mental y física. Reducción del estrés. Recreación.	Autoactualización. Experiencias cumbre. Crecimiento personal.
Sociocultural	Cohesión grupal. Integración social. Control de delitos.	Innovación social. Creatividad cultural.
Beneficio	Función compensatoria.	Significado intrínseco.

Este cuadro, que puede ser leído desde cualquier actividad de ocio, tiene una especial importancia cuando se piensa en la vivencia solidaria. La solidaridad, vista desde el ocio, no es un adorno, sino una experiencia humana vital que se hace realidad en el encuentro con el otro. Independientemente de esta especificidad, el ocio solidario tiene en sí mismo todos los rasgos propios de la experiencia de ocio, compartiendo con la dimensión lúdica su función de diversión, evasión de la realidad, distanciamiento de la rutina. Con la dimensión creativa comparte la necesidad de comunicación y encuentro, su potencial transformador. De la dimensión festiva posee la capacidad de acceso a lo extraordinario y, como contrapartida, la valoración de lo cotidiano y lo pequeño. Respecto a la dimensión ambiental, el ocio solidario permite acceder a valorar la importancia de los contextos, encontrando en cada uno sus limitaciones o posibilidades y profundizando en sus consecuencias.

Diversión, encuentro, valoración de la realidad y conocimiento de la incidencia de los contextos son algunas de las consecuencias que se vislumbran en las respuestas de los entrevistados, cuando se les pregunta sobre lo que les aporta a ellos mismos la experiencia solidaria, aunque algunos de ellos no consideren muy correcto el hecho de obte-

¹²⁵ DRIVER, B.L., BROWN, P.J. y PETERSON, G.L., *Benefits of leisure*, Venture Publishing, Pensilvania, 1991, pp. 442 y ss.

ner un beneficio de la realización de actividades de voluntariado. Lo cierto es que los aspectos positivos del voluntariado que destacan por encima de los demás y están relacionados entre sí, son dos: la experiencia de conocer gente y el enriquecimiento personal. Como afirma uno de los entrevistados, «ha sido una experiencia que me ha hecho crecer como persona, conocer distintas realidades de la sociedad, aprender a escuchar y ayudar a las personas y a no ser tan egoístas como muchas veces podemos llegar a serlo» (E4). También se destaca como positivo el hecho de poder mejorar la sociedad en que vivimos, el contacto con el mundo real, sentirse útil y valorado, aprender a ayudar al prójimo y el buen ambiente existente entre los voluntarios. Son puntos fuertes «la autorrealización, la implicación en algo que te llena, los avances que vayas a poder ir haciendo... creo que depende de la persona; hay algunas que está claro que tienen vocación social y que están dispuestas a todo» (E14).

De las aportaciones analizadas se deducen unos beneficios personales y comunitarios generales que, como indicaba antes, tienen algo en común con las restantes dimensiones del ocio, pero ¿se pueden señalar aspectos específicos? Los jóvenes seleccionados indican que, entre los beneficios que les reporta la experiencia solidaria se pueden destacar el crecimiento personal, la posibilidad de ayudar a los demás, aprender de los otros, disfrutar y sentirse bien con la realización del voluntariado. En la relación que sigue se recogen estas opiniones, ordenadas de mayor a menor acuerdo y enriquecidas con algunas frases textuales que precisan el alcance de las mismas.

Crecimiento personal y autorrealización

—Mejorar como persona/crecimiento personal:

«Creo que lo que más me aporta es crecer como persona, desde que empecé con experiencias de voluntariado me he ido haciendo cada vez mejor persona (lo que no quiere decir que antes fuese mala, ni mucho menos) y me ha ayudado a entender a la gente a saber escucharla y ponerme en su lugar y tratar de ayudarla sin más. Si ahora me preguntasen por qué ayudo a la gente o me dedico a esto, no sabría qué decir, simplemente me sale, no puedo ver sufrir a la gente o si veo a alguien mal directamente intento ayudarle.» (E4).

—Sentirte útil, valorada, querida.

—Ayudar a las personas.

—Autorrealización, «me llena» (E14). Permite que se vivencien y se consigan valores que facilitan el conocimiento de sí mismo.

Indica Aurora Bernal que el enraizamiento antropológico del voluntariado en el ser personal nos sitúa ante una dimensión sociológica y psicológica del voluntariado mucho más radical de lo que se pudiera considerar a primera vista. «La acción de voluntariado es una oportunidad personal y, como tal, en cuanto tarea que se nos proporciona, todos estamos llamados a llevar a cabo estas acciones de voluntariado, como condición de crecimiento personal. No es algo para privilegiados. Esta conclusión tendría una consecuencia inmediata que se traduciría en que el número de personas que participan en este tipo de acciones debiera ser sustancialmente mayor al que viene siendo»¹²⁶. La realidad, ya se ha visto antes, es la desproporción que reflejan las estadísticas entre la realización y el deseo que los jóvenes dicen sentir ante el voluntariado. Pero, desgraciadamente, lo cierto es que, a la hora de la verdad, las motivaciones que dominan frente al deseo de crecimiento personal son otras de muy distinto signo a lo que sería el ideal.

Aprender de los otros

- Conocer gente y distintas realidades sociales.
- Aprender a escuchar.
- Aprender a compartir (valores...):

«Aprendes a ser más solidario, a no ser tan egoísta, a tener iniciativa y lanzarte a hacer cosas aunque nunca las hayas hecho. Cuando ayudas, todo vale» (E16).

- La experiencia que adquieres y lo que te formas.
- Enriquece aprender de otros, estar con otros:

«Estar con ellos, disfrutar con ellos, no deja de ser una relación bidireccional en la que el enriquecimiento es mutuo» (E17).

- Apertura a otras visiones:

«Voy a intentar darte esto que tengo y tú me muestras lo que me puedes enseñar» (E14).

Sentirse bien, satisfacción y diversión

- Sentirte humano te gratifica y satisface:

«Me aporta sentirme bien conmigo mismo» (E12).

¹²⁶ BERNAL, A., *El voluntariado, educación para la participación social*, Ariel, Barcelona, 2002, p. 70.

«Sentir que puedo aplicar mi valía y que pongo mi granito de arena» (E8).

—Disfrutar de un buen ambiente (amigos y compañeros):

«A mí, personalmente, me aporta un entorno en el que estoy a gusto y en el que trabajo con personas de las que aprendo mucho».

—Los vínculos afectivos que se establecen.

—Te diviertes y disfrutas, te gratifica.

—Anima mucho.

Otros beneficios de carácter menos general

—Aprender a valorar a las personas y lo que se tiene alrededor. Tomar conciencia de lo que nos rodea:

«Un mejor conocimiento de mí mismo ante diferentes situaciones que de otro modo no tendría y la conciencia social de pertenecer a un grupo que sé que aporta o puede aportar algo a la universidad y a la sociedad, en beneficio de toda la comunidad» (E11).

—Colaborar y tener conciencia de hacer una sociedad mejor (más igual y justa).

—Descubrir tu vocación, a lo que quieres dedicar la vida. Prepararte para tu profesión.

—Te ayuda a ver la vida en positivo.

Todas estas afirmaciones vienen confirmar otros estudios y reflexiones que destacan los beneficios de practicar un ocio solidario. Luis Rojas Marcos, por ejemplo, precisa que está demostrado que las personas que se involucran en actividades sociales constructivas y consideran que tienen un impacto positivo en la vida de otros, sufren menos de ansiedad, duermen mejor, abusan menos del alcohol o las drogas y persisten con más tesón ante los reveses cotidianos que quienes se sienten inactivos o ineficaces. «Las personas que se sienten parte de que un grupo solidario superan las adversidades mucho mejor que quienes se encuentran aisladas o carecen de una red social de soporte emocional. Por eso, un método potente de fomentar la confianza, la seguridad y la normalización después de un suceso traumático es conectar a las personas con sus fuentes naturales de apoyo: la familia, los amigos,

un ambiente laboral positivo y las organizaciones sociales o religiosas con las que se identifiquen»¹²⁷.

Las tareas físicas mentales y sociales que acompañan a muchos de los quehaceres voluntarios aportan enormes beneficios para la salud independientemente de la edad, pero de un modo especial en las personas mayores. Esto se debe, en parte, a que la actividad que generan favorece el funcionamiento psicomotor del organismo, evitando la atrofia y retrasando el deterioro; pero, muy especialmente, al hecho de ser tareas que llenan de sentido la vida de las personas que se involucran en ellas. Simone de Beauvoir, en *La vejez*¹²⁸, afirmaba que el mejor modo para superar los obstáculos que nos plantea la vida es fijarnos metas que den significado a nuestra existencia. Esto ocurre cuando nos dedicamos a personas, grupos o causas, cuando nos sumergimos en el trabajo social, político, intelectual o artístico. El ocio es un ámbito que nos permite desarrollar pasiones lo suficientemente intensas como para impedir que nos cerrarnos en nosotros mismos. Pero además, el ocio solidario, que favorece acercarse a los demás a través del amor, de la amistad o de la compasión, es una experiencia en la que se favorece la actividad en un ámbito de significado.

El significado de la acción voluntaria para los jóvenes estudiados se puede ver en la motivación altruista que los mantiene en este tipo de actividades de ayuda a las personas con las que ya han compartido infinidad de experiencias y se han comprometido moralmente. Una razón fundamental, que estimula su compromiso, es ver que con un poco de esfuerzo dan mucho a los demás: «Lo bien que me siento y el ver cómo es agradecido tu trabajo, el ver que con un poco de esfuerzo puedes hacer un montón de cosas para cambiar algo de las vidas de unas personas» (E4). También es reseñable, aunque sea menos significativo en el conjunto, el hecho de realizar la tarea como consecuencia de las creencias religiosas («principalmente mi fe, sin ella mi motivación hubiera ido a menos» (E5).

Dificultades y Barreras

Los jóvenes solidarios encuestados son conscientes de los beneficios que les proporciona su experiencia; pero también son conscientes de las dificultades y barreras que deben superar para llevar a cabo su

¹²⁷ ROJAS MARCOS, L., «La solidaridad: con cauce de humanismo para el siglo XXI», en AMIGO, M.L. y CUENCA, M. (edits.), *Humanismo y valores*, Universidad de Deusto, 2003, pp. 21-30, p. 28.

¹²⁸ BEAUVOIR, S. DE, *La vejez*, EDHASA, Barcelona, 1989.

tarea. En cuanto a los aspectos negativos destacan la necesidad de dedicación y el tiempo («hoy en día la gente no quiere “perder” horas de su vida por los demás. Se debería realizar un relanzamiento del voluntariado adaptado a los nuevos tiempos» E13), la falta de agradecimiento por el trabajo realizado («no buscamos ninguna recompensa económica, pero sí un gracias y hay muchas veces que falta eso» E1), la escasa profesionalización de las tareas desempeñadas por los voluntarios, el poco cuidado que reciben y la dureza de trabajar con personas desinstitucionalizadas. De las dificultades reseñadas surgen las principales barreras a superar en el ejercicio de su labor y que los voluntarios coinciden en destacar:

- Superar la escasa valoración de la tarea, falta de agradecimiento.
- Aceptación de las discapacidades y la diferencia.
- Superar el egoísmo.
- El tiempo necesario.
- La identificación del voluntariado con el trabajo.

Preguntados por los momentos de debilidad entre los voluntarios, la pérdida de atractivo o de interés en algún momento del proceso, todos contestan que sí, que han vivido esos momentos. Seguidamente contestan que las principales causas son la rutina, la sensación de inutilidad y los cambios personales. La mayor parte de los voluntarios desempeñan labores con adolescentes en grupos de tiempo libre, scout, religiosos... y afirman que otra causa del descenso del interés o pérdida de importancia de la actividad voluntaria es que los jóvenes no respondan al esfuerzo que realizan los voluntarios y que no se obtengan los resultados deseados. Aunque en menor medida, también señalan como causas de desmotivación el no poder ofrecerles todo lo que necesitan y las situaciones personales del voluntario, «los momentos en los que la gente flaquea por trabajo o estudios y el ritmo del grupo se frena y reina la desgana» (E12). Algunas causas de desmotivación son también la falta de tiempo o la burocratización de las tareas, que conducen al no avance, a «quedarse atrapado en el pasado y las anteriores generaciones de monitores. Es algo que se debería mejorar en el voluntariado, pues por mucho que los anteriores lo hayan hecho bien no nos podemos quedar ahí atrancados» (E10).

El voluntario ¿nace o se hace?

Lo analizado hasta aquí nos demuestra que el ocio solidario es una realidad posible y real, aunque sea escasa. Y es precisamente esta escasez la que nos hace pensar en la importancia del proceso, ¿cómo se llega

a practicar un voluntariado semejante al de los jóvenes voluntarios entrevistados? El voluntario ¿nace o se hace? Con el fin de introducirnos en esta cuestión, hemos preguntado a las personas que estudiamos si creen que es posible aprender a ser solidario. Estas son sus respuestas.

En su totalidad creen que es posible aprender a ser solidario, que simplemente hay que tener ganas, sentirlo y aprender con la práctica de las cosas que van sucediendo a tu alrededor, experimentando y viviendo experiencias concretas. Esto queda reflejado en la opinión de uno de los entrevistados: «Sí, pienso que la solidaridad puede ser un sentimiento que alguien lo puede tener apagado, y que en determinado momento o una actividad le puede surgir esa inquietud y de ahí echar para adelante.» (E9). Estas palabras concuerdan con las de I. Carreras y M. Osés cuando afirman que, aunque la solidaridad pueda ser más o menos connatural al carácter de una persona, «es un aspecto del ser humano, quien, a medida que lo ejercita, descubre la satisfacción que le produce y, por tanto, lo esencial que le resulta. Por eso es tan importante cultivarla desde niños. La sensibilidad de nuestros jóvenes depende principalmente de su entorno y posteriormente se da una opción personal, alimentada por el ejemplo de otras personas más o menos cercanas. Una persona que desde su niñez toma conciencia de las necesidades de su alrededor, cuando llega su juventud, su madurez o su vejez ya sabe que puede ser útil y busca dónde»¹²⁹.

La formación que se plantea en la propuesta de Carreras y Osés tiene algo en común con la posibilidad de vivir el ocio como experiencia humana de desarrollo en cualquiera de sus dimensiones. Es evidente que estamos hablando de la formación a través de la vivencia de valores, que tan a menudo se ha considerado por distintos autores como condición necesaria para el ejercicio del ocio clásico. De cualquier modo, después de reseñar que la experiencia de los jóvenes estudiados coincide con otras reflexiones teóricas realizadas anterior e independientemente, interesa que sigamos profundizando en la cuestión y nos preguntemos sobre cómo creen estos jóvenes que se aprende a ser solidario.

¿Cómo?

Las personas consultadas destacan tres modos fundamentales: Experiencia, formación y conocimiento/concienciación de la realidad. Respecto a la *experiencia* se subraya vivir y participar en proyectos y prácticas concretas de servicio que vayan introduciendo poco a poco,

¹²⁹ CARRERAS, I. y OSÉS, M., *Vivir solidariamente*, Planeta, 2002, p. 28.

puesto que no es algo que «pueda aprenderse por correo» (E11). Se considera importante que las primeras experiencias sean positivas. La *formación* sólo se ve necesaria para una parte de los encuestados, otros entienden que no creen «haga falta un cursillo de solidaridad, ni cosas de esas» (E9). En cualquier caso la mayor parte entiende que es necesaria una *concienciación* sobre la realidad y una formación en *valores*, que se puede realizar tanto en contextos educativos como no educativos. Desde ese punto de vista se afirma que se aprende a ser solidario «descubriendo la injusticia social que hay en el mundo, muy cerca de nosotros» (E12) y «mirando un poco a tu alrededor y poniéndote en el sitio del otro» (E15).

Para los universitarios entrevistados, la mejor forma de introducirse en este tipo de actividades es a través del instituto o el colegio y a edades tempranas, así se va madurando el concepto de solidaridad. «Yo en el colegio, donde estoy desde los tres años, había esos grupos y empezaba a ir desde quinto de EGB, que es cuando se empieza. Cuando acabé cuarto de la ESO, me propusieron si quería ser monitora y acepté» (E1). Otras vías de acceso son los grupos de crecimiento cristiano y el conocimiento de organizaciones en las que se desarrollan este tipo de actividades. Los jóvenes del estudio recalcan la importancia de acudir a organizaciones serias, en las que se pueda desarrollar esta actividad con la plena confianza de que vaya dirigida a las personas adecuadas. En algún caso se puntualiza que «hoy en día hay muchas vías; desde las tradicionales: casas de la juventud, voluntariado en la universidad, conocidos que estén metidos, revistas... hasta internet» (E14). La manera en la que empezaron a interesarse por el voluntariado fue, en casi la mitad de los casos, a través de grupos de crecimiento cristiano (tanto parroquiales, de tiempo libre como de la Universidad de Deusto). Otras vías importantes fueron el colegio, los grupos de tiempo libre ajenos a actividades religiosas o los campos de trabajo.

Una vez visto su caso concreto y, con la intención de completar el conocimiento sobre su experiencia al «hacerse» solidarios, les hemos preguntado sobre lo que aconsejarían a un joven que comienza como voluntario. Entre las propuestas aportadas destaca la necesidad de disfrutar de la actividad que se realice y hacerla con ilusión. Dos condiciones esenciales en cualquier experiencia de ocio serio, sea de la dimensión que sea. También señalan otras de carácter más específico, como tener paciencia y motivación, saber claramente por qué se participa como voluntario, trabajar en equipo, ser responsable de la actividad que se desempeñe y por último, pero no menos importante, no esperar nada a cambio. Les frases que se recogen a continuación recogen, más detalladamente, las ideas que se acaban de señalar:

«que cuente con los chavales, que les pregunten a ver qué ...tienes que ser su amigo, pero que nunca te falten el respeto, saber distinguir hasta dónde puedes ser amigo» (E1)

«que disfrute, en cualquier sitio que empiezas, ponerle *ilusión* y meterle ganas» (E2)

«que sepa bien motivos por los que participa, que trabaje en equipo con los demás, que respete, que se sienta partícipe, sea responsable...» (E3)

«mucho *paciencia* y motivación y que si no está a gusto que lo deje» (E4)

«que se apoye mucho en sus compañeros de actividad y que intente disfrutar con las personas que se encuentre en su trabajo como voluntario. También le diría que se encontrará con momentos en que pensará en dejarlo porque las cosas no salen como esperaba, pero que en esos momentos tiene que pensar en aquello que le hizo comenzar e intentar seguir adelante» (E5)

«que se lo tome como una *responsabilidad personal*, si se ha comprometido, que sea responsable, y que por mucho que se tenga que enfrentar a situaciones que sean muy complicadas, que siempre tenga en la cabeza por qué en verdad ha empezado a hacerlo, que no se deje influir por los demás» (E6)

«que no vaya con ideas preconcebidas» (E7)

«que comience en algo que le guste y que se informe de cuál va a ser su trabajo exactamente» (E8)

¿Cómo son estos jóvenes que practican el ocio solidario?

Es difícil adentrarse en el mundo del ocio, en este caso del ocio solidario, desconociendo las «capacidades básicas» con las que cuentan las personas para sacar provecho a sus vivencias, o desconociendo la «identidad social» que explica determinadas formas de comportamiento, determinados valores sociales y culturales compartidos que responden al por qué de muchas actuaciones. El modo de satisfacer determinadas necesidades básicas o menos básicas está modelado socialmente, de manera que quien quiere disfrutar de ellas deberá tener en cuenta los patrones sociales que las encuadran y determinan. Es importante tener en cuenta que el ocio no es sólo uno de experiencia personal, sino también una experiencia opcional y simbólica, relacionada con los valores sociales y la identidad social y moral de las personas. El entrecruzamiento de lo personal y lo social en las opciones de elección de ocio

nos lleva a considerar, por un lado, la importancia del deseo y, por otro, de la imitación.

Th. Veblen señaló que la imitación es un importante motor social que mueve el deseo y al consumo. Pero Adela Cortina¹³⁰ se cuestiona si es posible hablar de lo que deseamos realmente, en la medida que los deseos se construyen a partir de necesidades personales y sociales. Ante este planteamiento cabe preguntarnos por las capacidades, valores, aficiones y modo de entender la vida de los jóvenes que forman parte de la muestra que estudiamos. Se trata de entender de un modo más global el sentido de sus acciones de ocio solidario y, sobre todo, el contexto en el que se desarrollan, el «estilo de vida» que generan, sabiendo que estamos hablando de un ocio entendido como elección personal, coherente con el ser de cada cual, sus valores y los de la comunidad en la que se encuentra.

Conviene recordar que lo que se entiende normalmente por estilo de vida es algo que se relaciona con los modos de vestir, comer o divertirse y depende habitualmente de elecciones de consumo. Eso explica su gran variedad en nuestras sociedades, donde los estilos de vida llevan la marca de la fugacidad. ¿Podemos hablar, por tanto, de un estilo de vida cercano al ocio solidario? Afirma Adela Cortina que los estilos de vida generan exclusión, a diferencia de las «formas de vida», que son aquellas que se asocian «con una determinada comunidad más o menos estable, se nutre de normas y rituales compartidos, como también de modelos comunes de orden social, y probablemente comparten un lenguaje. Las formas de vida se aproximan más bien a culturas, no desaparecen porque aparezcan nuevos estilos de vida como nuevos modos de identificación social, sino que gozan de una permanencia más cercana a la de las culturas. De hecho, los estilos de vida prestan identidad social a las individuos dentro del contexto de formas de vida establecidas»¹³¹. Antes hemos visto que uno de los entrevistados señalaba que su experiencia de voluntariado constituía un estilo de vida, pero ¿es realmente eso así a la luz de las reflexiones que acabamos de hacer?

Antonio Madrid defiende la necesidad de desmitificar la figura del voluntariado, bajándolo del pedestal sagrado en el que a menudo se le sitúa. Para él «el voluntariado es un producto de la sociedad contemporánea. No de una sociedad ideal e inexistente, sino de la sociedad que tenemos, con sus claros y oscuros, con sus triunfos y derrotas. Los mismos que se aprecian en la realidad cotidiana de la colaboración social y

¹³⁰ CORTINA, A., *Por una ética del consumo*, Taurus, Madrid, 2002, p. 349.

¹³¹ *Idem*, p. 55.

de las entidades no lucrativas»¹³². Unos y otros planteamientos nos llevan a la misma necesidad de profundizar en el contexto personal y social de las acciones que estudiamos. Sobre esta y otras tantas cuestiones volveremos después, cuando analicemos algunas de las respuestas del cuestionario relacionadas con estos temas.

¿Son diferentes los voluntarios de los otros jóvenes?

La primera respuesta que salta a la vista, ante la pregunta sobre si los jóvenes solidarios son diferentes a los otros, es que, al menos en su aspecto físico y su imagen no. En el grupo estudiado hemos encontrado unos que ponían especial cuidado en su atuendo personal y una mayoría de «despreocupados», en un grado parecido al de sus compañeros de clase.

No podemos hablar tampoco que unas cualidades especiales de los voluntarios seleccionados. Agustín Velloso de Santisteban defiende la importancia de la alegría y el buen humor dentro de la acción de los voluntarios. Junto a la creatividad, la paciencia o la tolerancia «La alegría y el buen humor tienden a ser contagiosos. No es corriente que las personas los dejen guardados dentro de sí, sino que los hacen salir y extenderse hacia los temas. Así que resulta uno de los valores más fáciles de llevar a la práctica. Hay que estimular la alegría de las personas, ofrecer la cara amable de la vida y favorecer las ocasiones en las que produzca la sonrisa. Pero también hay que dejarse arrastrar por lo que intentan transmitir las personas. Por ello, hay que estar abierto siempre a alegrarse con el otro, de sus alegrías, de sus logros, de lo bueno que me sucede.»¹³³

Cuando se les pregunta a los jóvenes de nuestro estudio sobre las cualidades que debe tener un voluntario, vemos que están de acuerdo con las afirmaciones que se acaban de realizar y algo más, añaden todas las que siguen: Respeto por las personas, ganas de hacer cosas, disponibilidad, exigencia, esfuerzo, escucha... y estar dispuesto a dar. Paciencia, imaginación, sentido común, ser responsable y optimista. Constancia, capacidad de trabajo, ser transmisor de alegría y esperanza, transmitir vida. Formación, conocer en qué entorno se está metiendo (por ejemplo discapacitados), tener recursos para enfrentarse a diferentes situaciones, sacrificio, empatía, humildad, ganas de aprender y formarte, madurez personal, saber relacionarse y perseverar. Estar seguro de que quie-

¹³² MADRID, A., *La institución del voluntariado*, Trotta, Madrid 2001, p. 194.

¹³³ VELLOSO DE SANTISTEBAN, A., *Guía práctica de voluntariado en España*, Espasa, Madrid, 1999, p. 89.

re ser voluntario, mente abierta, ser tolerante, crítico, curioso (que esté informado) y comprometido. Ganas, interés y motivación.

Es evidente que el amplio elenco que se acaba de señalar no es sino una declaración del ideal de persona solidaria. Uno de los entrevistados resume claramente el sentir de todos y sintetiza el listado anterior cuando señala que, «ante todo, según el colectivo en el que te muevas, respeto por las personas con las que estás y ganas. Ir con ganas de hacer cosas y con la moral muy alta, que te pueden pasar muchas cosas y tu tienes que seguir adelante, tienes que seguir con tu vida y saber separar lo que es tu vida de lo que es ellos, que no te influyan, saber desconectar» (E1). Estas últimas afirmaciones, «que no te influyan y saber desconectar», nos hacen pensar, sin embargo, que más allá de esa apariencia de normalidad los jóvenes voluntarios han podido desarrollar una peculiar idiosincrasia que los diferencia del resto. Las páginas que siguen tratarán de responder a esta cuestión a partir de las respuestas que los jóvenes solidarios ha dado a una serie de preguntas más concretas y específicas.

Aficiones

La mitad de los jóvenes encuestados afirma que sus aficiones son iguales a las de cualquier otro joven que no participe en este tipo de actividades. Alguno resalta que la falta de tiempo les limita a la hora de tener aficiones personales más allá del voluntariado e incluso hay quien afirma no tener aficiones. En general destacan que salen menos «de fiesta» y disfrutan de aficiones relacionadas con el voluntariado: «a lo mejor a uno le gusta salir más los sábados de fiesta y esas cosas, que a mí también me gusta. Pero si me dan a elegir, elijo esto porque la otra persona no ha vivido lo que yo he vivido» (E1). Uno de los jóvenes precisa que «un voluntario es capaz de sacrificar sus momentos de diversión por otra causa» (E6).

Cuando se les pide que indiquen tres aficiones que habitualmente realizan en sus ratos de ocio, la cuestión se hace más precisa y responden, de mayor a menor frecuencia, que estar con los amigos, viajar y hacer excursiones, oír música, hacer deporte, ir a cine y leer. Si consideramos la respuesta de los jóvenes españoles a esta misma pregunta¹³⁴ podemos afirmar que estamos hablando de unas aficiones normales, propias de la edad. En ambos casos lo más importante es salir o reunirse con los amigos y, en uno y otro caso, interesa la música, el deporte,

¹³⁴ Véase LAESPADA, M.T. y SALAZAR, L., 1999, p. 363.

la lectura y los viajes. El orden de estas aficiones no es el mismo, pero ya se ha dicho que de la muestra de nuestro estudio no se pueden sacar consecuencias generales. La diferencia no es significativa en el conjunto, aunque pudiera serlo en sus matices, si tenemos en cuenta algunas precisiones de los encuestados:

«Valoramos más el ocio en la naturaleza, en convivencia con otras personas, principalmente» (E10).

«Tal vez el voluntario busca alternativas, cosas diferentes, y la gente se mueve por la masa y la moda del momento» (E14).

«Más interés por hacer cosas nuevas» (E19).

Manera de enfocar la vida

La mayor parte entiende que, hasta cierto punto, el voluntariado condiciona la manera de ver la vida desde otro punto de vista. Ellos afirman que es posible que el voluntario haga las cosas menos interesadas, pero eso depende de cada persona. Analizando detenidamente sus respuestas se puede afirmar que estamos ante una clara diferenciación de puntos de vista, respecto al conjunto de jóvenes de su edad. Esta diferencia se puede sintetizar en dos frases de los propios entrevistados:

«Yo creo que un voluntario tiene un enfoque de vida positivo» (E2).

«Igual si que le damos menos importancia al dinero y a las cosas materiales» (E4).

Ambas frases resumen la visión ilusionada, comprometida, responsable y más abierta con la que tratan de afrontar el día a día los jóvenes que estudiamos. De una u otra forma, todos ellos afirman que piensan más en el resto del mundo y, como señala la E16: «La gente voluntaria tiene una visión de la vida más amplia, pues la mayoría de la gente vive mirándose al ombligo. La gente que está en temas de voluntariado es menos egoísta y no andan con tonterías de “tener más o menos”». Del grupo analizado se puede decir todo esto y añadir que practican una solidaridad optimista y sensible tanto a las necesidades humanas como a la incidencia de nuestras acciones en el medio ambiente.

La manera de entender la vida también se relaciona con forma de interactuar con otras personas y con el modo de entender el éxito y el logro. La mayor parte de ellos afirman que la gente con la conviven en su labor solidaria son más comunicativos, «nos abrimos más a la gente, confiamos más en ella». En general es una gente con más empatía, menos

egoísmo, más sensibilidad, más respetuosa... Destacan por su actitud positiva y la tolerancia hacia los demás: «Yo creo que la gente que es voluntaria es mucho más abierta, conoce a mucha gente, es más optimista, porque aunque todo el mundo enfoca la juventud como irresponsable, los jóvenes que somos voluntarios vivimos en un ambiente todo lo contrario» (E6). Siendo esta la opinión mayoritaria, uno de cada cuatro piensa que, en realidad no hay diferencia entre ellos y los demás: «Cada uno es un mundo, hay de todos los tipos» (E17).

También sobre el modo de definir el éxito y el logro más de la mitad de los encuestados encuentran cierta diferencia de concepción respecto a otras personas de su edad. Estos jóvenes entienden que el éxito, para ellos, no consiste en ganar dinero sino hacer algo que les motiva y les interesa. En algún caso se precisa que el éxito «es conseguir sentirnos bien con nosotros mismos» (E10). Varios afirman que, en general, los voluntarios son menos competitivos y materialistas; mientras siete personas de la muestra señalan que no encuentran diferencia entre los voluntarios y el resto: «Creo que cada uno tiene su modo de enfocar la vida sea voluntario o no. Ser voluntario no significa ser diferentes a los demás» (E4).

Metas y valores personales

Los valores son inherentes al ser humano, de manera que vivir como personas es actuar con unos valores que determinan el conjunto de nuestras acciones. Afirma Agustín Velloso de Santisteban que «en las acciones que el voluntario realiza como tal, igual que en el resto de las acciones en otros campos de su vida, orientan su conducta con respecto a unos valores que elige libremente, precisamente por referencia a esos valores actúa como voluntario. También como voluntario adquiere y perfecciona la vivencia de unos valores. Esa vivencia es cada vez absolutamente íntima e individual y tiene sin embargo repercusiones en el mundo exterior. La labor del voluntario, por tanto, es importante personal y socialmente y siempre tiene su efecto. Únicamente la propia conciencia, informada por la experiencia propia y ajena, es quien decide qué valores vivir, hasta donde vivirlos y por qué vivirlos»¹³⁵.

Prácticamente la totalidad de los encuestados, excepto dos, comparten la reflexión que se acaba de señalar y consideran que los voluntarios comparten unos valores que los diferencia del resto de los jóvenes.

¹³⁵ VELLOSO DE SANTISTEBAN, A., *Guía práctica de voluntariado en España*, Espasa, Madrid 1999, p. 74.

Como se precisa en E2: «El tema de valores sí que influye sobre todo en el egoísmo, la persona que no dedica un tiempo a los demás, se centra en ella, se centra en su fin, en sus propias aficiones; en cambio otra persona que tiene otros intereses, otra forma de ver las cosas, es más abierto en ese sentido». En esta misma línea de pensamiento la E12 precisa que «los valores personales en la gente voluntaria se intensifican en lo referente a la solidaridad con las personas».

Cuando se le pregunta a qué metas y valores profesionales aspiran la primera reacción es señalar que «como los demás jóvenes» y que no existen diferencias. Más tarde precisan que quizá se sienten más atraídos por aquellos trabajos enfocados a mejorar el entorno y que «la gente voluntaria aspira a tener un trabajo que no pise los derechos del resto de la gente» (E12). Al pedirles que señalen tres de las metas personales significativas en tu vida, los resultados son estos:

Trabajo	11 personas
Los demás	10 personas
La familia	8 personas
Ser feliz	8 personas
Vivir en coherencia con los propios valores	5 personas
Viajar	1 persona
Tiempo libre	1 persona

Los resultados de la pregunta anterior se complementan al interrogarles sobre de lo que consideran más importante de todo lo que hacían actualmente en su vida. Las respuestas fueron:

Los amigos	7 personas
La gente a la que quieres	6 personas
Lo que da sentido a mi vida	4 personas
La familia	4 personas
Los estudios	4 personas
La labor de voluntariado	4 personas
Las actividades de ocio	2 personas
El trabajo	1 persona

Lo cierto es que los jóvenes de nuestro estudio son personas muy sensibles al entorno de las personas y a la defensa de los derechos humanos. Desde su punto de vista los derechos humanos más urgente-

mente reclamables hoy día son: respeto, educación, tolerancia, justicia social a los más débiles, libertad, paz, derecho a trabajo, a vivienda y a una vida digna para todos. Al pedirles que aclarasen lo que entienden por una vida digna las respuestas son diversas en cada uno de los jóvenes. Analizándolas con detenimiento se observa que todos se refieren, de algún modo, a necesidades básicas como sustento, casa, trabajo o educación, aunque en algún caso se añaden matices que van más allá, como en la E8 donde se precisa que una vida digna es aquella en la que se te permita «poder formarte y disfrutar de tu tiempo de ocio» o en la E10 que considera que la vida digna no es posible sin la libertad de expresión.

Llama la atención, sin embargo, la importancia de los demás en sus vidas, aspecto que viene a rubricar precisiones y afirmaciones señaladas en otras preguntas. También sorprende que actividades como viajar tengan escasa relevancia en el grupo encuestado, siendo así que, en las estadísticas globales, se señalan como un deseo del 95% de los jóvenes españoles¹³⁶. En todo caso, comparto con Agustín Velloso de Santisteban que «son las circunstancias de la persona y las exteriores las que determinan el balance entre los valores. Cada acción requiere unos con preferencia sobre otros y cada persona se inclina por unos antes que por otros. Al mismo tiempo, el voluntariado no ha de juzgar a las personas con las que se relaciona por la misma razón que no desea ser juzgada y juzgado por los temas. Su labor no puede depender de su juicio sobre las personas, so pena de realizar una injusticia manifiesta, sino que ha de procurar su bien sin más. La tolerancia desempeña aquí el papel principal»¹³⁷. En conclusión, se puede afirmar que los valores que se ponen en juego en una acción voluntaria no anulan la existencia o el desarrollo de otros valores, aspiraciones y metas que se señalan, tampoco se pueden considerar exclusivos de los voluntarios.

¿Por qué son así?

Antes nos preguntábamos si el voluntario nace o se hace, llegando a la conclusión de que, fundamentalmente se hace. Relacionada con esa pregunta podemos interrogarnos si este proceso de formación se relaciona con los hábitos del pasado, la influencia cercana de familiares y amigos o la formación.

A la pregunta ¿cómo pasabas la mayor parte del tiempo libre cuando eras niño?, tres de cada cuatro encuestados respondieron que «ju-

¹³⁶ Fuente: M.T. LAESPADA y L. SALAZAR, 1999, p. 363.

¹³⁷ VELLOSO DE SANTISTEBAN, A., 1999, p. 91.

gando», uno de cada cuatro recordaba las actividades extraescolares, tres personas contestaron que con la familia. Sólo dos hablaban de «ver la tele» y una persona recuerda estar «enganchado a las máquinas» (E17). En cuanto a las influencias externas para tomar la decisión de participar en esta forma de solidaridad a través del voluntariado, la mitad de los casos recogidos responde afirmativamente. En estos casos son los colegios, el grupo de amigos, las asociaciones religiosas o los valores que se respiran en el contexto familiar las que han actuado como impulsoras de la actividad solidaria.

Cuando se les pregunta si consideran que tu entorno familiar fue particularmente influyente a la hora de optar por tu compromiso solidario, más de la mitad responden que no y algo menos de la mitad (8 personas) lo hacen afirmativamente. Por orden de importancia se citan a los hermanos, luego a los padres y, finalmente, a los abuelos. Los que hablan de la influencia familiar afirman que «la familia te crea la sensibilidad para actuar» (E3) o que «un entorno familiar sano hace que el compromiso solidario se dé naturalmente» (E11).

2.3. Reflexión final

El objeto de este capítulo ha sido profundizar en la experiencia de ocio solidario a través de un grupo de personas jóvenes que, según unos planteamientos iniciales, considerábamos que hacían realidad dicha vivencia. Una vez analizados pormenorizadamente algunos aspectos que entendíamos tenían una relación directa con la experiencia de ocio solidario, ha llegado el momento de recapitular las principales ideas aportadas, aún a sabiendas de que no es posible generalizar los datos de la investigación.

Experiencia posible

La primera idea que nos queda clara, después del análisis, es que la experiencia de ocio solidario es una experiencia posible. En los jóvenes de la muestra se constata que es así, aunque algunos no tengan conciencia. Como se ha podido ver, ellos viven su voluntariado de un modo satisfactorio, libre y altruista, además de dedicarle buena parte de su tiempo libre. La mayor parte de las personas encuestadas señalan que la labor del voluntario requiere disfrutar de la actividad que se realiza y hacerla con ilusión.

La posibilidad de la experiencia se confirma en la medida que los jóvenes del estudio expresan que, para ellos, es, además, una experien-

cia importante y duradera. Se puede afirmar, a partir de los datos analizados, que la experiencia de las personas encuestadas es ocio sustancial, con las características que le son propias, tal como se ha desarrollado en su momento. En bastantes casos, en virtud del énfasis de sus expresiones, también se puede afirmar que los jóvenes estudiados hacen realidad lo que Maslow denomina *experiencias cumbre*, es decir, aquéllas que proporcionan momentos especiales de felicidad o éxtasis por motivos muy diversos (uno es sin duda la solidaridad), pero siempre en un plano positivo.

Hablando de las experiencias-cumbre y la auto-realización señala Maslow que se puede apreciar en sus descubrimientos que, en aquellas personas que se auto-realizan y las que tienen experiencias-cumbre ocasionales, la percepción puede trascender relativamente el ego, ignorar los propios intereses y ser altruista. Es decir, que la «experiencia receptiva puede estar organizada alrededor del objeto como punto central, más bien que alrededor del ego»¹³⁸. Las experiencias cumbre pueden ser creativas, estéticas, místicas, intuitivas y de muy diversos tipos, pero siempre en un plano positivo. Las investigaciones sobre ellas le llevan a concluir que la trilogía tradicional constituida por verdad, bondad y belleza se encuentra fuertemente interrelacionada, hasta el punto de formar una unidad en la práctica, en las personas que se autorrealizan y están en plenitud de sus funciones; pero también en los momentos cumbre de cualquier persona.

Maslow precisa que los efectos más significativos de las experiencias cumbre son los que siguen¹³⁹:

1. Tienen efectos terapéuticos, en el sentido de hacer desaparecer síntomas de una enfermedad.
2. Pueden cambiar el concepto que de sí mismo tiene la persona, en un sentido saludable.
3. Pueden cambiar el concepto de otras personas y las relaciones para con ellas de muchas maneras distintas.
4. Pueden cambiar, con mayor o menor permanencia, su concepto del mundo o de algunos aspectos o partes de él.
5. Pueden facilitarle una mayor creatividad, espontaneidad, expresividad e idiosincrasia.
6. La persona recuerda la experiencia como un acontecimiento muy importante y deseable e intenta repetirlo.

¹³⁸ MASLOW, A., *El hombre autorrealizado. Hacia una psicología del ser*, 10.ª edición, Kairós, Barcelona, 1993, p. 111.

¹³⁹ *Idem*, p. 137.

7. La persona se encuentra más dispuesta a sentir que la vida en general merece la pena, aun cuando normalmente sea vulgar, gris, dolorosa o insatisfactoria, desde el momento que ha adquirido la evidencia de la existencia de la belleza, excitación, sinceridad, diversión, bondad, verdad y plenitud.

Según Maslow, durante las experiencias-cumbre, la persona se siente más integrada que en otros momentos y más capaz de fundirse con el mundo, por lo que la mayor consecución de identidad, autonomía y conciencia de la propia personalidad es, a la vez, trascendencia del yo, un ir más allá y una superación de la propia personalidad. La experimentación de momentos cumbre favorece que la persona pueda hacerse relativamente más altruista.

En la investigación se puede ver que las actividades voluntarias no requieren la persecución de metas heroicas o espectaculares para ser gratificantes. A la larga, los pequeños resultados, gustos y deleites nos mantienen más contentos que cualquier experiencia o logro impresionante que sólo nos da un impulso temporal. En palabras del poeta libanés Khalil Gibran, «en el rocío de las cosas pequeñas, el corazón encuentra su alborada y se refresca». El ocio es un ámbito que permite tener experiencias altruistas y óptimas, pero esto no significa que estemos hablando de un ámbito inaccesible o, mucho menos, reservado a personas con unas cualidades naturales especiales. A lo largo del estudio se ha visto que los jóvenes de la muestra resultaban ser unas personas con motivaciones, aficiones y deseos propios de su edad. La diferencia la encontramos, en todo caso, en su manera de orientar la vida y su voluntad de «ser conscientes» de la realidad que les rodea, junto a su apuesta por mejorar la realidad de «los otros». Todo ello es posible de conseguir en cualquier persona, lo que se necesita es que esta persona quiera actuar en esa dirección y encuentre el apoyo necesario.

Una experiencia específica

Además de experiencia posible, la experiencia de ocio solidario es específica y diferenciada. No es un modo cualquiera de vivir el ocio, sino un modo peculiar en el que se requiere la presencia del otro, la responsabilidad social y el ejercicio del altruismo con la intención de mejorar la situación del prójimo. Como se afirmaba al inicio de este estudio, la relación que establece la solidaridad es una relación entre sujetos desiguales, uno que ayuda y otro que necesita ser ayudado. A partir de ahí se desarrolla una interrelación que encuentra su sentido en imperativos éticos y tiene su fundamento en el respeto y la responsabi-

lidad. El ocio solidario es una experiencia escasa, en cuanto que no se practica masivamente; pero eso no excluye que sea satisfactoria. Tampoco es algo a lo que se accede de forma superficial o espontánea, sino que requiere un proceso que tiene que ver con la formación y la vivencia de valores. Como se ha repetido en varias ocasiones, el voluntario se hace poco a poco a través de la experiencia, la profundización en valores, la concienciación y el conocimiento del contexto.

La experiencia solidaria, a juicio de los encuestados, sólo se consigue en la medida que se superan dificultades y barreras tales como el egoísmo, la aceptación incondicional del «otro», la escasa valoración de la labor realizada o la rutina. Además, entienden que para llevar a cabo el ocio solidario se necesita tiempo y dedicación, que se debe hacer compatible con las ocupaciones y otras situaciones personales. Por todo ello se puede afirmar que estamos ante algo diferente de lo que se entiende normalmente por el estilo de vida. Ser voluntario es algo que imprime carácter, en tanto que hablamos de personas que se plantean sus acciones de un modo profundo, en coherencia con unos valores positivos, idealistas y altruistas. Esto les desarrolla una sensibilidad ante los temas sociales, o los intereses y derechos generales, que permite hablar de un talante diferenciado y, más concretamente, de un modo de actuar que los identifica.

En cuanto experiencia específica, la experiencia gratificante de ocio solidario va unida a unas habilidades y un modo de entender la vida. Las habilidades que más se destacan en el estudio son paciencia e idea clara del sentido de lo que se hace y por qué se hace. Junto a ellas, los jóvenes destacan responsabilidad, compromiso y «muchas ganas», en el sentido de ilusión, convencimiento y altruismo. El ejercicio del voluntariado implica esperanza, proporciona confianza en la condición humana y una sensación de eficacia y de ser capaces que cambiar algo. Participar en las organizaciones voluntarias significa ponerse de parte del bien, hacer algo en lugar de cruzarnos de brazos inútilmente mientras avanza el caos. La esperanza de los voluntarios reside en el ámbito del simbolismo y el mito. Pero no se diferencia demasiado de muchos de nuestros otros sueños en tanto que sociedad. Al fin y al cabo, la esperanza de que la ciencia y la tecnología nos salvará también reside en el ámbito del simbolismo y el mito. Como indica Joaquín García Roca, ayudar a los demás puede que no nos conduzca a una sociedad mejor, pero nos permite imaginar una sociedad mejor¹⁴⁰.

¹⁴⁰ GARCÍA ROCA, J., *Exclusión social y contracultura de la solidaridad*, Ediciones HOAC, Madrid, 1998.

Una experiencia de desarrollo

La experiencia de ocio solidario se nos muestra como experiencia de desarrollo humano en cuanto que experiencia positiva y beneficiosa para la persona y la comunidad. Es una experiencia positiva porque así se percibe por los sujetos implicados y así se puede deducir tanto de los objetivos buscados como de los resultados conseguidos. La conciencia de ayuda al otro y la intencionalidad de mejorar la comunidad no oculta, sin embargo, que los jóvenes estudiados sean conscientes de los beneficios personales de la experiencia. Sintetizando brevemente lo que está desarrollado en páginas anteriores, se puede decir que los jóvenes encuestados consideran que el ejercicio del ocio solidario les aporta crecimiento personal, autorrealización, formación y, especialmente, satisfacción personal.

Se puede afirmar que los beneficios que acabamos de recordar no son el motivo inicial por el que los jóvenes deciden practicar sus acciones voluntarias; sin embargo, entendemos que son vivencias significativas para su motivación personal y que, de algún modo, explican su perseverancia. Independientemente, las personas estudiadas se sienten formar parte de un proyecto colectivo que va más allá de sus emociones y vivencias. También reconocen explícitamente la importancia de la interrelación humana asimétrica, en la que «el otro» es una persona débil, en algún sentido, y necesitada de ayuda en cualquier caso.

En la conferencia de inauguración del Congreso Internacional *Humanismo para el siglo XXI*, Universidad de Deusto 4-03-03, Luis Rojas Marcos afirmaba que las actividades de servicio a los demás han creado los cimientos ideales para que la solidaridad se convierta en un cauce indestructible de humanismo. Millones de voluntarios y voluntarias, ángeles anónimos los llamaba él, lo demuestran cada día con sus actos altruistas. Desde mi punto de vista, este nuevo cauce es un espacio inclusivo, que no tiene sentido si no tiene en cuenta a todas las personas independientemente de su capacidad.

En el caso del voluntariado en el ámbito de personas con discapacidad, la individualización es una condición esencial que implica aceptación de diferencias y necesidad de compensar carencias propias de la discapacidad. Se hace necesaria la comunicación y el conocimiento de los deseos, intereses y preferencias, superando planteamientos paternalistas. Se trata de apoyar a cada persona sin sustituirla y de colaborar a una concienciación de la sociedad. Mirando hacia lo positivo, se requiere conocer los puntos fuertes de cada cual y aceptar las limitaciones de modo constructivo. Resulta fundamental aunar esfuerzos, proporcionar apoyo y reconocer que siempre hay algo que se puede hacer, para mejorar la calidad de vida a través de una adecuada práctica del ocio.

A partir de los resultados de esta investigación quisiera reivindicar que el ocio solidario sea también una opción para las personas con discapacidad. En palabras de Aurora Bernal: «Se trata de lograr una sociedad para todos en la que las personas con discapacidad tengan cabida en similares condiciones a las del resto de la población. Para lograrlo, será preciso facilitar contextos y situaciones que proporcionen una acogida incondicional, respeten su dignidad humana, satisfagan sus necesidades básicas o defiendan sus derechos. Evidentemente, cuanto más dependiente sea una persona, más necesitada está de estructuras de apoyo. Sin embargo, dicho apoyo nunca puede dar lugar a una suplantación del otro, sino que debe formularse como un acompañamiento, guía o mediación. Recordemos que la meta de toda ayuda ha de ser la autoayuda»¹⁴¹. No hay que olvidar que la libertad sólo se da cuando cada persona consigue ser autor de su propio proyecto de vida, aunque, eso sí, sólo será posible en relación con los otros, aceptado y comprometido con los demás.

Visión global

Volvemos al discurso iniciado en las primeras páginas, cuando hacíamos el encuadre de la investigación. Ahora podemos afirmar que la preocupación por la drogadicción o los efectos de las fiestas de fin de semana, están ocultando la falta de iniciativas, recursos y preparación para que los jóvenes puedan vivir un ocio más creativo y humano, capaz de enriquecerles como personas. La alternativa al ocio consumista no puede ser un camino que repita los mismos planteamientos y valores que queremos superar. Nos enfrentamos a una tarea difícil, que se inicia con un cambio de mentalidad y sigue con un plan de acción leal, asumido por todos y capaz de abrirse a valores y horizontes diferentes al egoísmo personal. Para ello resulta necesario profundizar en el conocimiento del ocio experiencial y sus posibilidades, distanciándose del concepto de ocio centrado en la diversión. Esta propuesta se desglosa en dos ideas clave que son, desde de mi punto de vista, esenciales en la consecución de la meta: la vivencia de un ocio experiencial y, como consecuencia, la necesidad de un ocio creativo y cultural.

Se ha podido ver que un aspecto básico en el ocio de los jóvenes en general es que se trata de un ocio de consumo, ideado y planificado por

¹⁴¹ BERNAL, A., *El voluntariado, educación para la participación social*, Ariel, Barcelona, 2002, p. 230.

otros, en el que su rol es el de «consumidor» o, como mucho, «usuario». La «libertad» que ofrece este tipo de ofertas es una libertad de «elegir entre», no es una libertad capaz de desarrollar la autonomía y la participación individual. El ocio de consumo es un producto que hay que pagar, que necesita de un presupuesto previo y donde el grado de compromiso es mínimo.

Es bastante habitual que, en el lenguaje cotidiano, utilicemos el concepto de ocio con un significado similar a tiempo libre o a la realización de unas determinadas actividades. Pero, en su sentido más estricto, el ocio no debe ser identificado con el tiempo, puesto que el tiempo en sí mismo no define la acción humana. La identificación que se produjo entre ocio y tiempo libre, a raíz de los estudios —especialmente sociológicos— llevados a cabo entre los años cincuenta y ochenta, dificultó la comprensión del ocio desde su percepción psicológica. No es suficiente con el tiempo libre para tener una experiencia de ocio, el tiempo es una coordenada vital presente en cualquier acto humano. La importancia del ocio radica en ser un ejercicio libre de identidad, autorreconocimiento y voluntad.

Cuando el ocio se identifica con la actividad o con el resultado de la misma, su vivencia se objetiviza, se socializa y se hace cuantitativa. No se puede afirmar, por ejemplo, que ver un partido de fútbol sea una actividad de ocio en sí misma mientras haya personas a las que no les guste el fútbol. El problema del activismo, o la oferta más o menos numerosa de actividades sin una idea de fondo, es que puede desarrollar en los usuarios el diletantismo (hoy esto, mañana lo otro, sin profundizar en nada), propiciando con ello un infantilismo continuado, caracterizado por la falta de madurez.

La acción es un aspecto más que, junto a la percepción de quien la realiza, puede transformarse o no en vivencia de ocio. Esto explica que los pensadores idealistas considerasen que la esencia del ocio está en el «modo de ser», refiriéndose al modo de sentir personal. Kriekemans definió el ocio como «una “recreación”, o sea, un medio para restablecer la voluntad y el valor de vivir»¹⁴². El término «re-creación» está usado aquí en un sentido más profundo que el de «diversión, alegría o deleite». Siguiendo la definición de la Real Academia, su significado es «acción y efecto de recrear», entendiendo por recrear la acción de «crear o producir algo nuevo» que, en este caso, es una nueva voluntad de vivir y un redescubrimiento del valor de la vida.

¹⁴² KRIEKEMANS, A., «La educación del empleo de los ocios», en *Pedagogía General*, Edit. Herder, Barcelona, 1973, p. 525.

Esta es una aportación que da profundidad al concepto ocio, marcando pautas para una lectura actual y moderna del ocio humanista. Un ocio que «recrea», que da vida, no puede ser una experiencia superficial, sino que ha de estar anclado en la vida interior y en los valores base. A partir de aquí, los recursos y las posibilidades comerciales se convierten en medios, no en un fin en sí mismos. La evasión y la diversión que se propone desde la sociedad de consumo tienden a identificarse con el egoísmo y el placer personal. La vivencia de un ocio capaz de recrear vida en quien lo experimenta es, por esencia, un ocio compartido, porque las ganas de vivir y la satisfacción que lleva implícita su vivencia implica la apertura al otro y el desarrollo de ámbitos de comunicación que trascienden a los sujetos que la experimentan.

El ocio, entendido como experiencia humana, se separa del mero pasar el rato, transformándose en una vivencia llena de sentido. La vivencia de ocio es, o debiera serlo, una vivencia integral, relacionada con el sentido de la vida y los valores de cada uno, coherente con todos ellos. Pero esto no ocurre sin más ni más, sino gracias a la formación. La experiencia de ocio crea ámbitos de relación que pueden ser «recreativos» o no, pueden ser ámbitos de encuentro o desencuentro. El ocio, entendido como experiencia con valor en sí misma, se diferencia de otras vivencias por su capacidad de sentido y su potencialidad para crear encuentros creativos que originan desarrollo personal. El ocio vivido como encuentro nos entrelaza siempre con la vida de los otros, es una experiencia trascendente que nos abre hacia horizontes de comprensión y conocimiento. Porque el conocimiento no es algo ajeno a la vivencia de ocio, al contrario, a mayor conocimiento más capacidad de comprensión y satisfacción.

El ocio entendido como experiencia humana es ámbito idóneo para la vivencia de experiencias solidarias y nos abre a un mundo personalizado, opuesto esencialmente a las propuestas masificadas propias de la sociedad actual. Las encuestas y estudios sobre el ocio de los jóvenes no señalan sólo sus tendencias consumistas, también indican que existe un potencial de futuro en su vivencia de las dimensiones creativa, ambiental-ecológica o solidaria. Los jóvenes viven el ocio como expresión de libertad. Libertad que es más una sensación percibida que real, pero que les permite reconocer en su práctica un ámbito vital propio, entre iguales, un espacio de liberación de la realidad cotidiana, de disfrute y diversión. La sociedad, más conservadora que la juventud, ha tardado en asimilar la importancia y la trascendencia real del ocio en la cultura actual. Como consecuencia, ha reaccionado tarde, cuando los efectos negativos del ocio consumista empezaron a ser realmente alarmantes. A partir de ahí se toman ciertas iniciativas, tanto a nivel local como regio-

nal o nacional. Sin embargo, el ocio juvenil imperante, consumista, nocturno o de otros tipos, es difícilmente comprensible sin un contexto social donde se comparten y se viven unos valores semejantes. Valores que los media se encargan de difundir por doquier.

Por eso, frente al ocio de consumo, la experiencia de ocio que se propone aquí centra el énfasis en crear ámbitos, en transformar situaciones creativas inéditas. Porque el ocio, en cuanto experiencia compleja y temporal, vivida en sus distintas fases y dimensiones, se transforma en ámbito de encuentro y desarrollo humano. En la medida que tomemos consciencia de ello y actuemos convenientemente, las posibilidades que nos proporciona la sociedad de consumo se traducirán en medios espléndidos para el cultivo de la vida personal y el desarrollo de modos auténticamente humanos de vida y convivencia.

Un horizonte de esperanza

La experiencia que se acaba de analizar nos lleva a pensar que, más allá de afirmar la posibilidad del ocio solidario, necesitamos profundizar en la dimensión solidaria del ocio. La dimensión solidaria del ocio es un ámbito de acción inclusivo que refleja un mundo de valores en el que destaca la primacía de lo humano y la defensa de la libertad, la justicia y la dignidad. Es posible que el voluntariado de los jóvenes analizados quizá tenga mucho en común con lo que realizan otras personas de otras edades y distintas situaciones vitales; pero también sería de interés conocer qué pasa a nivel de la juventud en general, o que les ocurre a los solidarios de otras edades. No se me oculta la necesidad de profundizar en esta experiencia en quienes han finalizado su vida laboral. Entiendo que el ocio, en general, y el ocio solidario en particular, son ámbitos en los que estas personas pueden redefinirse, encontrando un horizonte de sentido y llevando a cabo una vida digna hasta el final.

La actitud y la experiencia de los jóvenes del estudio confirman que la dimensión solidaria del ocio potencia la apertura, comunicación y entrega al otro de un modo altruista, abriendo múltiples posibilidades de desarrollo comunitario. Entre las aportaciones analizadas se debe destacar también la vivencia de lo positivo, a partir de la toma de conciencia de la realidad y el compromiso voluntario. Este conjunto de elementos unidos en la búsqueda de la felicidad «del otro», aportan satisfacción a la persona solidaria, que siente que realiza una acción que le dignifica.

Sabemos que la percepción social del ocio, con la que iniciamos el siglo XXI, nos indica que no es un elemento secundario en la vida de las personas, sino todo lo contrario. La vivencia de experiencias de ocio

autotélico es algo frecuente y deseado, posibilitando un encuentro positivo con la realidad, aumentando las opciones de experimentar momentos más felices y emocionantes cercanos a las experiencias-cumbre que, en la medida que así sea, nos proporcionarían vivencias más maduras, plenas y saludables.

Evaluar el ocio desde planteamientos aristotélicos, es decir desde un posicionamiento de felicidad, tiene pleno sentido tanto desde un punto de vista individual como social. Cada día que se prolonga la media de vida, la importancia de la calidad del ocio aumenta y se hace más significativa. La práctica de los distintos modos de ocio, en cuanto dedicación libre, voluntaria y gratificante, hacen que nuestra vida sea más satisfactoria. Ayudar a los demás repercute en nuestra identidad personal y social, es una fuente de autoestima, nos proporciona satisfacción y orgullo.

El desarrollo de la dimensión solidaria del ocio es un SOS a la esperanza, porque el problema no es tanto el contenido de los sueños cuanto saber si es posible soñar. La negación de la esperanza pone en entredicho la misma capacidad de esperar. Como precisa Joaquín García Roca, «cuando se trata de construir una historia esperanzada, la solidaridad es el norte y el guía de la esperanza, la máxima pasión de nuestro tiempo, que es a la vez su máxima herida, el deseo más profundo de la esperanza y a la vez la fractura más abierta, una realidad muy precaria y empedrada de dificultades. Se necesita una nueva alianza entre solidaridad y esperanza, que tendrá consecuencias positivas para cualquier proyecto en anticipador»¹⁴³.

La razón compasiva es una «chispa mesiánica», que decía Walter Benjamín, capaz de secundar cualquier conquista digna del ser humano. La contracultura de la solidaridad nos introduce en nuevos caminos de satisfacción, que no tienen mucho sentido en un mundo dominado por la eficacia, la razón y el mercadeo, pero abren nuevos horizontes en la práctica de nuevos ocios significativos y dignos. Cada día tenemos a nuestra disposición más tiempo libre para practicar nuestro natural humanitarismo, cada día somos más conscientes de que las ocupaciones solidarias nos ayudan en la búsqueda de la felicidad. Con la esperanza de que estos buenos deseos se hagan realidad, termino recordando un lema que, impreso en una pegatina, encontré en distintos lugares de Italia: «Con la solidarieta si vince», que es tanto como decir: «Con la solidaridad ganamos todos».

¹⁴³ GARCÍA ROCA, J., *Exclusión social y contracultura de la solidaridad*, Ediciones HOAC, Madrid, 1998, p. 294.

Bibliografía citada

- BEAUVOIR, S. DE, *La vejez*, EDHASA, Barcelona, 1989.
- BERNAL, A., *El voluntariado, educación para la participación social*, Ariel, Barcelona, 2002.
- BERNAL, A., *El voluntariado, educación para la participación social*, Ariel, Barcelona, 2002, p. 230.
- CARRERAS, I. y OSÉS, M., *Vivir solidariamente*, Planeta, 2002.
- CORTINA, A., *Por una ética del consumo*, Taurus, Madrid, 2002.
- CSIKSZENTMIHALYI, M. y CSIKSZENTMIHALYI, I.S., *Experiencia óptima. Estudios psicológicos del flujo de la conciencia*, Desclée de Brouwer, Bilbao, 1998.
- CSIKSZENTMIHALYI, M. e I.S., *Experiencia óptima. Estudios psicológicos del flujo de la conciencia*, Desclée De Brouwer, Bilbao, 1998.
- CSIKSZENTMIHALYI, M., «Ocio y creatividad en el desarrollo humano», en *Ocio y desarrollo. Potencialidades del ocio para el desarrollo humano*, Documentos de Estudios de Ocio, n.º 18, Universidad de Deusto, Bilbao, 2001, pp. 17-32.
- DE MIGUEL, A., *Dos generaciones de jóvenes 1960-1998*, Instituto de la Juventud, Madrid, 2000.
- DELLE FAVE, A. y MASSIMINI, F., «La modernización y los contextos cambiantes de flujo en el trabajo y el ocio», en M. e I.S. CSIKSZENTMIHALYI, *Experiencia óptima. Estudios psicológicos del flujo de la conciencia*, Desclée De Brouwer, Bilbao, 1998, pp. 191-209.
- Diario *El Mundo*, 21-6-2001.
- Documentos-TV, *De marcha 48 horas*, serie que dirige Pedro ERQUICIA y se emitió en la primavera de 2001 en TVE.2.
- DRIVER, B.L., BROWN, P.J. y PETERSON, G.L., *Benefits of leisure*, Venture Publishing, Pensilvania, 1991.
- ELZO, J., *Jóvenes españoles 99*, Fundación Santa María, Madrid, 1999.
- FIERRO, A., *Sobre la vida feliz*, Ediciones Algibe, Archidona (Málaga), 2000.
- GARAGORDOBIL, M., *Sobre efectos de los juegos en la conducta prosocial y la creatividad*, Ministerio de Educación y Cultura, Madrid, 1996.
- GARCÍA ROCA, J., *Solidaridad y voluntariado*, Sal Terrae, Santander, 1994.
- GARCÍA ROCA, J., *Exclusión social y contracultura de la solidaridad*, Ediciones HOAC, Madrid, 1998.
- GONZÁLEZ BLASCO, P., «Relaciones sociales y espacios vivenciales», en ELZO, J. y otros, *Jóvenes españoles 99*, Fundación Santa María, Madrid, 1999, pp. 183-262.
- INJUVE, *Informe Juventud en España*, INJUVE, Madrid, 2000, (www.mtas.es/infojuve).
- KRIEKEMANS, A., «La educación del empleo de los ocios», en *Pedagogía General*, Edit. Herder, Barcelona, 1973.
- LAESPADA, M.T. y SALAZAR, L., «Las actividades no formalizadas de los jóvenes», en ELZO, J., *Jóvenes españoles 99*, Fundación Santa María, Madrid, 1999, pp. 355-400.
- MADRID, A., *La institución del voluntariado*, Editorial Trotta, Madrid, 2001.
- MADRID, A., *La institución del voluntariado*, Trotta, Madrid, 2001.

- MASLOW, A., *El hombre autorrealizado. Hacia una psicología del ser*, 10.^a edición, Kairós, Barcelona, 1993, pp. 125-6.
- MATEO, M.J. y DEL VAL Y CID, C., «El ocio y las prácticas culturales de los jóvenes españoles», en NAVARRO LÓPEZ, M. y MATEO RIVAS, M.J., *Informe Juventud en España*, Ministerio de Asuntos Sociales/Instituto de la Juventud, Madrid, 1993, pp. 131-176.
- MUÑOZ CARRIÓN, A., «Consumo y Ocio», en Manuel MARTÍN SERRANO y otros, *Historia de los cambios de mentalidades de los jóvenes entre 1960-1990*, Ministerio de Asuntos Sociales/Instituto de la Juventud, Madrid 1994, pp. 240-302.
- PÉREZ LÓPEZ, J.A., *Liderazgo*, Folio, Barcelona, 1997.
- RÍOS, M., «La noche de los jóvenes, ¿moda o rebeldía?» En *Sal Terrae*, tomo 85/11, número 1.007, diciembre, 1997.
- ROJAS MARCOS, L., «La solidaridad: con cauce de humanismo para el siglo XXI», en AMIGO, M.L. y CUENCA, M. (edits.), *Humanismo y valores*, Universidad de Deusto, 2003, pp. 21-30.
- RUIZ OLABUÉNAGA, J.I., *Juventud liberta*, Fundación BBV, Bilbao, 1998.
- SARTORI, G., *Homo Videns. La sociedad teledirigida*, Taurus, Madrid, 1998.
- SILVESTRE CABRERA, M., «Los valores básicos de la sociedad», en Francisco ANDRÉS ORIZO, Javier ELZO y otros, *España 2000, entre el localismo y la globalidad*, Fundación Santa María/Universidad de Deusto, Madrid, 2000, pp. 25-47.
- STEBBINS, R.A., «Social World, Life-style, and Serious Leisure: Toward a Mesos-structural Analysis», *World, Leisure and Recreation*, 1, 35, primavera 1993, pp. 23-26. También, KAIERO, A. (ed.), *Valores y estilos de vida*, Bilbao, Universidad de Deusto, 1994.
- VELLOSO DE SANTISTEBAN, A., *Guía práctica de voluntariado en España*, Espasa, Madrid, 1999.

Capítulo 3

Incidencia de las experiencias voluntarias satisfactorias en dos grupos de personas jubiladas

Las páginas que siguen se detienen en el estudio de dos grupos de jubilados, que dedican parte de su tiempo libre a ayudar a otras personas de distintos modos. A partir de sus respuestas a un cuestionario abierto se analizan sus experiencias solidarias satisfactorias, ahondando en motivaciones, beneficios y consecuencias. Profundizamos en estas experiencias con la intención de aportar propuestas capaces de enriquecer programas de intervención comunitaria, especialmente aquellos que inciden en la mejora de la calidad de vida o cualquier otro que fomente el desarrollo del ocio solidario en los adultos. La investigación se ha podido llevar a cabo gracias a la ayuda del programa Acciones Especiales del Departamento de Educación, Universidades e Investigación del Gobierno Vasco.

3.1. Encuadre de la investigación: El ocio de los jubilados

El crecimiento del número de personas mayores y la disminución de jóvenes es un signo propio de sociedades desarrolladas. Por primera vez en la historia de la humanidad los mayores son una parte muy importante de la pirámide de población. Estudios demográficos, como el Informe sobre Desarrollo Humano de 1998¹⁴⁴, ponen de manifiesto que

¹⁴⁴ *Informe sobre el Desarrollo Humano*, publicado para el Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo, Ediciones Mundi-Prensa, Madrid, 1998.

el envejecimiento de los europeos es una realidad. Si a comienzos del siglo XIX el 3% de su población tenía más de 65 años, a finales del XX el porcentaje había subido al 20%, y para finales del 2020 las proyecciones demográficas anuncian que esta cifra llegará al 25%. Este crecimiento se refiere no sólo a cantidad sino también al alargamiento de la vida, las personas mayores de 80 años aumentan de día en día.

En España, a comienzos de la década del 90, el Centro de Investigaciones sobre la Realidad Social (CIRES) señalaba que casi el 30% de los hogares españoles tenía por cabeza de familia a un jubilado¹⁴⁵. Si en el año 2000 el número de españoles mayores de 65 años rondaba el 15% de la población total y en algunas comunidades autónomas, como el País Vasco, el índice de envejecimiento era aún mayor¹⁴⁶, los datos del padrón de 2003 indican que un 17% de los españoles, 7.276.000 personas, ha sobrepasado la edad de la jubilación. Estas cifras vienen a confirmar dos realidades sobradamente conocidas, el adelantamiento de la edad de jubilación producido por la falta de trabajo y el paulatino envejecimiento de la población española.

Aunque el incremento progresivo de personas mayores está relacionado con el aumento de los niveles de bienestar e instrucción, el fenómeno del envejecimiento no es exclusivo de los países desarrollados. También en América Latina se ha experimentado un notable crecimiento de la población de la tercera edad que, como señalan algunos estudios¹⁴⁷, ha creado una justificada preocupación, tanto por los problemas que ello plantea en el presente como en el futuro. El envejecimiento de la población es un hecho al que no podemos volver la espalda. Todos los países deben responder a las necesidades y expectativas de este grupo generacional, a nuevas demandas que deben ser atendidas desde unos parámetros muy diferentes a los tradicionales. Estamos ante una revolución demográfica mundial que nos enfrenta a serios retos.

Las transformaciones acaecidas en la sociedad postindustrial han cambiado ostensiblemente las condiciones familiares y quien más ha sufrido la modificación de la familia es, posiblemente, la persona de edad avanzada. Los abuelos, que habían sido durante siglos personajes sabios, conciliadores y carismáticos, han perdido ese papel social, que-

¹⁴⁵ Me refiero a la presentación de *La realidad social en España 1992-93*, CIRES, junio 1994 y a un titular aparecido en *El Correo* (Bilbao), 17.VI.94, p. 41.

¹⁴⁶ Fuente: *Estadísticas Demográficas*, Eurostat, 1988, y *Política de Bienestar Social para Euskadi en la Europa del 93*, Departamento de Trabajo y Seguridad Social del Gobierno Vasco, Vitoria-Gasteiz, 1990.

¹⁴⁷ MARÍN GARCÍA, H., *La educación en la tercera edad. Formación en recursos humanos*. UNED. Tesis doctoral, Madrid, 1998, p. 32.

dando relegados a un segundo plano y, en ocasiones, aislados a su soledad. Aunque sus necesidades (también preocupaciones) básicas sean salud o dinero, el problema que más les angustia a las personas mayores es el de la soledad. Se ha llegado a afirmar que la sensación de soledad se convierte con frecuencia en síntoma y estado de enfermedad. El ocio, que tiene un papel fundamental en la socialización de las personas, resulta ser en este aspecto una fuente compensatoria de esta soledad, a veces inevitable, siempre que sea un ámbito en el que estas personas se relacionen con otras personas ya sean miembros de su familia, amigos, gente de su edad u otros grupos.

¿Un tiempo de júbilo?

No siempre somos conscientes de que el trabajo es algo más que la manera para solventar los problemas económicos. También nos ayuda a organizar la vida, a relacionarnos, a tener un concepto de nosotros mismos o, incluso, a justificar nuestro ocio, entendido desde una perspectiva de descanso y diversión. No es nada nuevo recordar algo ratificado en distintos estudios, que la identidad y la conciencia de sí de muchos de nosotros está ampliamente basada en la ocupación laboral. Más aún, para gran parte de las personas que sacralizan el trabajo, la existencia del ocio sólo puede ser entendida desde la labor realizada, desde la alternancia del tiempo productivo. De ahí que, para estas personas, la jubilación sea un mal que en muchos casos no consiguen superar.

Opoaschowski constató, en un estudio realizado para identificar el significado dado al tiempo de no trabajo por prejubilados y jubilados, que para un 38% de los casos suponía un problema vital, un 33% lo consideraba tiempo de descanso y recuperación y sólo un 29% daba importancia al ocio y su actividad posible¹⁴⁸. En una de las investigaciones realizadas en el Instituto de Estudios de Ocio, se preguntó a un grupo de personas mayores de una residencia de Bilbao si volvería a trabajar y el 41% respondió que sí. Esta contestación nos hizo pensar en la falta de adaptación a la jubilación, junto a un concepto negativo del ocio, que en el 48% de los casos identificaban como actividades para «matar el tiempo»¹⁴⁹.

El adelanto de la edad de jubilación, las prejubilaciones y el aumento de las perspectivas de vida están haciendo de la tercera edad un período

¹⁴⁸ OPOASCHOWSKI, H., *Psychologie und Soziologie der Freizeit*, Oplanden, Leske/Budrich, 1988.

¹⁴⁹ SANTISTEBAN, P., *Tercera Edad y Ocio Institucional*, Bilbao, Universidad de Deusto, Instituto de Estudios de Ocio, 1992, pp. 91-93.

do de la vida largo y especialmente importante. Un período en el que el trabajo deja de ser significativo y las ocupaciones de ocio pasan a un primer plano. Un período en el que, al momento de acceder a él, el cambio más importante tal vez sea la disponibilidad de una gran cantidad de tiempo libre, hasta tal punto que ni siquiera cuando estas personas fueron niños pudieron tener tanto tiempo para jugar. Pero decir que se dispone de tiempo libre no es decir mucho, es sólo afirmar que se tiene una posibilidad de hacer algo de una manera libre y opcional.

El fenómeno de la jubilación se plantea muchas veces de forma unilateral y poco objetiva. Para unos puede ser la liberación, el final de una etapa de la vida caracterizada por el esfuerzo, el sacrificio y la realización de actividades obligadas y, en ocasiones, no queridas. Desde este punto de vista la jubilación significa descanso, tiempo libre merecido, oportunidad de hacer lo que autorrealiza. Para otros es un momento terrible, que relacionan con la decrepitud, el deterioro o la etapa final de la vida. Ambas maneras de ver o tratar el tema pecan de generalistas y simples; de ahí que puedan considerarse inadecuadas. La experiencia y los resultados de distintos estudios realizados al respecto indican que los que deseaban con anhelo la «edad del júbilo» pronto empiezan a añorar gran parte de lo que hacían anteriormente, y los que pensaban que ya sólo quedaba la muerte empiezan a darse cuenta de que tampoco se encuentran tan mal y que es posible seguir viviendo, incluso con más paz de la que se tenía y con menos preocupaciones en las que pensar.

El modelo tremendista, basado en el concepto de que el declive físico natural se correlaciona directamente con el declive generalizado de la persona¹⁵⁰, ha sido superado desde perspectivas humanistas que afirman que el envejecimiento no va emparejado a las limitaciones de desarrollo, mejora, estímulo y conciencia del valor de cada momento de la vida¹⁵¹. Envejecer es un proceso natural de carácter universal, pero no es igual para todos; forma parte de un desarrollo personalizado físico, psicológico y social. La diferenciación individual es un aspecto esencial en cada envejecimiento. Los diferentes estilos de vida, intereses, objetivos y deseos hacen que cada uno de nosotros viva una situación

¹⁵⁰ El modelo deficitario o médico decremental es una manera de tratar y entender a las personas mayores con unas ideas base de carácter negativo. Pilar SANTISTEBAN, en su estudio *Tercera Edad y Ocio Institucional* (Universidad de Deusto, Instituto de Estudios de Ocio, Bilbao, 1992), hace ver que actualmente todavía hay instituciones que realizan su actividad desde esta concepción.

¹⁵¹ LEHR, V., *Psicología de la Senectud*, Barcelona, Herder, 1985, así como el libro de R. KALISH, *La Vejez. Perspectivas sobre el desarrollo humano*, Madrid, Pirámide, 1983.

distinta, permitiendo que sea atractivo para unos lo que para otros es algo sin sentido ni razón.

Aún así y desechando los tópicos que se han comentado anteriormente, la jubilación sitúa a la persona ante problemas específicos que necesariamente debe resolver. Dos de los más importantes tal vez sean seguir viviendo sin la presencia del trabajo y la necesidad de desarrollar un ocio, lo suficientemente significativo como para ocupar el tiempo libre con sentido.

Las personas mayores que pasan de una actividad productiva a la jubilación viven un cambio existencial de gran importancia. Si no se actúa adecuadamente el abandono del mundo laboral supone pasar de una vida activa a una situación de pasividad. Para muchos de nuestros mayores tener tiempo libre no es un don sino un problema, un problema de aburrimiento y de no saber qué hacer. El que no sabe qué hacer en su tiempo libre aspira a llenar el tiempo como sea, a entretenerse en algo «para matar el tiempo». El ocio es algo distinto, es hacer lo que no estás obligado, porque te agrada, porque tiene un sentido. Si el tiempo libre se opone al tiempo de trabajo, el ocio se identifica con la actividad gustosa que estaríamos dispuestos a realizar sin que nos pagasen nada, porque es un modo de expresión y desarrollo acorde con el ser personal de cada cual. Por eso, el que tiene claro su ocio y lo pone en práctica no desea «matar el tiempo» sino vivirlo.

La persona mayor

El perfil de la persona mayor está marcado por factores que vienen determinados por distintos elementos: el componente biológico, vinculado al desarrollo somático y fisiológico; el componente funcional, relacionado con las capacidades presentes; el factor psicológico, unido a la percepción subjetiva de ser viejo; y el componente social y relacional. Este último factor es un aspecto esencial tanto para las vivencias de ocio como para afrontar los procesos educativos¹⁵². El trabajo no es sólo fuente de recursos, es también un ámbito de relación, una ocupación que nos fuerza al movimiento y a ejercitar la mente. Muchas de estas situaciones se pierden con la jubilación, provocando un envejecimiento prematuro. Envejecer tiene mucho que ver con dejar de moverse, de relacionarse y participar, de ahí que quienes presentan una mejor predisposición a participar y mantenerse activos, cuando llega la jubila-

¹⁵² GUTIÉRREZ RESA, A., *El voluntariado y su incidencia en los mayores*, en Medina Tornero, M.E., Madrid, 2000.

ción, se deprimen menos, se adaptan mejor a los cambios físicos, presentan mayores niveles de satisfacción y un mejor funcionamiento cognitivo.

Hasta el momento no existe tradición y nadie se forma para esta etapa de la vida, cada vez más prolongada y llena de posibilidades, si se mantiene la actividad y la curiosidad por todo. El paso a la tercera edad, marcado por la jubilación, se empieza a considerar como una nueva profesión que va a exigirnos una preparación adecuada, capaz de responder a las nuevas realidades desde el criterio de que «nunca es demasiado tarde»¹⁵³.

Hace años que organismos internacionales, como la O.N.U o la Unión Europea, se ocupan de las cuestiones relacionadas con estos temas. A modo de ejemplo baste recordar el «Observatorio Europeo sobre Envejecimiento y Personas Mayores», el estudio sobre la «actitud de los europeos ante el envejecimiento de la población y las personas mayores», realizado durante el año 1992, el «Año Europeo de las personas de edad avanzada y de la solidaridad entre las generaciones», celebrado en 1993 o el «Año Internacional de las Personas Mayores», decidido por la Asamblea General de la O.N.U. en 1992. Este evento permitió promocionar, a nivel mundial, los Principios de las Naciones Unidas para las personas mayores: independencia, participación, cuidados, autorrealización y dignidad.

En unas y otras propuestas se afirma la necesidad de entender esta etapa vital como un momento complejo, para el que se necesita una preparación activa. Si queremos que esto sea realidad urge:

- Provocar un cambio de actitud en la sociedad frente a los mitos y prejuicios de este período en la vida de las personas.
- Potenciar la formación y el derecho a unos hábitos saludables: físicos, nutritivos, sanitarios y de seguridad social.
- Fomentar la preparación para una correcta salud mental que debe abarcar: personalidad, motivaciones, capacidades..., en la búsqueda de un equilibrio psicológico.
- Establecer criterios de formación que permitan el desarrollo de relaciones sociales que posibiliten una adecuada salud social.
- Desarrollar vías y formas de ocupación del tiempo libre que puedan responder al derecho de una existencia cultural adecuada a sus necesidades.

¹⁵³ AMADOR MUÑOZ, L., «La Educación Permanente, educación para el nuevo milenio», en MARTÍN GONZÁLEZ, M.^ªT. (dir.), *Educación Permanente para Todos*, UNED, Madrid, 2002.

—Establecer entre las personas mayores la visión personal y positiva a este período de la vida.

Todas estas propuestas intentan satisfacer las necesidades que se presentan en este momento de la vida de las personas. También persiguen conseguir un doble objetivo, en primer lugar, el progreso y desarrollo personal y, en segundamente, la mejora e igualdad social. El desarrollo de una conciencia social sobre este grupo de población no puede olvidar su modo de vivir el ocio, porque, como es bien sabido, la abundancia de tiempo libre a menudo no se corresponde con un ocio adecuado. En el caso de las personas mayores, el ocio tiene una función superior. Lo que haga o deje de hacer un 17 o un 25% de la población en su tiempo de ocio, que en este caso es casi todo, no puede resultar indiferente desde un punto de vista económico, social, educativo, psicológico o, por no seguir enumerando, simplemente sanitario. La civilización del ocio que nos está llegando no puede quedarse en un mero aumento de cifras y productos de consumo, sino que ha de responder también al desarrollo y al bienestar humano que no se puede comprar con dinero. Ha de responder a la realización de acciones con significado, acciones creativas y libremente decididas que hagan sentir al que las realice su unicidad como persona y el avance continuo en su capacidad de vivir y percibir.

En los últimos años nuestra sociedad ha tomado conciencia de que el problema del tiempo libre de las personas mayores no es un problema cualquiera. Hacer que la jubilación sea una etapa feliz, una inversión en nuestro propio bienestar y calidad de vida depende de nosotros. Incluso la Constitución Española, en su Artículo 50, reconoce que los poderes públicos tienen la obligación de promover el bienestar de los ciudadanos de la tercera edad mediante la promoción de servicios sociales que atiendan, además de salud y vivienda, su cultura y su ocio. No se trata sólo de ofrecer alternativas a la televisión o la radio, sino de que la persona mayor encuentre sentido en lo que se le propone y quiera hacerlo. A. Víctor Martín señala que parece claro que «una de las tareas básicas de la educación de la personas adultas debe ser la de entrenar a la gente en el disfrute del tiempo libre, para lo que es necesario promover contextos sociales estructurados que favorezcan actividades de ocio, dado que estas, a su vez, facilitan el establecimiento de amistades, diferentes redes y patrones de relación y apoyo social, en conjunción con un mayor desarrollo de la activación del individuo en las esferas física y mental»¹⁵⁴.

¹⁵⁴ MARTÍN GARCÍA, A.V., «Jubilación y Educación de Adultos», en GARCÍA CARRASCO, J. (coord.), *Educación de adultos*, Ariel, Barcelona, 1977, p. 249.

El ocio juega un importante papel en la vida de las personas mayores porque les ayuda a afrontar con optimismo la nueva situación social. Tener tiempo y ser capaz de experimentar el ocio son condiciones que definen la «buena vida». Pero el problema del ocio es que pocas personas han cultivado durante su vida las destrezas que les permitan utilizar el tiempo libre de forma satisfactoria. Los datos que se conocen indican que, en este grupo de población, predomina una concepción específica del ocio entendido sólo como diversión, premio o, simplemente, no hacer nada. El ocio, en cuanto ámbito positivo de desarrollo humano, es otra cosa. Los jubilados que han vivido con intensidad los valores propios de la cultura del trabajo necesitarán encauzar su acción hacia nuevos roles que mantengan una fuerte aprobación social. La disponibilidad de tiempo libre es evidente que facilita la práctica del ocio, pero ¿practican realmente el ocio nuestros mayores? ¿Cuál es la realidad y los condicionantes de su práctica? ¿Qué se puede hacer en esta dirección? Tratemos responder a estas preguntas.

Entre la realidad y el deseo

Los datos disponibles en los últimos años¹⁵⁵ señalan que nuestros jubilados tienen unas prácticas de ocio muy hogareñas y, lo que es peor, fundamentalmente pasivas. De acuerdo con lo publicado se puede afirmar que las actividades de ocio más practicadas por nuestros mayores son ver la televisión, escuchar la radio y leer periódicos y revistas. Entre las actividades menos practicadas figuran las de salir a los espectáculos (teatro, cine, ópera o conciertos), visitar galerías de arte y practicar con algún instrumento musical. Estos datos vienen a confirmar diferentes investigaciones anteriores realizadas en otros países, como las realizadas por Kelly o Meléndez¹⁵⁶, según las cuales el hogar es el centro de la actividad de ocio y recreación de las personas de mayor edad. La práctica de estas actividades está directamente relacionada con la satisfacción que produce realizarlas, aunque existen pequeñas variaciones. Para el grupo de edad superior a 65 años lo más gratificante es ver la televisión, mientras que, aunque ligeramente, el grupo más joven disfruta más con la radio. Este tipo de prácticas tienen también sus beneficios; pero, desgraciadamente, aparecen unidas a unos hábitos de vida poco saludables y escasamente creativos.

¹⁵⁵ CIREs, *La Realidad Social de España 1992-93*, BBV-Caja Madrid-BBK, 1994. DE MIGUEL, A., *La Sociedad española 1994-95*, Edit. Complutense, Madrid, 1995.

¹⁵⁶ KELLY, J.R., *Leisure*, Englewood Cliffs, Prentice Hall, NJ, 1990, y MELÉNDEZ, N., *¿Contribuye la recreación a la satisfacción del envejeciente jubilado?*, Universidad de Puerto Rico, 1991.

María Luisa Sevillano¹⁵⁷, estudiando «los medios de comunicación en la vida de las personas mayores», afirma que las personas jubiladas que leen prensa, escuchan radio o ven televisión sienten que, gracias a ello, disponen de: Entretenimiento, compañía, información, cultura, motivos de conversación y contacto con la realidad. También encuentran positivo que los medios les permiten un acercamiento a los jóvenes y al presente, el fomento de la lectura, la creación de un espíritu crítico, la ampliación de conocimientos y de vocabulario, o la seguridad personal que proporciona saber de que hablar, adaptarse a la sociedad, distraerse y no perder el contacto con el mundo.

Como contrapunto otros jubilados consideran que estas prácticas inciden en una visión trágica del mundo y crean confusión, desilusión y rabia ante la situación que se presenta de la sociedad actual. Eso sin olvidar que muchas veces no entienden y se desconciertan, confundiendo ficción con realidad.

Independientemente de la atención a los medios, el Centro de Investigaciones sobre la Realidad Social afirma que la actividad que mejor define lo que estas personas hacen durante su tiempo libre es «dedicarse a las personas más queridas». En el caso de los mayores de 65 años alcanza el 44%, en el grupo de edad anterior el 41%. Las actividades que ocupan el segundo y tercer lugar son diferentes en cada grupo. En los jubilados la siguiente actividad es «estar con gente, charlar o tratar con los amigos» (31%), seguido de «dedicarse tranquilamente a sus cosas y aficiones» (26%). En el grupo de prejubilados tiene más importancia «hacer muchas cosas, estar activo, ir de un lado para otro» (32%), seguido de «estar con gente, charlar y tratar a los amigos» (29%). Las actividades menos significativas en ambos casos serían «aburrirse» o «pensar, meditar», seguidas de «pasarlo bien sin hacer nada» (11%), en el caso de los prejubilados, y «hacer asuntos pendientes del trabajo» (9%) en el grupo de jubilados. Estas actividades se suelen hacer de forma improvisada o poco organizada, aunque una de cada tres personas de estas edades dice tener su tiempo libre muy organizado.

Una primera lectura de los datos que acabamos de señalar nos indica que el tiempo libre de nuestros mayores también es un tiempo de relación, de sociabilidad y de actividad. Contrariamente a lo que un estudio similar recogía en 1991, el tiempo libre ha dejado de ser, en gran parte, un tiempo de descanso. Según estos datos, se puede decir que la

¹⁵⁷ SEVILLANO GARCÍA, M.L., «Los medios de comunicación en la vida de las personas mayores», comunicación presentada en el I.º Congreso Iberoamericano de Pedagogía Social, Universidad Mayor, Santiago de Chile, 8-10 de noviembre de 2004. Publicación de las Actas en CD por la SIPS y la Universidad Mayor, Santiago de Chile, 2004.

concepción del ocio como actividad gratificante y autónoma empieza a ser más importante que el concepto de ocio como continuación del trabajo y, consiguientemente, como descanso. Respecto a las conductas de carácter cultural, los datos del CIRES señalan¹⁵⁸ que nuestros jubilados llevan una vida muy poco activa: casi no quieren saber nada de conferencias, festivales, parques zoológicos, de atracciones o acuáticos. Tampoco les interesan las ferias comerciales o de libros, y sólo un grupo reducido ha visitado algún museo, exposición de arte o parque natural. La situación del grupo de ciudadanos entre 50 y 64 años es algo diferente, aunque las cifras sigan siendo bajas. Tienen inquietud por los monumentos históricos o artísticos, visitan más museos y les preocupa más la artesanía, el libro o los parques naturales. En cualquiera de los casos, las cifras de participación son bajas, ninguna de ellas llega al 20%.

Nuestros mayores tienen hábitos hogareños y prefieren ver los espectáculos en la televisión de casa antes que salir al exterior. Respecto a su estilo de vida, existe una cierta continuidad entre las prácticas de ocio de los adultos situados en la franja de prejubilación y los jubilados. Esto al menos es lo que podría deducirse de los datos que se acaban de señalar. Aun así, se ve que las diferencias entre los dos grupos de población son significativas en algunos aspectos, no tanto porcentualmente como en cuanto indicadores de un cambio de concepción, de una manera nueva de concebir la actividad de ocio en un futuro inmediato.

La posibilidad de cambiar de un estilo de ocio pasivo a otro activo por sí solos es muy difícil. Estudios como el de Kunkel, hablan de esa dificultad. De ahí que distintos autores, entre ellos Agustín Requejo, consideran que la animación sociocultural tiene un papel clave en la personas y colectivos de tercera edad facilitando procesos de participación, comunicación y desarrollo social¹⁵⁹.

3.2. Comportamientos solidarios y vivencias de ocio en dos grupos de personas jubiladas

La investigación que se presenta aquí se ha realizado a partir del estudio de dos grupos de voluntarios, claramente diferenciados. Un grupo, que denominaremos voluntarios laborales, está constituido por personas de formación alta y procedentes de profesiones bien cualifica-

¹⁵⁸ *Op. cit.*, pp. 24 y 25.

¹⁵⁹ Cf. REQUEJO, A, «Animación Sociocultural en la tercera edad», en TRILLA, J. (coord.), *Animación Sociocultural. Teorías, programas y ámbitos*, Ariel, Barcelona, 1997, p. 261.

das. Otro grupo, que conoceremos a partir de ahora como voluntarios culturales, formado por personas con escasa formación y profesiones menos brillantes pero con alta motivación en temas de ocio. Para realizar este trabajo se ha pedido a los voluntarios seleccionados que cumplieren un cuestionario estructurado y abierto, previamente validado por expertos en temas de ocio. En algún caso, el cuestionario fue complementado con entrevistas en profundidad. El trabajo se detiene en algunos aspectos relacionados con las experiencias satisfactorias y sus consecuencias, para terminar en una reflexión de conjunto.

En ambos casos nos encontramos con personas en las que el referente laboral ya no es importante, pues todos son jubilados, y que practican la solidaridad de manera asidua hasta tal punto que, para muchos de ellos constituye un modo de identificación. Al seleccionar la muestra se ha tenido en cuenta que la acción voluntaria que llevan a cabo estas personas fuese del tipo que Robert A. Stebbins (1993) considera un «ocio serio o sustancial». Pasamos a describirlos con mayor detalle.

El grupo voluntarios laborales

Es una muestra de 22 personas caracterizadas porque su acción voluntaria pretende ser una continuación de su vida laboral. Todas ellas pertenecen a la asociación Secot de la delegación de Bilbao. Sólo una de estas personas es mujer y todas ellas se encuentran en situación de jubilación o prejubilación. Secot (Seniors Españoles para la Cooperación Técnica) es una asociación independiente y sin ánimo de lucro que tiene por objetivo proporcionar asesoramiento técnico profesional, a cargo de expertos jubilados y prejubilados —los Seniors— a empresas u organismos con dificultades de acceso a la consultoría comercial, preferentemente en regiones económicamente desfavorecidas o en países en desarrollo. Los Seniors de Secot prestan su colaboración aprovechando su disponibilidad de tiempo libre y a título gratuito, actúan con independencia de cualquier interés o entidad, no hacen la competencia a consultores y profesionales, ni empresas de servicios de estudios, asesorías u otros similares. Sus intervenciones son temporales, máximo seis meses. Secot es una asociación fundada en 1989 y promovida por Acción Social Empresarial, Círculo de Empresarios y Consejo Superior de Cámaras de Comercio, Industria y Navegación de España.

La edad de los encuestados es la que sigue: 16 cuentan más de 65 años y 6 personas tienen entre 50 y 65 años. Respeto a su formación, 17 son licenciados (dos casos también poseen con el título de

doctor), 3 encuestados tienen el título de grado medio y otros 3 el de bachillerato. Los voluntarios de este grupo practican un ocio sustancial en cuanto que todos ellos son asociados libremente comprometidos, con experiencia y dedicación más que suficientes: 15 desarrollan su actividad de voluntarios hace más de 5 años, 3 encuestados llevan realizando su labor entre 3 y 5 años y los 4 restantes tienen una experiencia entre 1-2 años. La dedicación semanal a las actividades de la asociación también son diferentes, 14 personas dedican más de 4 horas semanales, mientras que 8 lo hacen menos de 4 horas semanales.

El grupo voluntarios culturales

Constituido por una muestra de 20 personas, todas ellas relacionadas con el voluntariado cultural en distintas manifestaciones: coros, folklore, pintura, literatura y manualidades. En su mayor parte realizaban su labor a través de distintas asociaciones culturales, en las que eran responsables del desarrollo de una determinada actividad. La mitad del grupo eran mujeres y la otra mitad hombres. Respecto a la edad, tres de cada cuatro personas de este grupo tienen entre 50 y 65, por lo que abundan los prejubilados, las restantes más de 65 años. Respecto a su formación, más de la mitad, 11 personas en concreto, sólo tienen estudios primarios, 2 estudiaron bachillerato, otras 2 tienen una licenciatura y los 5 restantes tienen el título de grado medio. Los voluntarios de este grupo también practican un ocio sustancial, en cuanto que todos ellos se han comprometido libremente y cuentan con una experiencia y dedicación sobradas. Como en el caso anterior, la mayor parte de ellos, 16 voluntarios en este caso, desarrollan su actividad desde hace más de 5 años, 3 encuestados la realizan desde al menos 3 años y uno entre 1 y 2 años. La dedicación semanal a las actividades de voluntariado superan, en su mayor parte, las 4 horas semanales, sólo uno de cada cuatro dedica ese tiempo o algo menos.

¿Cómo son estas personas?

Son personas preocupadas por los derechos humanos, que les gustaría desterrar la pobreza, y defienden la necesidad de educación, justicia y solidaridad. Los voluntarios laborales de la muestra son especialmente sensibles ante los valores religiosos y el tema de los emigrantes. Entre los voluntarios culturales también preocupaba el último tema, pero encontramos un mayor interés en cuestiones relacionadas con la libertad y el respeto mutuo (el maltrato era una preocupación que apa-

reció en varias ocasiones). Al preguntarles ¿Qué entendían por una vida digna?, sus respuestas fueron tan variadas y llenas de contenido. Desde los que consideraban la necesidad de hacer realidad en cada uno los derechos humanos, hasta los que simplificaban diciendo «que no falte un trozo de pan y ser solidario». A modo de ejemplos significativos destaco a continuación algunos de cada grupo.

Los voluntarios laborales ponían especial énfasis en cubrir las necesidades básicas y sentirse realizados, pero también aportaron ideas originales tales como:

«No ser considerado como un pobre, disfrutar de los derechos humanos, disponer de los medios para realizarse y no ser discriminado por nadie».

«Vida digna, aquella que le permite a la persona, en función de su edad y de otras circunstancias fundamentales, vivir de forma armónica y equilibrada, disponiendo que los medios espirituales y materiales básicos, para su satisfacción y la de su entorno próximo».

«Dar parte de lo que tienes a los demás».

«Respetar y ser respetado».

Los voluntarios culturales recalcan la importancia de la honradez, el trabajo digno y la felicidad, después de tener unos ingresos mínimos para vivir. Entre sus ideas destacamos las que siguen:

«Es cumplir con los principios que tú tienes, o intentarlo al menos, y ser noble y honrado. Y con eso sentirte que no eres un “Quinqui”, que no eres una persona mala y que no haces daño a nadie».

«Una vida digna es aquella en la que cada persona pudiera realizarse a sí misma y pudiera crecer en aspectos personales, sociales, culturales... Eso fundamentalmente».

«Una vida donde las personas pudieran desarrollarse libremente, sin que les coarte nadie esa libertad y con las necesidades vitales cubiertas».

«Aquella en la que el concepto de ser humano se desarrolle en toda su extensión».

«Una vida digna la entiendo como una sociedad multicultural donde estamos todos representados respetuosamente».

«La de una persona responsable y atenta a lo que sucede en el entorno, sobre todo el más cercano».

Sobre sus aficiones en sus ratos de ocio, hemos querido saber si, además del voluntariado que practican habitualmente tienen otro tipo de aficiones. Sus propuestas han sido éstas:

Tres aficiones de sus ratos de ocio*	Voluntarios laborales	Voluntarios culturales	Total
La lectura	11	5	16
Monte, naturaleza (montaña)	4	10	14
Pasear	10	1	11
Música	6	5	11
Deportes	8	3	11
Charla con amigos	6	2	8
Viajar	4	2	6
Bricolaje/labores	—	5	5
Ordenador	3	—	3
El cine	—	3	3
Todo lo que tiene que ver con la cultura	—	2	2
La pintura	—	2	2
Fotografía	2	—	2
Escribir	2	—	2
Visitar museos	1	—	1
Ver televisión	1	—	1
Asistir a espectáculos de teatro, música, etc.	1	—	1
Clasificar y archivar fotografías	1	—	1
Aprender a conocer arte de todo tipo	1	—	1
Coleccionismo	1	—	1
Crucigramas	1	—	1
Pesca	—	1	1
Tocar el piano	—	1	1
Modelismo	—	1	1
Cocinar	—	1	1
Familia y asociación	—	1	1
Radio	—	1	1
Navegar	—	1	1

Llama la atención el hecho de que las aficiones más practicadas sean leer, el contacto con la naturaleza, pasear, deportes y música; porque no se corresponden con las habituales de las personas de su

* La pregunta fue: Además del voluntariado qué practica, indique 3 aficiones que practica habitualmente en sus ratos de ocio.

edad, en las que predomina el ocio pasivo y el consumo de medios de comunicación. En las primeras páginas de este capítulo señalábamos que nuestros jubilados tienen unas prácticas de ocio fundamentalmente pasivas: ver la televisión, escuchar la radio y leer periódicos y revistas.

¿Cómo empezó?

Al preguntarle *¿Cómo comenzaron a interesarse por el voluntariado estas personas?* Encontramos que sólo había coincidencia de los grupos en tres razones. La primera «hace años que lo hacía (o lo practiqué de joven)», aducida por dos voluntarios laborales y seis culturales, la segunda se refiere al hecho de que llegaron al voluntariado a través de la conversación e invitación de algún amigo, en este caso cinco personas eran voluntarios laborales y dos culturales. Finalmente, la llegada «por casualidad», resultó ser un motivo ocasional aportado por tres personas. Nueve voluntarios laborales argumentaban que, al quedar jubilados o prejubilados, necesitaban hacer algo y, cuatro personas de ese mismo grupo de voluntarios, señalaban su necesidad de seguir activos. Respecto a los voluntarios culturales, las razones específicas que presentaron se relacionaban con: «siempre he querido hacerlo, pero no podía», dos personas, «entendí que esta actividad era necesaria», «todo viene rodado, tu te metes en un círculo a practicar una actividad y todo va viniendo» o «porque quería ocupar mi ocio en algo que me gustase, en algo creativo, tres personas en los tres casos». Otra persona del mismo grupo matizaba que «fue un ofrecimiento que le hizo su comunidad».

La experiencia solidaria de los jubilados

Hasta aquí hemos visto una serie de rasgos característicos que nos permiten entender mejor como son los jubilados del estudio. A partir de ahora nos centraremos en su experiencia solidaria que, en realidad, es el objeto principal de esta investigación. Nos interesa conocer las peculiaridades de la misma, partiendo de una aclaración previa que entendemos fundamental: el hecho de ser, o no, una experiencia voluntaria y satisfactoria. A partir de ahí nos preguntaremos si se puede considerar una práctica de ocio y, sobre todo, trataremos de esclarecer qué les aporta esta experiencia. En el caso de que las aportaciones sean realmente benéficas, nos preguntaremos por los caminos para hacerlas extensivas a otras personas de esta edad y, si pudiera ser, hasta otros colectivos.

¿Es realmente satisfactoria la experiencia de los voluntarios seleccionados?

Para tratar de responder a la pregunta general que acabamos de formular hemos sondeado a las personas estudiadas sobre diversas cuestiones. En primer lugar hemos querido saber si la experiencia de solidaridad es algo que realizan libre, voluntaria y altruistamente (sin pedir nada a cambio). Todas las personas contestan unánimemente que sí a la primera parte de la pregunta señalando que su compromiso solidario lo realizan libre y voluntariamente. Alguna persona añade «¿cómo no podría ser así?» y otras rubrican su afirmación con la frase «absolutamente libre», en un caso se precisa que sin la acción voluntaria «estaría más holgado de tiempo». Respecto al altruismo, 40 voluntarios afirman que sí, aunque en un caso se precisa que «a cambio consigo muchas compensaciones a nivel personal, así que no se si se puede considerar muy altruista», o, en este mismo sentido, otra voluntaria también llega a dudar del altruismo, en la medida que recibe «sentido común, sentimientos positivos, satisfacción y aprender mucho». En otro caso se señala que «el nada a cambio es relativo, porque si la gente no te responde, te molesta. Algo sí debes de pedir a cambio, aunque sea que se te reconozca un poco». Finalmente considero que también es reseñable la observación de otro de los voluntarios: «No pido nada a cambio; pero considero que debería ser mejor reconocida por la administración pública y sociedad».

Seguidamente hemos pasado a preguntarles cómo se sienten normalmente cuando están realizando la experiencia solidaria. La práctica totalidad de los consultados afirma que la realización de la experiencia les hace sentirse bien, aunque cuatro responden que «depende», refiriéndose a cómo salgan las cosas, mejor o peor, y tres señalan que «normal», «No pienso cómo me siento, me siento como en la vida propia, unas veces a gusto y otras no». La manera de expresar la satisfacción que siente cada uno varía de uno a otros casos, oscilando desde el «muy satisfecho» al «normalmente bien y en paz». En algunos casos de los voluntarios laborales se matiza que el motivo de la satisfacción es percibir que se es útil a alguien, siendo frecuente el uso de expresiones positivas tales como ilusión, sumamente motivado, me siento una persona necesaria etc.

En el caso de los voluntarios culturales nos encontramos con frases como las que siguen: «Me olvido de todo, me dedico en cuerpo y alma»; «para mí es algo en lo que lo paso muy bien»; «me siento contento cuando mis proyectos salen adelante y cuando se paran, me siento desmoralizado; pero poco, porque nunca pierdo la esperanza. (...) Aunque a veces salen mal las cosas no hay que rendirse nunca, hay que vivir de

las utopías también. Está demostrado que las utopías, a veces, dejan de serlo; pero dejan de serlo si te pones en camino, si haces algo por conseguirlo». Otras personas son menos idealistas y consideran: «Yo no pienso que estoy haciendo algo por el futuro de la humanidad», lo que no evita que se sientan satisfechos, porque si «una actuación, sale bien, es muy satisfactorio todo eso que se hizo (sufrir, ensayos) se recupera el esfuerzo y merece la pena el sacrificio». Todo ello permite que se pueda señalar que las personas cuestionadas encuentran un sentido y una compensación positiva y personal a su actividad.

Una forma de vivir el ocio

Conceptualmente es posible afirmar que estamos hablando de una forma de vivir el ocio autotélico, puesto que ellos entienden que realizan una actividad libre, voluntaria, grata y sin pedir nada a cambio. Así se puede apreciar al comprobar que el concepto de ocio de alguno de los jubilados estudiados coincide con la afirmación anterior. Para ellos el ocio es «una actividad agradable no remunerada», «toda actividad altruista, no remunerada, que se desarrolla libremente, sin estar obligado a ello». Resulta curioso comprobar que los voluntarios laborales inciden en el atributo de «no remunerada», en 9 casos frente a sólo 3 de los voluntarios culturales. Estos últimos también se caracterizan por una mayor variedad y creatividad a la hora de definir el ocio. Así puede verse en los ejemplos que siguen:

«El ocio es una cosa muy bonita y además creo que ayuda a uno mismo a no estar pensando en cosas raras o malas ni estar pensando en nadie (por ejemplo en los vecinos) y llevarte con tu familia lo mejor posible. Lo que hago como voluntario no quiero que falte en casa, ni en la familia».

«Algo muy importante, en mi vida muy importante. Yo se lo he querido inculcar a mi marido y no lo he conseguido. Hace tiempo oí en la radio que los prejubilados íbamos a tener mucho tiempo libre y era importante tener un ocio, aquello a mí me el marcó muchísimo. No soy de ver la tele, soy una persona activa. Mi marido no es así, él era de trabajo y trabajo. La familia y el trabajo. Pues ahora está que no sabe, esta jubilado y no sabe. A mí me pasó que al principio de jubilarme me apunté a mil cosas. Hasta que me di cuenta que el día tiene veinticuatro horas y que tenía que tomarlo con más calma».

«El ocio es fundamentalmente divertirse, pero para mí divertirme por divertirme me parece poco, me quedo como coja, es importante que me aporte algo».

«Es muy sencillo, es pasarlo lo mejor posible ayudando a los demás».

Estos ejemplos son sólo una muestra que permite comprobar la riqueza conceptual y vivencial que se traslucía en las contestaciones de los voluntarios culturales, a diferencia de los voluntarios laborales, que, en su mayor parte, entendían el ocio como ocupación agradable (no remunerada) del tiempo libre. Sólo un caso de estos últimos voluntarios identificó el concepto ocio con descanso («No hacer nada cuando estoy cansado físicamente de lo anterior»), cuando lo habitual es que en los voluntarios culturales se destacase justo lo contrario («Para mí el ocio no es descansar»), eso sí, expresado de formas múltiples, llenas de matices: El ocio es «una salida al no ocio... La diferencia entre no hacer nada y tener la posibilidad del ocio», «una continuidad de la vida», «Tripa arriba y tripa abajo, no, todo lo contrario, que es hacer muchas cosas, disfrutarlo», «lo que está en la vida de las personas, algo muy importante».

Relacionado con el concepto de ocio les hemos preguntado también si realizan su actividad por disfrute propio o por sentido de responsabilidad social. La pregunta la responden los entrevistados considerando en todos los casos ambas razones. A 21 personas les resulta difícil señalar si, en su caso, es dominante el disfrute propio o el sentido de responsabilidad social, por lo que afirman que por «ambas cosas». En algún caso se llega a precisar que el «sentido de responsabilidad social me pide hacer más de lo que hago, así que en este aspecto me evalúo aún en negativo». Esta es una sensación que ya habíamos constatado en otras investigaciones, el hecho de pasarlo bien parece que resta seriedad a actuaciones altruistas voluntarias y hace que algunas personas se sientan mal por ello. No es el caso de 14 entrevistados, que no tienen inconveniente en afirmar que realizan la actividad voluntaria «por disfrute propio en mayor medida», aunque eso no les impida reconocer que luego lo hacen por responsabilidad social. Frente a ellos 7 personas afirman justo lo contrario, que lo hacen por responsabilidad o «por sentido de colaboración, intentando devolver o a quien lo necesite, lo recibido desde la sociedad», también «por solidaridad».

Interesa reseñar que en esta cuestión no existen diferencias significativas entre los dos grupos de voluntarios estudiados, aunque el «sentido de responsabilidad social» esté menos presente en los voluntarios culturales, que optan en mayor grado por la incidencia del disfrute. La frase que sigue recoge el sentir más generalizado en este grupo: «En principio por el disfrute propio y, después, por responsabilidad social al comprobar que, efectivamente, hay grupos de gente que lo acoge y lo está esperando».

Resumiendo se puede afirmar que la balanza del «disfrute propio» domina, en ambos grupos, sobre la de la «responsabilidad social»; pero

que este resultado final no es nada negativo o peyorativo, al contrario, lo que indica es la evidencia de que las acciones satisfactorias tienen un gran poder de motivación que, en ningún caso, están reñidas con el altruismo. Uniendo estas respuestas a las anteriores podemos considerar que las experiencias de las personas estudiadas son satisfactorias. Este aspecto se ratificará más tarde, cuando comentemos sus impresiones al llevar a cabo la experiencia. En la cualquier caso, resulta difícil de entender la constancia y permanencia en el tiempo sin tener algún tipo de compensación, aunque sólo sea psicológica.

La satisfacción de la experiencia solidaria viene a confirmar el hecho de que pueda ser ocio, pero también su relación directa con la satisfacción vital. La teoría de que existe una relación directa entre la satisfacción de vida de los mayores y su actividad de ocio tiene como referente el estudio sobre los adultos de Kansas City, realizado por Havighurst en 1957. La correlación se ha confirmado en numerosas investigaciones posteriores. John Kelly, Marjorie Steinkamp y Janice Kelly anunciaron en 1987, tras una conocida y laboriosa investigación¹⁶⁰, que la actividad recreativa y de ocio es la que más influye en la satisfacción de vida de los jubilados. En los años 90, Nelson Meléndez, desde la Universidad de Puerto Rico, volvía a concluir lo mismo tras la investigación llevada a cabo con los jubilados del área metropolitana de San Juan¹⁶¹. La hipótesis de trabajo, confirmada en estos dos últimos estudios, fue que la participación en actividades recreativas (de ocio) influía más sobre la percepción de satisfacción de vida que cualquier otro factor de los que se consideraban. Entre las variables estudiadas, en el caso de Meléndez, se encontraban salud, ingresos económicos, educación y tipo de trabajo desarrollado anteriormente.

Desde distintos puntos de vista, los estudios de Brooks y Elliott, Campbell, Flanagan, London y Yankelovich¹⁶² comprobaron la importancia de los comportamientos de ocio para el bienestar psicológico y la

¹⁶⁰ La investigación se llevó a cabo en la Universidad de Illinois, y los primeros resultados se dieron en 1986, en *Gerontologist*, 26, pp. 531-37. El libro *Later-Life Satisfaction: Does Leisure Contribute?* apareció un año después.

¹⁶¹ MELÉNDEZ, N., *¿Contribuye la recreación a la satisfacción del envejeciente jubilado?*, Universidad de Puerto Rico, 1991.

¹⁶² BROOKS, J.B. y ELLIOT, D.M., «Prediction of psychological adjustment at age thirty from leisure time activities and satisfactions», *Human Development*, 14, 1971, pp. 51-61. CAMPBELL, A., CONVERSE y ROGERS, W., *The quality of American life: Perceptions, evaluations, and satisfactions*, Russell Sage Foundation, Nueva York, 1976. FLANAGAN, J.C., «A research approach to improving our quality of life», *American Psychologist*, 33, 1978, pp. 138-147. LONDON, M., CRANDALL, R. y SEALS, G., «The contribution of job and leisure satisfaction to quality of life», *Journal of Applied Psychology*, 62, 1977, pp. 328-334.

satisfacción de vida. Del mismo modo, la investigación de Iso-Ahola¹⁶³ demostró que la actividad de ocio participativa y activa era más positiva para la salud mental que la actividad de ocio no participativa o pasiva. Finalmente referiré, para no seguir con la gran enumeración de investigaciones realizadas, que MacLean ratificó la contribución positiva que el ocio activo aportaba al bienestar físico¹⁶⁴.

Una experiencia importante

Afirma Victor Frankl¹⁶⁵ que la búsqueda de sentido es lo propio del ser humano, el hecho de que el hombre apunta más allá de sí mismo. Desde su punto de vista la conciencia moral es un *órgano de sentido*, es la facultad que intuye el sentido único y peculiar que late en cada situación. Los valores son categorías universales sobre el sentido, no inherentes a situaciones únicas y peculiares, sino típicas, recurrentes y que caracterizan la condición humana. Para Frankl la vida conservaría su sentido aunque desaparecieran las tradiciones y no subsistieran los valores; piensa que el sentido permanece intacto, aunque se derrumben las tradiciones. El sentido *se descubre*; por lo que ningún terapeuta puede decir: el sentido de tu vida es éste; pero sí que la vida tiene sentido. Lo que importa siempre es la actitud, con que se afronta todo en la vida.

La experiencia solidaria que analizamos es una vivencia importante para todos los voluntarios, aunque exista una evidente diferencia de percepción entre un grupo y otro. Para más de la mitad de los voluntarios culturales se trata de una experiencia muy o bastante importante («Esto es todo, esta es mi vida»), mientras que sólo tres personas afirman lo mismo del grupo de los laborales. Para estos últimos «es lo primero» por la satisfacción que produce o porque «me ayuda a vivir en esta nueva etapa de mi vida» o porque «da un poco de sentido a mi nuevo tipo de vida». Casi la mitad de los voluntarios laborales coinciden en que es importante, aunque no lo más importante que realizan, por lo que algunos lo expresan señalando que tiene un carácter complementario: «Después de mi cuidado espiritual, de mi familia y de mis amigos es lo más importante para mí», «el primero de mis deberes, actualmente, es el cumplimiento de mis obligaciones familiares, esposa, hijas y nie-

¹⁶³ ISO-AHOLA, S.E., *The social psychology of leisure and recreation*, W.C. Brown, Dubuque, IA, 1980.

¹⁶⁴ MACLEAN, J.R., «Leisure and the quality of life», en CRAIG, T.T. (ed.), *The humanistic and mental health aspects of sports, exercise, and recreation*, Chicago, American Medical Association, 1976, pp. 73-75.

¹⁶⁵ FRANKL, V., *El hombre en busca de sentido*, Herder, Barcelona, 1987.

tos; después son mis tareas solidarias», «para mí, hoy en día, es lo más importante quitando otras cosas que hago como madre o así», «complementa mis otras ocupaciones y relaciones familiares, me permite continuar de modo satisfactorio una actuación conforme a mi experiencia y conocimientos profesionales, da un mayor contenido a mi vida». Estas frases indican posiblemente el sentir de la mayoría, pues cuando varios más reconocen que «es una ocasión más para sentirse bien» están afirmando algo parecido a los anteriores, es decir, que es algo que valoran.

La experiencia solidaria es para estas personas lo más importante o algo importante, es decir, algo que llena de sentido sus vidas. Así cuando se les pregunta cómo explicarían a otra persona de su edad por qué es importante dedicarse al voluntariado, la satisfacción de ayudar es uno de los argumentos que casi la mitad de los encuestados utilizaría para convencer a otro que vale la pena ser voluntario («la gente te necesita y hay que ayudarla»). Las maneras de expresarlo varían, aunque el resultado final sea el mismo.

Algunos voluntarios laborales consideran que «es importante porque colabora un poco a mejorar su entorno», para otros «merece la pena dedicar un rato a mejorar la vida de los demás desfavorecidos», otra persona afirma que «puede ser muy motivador dedicar una parte, pequeña, del tiempo libre que tiene un jubilado a dedicarse voluntariamente a ayudar a los demás de manera desinteresada». En esta última afirmación se puede observar que, además del tema de ayuda que comentamos aparece el de ocupar el tiempo libre, de especial importancia en este grupo de voluntarios. Este es un argumento que aparece en otros cinco voluntarios que consideran que ese es un problema real, propio de los jubilados: «En mi caso concreto, trataría de explicarle que además de llenar el hueco que nos deja en la vida el cese de la vida activa, nuestros conocimientos los podemos trasladar a otras personas que los necesitan», «la mejor manera de ocupar la gran cantidad de tiempo libre de que disponemos los jubilados es haciendo algo por los demás en lo que conocemos y podemos ser más útiles»; «primero llenas un tiempo que te sobra y, luego, adquieres nuevas experiencias en tu vida».

Entre los voluntarios culturales estos argumentos que se alternan con otros en los que se destacan palabras tales como «disfrute, satisfacción o sentirse a gusto». En cualquier caso las razones siempre desbordan el ego y buscan un encuentro con «el otro»: «Si buscas algo, si estás haciendo algo por los demás, estas haciendo algo para ti, es tu vida».

Muy cercana a estos argumentos está la razón de realizarse manteniéndose activo («por darle un objetivo a la vida»). Así lo afirman 15 personas entre las consultadas. En algunos casos con expresiones llamati-

vas y contundentes como esta: «Para no convertirse en una «seta» hay que seguir en actividad mental, lo que es importantísimo para no terminar en el Alzheimer», «Si no, te puedes quedar en casa y te salen telarañas allí». Entre las respuestas relacionadas con este planteamiento de actividad los voluntarios laborales utilizaron expresiones tales como «me estimula», «me obliga a reciclarme» o «te mantienes intelectual y físicamente mucho mejor». Se ve que mantenerse activo es un argumento que se considera importante, en ese grupo de jubilados, para captar a otros, cinco personas más del grupo destacan esta idea y, dos de ellos, la complementan con la consideración de que la actividad «nos mantiene jóvenes».

El tercer argumento que emplearían las personas entrevistadas para convencer a otros sería de tipo ético. Entre los voluntarios laborales, cuatro personas destacan la importancia de «devolver lo mucho que la sociedad nos ha dado», y tres más consideran que sólo se puede ser solidario si se tienen unos principios y una formación que te lleva a ello. Así, un entrevistado afirma que actuaría según los principios que crea tiene la otra persona: «Si la persona creo que tiene pocos o ningún principio solidario le diría que es una forma de relacionarse y de no aburrirse. Si creyera que tiene interés por ser solidario le explicaría cuáles son las características de la solidaridad que tienen las ONGs que conozco». En esta línea de argumentación, otro voluntario precisa: «No creo que perdiera mucho tiempo en esa tarea. Podría dar charlas al respecto o responder a preguntas en una entrevista, pero no se lo explicaría a otra persona, ya que si él considera que es importante no precisa de mis explicaciones. Mi experiencia me dice que, si no lo considera de interés, a estas edades no se le puede convencer y no me comprenden». En el caso de los voluntarios culturales la cuestión se plantea de un modo sencillo y directo: «No lo he planteado como solidaridad, lo planteo como alternativa al bar», o «Cuando me vienen con sus problemas suelo decirles que se metan en lo que les guste, ONG, asociación o cualquier otra cosa, pero, eso sí, que hagan algo por los demás; porque así verán qué hay otros problemas, al tiempo que ayudan».

Se ha visto anteriormente que, para las personas estudiadas, la experiencia voluntaria es significativa hasta el punto de que, en algún caso, se llegaba a afirmar llenaba de sentido sus vidas. Pero el sentido de la vida difiere de un hombre a otro. Viktor E. Frankl precisa que lo que importa no es el sentido de la vida en términos generales, sino el significado concreto de la vida de cada individuo en un momento dado. Para él plantear la cuestión en términos generales puede equipararse a la pregunta que le hizo un campeón de ajedrez: «dígame, maestro,

¿Cuál es la mejor jugada que puede hacerse?»¹⁶⁶. Su respuesta fue que no hay nada que sea la mejor jugada, ni siquiera una buena jugada, si se la considera fuera de la situación especial del juego y de la peculiar personalidad del oponente. Desde este punto de vista no deberíamos buscar un sentido abstracto de la vida sino el cometido concreto que cada uno debe llevar a cabo, aquello por lo que no puede ser reemplazado, ni puede repetirse, la tarea de cada cual es única, como única es su oportunidad para instrumentarla.

¿Qué les aporta?

Asentada la idea de que una experiencia satisfactoria también puede ser percibida como orientadora de sentido, nos preguntamos ahora qué les aporta a los voluntarios de nuestro estudio la realización de su experiencia. El sentir general es que su valoración es muy positiva, en algún caso se adjetiva incluso como excelente. Más de la mitad de las personas entrevistadas (28 en concreto) consideran que les aporta la satisfacción de ayudar y el hecho de «sentirse útil», siete personas destacan este aspecto. Otro punto fuerte de la experiencia analizada es el contacto personal y la posibilidad de potenciar la amistad entre las personas asociadas. Doce personas valoran que la experiencia les proporcione «el contacto con seres humanos» y, como consecuencia, «nuevas amistades y conocimientos». Para algunos, el voluntariado facilita: «la amistad entre los voluntarios unidos por una causa común», «el compañerismo entre los voluntarios», «el ambiente de amistad». Entre los voluntarios culturales se destaca la importancia de «compartir».

El sentirse útil y poder ayudar tiene su contrapunto de otros beneficios menos altruistas pero no por ello de menos interés. Quince voluntarios consideran que la experiencia es una ocasión excelente para realizarse personalmente: «A mí me ha hecho crecer como persona, me ha hecho escapar de mil cosas. La primera beneficiada de sido yo». La realización personal de la que hablamos se experimenta de distintos modos, ya sea porque «obliga a recordar temas y, a veces, a estudiar otros nuevos», ya sea porque «te enriqueces como persona», «estimula las ganas de estar al día», «conoces la problemática de colectivos desfavorecidos» o «mantienes al día los conocimientos profesionales», estimulando el desarrollo intelectual y cultural. Algunos encuestados destacan lo positivo que resulta el ejercicio de la actividad voluntaria ya sea para

¹⁶⁶ FRANKL, V., *El hombre en busca de sentido*, Herder, Barcelona, 1987, p. 107.

realizarse personalmente, para «autoconocerse», «elevar el nivel de autoestima», «mantenerse intelectualmente en cierta forma» o experimentar «orgullo, admiración por los trabajos que hacemos».

Todo ello conduce a que algunas personas consideren que la experiencia en su conjunto «da mucha satisfacción» es «muy gratificante». Una voluntaria cultural lo expresa de este modo: «A nivel egoísta me aporta “estar bien” emocionalmente». Aunque expresado de maneras diversas, los voluntarios señalan que les proporciona sentirse agradablemente, valorados positivamente por los demás y tener «muchas oportunidades en la vida de ser feliz» porque «me olvido de mis problemas, mis miserias». En algunos casos se precisa que esa satisfacción se relaciona con el hecho de mantenerse útil, vivencia que en un caso se matiza aún más precisando que «aporta el sentimiento de no estar acabado». Minoritariamente se señala que el voluntario tiene «la posibilidad de devolver a la sociedad una pequeña parte de lo mucho que le ha dado» (2 personas), lo que le permite tener «la satisfacción del deber cumplido» (3 personas), así como la «satisfacción de mantenerse activo». Dos de los entrevistados llegan a precisar que se trata de una experiencia «muy importante para su existencia», mientras que otros afirman que les estimula, les permite comunicarse, aprender de la gente y poder experimentar algo interno «una riqueza interior». Curiosamente sólo una persona señala que es algo «muy interesante para ocupar el tiempo libre».

Ante la pregunta ¿por qué practica la solidaridad? Más de un cuarto de los voluntarios seleccionados destacan sus principios éticos como la razón más importante por la que llevan a cabo su experiencia solidaria. Lo hacen con frases como estas: «Por un convencimiento propio», «es una necesidad y obligación del ser humano», «quiero que mis conocimientos y experiencias sirvan para ayudar a los que no lo tienen y quieren salir adelante», «por mis principios, basados en el humanismo cristiano», «lo he cogido como una obligación-no obligación» etc. También aquí se reitera la razón de «sentirse útil», en nueve casos, y «porque quiero devolver a la sociedad parte de lo mucho que me ha dado», lo señalan tres personas del grupo del voluntariado laboral. El mismo número de personas de ese grupo afirma que lo hacen «para poder llenar el tiempo libre»; pero en esta razón resulta de interés la precisión de un asociado al señalar que «en un principio era para llenar el tiempo que te sobra cuando te jubilas, pero luego encuentras otros motivos más interesantes».

Entre los voluntarios culturales seis personas destacan la razón del disfrute y la satisfacción («Un disfrute mío. Nunca he pensado que lo hacía por un disfrute de solidaridad»), aspecto que sólo se nombra una vez entre los voluntarios laborales. Sólo dos personas aseguran que prac-

tican la solidaridad por realización personal y otras dos señalan, independientemente que lo hacen «buscando respuestas para las que aún no me he que acercado lo suficiente a su contestación» o «porque encuentras compañeros que merecen la pena». Cinco voluntarios culturales expresan que su entrega es una manera de «dar cabida y cauce a ese sentimiento de solidaridad», por amor propio, por el barrio y «porque el mundo no me gusta». En suma, se puede decir que los voluntarios estudiados practican la solidaridad fundamentalmente por convencimiento propio, por una conciencia moral que les proporciona sentido, aspecto que se refuerza con la experiencia práctica en la que actúa como elemento motivador central la satisfacción que se siente al ayudar a otros que lo necesitan y la satisfacción de realizar una actividad que les gusta, especialmente en el caso de los voluntarios culturales..

¿Qué les mantiene en este tipo de actividades?

Viktor E. Frankl considera que la verdadera meta de la existencia humana no puede hallarse en lo que se denomina autorrealización, pues, desde su punto de vista, «esta no puede ser en sí misma una meta por la simple razón de que cuanto más se esfuerce el hombre por conseguirla más se le escapa, pues sólo en la misma medida en que el hombre se compromete al cumplimiento del sentido de su vida, en esa misma medida se autorrealiza»¹⁶⁷. Esta afirmación nos hace pensar que la permanencia de nuestros voluntarios en su labor puede estar anclada en raíces más profundas que una simple satisfacción fortuita y más allá de su necesidad de actividad y ocupación del tiempo. Si estamos hablando de personas que tienen un compromiso con la labor de voluntariado demostrado más que por su decisión inicial por el tiempo de permanencia, nos interesa saber si lo que les ha mantenido en su actividad libre y altruista es algo de lo que han señalado hasta aquí o diferente.

Sentido

El vacío existencial es un fenómeno muy extendido, Viktor E. Frankl señala que la persona actual carece de un instinto que le diga lo que debe hacer y ha perdido las tradiciones que cumplían este cometido. En ocasiones desea hacer lo que hacen otras personas (conformismo) o hace lo que otras personas quieren que haga (totalitarismo), esto se debe a que ni siquiera tiene claro lo que le gustaría hacer. El mismo autor

¹⁶⁷ FRANKL, V., *El hombre en busca de sentido*, p. 109.

comenta el problema que supone tener tiempo libre sin saber qué hacer con él: «Pensemos, por ejemplo, en la «neurosis del domingo», esa especie de depresión que aflige a las personas conscientes de la falta de contenido de sus vidas cuando el trajín de la semana se acaba y ante ellos se pone de manifiesto su vacío interno. No pocos casos de suicidio pueden rastrearse hasta ese vacío existencial. No es comprensible que se extiendan tanto los fenómenos del alcoholismo y la delincuencia juvenil a menos que reconozcamos la existencia del vacío existencial que les sirve de sustento. Y esto es igualmente válido en el caso de los jubilados y de las personas de edad»¹⁶⁸.

Al preguntar a nuestros voluntarios por el motivo que les ha mantenido fieles a su causa, el resultado viene a confirmar otras afirmaciones anteriores. Así por ejemplo la voluntad de ayudar es para 10 personas la primera razón que les ha mantenido en su tarea altruista. Doce personas más (en su mayor parte voluntarios culturales) precisan que les mantiene el hecho de tener experiencias positivas, que, como conocemos, son experiencias positivas de ayuda. Tres voluntarios laborales destacan el valor de mantenerse activos, «la inactividad es la madre de los vicios», afirma uno de ellos. Otras seis personas (3 de cada grupo) precisan que ha sido una cuestión de principios, responsabilidad y ética y, el mismo número de personas, destacan los logros, los «resultados logrados y no perder la ilusión» o el ambiente de amistad y camaradería, que en otras contestaciones había aparecido ya como algo importante. En cuatro casos diferentes se afirma que «porque me siento realizado como persona», tres voluntarios culturales que «porque sentía que era necesario» y, finalmente, el argumento menos utilizado es «porque me permite llenar mi tiempo». Visto en su conjunto, es evidente, por tanto, que los logros y aportes conseguidos con la realización de experiencias voluntarias son también una motivación continuada para permanecer fieles a los compromisos libremente adquiridos y seguir realizándolos a través del tiempo.

Cuestionado el grupo de jubilados sobre este aspecto, sobre qué ideas, personas o cosas piensa que dan sentido a su vida diaria, la opinión generalizada es que la vida diaria cobra sentido gracias a las personas, familia y personas que nos rodean en general. También importan las ideas, las creencias religiosas y «todo lo que signifique vivir intensamente» (esta idea la destacan seis personas), pero no hace ninguna referencia a cosas. Sólo en un caso hemos encontrado una afirmación en la que, además de las personas, dan sentido a su vida otros seres vivos:

¹⁶⁸ *Idem*, p. 106.

«La mujer que tengo, las macetas que tengo en casa, regarlas, los pájaros». En general se destaca la importancia de estar y ayudar a los otros, así como el hecho de que sus acciones sean útiles («Que lo que hago sirva para algo»). En este punto su aportación como voluntarios se convierte en algo valioso. Para los voluntarios entrevistados la experiencia solidaria tiene sentido porque les aporta satisfacción, la satisfacción de ayudar y sentirse útiles; pero además ilusión («la ilusión de ser mejor que el día anterior») y relación personal, que implica comunicación y amistad, autorrealización, desarrollo personal, la conciencia de devolver a la sociedad parte de los favores recibidos, oportunidad de llenar al tiempo libre que les sobra. Unánimemente se sienten orgullosos de su experiencia, que, dicho con sus palabras, les ayuda a «tirar del carrito de la vida».

Desarrollo personal

Junto a la satisfacción, los voluntarios destacaban que una consecuencia de su acción era su propio desarrollo personal. Ramón Rosal puntualiza que el crecimiento personal es un proceso «por el que se va logrando de una forma singular e irreplicable el desarrollo armonioso del conjunto de potencialidades de todo ser humano, y el ejercicio jerarquizado y también armonioso de la pluralidad de tendencias y aspiraciones que animan su existencia, todo ello en coherencia con un proyecto existencial flexible (adaptado a las diferentes circunstancias y edades de la vida), elegido de forma lúcida, libre y nutricia (respecto a uno mismo y a los otros), en concordancia con los valores nucleares de la persona, y abierto a la posibilidad de una realidad transindividual o transpersonal.»¹⁶⁹

Esta definición recoge una serie de elementos que conviene resaltar: Se trata de un proceso, y no de algo que pueda considerarse concluido nunca. También algo que se refiere a cualquier edad y época de la vida. Un desarrollo armonioso, de forma singular e irreplicable, que se realiza en coherencia con un proyecto de existencia, libre. En un desarrollo armonioso se supone que se han superado los conflictos y contradicciones intrapersonales que aparecen en toda existencia humana: realidad y deseo, razón y emoción o conflictos entre las tendencias del yo individual o las tendencias del «ser para otro» (tales como solidaridad, trascendencia, creatividad, sabiduría...). El desarrollo humano se

¹⁶⁹ ROSAL, R., *¿Qué nos humaniza? ¿Qué nos deshumaniza?*, Editorial Desclée De Brouwer, Bilbao, 2003, p. 15.

ve obstaculizado por estos conflictos y cualquiera de los procesos que ellos implican (percepción, razón, capacidad de valorar, sensibilidad...) se ven distorsionados o dispersos.

La experiencia de los voluntarios del estudio no es un camino de rosas sin espinas. Junto a las emociones positivas comentadas también viven sus momentos bajos y sus problemas. Si consideramos solamente las aportaciones recogidas hasta ahora, podríamos pensar que la actividad voluntaria de los asociados que estudiamos sólo les aporta satisfacción y entretenimiento. Sin embargo, como ocurre en toda actividad humana, también nuestros voluntarios encuentran aspectos negativos en su experiencia y momentos débiles en los que se difumina el sentido de que su quehacer. Nos detenemos ahora en ambos aspectos.

Al preguntarles sobre los puntos débiles de su experiencia voluntaria, las personas encuestadas tienen distinto punto de vista, según el grupo de que se trate. Los voluntarios laborales llaman la atención sobre dos aspectos especialmente importantes: la dificultad de encontrar una organización adecuada y las frustraciones que surgen por diversas causas. Ocho personas abordan directamente la necesidad de revisar la organización de la actividad desarrollada por la asociación destacando que el «trabajo está poco organizado», que existe una «excesiva burocracia», que hay «desorden en las actividades» o se evidencian dificultades de coordinación. Esta situación posiblemente explica que haya personas que sientan que hacen muy poco o que desean tener una mayor actividad.

El otro aspecto negativo señalado, coincidentemente, por los entrevistados es la frustración que sienten por motivos diferentes. Varios expresan que sus tareas en la asociación hacen que sientan cierta decepción al no atender debidamente las tareas familiares, este aspecto concreto lo señalan tres personas. También hay coincidencia al afirmar la insuficiente consideración que estas organizaciones de voluntarios tienen por parte de la sociedad, sus instituciones y representantes, sobre todo políticos. Puntualmente la frustración señalada es consecuencia de no considerar, como quisieran los voluntarios, «la representación lograda en su vida laboral» o la dificultad de «compaginar experiencia propia con necesidades del voluntariado». Junto a estas dos llamadas de atención algunos entrevistados puntualizan que en toda organización formada por personas debe evitarse la aparición de defectos humanos nacidos de la propia soberbia y no controlados por una disciplina, como pueda ocurrir en una empresa normal, así como la tentación de caer en los halagos y el protagonismo, principalmente con las autoridades. También hay quien se queja de las tareas administrativas ingratas que deben realizar, del agobio que sienten a veces, del dinero personal que apor-

tan o de la dificultad de conocer adecuadamente el entorno en el que tienen que realizar su actividad.

Los voluntarios culturales estudiados son menos críticos y, ante la misma pregunta hay algunos que responden con frases como la que sigue: «No me lo planteo, hay algo que se debe hacer y se hace». Aún así, si nos detenemos a analizar sus comentarios se puede observar que ocho personas aluden al desánimo que les produce distintos tipos de frustraciones, desde las que tienen su causa en limitaciones personales, hasta las superación de continuas dificultades para conseguir las metas, pasando por la poca colaboración, las críticas, la falta de ayuda o la falta de interés y habilidades de las personas a quienes tratan de ayudar. Como afirma una de las voluntarias «la solidaridad tiene claridades y oscuridades» y es una opinión compartida en el grupo que, para la superación de las inevitables dificultades, se necesita de «paciencia, mucha paciencia».

Comentando los momentos en los que la experiencia voluntaria se volvía menos interesante, atractiva e importante, uno de los preguntados señalaba que «en el ser humano hay momentos de euforia y de melancolía», «siempre hay momentos buenos y malos; pero, a juzgar por el tiempo de permanencia de los voluntarios del estudio, “éstos se pasan pronto”». Dos terceras partes de los voluntarios contestan que sí, que han tenido momentos de flaqueza, nueve personas afirman que no y otros dos que «razonablemente, nunca».

Los motivos que ocasionaron esos momentos bajos son variados. Los voluntarios laborales destacan la importancia del fracaso, la pérdida del espíritu propio de la asociación y los fallos organizativos. El fracaso se refiere siempre a no conseguir los objetivos que se buscan, a aquellas acciones emprendidas que no realizan el recorrido favorable previsto, se estancan o se pierden, pero también al fracaso motivado por la burocracia excesiva, la lucha de poderes y otras estupideces en general. La pérdida del espíritu propio de la asociación la relacionan con «voluntarios que destacan modos de pensar y de actuar que repugnan y ofenden al conjunto», cuando se desvirtúan de sus principios o cuando se pretende anteponer los resultados económicos y el lucimiento personal a los fines solidarios y altruistas de la asociación. Con los fallos organizativos los asociados aluden a la necesidad de una organización mínima, con alguna jerarquía, pero también a la dificultades para entrar en las estructuras organizadas de la sociedad en la que vivimos, momentos en los que se requeriría una mayor unión y apoyo por parte de la organización.

Otros motivos de desánimo, aunque de menor importancia, son las discrepancias entre socios («sobre todo políticas»), los momentos de

desánimo por motivos internos del propio interesado («cuando uno se siente incapaz de aportar nada a nadie, que quizá lo está necesitando»), «cuando ves la falta de interés que existe en personas que asesoras», o cuando falta el «apoyo e interés de los colaboradores cercanos», es decir, de los propios compañeros solidarios. Otros momentos menos interesantes se han producido por bajar la carga de trabajo y tener que plantearse un cambio de actividad, como no podía ser de otro modo, con el paso de los años.

Hasta aquí hemos tratado razones de carácter general, para entender otras razones más específicas del grupo estudiado hay que recordar que hablamos de unos jubilados que asesoran y ayudan a resolver problemas de la vida real, relacionados con su profesión, a personas que lo necesitan. Justamente esta tarea les plantea, según parece, algunos problemas propios. Uno de ellos es la necesidad de actualización para realizar adecuadamente una actividad en la que, como señala uno de los asociados, «debes reciclarte, aprender nuevas técnicas informáticas etc. y yo me siento cada vez más viejo y sin ganas de aprender. Yo quiero ser útil transmitiendo lo que sé y, sobre todo, mi experiencia de una larga vida profesional». De este modo los pocos conocimientos se convierten en una necesidad y, al mismo tiempo, en un problema. Otro aspecto que desanima, relacionado también con esta misma función de los voluntarios, es el «bajo nivel profesional de los asuntos (consultas) atendidos», hay que recordar que muchos de ellos han llegado a asumir importantes responsabilidades en su período laboral y ahora, en su actividad como voluntarios, las cuestiones que les piden resolver necesariamente tienen un menor «calado».

Entre los voluntarios culturales el desánimo procede de la dificultad de «encontrar gente que se involucre», lo que, a juicio de varios, hace que se sientan prácticamente solos. Otras veces se debe a la dificultad de poder realizar una idea «por falta de medios», a los momentos de agobio como consecuencia de la acumulación de tareas en unas determinadas fechas, a la necesidad de hacer cosas dentro de la actividad que te dicen menos (como asuntos de secretaria) o «cuando la gente se va». Estas últimas razones entendemos que son menos significativas en la medida que las mencionan pocas personas.

Más de la mitad de los voluntarios laborales y tres de cada cuatro de los culturales entrevistados, expresan que su experiencia es satisfactoria, positiva o muy buena, pero el sentir general se puede expresar con la frase que sigue: «A mí personalmente no me cuesta ningún esfuerzo porque es una actividad que me gusta y, prácticamente, lo único que produce es satisfacción». El «me gusta» de la frase es una expresión extensible al conjunto porque estos voluntarios están realizando

un servicio a partir de una de sus aficiones preferidas. También aparece como importante la conciencia de realizar un servicio a la comunidad: «es satisfactorio si llegas a la gente y encuentras respuesta, eso también es satisfacción». Con este planteamiento de fondo, los voluntarios consideran puntos fuertes de su experiencia: Su apertura al diálogo, la conversación y el poder tratar con la gente; la participación y el eco que tiene entre la gente; también utilizan las palabras compañerismo, prestigio, orgullo, sentido del deber cumplido, actividad e ilusión.

Como señalaba antes, la solidaridad tiene claridades y oscuridades. En nuestro caso a las oscuridades les hemos llamado puntos débiles. Al destacarlos no existe tanta unanimidad como en el anterior aspecto y también vemos que disminuyen las aportaciones. Algunas personas señalan el cansancio y el agotamiento que les supone llevar a cabo la experiencia y otras puntualizan que lo que más les cuesta es la falta de colaboración, para lo que necesitan mucha paciencia. Uno de los voluntarios indica que un punto débil está la dificultad que se encuentra para conseguir las metas propuestas y otras dos personas se quejan de la dificultad de captar personas para la actividad, especialmente si son jóvenes.

3.3. Visión de conjunto

Lo que se ha visto hasta aquí, más una serie de notas complementarias tomadas de otras respuestas del cuestionario, nos va a permitir ahora aproximarnos a una visión de conjunto en la que podremos apreciar los aspectos positivos y negativos más destacados, según la percepción de los grupos de voluntarios. Quisiera recordar que los números que aparecen en los cuadros que siguen se refieren a las apariciones y reiteraciones de un determinado concepto a lo largo de las respuestas a unas preguntas realizadas a las personas seleccionadas para el estudio. Como se trata de un cuestionario abierto, con preguntas que no inducen a una respuesta concreta, la significatividad viene dada más por el hecho de ser reiteraciones espontáneas que por el número de veces que se producen.

Los cuatro aspectos más señalados y cuantitativamente significativos son: satisfacción de ayudar, realización personal, satisfacción personal (sentirse a gusto) y satisfacción del deber cumplido. Nótese la reiteración de la palabra satisfacción, que en todos los casos es una vivencia individual, aunque los motivos varíen ligeramente. Como se puede apreciar la «satisfacción de ayudar» es una percepción semejante en los dos grupos de voluntarios. La diferencia entre uno y otro grupo

Aspectos positivos que perciben los voluntarios*	Voluntarios laborales	Voluntarios culturales	Total
Satisfacción de ayudar	33	30	63
Realización personal	25	17	42
Satisfacción (sentirse a gusto)	10	25	35
Satisfacción del deber cumplido			
(Etica, sentimiento de solidaridad)	17	17	34
Sentirse útil	12	4	16
Comunicarse y conocer gente	12	5	17
Ocupar el tiempo libre	11	1	12
Seguir activo	10	1	11
La amistad	7	4	11
La posibilidad de devolverle la sociedad			
algo de lo mucho que nos ha dado	9	—	9
Los resultados logrados	2	7	9
Sentirse apreciado/reconocido	2	4	6
No perder la ilusión	—	5	5
Oportunidad de ser feliz	4	—	4
Seguir relacionado con el trabajo	3	—	3
Posibilidad de profundizar en lo que te gusta	—	2	2
Por la participación de la gente	—	2	2
Me olvido de mis problemas, mis miserias	1	—	1
Porque el mundo no me gusta	1	—	1

está en que los voluntarios culturales dicen sentir una mayor satisfacción emocional (sentirse a gusto) al realizar su acción voluntaria, mientras que los voluntarios laborales destacan la realización personal. Si en el primer apartado del estudio ya se había afirmado que la experiencia de los voluntarios, en ambos grupos, podíamos considerarla satisfactoria, los datos que acabamos de analizar no dejan lugar a dudas. Partiendo de esta evidencia se puede afirmar que una parte de las personas estudiadas son, además, conscientes de que esa vivencia satisfactoria les permite sentir que se realizan personalmente gracias a ella.

El grupo de aspectos con una significación media, aunque por su reiteración sigan siendo significativa, estaría formado por aquellas percepciones que oscilan entre veinte y diez reiteraciones: sentirse útil, comunicarse y conocer gente, ocupar el tiempo libre, seguir activo y la amistad. En este conjunto de percepciones podemos encontrar también dos importantes coincidencias, por un lado la necesidad de sentirse úti-

* Se tiene en cuenta las afirmaciones respecto a puntos fuertes, aportaciones de la experiencia, razones de su práctica y motivos que le mantienen en ella.

les, de ocupar el tiempo libre y seguir en activo; por otro lado comunicarse, conocer agente y la amistad. Se puede apreciar que son unos rasgos más específicos de los voluntarios laborales, aún más si nos referimos a la preocupación por la actividad y ocupar el tiempo, algo que apenas atrae la atención de los voluntarios culturales.

Finalmente en el grupo de aspectos más dispersos y menos significativos, con menos de diez reiteraciones, encontramos que se repite algo de lo anterior (sentirse apreciado, reconocido, seguir relacionado con el trabajo y con la gente), al tiempo que se confirma el menor caudal de algunas respuestas que pudiéramos calificar como idealistas o, si se quiere, más pensadas que realmente sentidas. En esta dirección podríamos considerar: «la posibilidad de devolverle a la sociedad algo de lo mucho que nos ha dado», «no perder la ilusión», o «la oportunidad de ser feliz». Considero que la percepción sobre «los resultados logrados» requiere comentario aparte, porque, a mi modo de ver, este es un elemento más importante de los que aquí aparece. En distintas contestaciones a preguntas del cuestionario se ha podido comprobar que la eficiencia tiene gran incidencia en la motivación y en el sentido de la acción voluntaria. Los aspectos que se mencionan sólo una vez

Aspectos negativos que perciben los voluntarios*	Voluntarios laborales	Voluntarios culturales	Total
Frustración, fracaso	20	7	27
Faltas de apoyo y colaboración	1	15	16
Organización	12	—	12
La impresión de que lo que haces no interesa	3	8	11
El agobio, cansancio falta de paciencia	2	6	8
Cuando se desvirtúa el espíritu de la asociación	7	—	7
Limitaciones-necesidad de reciclarse	3	2	5
Participación en tareas no deseadas (teléfono...)	1	3	4
Discrepancias y convivencia entre socios	3	—	3
Hacer muy poco (por bajar la carga de actividad)	2	—	2
Aparición de defectos humanos nacidos de la propia soberbia	2	—	2
Cuando la gente se va	2	—	2
Desconocimiento del entorno	1	—	1
Los «lucimientos personales»	1	—	1
El paso de los años	1	—	1

* Se tiene en cuenta las afirmaciones respecto a puntos débiles, momentos de desánimo y razones de desánimo.

se pueden considerar meramente anecdóticos. Como elementos distintivos de los dos grupos de voluntarios, relacionados con estos rasgos, se puede señalar que los voluntarios culturales ponen un mayor énfasis en los resultados logrados, sentirse apreciados y no perder la ilusión; mientras que los voluntarios laborales recalcan la oportunidad de ser felices y seguir relacionados con el trabajo.

Si seguimos el mismo procedimiento utilizado para analizar los aspectos positivos, lo primero que nos llama la atención es que la significatividad cuantitativa de los rasgos señalados es menor, sólo un aspecto negativo supera las 20 reiteraciones: la frustración, el fracaso. Un número bastante alejado del 63 que aparece antes en primer lugar y con menor consenso. De hecho se puede decir que es un rasgo más específico de los voluntarios laborales y mucho menos significativo en el grupo de los culturales.

El segundo bloque, que en el anterior caso hemos considerado de significación media, se perfila aquí con tres rasgos: falta de apoyo y colaboración, defectos de organización y la impresión de que lo que haces no interesa. Tampoco en este caso podemos hablar de unanimidad, puesto que la percepción de falta de organización es exclusiva de los voluntarios laborales y la conciencia de que no tienen apoyo ni colaboración es propia de los voluntarios culturales. Ambos grupos comparten, aunque en distinta medida, lo importante que resulta percibir que aquello que haces tiene un interés y un sentido.

El tercer grupo de aspectos negativos, en el que apenas aparecen apreciaciones de los voluntarios culturales, se destaca que desanima el agobio, el hecho de sentir las propias limitaciones y participar en otras tareas diferentes a lo que se deseaba hacer en realidad. El resto de percepciones las aportan exclusivamente los voluntarios laborales, haciendo ver la importancia de mantener el espíritu de una asociación voluntaria, en la que se debe destacar siempre la labor del conjunto, olvidándose de los lucimientos personales.

A modo de síntesis global relacionada con cada grupo de voluntarios, podemos observar que los culturales afirman sentir un mayor grado de satisfacción personal y una menor frustración que los voluntarios laborales. Ello puede ser debido a que su voluntariado se centra en acciones que se corresponden con sus aficiones, por lo que ocio y acción voluntaria se identifican. Desde un punto de vista negativo son los voluntarios que se sienten más solos ante su tarea y por ello denuncian la falta de apoyo y colaboración.

Se ha afirmado antes que los voluntarios laborales también se sienten satisfechos, pero su grado de satisfacción personal (en el sentido de sentirse a gusto) es menor, pues en ellos predomina la satisfacción del

deber cumplido, la oportunidad de ser generosos con una sociedad que fue generosa con ellos. Aquí la satisfacción no es consecuencia de la identificación de la acción voluntaria con el ocio, sino de la acción voluntaria con una ocupación relacionada con el trabajo anterior (de dónde nace agradecimiento social). Para ellos es importante la actividad en sí misma para sentirse vivos, por eso perciben de un modo especial la necesidad de llenar su tiempo libre de modo honroso y digno. Como este grupo de voluntarios está organizado en asociación, los asociados no perciben la «falta de apoyo» como se destacaba en los anteriores, sino que, al contrario, para ellos son muy significativas las relaciones grupales, ya sean como mera comunicación o contacto humano, ya simplemente amistad. Los voluntarios laborales tienen una idea clara de la importancia de la organización y el apoyo del grupo para llevar a cabo su tarea. Por el contrario, en los voluntarios culturales destaca más la ilusión, la constancia, el ímpetu, a la hora de llevar a cabo sus acciones. Es evidente que todos ellos experimentan vivencias satisfactorias y, aunque unas tengan su raíz en el trabajo y otras en el ocio, ambas experiencias aportan referentes valiosos y complementarios.

En cualquier caso es importante destacar que la valoración positiva realizada por los voluntarios (282 aportaciones relacionadas con los puntos fuertes) supera con mucho a la negativa (99 aportaciones consideradas como puntos débiles). Hay que señalar, además, que las críticas se llevan a cabo desde un punto de vista positivo y con un afán de mejorar el quehacer que realizan, por el que sienten un afecto y fidelidad evidentes. La existencia de estos problemas nos da una visión más realista de la situación, al tiempo que se nos muestran los conflictos, dificultades y contradicciones que viven los voluntarios en su experiencia diaria. La superación paulatina de estos obstáculos da ocasión a quienes los viven de desarrollarse humanamente en las nuevas circunstancias vitales que les toca vivir. Las tensiones y problemas de los voluntarios, encauzados adecuadamente, son fuente de desarrollo saludable que evita otras vivencias egocéntricas y patológicas. Porque, como afirma Ramón Rosal, «El proceso de crecimiento personal contribuye a suprimir una serie de tensiones superfluas, digamos patológicas, pero también contribuye al surgimiento de nuevas tensiones consideradas saludables o concomitantes con la actitud vital creativa»¹⁷⁰. En esta línea de pensamiento Albert Ellis¹⁷¹ precisa que afrontar de manera más

¹⁷⁰ ROSAL, R., *¿Qué nos humaniza? ¿Qué nos deshumaniza?*, Editorial Desclée De Brouwer, Bilbao, 2003, p. 19.

¹⁷¹ ELLIS, A., *Ser feliz y vencer las preocupaciones*, Ediciones Obelisco, Barcelona, 2003, p. 96.

eficaz y menos ansiosa las dificultades que inevitablemente ocurren es uno de los objetivos principales de la moderación y el equilibrio, aspectos ambos de especial interés cuando hablamos de una vida feliz y con calidad.

3.4. Acceso y difusión de la experiencia. Consideraciones desde la educación

Hemos visto hasta aquí que, desde el testimonio de los jubilados estudiados, la acción solidaria que desarrollan es en primer lugar una experiencia satisfactoria, en cuanto que les motiva, les hace «sentirse a gusto», les permite estar activos, relacionarse y encontrar nuevos amigos, les permite percibir su utilidad y, desde un punto de vista global, les proporciona sentido de vida y desarrollo personal. Si consideramos las condiciones de las emociones positivas que comentábamos en la introducción de la segunda parte, no hay duda de que estos voluntarios las viven asiduamente, pues perciben su acción como agradable, la valoran buena, evalúan su proceso de forma favorable y, como se ha visto, las consecuencias son beneficiosas tanto para ellos como para la comunidad.

Afirman M.D. Avia y C. Vázquez¹⁷² que las personas que tienen a menudo un tipo de emoción positiva, por ejemplo alegría, tienden también a experimentar otras (por ejemplo, entusiasmo) y lo mismo ocurre con la afectividad negativa. Aunque no lo hemos indagado, la satisfacción que sienten los voluntarios seleccionados también debe tener sus consecuencias. Existen múltiples estudios cuyos resultados señalan las repercusiones favorables de las emociones positivas y estados de ánimo. Se sabe que las emociones positivas influyen notablemente sobre los procesos de pensamiento. El juicio tiende a ser benévolo tanto con uno mismo como con los demás y recordamos experiencias anteriores positivas, que corroboran, consolidan y prolongan nuestro bienestar. Es más fácil ser creativo y dar respuestas imaginativas y novedosas, al tiempo que se tienen menos dudas y se toman decisiones más rápidas sobre los asuntos que le conciernen a la persona. Parece que existe una correlación entre los estados de ánimo positivo y la tendencia a ayudar a otros, mostrar comportamientos solidarios, compasivos, generosos o altruistas.

Para Schelley Taylor¹⁷³, el efecto más beneficioso de las emociones positivas está en el campo de la motivación. La autora ha estudiado las

¹⁷² AVIA, M.D., VÁZQUEZ, C., *Optimismo inteligente*, Alianza Editorial. Madrid, 1998.

¹⁷³ TAYLOR, S.E., *Seamos optimistas. Ilusiones positivas*, Martínez Roca, Barcelona, 1991.

consecuencias favorables de las emociones positivas en la motivación laboral y, en general, en el impulso de embarcarse en diversos proyectos vitales que consumen mucho tiempo y energía. Ella considera que, para realizar con éxito cualquier tarea, se necesitan tres habilidades diferentes:

1. Saber elegir adecuadamente la tarea que uno va a desempeñar.
2. Mantener constante la motivación para realizarla.
3. Tener una cierta organización para llevarla a cabo.

Estas habilidades, que además de laborales son también generales, resultan de especial interés para la vida de los jubilados. Taylor considera que los estados de ánimo positivos facilitan mucho los tres aspectos, pero especialmente el segundo. Para ser perseverante se requiere resistencia ante las dificultades, así como ilusión y confianza de que los proyectos van a hacerse realidad.

Carl Rogers¹⁷⁴ defiende que la vida es un proceso activo y no pasivo, de modo que, al hablar de lo que mueve el comportamiento de los organismos de un modo básico, sostiene que lo fundamental es la tendencia direccional. La presencia o ausencia de este proceso, que está operando en todo momento, determina si un organismo dado está vivo o muerto. Las experiencias satisfactorias introducen a quienes las vivencian en procesos de direccionalidad positiva evidente. Se puede decir que, mientras disfrutamos con ellas, son acciones con sentido que favorecen que nuestras ocupaciones estén bajo nuestro control y sean la expresión de nuestra individualidad, al tiempo que evaporan la distinción entre trabajo y ocio.

¿Como acceder a estas experiencias?

Parece evidente que, a pesar de lo espontáneas que puedan resultar las respuestas y las vivencias de estos voluntarios, no todo el mundo está capacitado para tener experiencias de este tipo y, como consecuencia, para recibir las compensaciones y beneficios que ellas aportan. De hecho se ha seleccionado la muestra pensando que estamos ante «modelos» de referencia. La cuestión es que, si nos encontramos ante algo bueno, sin especiales dificultades para que otros puedan participar ¿no deberíamos hacer algo para que este tipo de experiencias fuesen más mayoritarias?

¹⁷⁴ ROGERS, C., *Orientación psicológica y psicoterapia*, Editorial Narcea, Madrid, 1978, p. 339.

Tres de cada cuatro encuestados consideran que es posible aprender a ser solidario, parte del resto (7 personas) consideran que no, precisando que es «necesario, sentirlo dentro, tener esa inquietud, como base de partida». En un caso se afirma que «es una cuestión de ausencia de egoísmo, por tanto se es o no se es. No se aprende», en otro caso se añade que «es una cuestión de principios», pero en el trasfondo de todo el grupo está la afirmación «creo que es más o menos innato». Tres personas no contestan a esta cuestión y otra responde que «quizás».

Ante la pregunta ¿cómo es posible aprender a ser solidario? once personas, en su mayor parte voluntarios culturales, consideran imprescindible tener voluntad para aprender, afirmando que esto es posible, siempre y cuando exista disposición personal para hacerlo: «En primer lugar queriendo, porque si no tenemos intención se acabó», «voluntad y ganas de trabajar». Lo cierto es que todos los voluntarios consultados menos uno dan sugerencias de cómo consideran que se puede aprender a ser solidario. Y aquí la coincidencia es mayor, pues por un lado se destaca la importancia de la práctica y el ejemplo, como formula un entrevistado: «Te puede ayudar conocer organizaciones y personas que ya son solidarias, saber qué hacen, cómo lo hacen, por qué lo hacen», «yo he aprendido recibiendo la generosidad de otras personas, que han hecho o están haciendo lo mismo que yo». Junto a la experiencia vivida («sumergiéndose», «visitando y compartiendo labores», «hablando» y «viendo la necesidad que tienen otras personas y que tú le puedes dar»), la segunda propuesta para aprender es enseñar: «Hay que tener oportunidad para aprender». En este caso, según proponen, se trata de enseñar/aprender «a valorar el tiempo y los potenciales que tienes, para ponerlos al servicio de los otros» o educar en los valores de la vida con los demás «cayendo en la cuenta de lo que uno es gracias a los demás, desde los padres y profesores hasta lo recibido de cualquier persona».

V. Frankl, en *La voluntad de sentido*, afirma que no podemos enseñar valores, debemos *vivir* valores. No podemos dar un sentido a la vida de los demás, lo que podemos brindarles en su camino por la vida es, más bien y únicamente, un ejemplo: el ejemplo de lo que somos. Pues la respuesta al problema del sentido final del sufrimiento humano de la vida humana no puede ser intelectual, sino sólo existencial. «No contestamos con palabras, sino toda nuestra existencia es nuestra respuesta»¹⁷⁵. Todo esto se dice pronto, pero si pensamos en personas mayores con un alto grado de formación que, en muchos casos, han tenido puestos relevantes en la sociedad, la cuestión no es tan sencilla. De ahí que,

¹⁷⁵ FRANKL, V., *La voluntad de sentido*, Herder, Barcelona, 1988, pp. 32-33.

como señala uno de los voluntarios laborales, «hace falta una gran dosis de humildad. Olvidarse organigramas y jefaturas para ponerse a la altura del que pide ayuda. Hay que bajar peldaños y mostrarte honesto y desinteresado. Dar confianza». La última sugerencia para aprender y «seguir» viene dada por los resultados. No cabe duda que anima cuando «ves que con tu ayuda se miman a personas que están en situación muy difícil, aunque a veces sólo se les anima, otras veces les ayudas de verdad».

Al preguntarles cómo explicarían a otra persona de su edad que es importante dedicarse al voluntariado, varias personas del estudio afirmaron que conviene distinguir entre a quién te diriges, los posibles argumentos a utilizar para que comprenda y «enganche» con el mensaje y el énfasis que pongas ya sea en el proceso, ya en los resultados. Parece claro que la misión de transmitir el valor del voluntariado será más fácil entre personas que compartan creencias o valores, aunque algún voluntario opina que no hay que perder ocasión de hacer «proselitismo», explicando lo que se siente y experimenta siempre que se presente la ocasión. La tabla que sigue recoge un resumen de sus opiniones:

Ideas que se destacarían al explicar a otra persona la importancia dedicarse al voluntariado	Voluntarios laborales	Voluntarios culturales	Total
Ayudar y llenar el tiempo libre	14	3	17
Realizarse y mantenerse activo	13	2	15
Cuestión de principios éticos	9	5	14
Disfrute, satisfacción y sentirse a gusto	3	5	8
Porque dando de ti recibes más	—	2	2
Viene de más joven, es mejor de más joven	—	2	2

Sobre los argumentos motivadores que se pueden observar en la tabla, los jubilados del estudio consideran que para las personas de su edad tiene especial fuerza la idea de ayudar, al tiempo que ocupan y llenan de sentido su tiempo libre, seguida de la propuesta de realizarse a través de la práctica de unos principios éticos personales, que algunas personas consideran que vienen de antes, de más joven. Sin perder de vista estos argumentos señalamos a continuación otros específicos, redactados desde un punto de vista más general:

«Yo le diría que este país te necesita, porque nosotros estamos obligados a transmitir a otras generaciones lo que ha llegado hasta nosotros».

«Si haces algo por los demás, estas haciendo algo para ti, es tu vida».

«Yo planteo la solidaridad como alternativa al bar».

«Cuando me viene la gente con sus problemas les digo: Métete en lo que te guste, ONG, asociación o cualquier otra cosa, pero haz algo por los demás. Para ver que hay otros problemas y, de paso, ayudas a los demás».

En relación con el proceso de transmisión del mensaje o la experiencia, algunos voluntarios consultados consideran que, aunque la mejor solución es compartir durante un tiempo esa labor, a la hora de establecer los primeros contactos es muy importante conocer a la otra persona y actuar según sea. «Yo no se lo explicaría así, a bocajarro, lo primero que tendría que conocer son sus aficiones» y «sus inquietudes». «Depende de la receptividad de esa otra persona. Si es muy receptiva no sería costoso explicarle, pero si no lo es me parece que estas cosas son difíciles de explicar. En cualquier caso, los voluntarios consideran que «tenemos que pensar que siempre hay gente que necesita algo de nosotros tenemos y que ellos no tienen. Entonces tratas de dárselo».

Los argumentos basados en los resultados tienen su fundamento en lo que hemos llamado beneficios o aspectos positivos. Frente al disfrute, satisfacción y sentirse a gusto, propios del proceso, los resultados ponen el énfasis en el producto, en lo que se consigue a cambio, por ejemplo «encuentras compañeros que se hacen amigos y te enseñan nuevas cosas». En cualquier caso no debemos olvidar que estamos hablando de argumentos y procedimientos para difundir una idea, no al hecho de que, en la experiencia, tenga mayor o menor importancia una cosa u otra.

Afirma uno de los voluntarios consultados que, además de «estar convencido» y querer dedicarse a algo que te gusta, la mejor manera de insertarse en las labores de voluntariado es «el ejemplo de otras personas», ya sea de familia, amigos u otra gente con la que coincides. Esta es la opinión de más de la mitad de los voluntarios del estudio. Casi todos ellos subrayan el papel relevante que deben tener en este sentido las asociaciones y ONGs existentes, dándose a conocer a las personas interesadas y ofreciendo, a quienes lo soliciten, la posibilidad de tener experiencias que les permitan saber si el proyecto es adecuado a sus cualidades y circunstancias. Los asociados proponen tanto que las personas interesadas busquen la institución que pueda responder a sus expectativas, como la importancia de dar información y publicidad de la labor que se desarrolla en asociaciones y ONGs con el fin de llamar la atención de otra gente, a la que tal vez no se le ocurrió hacer nada de eso.

Independientemente de estos procedimientos diez personas destacan la función informativa valiosa que pueden realizar familiares, amigos, compañeros de trabajo o Internet en la iniciación de personas en la

labor voluntaria, porque, como afirma uno de los encuestados, en este aspecto es fundamental el «boca a boca». Los voluntarios culturales recalcan la importancia de dedicarse a aquello que nos gusta: «Cada persona tiene unos gustos, tú debes ir buscando aquello que te gusta. A partir de ahí debes ver qué posibilidades hay». Además, este mismo grupo, comenta que hay que dedicarle un tiempo a ello, integrarse, poner toda la voluntad y que te «hagan ver» que funciona.

Consideraciones desde la Educación

La educación, proceso inseparable de la condición humana, se entiende en la actualidad como algo que se refiere a toda la vida, independientemente de la edad. En un mundo complejo en el que los problemas no son previsibles, las soluciones tampoco suelen ser evidentes y la instrucción queda obsoleta en el momento en que se logra, la educación permanente es una necesidad que permite ponernos al día en cualquier ámbito. La educación nos abre a la adquisición de nuevas actitudes y valores necesarios para una sociedad en continuo cambio, pero esto exige que el educador se centre más en el sujeto y su motivación.

Desde este horizonte y, más concretamente, la educación del ocio y la formación del voluntariado, ámbitos en los que hemos enclavado la experiencia satisfactoria de los jubilados, se presentan como espacios complementarios que necesitan ser abordados de acuerdo a los nuevos retos. Partiendo de las sugerencias de los grupos de voluntarios, intentaremos reflexionar sobre ello, con el fin de señalar propuestas concretas que faciliten cualquier programa de formación relacionado con el ocio solidario.

Desde la Educación del Ocio

La Educación del Ocio abre múltiples posibilidades de mejora para todas las edades. En el ocio, como en la vida misma, estamos sometidos a un continuo cambio que requiere una sucesiva adaptación a cada edad y a cada circunstancia. Aunque en los últimos cincuenta años se han hecho grandes progresos y se han llevado a cabo multitud de experiencias, la Educación del Ocio es actualmente un campo de futuro en el que queda mucho por hacer. La transformación del tiempo libre en ocio no es tarea que se realice automáticamente. Las nuevas posibilidades de diversión de la sociedad de consumo abren nuevos cauces de desarrollo personal, pero también nuevos focos de alienación. De ello se deduce que la Educación del ocio necesita ser objeto de reflexión en

instituciones educativas, en las asociaciones de padres y entre los educadores de cualquier tipo.

En la Educación del Ocio encontramos un campo inmejorable de autoconocimiento, un ámbito único de consciencia, una ocasión de encuentro de valores y una poderosa fuente en la que desarrollar nuestra identidad personal y comunitaria. La Educación del Ocio tiene sentido dentro de la educación integral y total. Su especificidad radica en el conocimiento y la toma de conciencia de la importancia del ocio en la vida personal y social. Como proceso educativo debiera tener en cuenta una serie de pautas generales que J. Mundy y L. Odum¹⁷⁶ identificaron hace unos años como:

- Identificación de valores, actitudes y objetivos relacionados directamente con el ocio.
- Potenciación de la autonomía y autosuficiencia de las personas.
- Autoconocimiento y desarrollo de la capacidad personal de elección en los aspectos relacionados con el ocio.
- Aumento y desarrollo de opciones y posibilidades para llevar a cabo un ocio de calidad.

El sentido específico de la Educación del Ocio no es tanto la liberación del aburrimiento o la prevención de las lacras sociales que han proliferado en las sociedades de consumo, es la reivindicación de la persona, de su libertad responsable y su generosidad. Es la defensa de lo satisfactorio por encima de lo útil o, si se quiere, la redefinición de nuestras acciones en función de criterios diferentes a la utilidad y las necesidades básicas. Esta manera de entender la Educación del Ocio nos afecta a todos, porque implica un proceso personal que arraiga en un campo de valores, actitudes, habilidades y conocimientos personales. Ello no quiere decir que sea un proceso que eluda la reflexión, el encuentro y la comunicación; sino todo lo contrario, la educación del ocio también debe preocuparse de lo grupal y lo comunitario, profundizar en lo genérico y social.

Desde una posición humanista se entiende que la Educación del Ocio es una de las herramientas más valiosas para favorecer el desarrollo integral la persona y la adquisición de conductas positivas. Constituye un proceso continuo de aprendizaje relacionado con el desarrollo personal y un ámbito de intervención educativa que se aborda desde distintas lecturas e interpretaciones. No es sólo cuestión de autores, también lo es de lugares y países. En realidad es un concepto que ha evolucionado durante las últimas décadas del siglo XX relacionándose con

¹⁷⁶ MUNDY, J. y ODUM, L., *Leisure Education: Theory and Practice*, John Wiley and Sons, New York, 1979. 2.ª edición en Sagamore, Champaign, Illinois, 1998.

otros tales como desarrollo o capacitación. Según estas últimas concepciones, la educación del ocio capacita a las personas para mejorar sus vidas al facilitarles la autorrealización, permitirles ejercitar adecuadamente el derecho al ocio y poder aumentar, gracias al ocio, su calidad de vida.

El ocio facilita la autorrealización del ser humano porque es un proceso dinámico, que crea un ámbito de mejora relacionada con el conocimiento, las habilidades y la toma de conciencia respecto a sí mismo y los otros. La persona educada en ocio siente que su capacitación para ser feliz en sus experiencias de ocio depende de ella misma. De modo que el autodesarrollo conduce a la autonomía, en el sentido de ser capaz de tomar decisiones que, en el caso del ocio, sirven para mejorar la experiencia y la vida.

El ocio también es una experiencia irrenunciable a la que tienen derecho todos los seres humanos, independientemente de su raza, estatus, género, religión o habilidades. El derecho al ocio supone una defensa del ocio en sí mismo, es decir, del ocio considerado como fin, como experiencia vital diferenciada, no como medio para conseguir otras metas. El derecho al ocio forma parte de la categoría jurídica de los Derechos Humanos, es decir, del conjunto de atributo innato cuyo origen radica en la propia dignidad del individuo. Legalmente es un derecho reconocido en la Declaración Universal de 1948. El ejercicio del derecho al ocio adquiere un sentido especial cuando se piensa en las personas discapacitadas, colectivo que ha venido reclamando paulatinamente sus derechos ciudadanos, entre los que se han incorporado en los últimos años el derecho al ocio, en sus diversas manifestaciones.

Finalmente, el ocio es signo de calidad de vida de un modo directo, en cuanto satisfacción de la necesidad humana de ocio, y también de un modo indirecto, en cuanto correctivo equilibrador de otros desajustes y carencias de tipo personal o social. El ocio, en cuanto ocupación gustosa, viene a suplir buena parte de las necesidades que antes se satisfacían con el trabajo, pero que ahora, bien por su escasez, bien por sus características actuales, resultan de una realización hartamente difícil. De modo que, al hablar de ocio y calidad de vida, hay que tener en cuenta el entorno físico o social, pero, muy especialmente, el significado de las experiencias de cada persona: las emociones, sentimientos, reacciones y valores que van unidos a cada una de nuestras vivencias.

Ocio y desarrollo personal en la vejez

La consideración de la vejez como momento de desarrollo en el que es posible seguir evolucionando, dentro de un concepto de aprendizaje a lo largo de la vida, ha abierto horizontes esperanzadores que se mani-

fiestan en el modo de vivir de la persona mayor y su decisión para asumir el reto de hacer realidad nuevos estilos de vida en consonancia con el tiempo que vivimos. Esto permite entender que, como se ha podido ver anteriormente, el ocio solidario proporciona a las personas mayores estudiadas beneficios relacionados con la percepción de felicidad, el ajuste óptimo a circunstancias vitales, una mayor alerta desde un punto de vista intelectual o una especial implicación social y con su entorno.

Según diversos estudios, el ocio es vivido, de un modo general, como cambio, separación y desconexión. Cambio asociado a experiencias de relax, diversión, encuentro con uno mismo y los demás. También se ha comprobado que el ocio puede paliar los efectos negativos de otras esferas de la vida y, por supuesto, puede contribuir al desarrollo personal. Desde un punto de vista terapéutico, el ejercicio de un ocio idóneo ayuda a las personas a ajustarse a los cambios que se producen en la vejez y previene los trastornos asociados al proceso de envejecimiento, sin que por ello deje de proporcionar las ventajas que proporciona a cualquier persona de cualquier edad.

Todas estas ventajas, más la significación del ocio en la actualidad, hacen ver la necesidad de una oferta formativa abierta a las personas mayores, capaz de proporcionar aprendizajes necesarios para esa etapa de la vida y poder hacer realidad un estilo de ocio rico y gratificante. Partiendo de la revisión de las propuestas sobre los objetivos de la Educación del Ocio, realizadas por organizaciones y teóricos destacados, Silvia Martínez considera ocho propósitos fundamentales que deberían formar parte de las acciones de formación para el ocio diseñadas para las personas mayores¹⁷⁷:

—Ampliar y diversificar el repertorio de ocio.

Es importante que las personas mayores tengan un repertorio de ocio amplio y equilibrado, pero, como revelan diversas investigaciones desarrolladas por Iso Ahola y Jackson y Dunn¹⁷⁸, la sustitución de una actividad por otra en la segunda mitad de la vida es poco frecuente. Una adecuada educación de ocio debiera acercar a las personas a nuevas prácticas actividades, desde una actitud de curiosidad y apertura, con el fin de configurar estilos de ocio variados y enriquecedores.

—Conocer las oportunidades y recursos para el ocio disponibles en la comunidad.

¹⁷⁷ MARTÍNEZ, S., «Ocio y desarrollo personal en la vejez», en *Adoz, Boletín del Centro de Documentación en Ocio*, n.º 24, Universidad de Deusto 2002, pp. 9-15.

¹⁷⁸ ISO AHOLA, S.E., JACKSON, E. & DUNN, E., «Starting, ceasing and replacing leisure activities over the life-span», en *Journal of Leisure Research*, vol. 26, n.º 3, 1994, pp. 227-249.

La realización de prácticas de ocio variadas y significativas se relaciona con el uso de recursos disponibles. Diversas investigaciones han puesto de manifiesto la falta de información de las personas en relación con los recursos de su comunidad¹⁷⁹, aconsejando que los programas incluyan momentos en los que se informa sobre las posibilidades comunitarias existentes.

—Promover el contacto social como medio para el aprendizaje y la integración en nuevas redes sociales y de amistad.

La importancia de este aspecto se destaca en investigaciones sobre las preferencias de ocio de las personas mayores¹⁸⁰ donde se puede apreciar que sus actividades de ocio predilectas incluyen el encuentro con personas amigas. Estudios, como el de Sneegas¹⁸¹, revelan que este encuentro tiene un valor fundamental en la percepción de satisfacción vital. Pankowski¹⁸² llegó a comprobar que las relaciones positivas entre personas adultas tienen la capacidad de impulsar nuevos procesos de aprendizaje personal y grupal.

—Desarrollar la creatividad.

La creatividad es una habilidad accesible a todos que puede ayudar a la persona a organizar su vida de manera satisfactoria. Csikszentmihalyi¹⁸³ afirma que es una fuente de placer al situar al sujeto ante la promesa de nuevos descubrimientos. El desarrollo de una actividad creativa facilita que las personas accedan al mundo de la cultura, el pensamiento, el arte... tanto de una forma creativa como re-creativa, es decir, en cuanto creación o re-creación de contenidos y significaciones.

—Favorecer la autonomía personal en relación con el ocio y la participación.

La potenciación de la autonomía en las experiencias de ocio satisfactorias implica ser consciente de lo que se desea, saber lo que es conveniente, al margen de las influencias externas, y tener la capacidad de

¹⁷⁹ FACHÉ, W., «Leisure education in community systems», en RUSKIN, H. & SIVAN, A. (eds.), *Leisure education towards the 21st century*, Provo, Bregham Young University. Department of Recreation Management and Youth Leadership, Utah, 1995, pp. 51-78.

¹⁸⁰ HORNA, J., *The study of leisure. An introduction*, Oxford University Press, Oxford, 1994.

¹⁸¹ SNEEGAS, J.J., «Components of life satisfaction in middle and later life adults: perceived social competence, leisure participation, and leisure satisfaction», en *Journal of Leisure Research*, vol. 18, n.º 4, 1986, pp. 248-258.

¹⁸² PANKOWSKI, M.L., «Creating participatory, task oriented learning environments», en SORK, T.J. (ed.), *Designing and implementing effective workshops*, Jossey-Bass, San Francisco, 1984, pp. 17-30.

¹⁸³ CSIKSZENTMIHALYI, M. y CSIKSZENTMIHALYI, I.S., *Experiencia óptima. Estudios psicológicos del flujo de la conciencia*, Desclée de Brouwer, Bilbao, 1998.

buscar los recursos necesarios para disfrutar de su ocio. Esta autonomía requiere confianza en uno mismo, capacidad para tomar iniciativas y decisión.

—Promover el aprendizaje autodirigido.

El aprendizaje tiene un gran potencial para estimular nuevos intereses que enriquezcan el ocio del sujeto, pero, además, puede ser una experiencia de ocio en sí misma. La capacidad de aprender de un modo autodirigido tiene interés especial en el disfrute del ocio sustancial de las personas.

—Desarrollar actitudes positivas hacia el ocio y motivaciones que impulsen su disfrute.

Los programas de formación debieran ser disfrutados como experiencias de ocio en sí mismas, puesto que uno de sus objetivos prioritarios es la vivencia de situaciones positivas de ocio que permitan desarrollar actitudes de ese signo. Se sabe que la propia experimentación del ocio es el recurso fundamental para el cambio actitudinal¹⁸⁴. Metodológicamente se debiera evitar la rigidez, presta atención a la singularidad de los sujetos y favorecer la creación de climas distendidos y lúdicos.

Otro objetivo fundamental de todo programa de educación para el ocio es proporcionar una motivación que facilite la participación e implicación de las personas en experiencias de ocio enriquecedoras. Esto se produce a partir de percepciones positivas y con el disfrute de la práctica. Hay que considerar que la vinculación positiva a una actividad adquiere la potencialidad de despertar nuevas áreas de interés, motivando hacia nuevas prácticas o variantes de la actividad. Esto contribuye al desarrollo de una vida de ocio satisfactoria y adecuada al proceso personal de desarrollo.

Las actividades formativas son un aspecto esencial para descubrir de nuevos motivos y razones de ocio, pero esto sólo se produce cuando la formación llega a ser disfrutada como una experiencia de ocio en sí misma y, al mismo tiempo, como un *feed-back* competencial del sujeto.

Desde la formación de los voluntarios

Los argumentos que se acaban de dar para hacer ver la importancia de la Educación del Ocio en el contexto de una formación a lo largo de la vida son también válidos si pensamos en el desarrollo de una persona solidaria. Afirmaba Pedro Arrupe que «así como para crear la *socie-*

¹⁸⁴ FISHBEN, M. & AZJEN, I., *Belief, attitude, intention and behavior: an introduction to theory and research*, Addison-Wesley Publishing Company, Reading, 1975.

dad de consumo se comienza creando y educando al *homo consumens*, de la misma manera, para crear una sociedad justa y equilibrada, con posibilidades de pervivencia, hemos de comenzar creando el *homo serviens* que se siente hermano de los demás y solidario de todos, que no aspira a tener más, sino a ser mejor, a desarrollar su capacidad de servicio a los demás en solidaridad, con un moderado concepto de lo que es *suficiente*»¹⁸⁵.

Es bien sabido que la formación del voluntariado, entendida más allá de la organización de sus miembros, desempeña un papel clave en las entidades solidarias. La mayor parte de las directrices que regulan las actuaciones de las instituciones dedicadas al voluntariado explicitan la necesidad de proporcionar a las personas que se adscriben a ellas una formación específica.

Desde un punto de vista general, distintos autores¹⁸⁶ especializados consideran que la formación de los voluntarios debiera tener como horizonte el desarrollo personal humano, orientado a los valores y actitudes básicas de sus tareas solidarias. De modo más específico se recalca la importancia de incidir en la capacitación de las personas, ya sea en actitudes o en habilidades, con el fin de garantizar la participación e integración en los proyectos. Más concreta aún sería una formación técnica, relacionada con las competencias necesarias para conseguir los objetivos de las entidades asumidas libremente por los voluntarios.

José María Mardones considera que si se quiere impulsar la cultura de la solidaridad se ha de llevar a cabo impulsando una serie de aspectos:

- Cultivar el sentimiento. Para ello hay que ver la realidad y, sobre todo, la realidad pobre, oscura, necesitada. «Hay que educar los ojos. Nos hace falta ver la realidad y detener la mirada en los sus rincones oscuros sin rechazarlos. Tenemos que ayudar a la gente a ver la realidad. Eso mismo comienza ya a producir su efecto en el sentimiento».
- Cultivar la mente. El cultivo de las conmociones emocionales no es suficiente, hace falta también educar el mundo de las ideas. «Hay que abrirse a un pensamiento que explique por qué sucede lo que sucede, sin mitificar. Hay que ayudar a ver la realidad en sus

¹⁸⁵ ARRUPE, P., «Un nuevo servicio al mundo de hoy», en *La iglesia de hoy y el futuro*, Mensajero (Bilbao) y Sal Terrae (Santander), 1982, p. 409.

¹⁸⁶ Véase ARMENGOL, C., «Nuevos modelos y campos de formación desde el tiempo libre y la animación sociocultural». En FEETLC, *Actas del III Congreso Internacional: Hacia una sociedad participativa y solidaria, nuevos modelos de intervención social*, pp. 71-101, Federación de Escuelas de Educadores de Tiempo Libre Cristianas, Lugo, 1996: 92.

- causas o raíces estructurales»... Esto «exige un cambio más profundo, lo cual es muy importante en el mundo del voluntariado».
- Cultivar la acción práctica. La solidaridad se realiza haciendo, «hay que ayudar a las personas a que den algo de sí, de su tiempo, de su dinero». La reivindicación forma parte también de la acción práctica que comentamos.
 - Cultivar el dar. La generosidad se cultiva siendo generoso, no somos culpables de las situaciones que viven otros seres humanos, pero si somos responsables, en la medida que algo siempre podemos hacer.
 - Cultivar las opciones ideológicas. La neutralidad no es el mejor remedio contra la injusticia, hay que posicionarse, tomar opciones. Las redes de posicionamiento ideológico permiten crear redes de solidaridad.
 - Cultivar una solidaridad profunda, es decir, fundamentada en valores y creencias, capaz de huir de una espiritualidad interiorista y evasiva¹⁸⁷.

Todos estos aspectos se resumen, a juicio de Rafael Díaz-Salazar, en la formación de un buen ciudadano. «El ciudadano es el individuo que quiere hacerse persona. Y el individuo sólo se convierte en persona cuando se hace ciudadano, es decir, cuando los problemas de la ciudad, los problemas de la construcción del bien común se convierten en problemas personales. Sólo seremos ciudadanos solidarios e internacionales cuando los problemas de los otros sean problemas personales propios»¹⁸⁸. La ciudadanía concede a todas las personas idéntica categoría en la esfera de la política pública al reconocer derechos y deberes individuales a los miembros de una comunidad política. Los derechos de ciudadanía son legalmente iguales para todos y el bienestar social es el compromiso (directo o indirecto) de estos individuos libres para con su comunidad. Desde esta perspectiva no habrá bienestar social sin plena ciudadanía y no hay ciudadanía sin igual disfrute de libertad. Los derechos de ciudadanía no pueden desarrollarse sin libertad; pero el primer paso hacia una buena sociedad sin desigualdad real aparece en la posibilidad de ejercerlos. Una persona debe ser libre de poder elegir; pero no hay elección sin capacidades para hacerlo.

¹⁸⁷ MARDONES, J.M. y otros, *Hacia una sociedad más solidaria*, Mensajero, Bilbao, 1998, pp. 29-31.

¹⁸⁸ DÍAZ-SALAZAR, R., «la solidaridad internacional desde los ciudadanos», en MARDONES, J.M. y otros, *Hacia una sociedad más solidaria*, Mensajero, Bilbao, 1998, pp. 31-49, p. 42.

Tanto desde la ciudadanía como desde la formación de la persona solidaria llegamos a lo mismo. La solidaridad demanda formación. Así lo precisa Adela Cortina cuando afirma que «a ser ciudadano se aprende como a casi todo, y además se aprende no por ley y castigo, sino por *degustación*. Ayudar a cultivar las facultades (intelectuales y sentimentales) necesarias para degustar los valores ciudadanos es educar en la ciudadanía local y universal»¹⁸⁹. La formación del voluntario debería centrarse en las herramientas reflexivas y prácticas que le ayuden a conectar con la realidad social en la que se desenvuelve. No es suficiente con querer ser voluntario, también es preciso saber serlo. Más allá de la buena voluntad para poder conseguir objetivos concretos y prácticos, la formación de los voluntarios resulta especialmente importante si pensamos en las personas a las que dedican su ayuda. En ellas se fundamenta la importancia de la formación práctica, relacionada con la transferencia de conocimientos, destrezas y habilidades. La formación de los voluntarios es importante tanto al inicio como a lo largo de su colaboración. Cada colectivo necesitará recibir enseñanzas de carácter general y, más concretamente, enseñanzas específicas relacionadas con el campo al que se dediquen.

No encuentro necesario seguir abundando en nuevos matices sobre lo mismo. Parece claro que los párrafos precedentes hacen ver que las vivencias solidarias de los voluntarios se desarrollan y se enriquecen en virtud de procesos formativos ajustados a sus valores y metas. El desarrollo del sentimiento, la mente y las habilidades personales, no parece suficiente si no se complementa con la práctica solidaria, la apertura a los demás ciudadanos y del reconocimiento activo de sus derechos. Las consideraciones educativas sobre la formación de voluntarios, junto a las aportaciones de la educación del ocio, aunque no se refieran al campo de acción directa que se investiga en este estudio, ofrecen pautas que colaboran en el esclarecimiento de la educación del ocio solidario.

La educación del ocio solidario

Hemos visto que la experiencia de ocio solidario de los jubilados estudiados tiene dos componentes esenciales desde la percepción de los propios sujetos: satisfacción y ayuda. La primera tiene una relación directa con el ocio y la capacidad para vivenciarlo. La segunda se refiere al área del voluntariado en su faceta solidaria. Ambas comparten a un

¹⁸⁹ ADELA, A., *Ciudadanos del mundo. Hacia una teoría de la ciudadanía*, Alianza Editorial, Madrid, 1999, p. 219.

tiempo su fundamento en la libertad y permiten vivir experiencias satisfactorias. Como afirmara hace tiempo Dumazedier, las experiencias satisfactorias tienen una vocación liberadora porque nos liberan de la rutina cotidiana introduciéndonos en un mundo más flexible, que nos permite proyectar de modo diferente todo lo que llevamos dentro, realizarnos a nosotros mismos y tener la oportunidad de «recrearnos».

La función liberadora de las experiencias libres y satisfactorias desemboca en una actitud crítica en la medida que exige compromiso y dificulta la implantación de lo gregario y la manipulación. La reivindicación de la experiencia de ocio solidario considera a la persona como núcleo del proceso y critica la colonización de los sentimientos, los deseos y la propia cultura. El ocio solidario se relaciona con el compromiso, pero, al mismo tiempo, con la falta de obligatoriedad, con la voluntad de querer hacer algo y experimentar la satisfacción de realizarlo. De ahí que la libertad de la que hablamos no sea sólo libertad condicionada, es además una libertad percibida, afirmación de una vida sin obligaciones que queremos dedicar a los demás de una forma desinteresada.

El voluntariado encuentra en el ocio una posibilidad ética y solidaria de transformar el tiempo libre en ocupaciones y tareas centradas en la entrega desinteresada a los demás. La consideración de la vejez como momento de desarrollo en el que es posible seguir evolucionando, dentro de un concepto de aprendizaje a lo largo de la vida, ha abierto horizontes esperanzadores, que se manifiestan en el modo de vivir de la persona mayor y su decisión para asumir el reto de hacer realidad nuevos estilos de vida en consonancia con el tiempo que vivimos. Esto permite entender que, como se ha podido ver anteriormente, el ocio solidario proporcione a las personas mayores estudiadas beneficios relacionados con la percepción de felicidad, el ajuste óptimo a circunstancias vitales, mayor alerta desde un punto de vista intelectual, así como implicación con la comunidad y con su entorno.

La educación del ocio solidario no es un mero aprendizaje de mantenimiento, sino que implica hacer frente a situaciones nuevas y ser capaz de evaluar a medio y largo plazo las consecuencias de las acciones que se van produciendo; implica también desarrollar la solidaridad en el tiempo y en el espacio. Ello conduce a tomar decisiones por el mayor número posible de personas afectadas y establecer un plan de acción en consonancia con una comprensión común de los problemas. Desde este planteamiento, la educación solidaria de personas adultas debiera orientarse desde la autonomía, la profundidad y la integración. El objetivo es que el aprendizaje sea un proceso de consecución de autonomía personal y social, pero sin quedarse en la superficie, profundizando en

los valores, en las relaciones y los problemas humanos, entendiendo las interrelaciones e interconexiones de los problemas. Estos tres aspectos son especialmente importantes para favorecer la visión holística de la realidad. Sin autonomía, profundización o capacidad de integración resulta difícil superar las dificultades con garantías de éxito.

La educación del nuevo ciudadano debe incorporar las preocupaciones de los jubilados a sus propuestas de acción, partiendo del conocimiento de la experiencia de grupos personas que, como los analizados en este estudio, son ejemplos de actuaciones vanguardistas respecto al conjunto de la población general. Los objetivos a desarrollar, según las sugerencias reseñadas por ellos, podrían ser, entre otros:

1. Concienciar a las personas que están cercanas a la jubilación sobre la importancia de reformular el sentido de sus acciones en su vida cotidiana.
2. Dar a conocer las experiencias positivas que se llevan a cabo por estos grupos de población, así como las consecuencias para las personas que las realizan.
3. Colaborar con las organizaciones de voluntarios a resolver los problemas más habituales: actualización de sus miembros, ayuda para su organización eficaz y difusión de la labor realizada, con el fin de captar nuevos miembros y tener una imagen social conveniente y respetada.

Aspectos a considerar en cualquier programa

Terminamos estas reflexiones dando sugerencias prácticas, orientadas específicamente a cómo hacerlo. Son un conjunto de aspectos que se debieran considerar al planificar objetivos, motivaciones, metodologías, contenidos, actividades y evaluaciones de cualquier programa de ocio solidario. Junto al desarrollo de las distintas capacidades mentales, físicas y emocionales, conviene no olvidar el carácter esencial del proceso y el uso pedagógico de los tiempos para que la formación sea una experiencia gratificante. La experiencia de ocio solidario pasa a ser con este planteamiento el núcleo de un proceso basado en la participación. Considerando todo ello, proponemos:

OBJETIVOS

1. La preocupación por conseguir objetivos actitudinales, cognitivos y procedimentales debe referirse tanto a cada individuo como al grupo implicado en los programas.

2. La personalización estará orientada a la autonomía, la profundización en los problemas y la integración.
3. Los procesos de formación facilitarán la identificación de los valores que fundamentan las acciones solidarias y la apertura a nuevos sentidos de vida.
4. La formación estará orientada al desarrollo personal (individual y social), sin olvidar que el mismo proceso de formación debe ser una experiencia satisfactoria para quienes la comparten.

MOTIVACIÓN

1. Motivar con vivencias que supongan una implicación personal.
2. Las expectativas deben ser ajustadas a la realidad.
3. Cada experiencia es valiosa en sí misma.
4. Cada experiencia es un reto de superación respecto a la anterior.
5. Motivar hacia lo positivo.

METODOLOGÍA

1. Aprender a través de vivencias personales, de la práctica y el ejemplo.
2. Las personas deben sentirse libres y comprometerse con libertad.
3. El aprendizaje ha de ser satisfactorio en el proceso y en los resultados.
4. Toda experiencia de enseñanza-aprendizaje tiene un modo y un medio de comunicación que resulta más adecuado. Descubrirlo es tarea de todos, pero se necesita el diálogo entre las personas implicadas.
5. En cada parte del proceso experiencial debe potenciarse la participación y el compromiso.

CONTENIDOS

1. Los contenidos de un programa de formación en ocio solidario estarán directamente relacionados con los objetivos que se pretendan, pero debieran incluir conocimientos relativos a:
 - a) Competencias de formación y relación humana, junto a habilidades propias del tipo de voluntariado.
 - b) Conocimientos sobre la solidaridad y sus circunstancias.
 - c) El ocio y la educación del ocio.
 - d) El conocimiento de recursos disponibles.

2. Al priorizar y limitar de contenidos de un programa se tendrá en cuenta el punto de vista de los destinatarios.

ACTIVIDADES

1. Pedagógicamente, cualquier actividad de un programa adquiere su sentido en función de la experiencia de la que forma parte y de los objetivos que pretenda.
2. Las actividades de un programa de formación pueden ser una ocasión para conocer y comprender otras realidades y vivencias. Esto se favorece a través de la práctica, el sentimiento, la reflexión y el posicionamiento. Estas acciones se complementan en cualquier intento de conseguir un conocimiento profundo.

EVALUACIÓN

1. Evaluar la satisfacción en el proceso y en los resultados.
2. Evaluar el ajuste/desajuste entre expectativas y realidad.
3. Evaluar la superación que se ha producido respecto a la experiencia anterior.

El tema de las experiencias satisfactorias abre nuevos horizontes de formación ciudadana que se relaciona con la calidad de vida y el uso solidario del tiempo libre. El creciente aumento del número de jubilados plantea problemas nuevos que reclaman respuestas educativas novedosas. La preparación para la jubilación es un tema que debiera ser revisado desde distintos puntos de vista, dada su trascendencia social y la importancia que tiene para la vida de los propios jubilados. La reflexión y la preparación para llevar a cabo experiencias satisfactorias es uno de los aspectos en los que sería importante profundizar en las intervenciones educativas relacionadas con la jubilación. Cuando el sentido de vida no puede hallarse en el trabajo, las actividades satisfactorias que se llevan a cabo a través del voluntariado son una opción de sumo interés, en la medida que aportan satisfacción, desarrollo y motivación; aspectos todos ellos claves en la existencia de las personas.

Ramón Rosal, partiendo de su experiencia clínica, considera que si aumentan en el mundo las personas esperanzadoras, independientes y fieles a sí mismas, capaces de vivir con planteamientos positivos de una manera profunda, se producirá una vida más humana y humanizadora. Desde su punto de vista existen algunas actitudes que favorecen esto y, en cada una de estas actitudes, predominan tres valores, aunque, se-

gún los casos, en diferente medida. Estos valores son: libertad, verdad y cuidado amoroso del ser humano.

Si el ideal de realización personal en el trabajo tuvo una respuesta inmediata en el sistema educativo ¿por qué no está ocurriendo lo mismo ante los nuevos problemas que nos plantea el ocio? Estoy seguro que, en la contestación adecuada de esta pregunta, los educadores del siglo XXI tienen mucho que decir.

Bibliografía citada

- AMADOR MUÑOZ, L., «La Educación Permanente, educación para el nuevo milenio», en MARTÍN GONZÁLEZ, M.^oT. (dir.), *Educación Permanente para Todos*, UNED, Madrid, 2002.
- MARTÍN GONZÁLEZ, M.^oT. (dir.), *Educación Permanente para Todos*, UNED, Madrid, 2002.
- ARMENGOL, C., «Nuevos modelos y campos de formación desde el tiempo libre y la animación sociocultural», en FEETLC, *Actas del III Congreso Internacional: Hacia una sociedad participativa y solidaria, nuevos modelos de intervención social*, Federación de Escuelas de Educadores de Tiempo Libre Cristianas, Lugo, 1996, pp. 71-101.
- ARRUPE, P., «Un nuevo servicio al mundo de hoy», en *La iglesia de hoy y el futuro*, Mensajero (Bilbao) y Sal Terrae (Santander), 1982.
- AVIA, M.D., VÁZQUEZ, C., *Optimismo inteligente*, Alianza Editorial, Madrid, 1998.
- BROOKS, J.B. y ELLIOT, D.M., «Prediction of psychological adjustment at age thirty from leisure time activities and satisfactions», *Human Development*, 14, 1971, pp. 51-61.
- CAMPBELL, A., CONVERSE y ROGERS, W., *The quality of American life: Perceptions, evaluations, and satisfactions*, Russell Sage Foundation, New York, 1976.
- CIRES, *La Realidad Social de España 1992-93*, BBV-Caja Madrid-BBK, 1994.
- CORTINA, A., *Ciudadanos del mundo. Hacia una teoría de la ciudadanía*, Alianza Editorial, Madrid, 1999.
- CSIKSZENTMIHALYI, M. y CSIKSZENTMIHALYI, I.S., *Experiencia óptima. Estudios psicológicos del flujo de la conciencia*, Desclée de Brouwer, Bilbao, 1998.
- DE MIGUEL, A., *La Sociedad española 1994-95*, Edit. Complutense, Madrid, 1995.
- Diario *El Correo* (Bilbao), 17.VI.94.
- DÍAZ-SALAZAR, R., «La solidaridad internacional desde los ciudadanos», en MARDONES, J.M. y otros, *Hacia una sociedad más solidaria*, Mensajero, Bilbao, 1998, pp. 31-49.
- ELLIS, A., *Ser feliz y vencer las preocupaciones*, Ediciones Obelisco, Barcelona, 2003.
- FACHÉ, W., «Leisure education in community systems», en RUSKIN, H. & SIVAN, A. (eds.), *Leisure education towards the 21st century*, Provo, Bregham Young

- University. Department of Recreation Management and Youth Leadership, Utah, 1995, pp. 51-78.
- FISHBEIN, M. & AZJEN, I., *Belief, attitude, intention and behavior: an introduction to theory and research*, Addison-Wesley Publishing Company, Reading, 1975.
- FLANAGAN, J.C., «A research approach to improving our quality of life», *American Psychologist*, 33, 1978, pp. 138-147.
- FRANKL, V., *Viktor E. Frankl, El hombre en busca de sentido*, Barcelona, Herder, 1987.
- FRANKL, V., *La voluntad de sentido*, Herder, Barcelona, 1988.
- GOBIERNO VASCO, *Estadísticas Demográficas*, Eurostat, 1988.
- GOBIERNO VASCO, *Política de Bienestar Social para Euskadi en la Europa del 93*, Departamento de Trabajo y Seguridad Social del Gobierno Vasco, Vitoria-Gasteiz, 1990.
- GUTIÉRREZ RESA, A., *El voluntariado y su incidencia en los mayores*, en Medina Tornero, M.E., Madrid, 2000.
- HORNA, J., *The study of leisure. An introduction*, Oxford University Press, Oxford, 1994.
- Informe sobre el Desarrollo Humano*, publicado para el Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo, Ediciones Mundi-Prensa, Madrid, 1998.
- ISO AHOLA, S.E., JACKSON, E. & DUNN, E., «Starting, ceasing and replacing leisure activities over the life-span», en *Journal of Leisure Research*, vol. 26, n.º 3, 1994, pp. 227-249.
- ISO-AHOLA, S.E., *The social psychology of leisure and recreation*, W.C. Brown, Dubuque, IA, 1980.
- KALISH, R., *La Vejez. Perspectivas sobre el desarrollo humano*, Madrid, Pirámide, 1983.
- KELLY, J.R., *Leisure*, Englewood Cliffs, Prentice Hall, NJ, 1990.
- LEHR, V., *Psicología de la Senectud*, Barcelona, Herder, 1985.
- LONDON, M., CRANDALL, R. y SEALS, G., «The contribution of job and leisure satisfaction to quality of life», *Journal of Applied Psychology*, 62, 1977, pp. 328-334.
- MACLEAN, J.R., «Leisure and the quality of life», en CRAIG, T.T. (ed.), *The humanistic and mental health aspects of sports, exercise, and recreation*, Chicago, American Medical Association, 1976, pp. 73-75.
- MARDONES, J.M. y otros, *Hacia una sociedad más solidaria*, Mensajero, Bilbao, 1998.
- MARÍN GARCÍA, H., *La educación en la tercera edad. Formación en recursos humanos*. UNED. Tesis doctoral, Madrid, 1998.
- MARTÍN GARCÍA, A.V., «Jubilación y Educación de Adultos», en GARCÍA CARRASCO, J. (coord.), *Educación de adultos*, Ariel, Barcelona, 1977.
- MARTÍNEZ, S., «Ocio y desarrollo personal en la vejez», en Adoz, *Boletín del Centro de Documentación en Ocio*, n.º 24, Universidad de Deusto, 2002, pp. 9-15.
- MELÉNDEZ, N., *¿Contribuye la recreación a la satisfacción del envejeciente jubilado?*, Universidad de Puerto Rico, 1991.
- MUNDY, J. y ODUM, L., *Leisure Education: Theory and Practice*, John Wiley and Sons, New York, 1979. 2.ª edición en Sagamore, Champaign, Illinois, 1998.

- OPOASCHOWSKI, H., *Psychologie und Soziologie der Freizeit*, Oplanden, Leske/Budrich, 1988.
- PANKOWSKI, M.L., «Creating participatory, task oriented learning environments», en SORK, T.J. (ed.), *Designing and implementing effective workshops*, Jossey-Bass, San Francisco, 1984, pp. 17-30.
- REQUEJO, A., «Animación Sociocultural en la tercera edad», en TRILLA, J. (coord.), *Animación Sociocultural. Teorías, programas y ámbitos*, Ariel, Barcelona, 1997, pp. 225-268.
- ROGERS, C., *Orientación psicológica y psicoterapia*, Editorial Narcea, Madrid, 1978.
- ROSAL, R., *¿Qué nos humaniza? ¿Qué nos deshumaniza?*, Editorial Desclée De Brouwer, Bilbao, 2003.
- SANTISTEBAN, P., *Tercera Edad y Ocio Institucional*, Universidad de Deusto, Instituto de Estudios de Ocio, Bilbao, 1992.
- SEVILLANO GARCÍA, M.L., «Los medios de comunicación en la vida de las personas mayores», I.º Congreso Iberoamericano de Pedagogía Social, Universidad Mayor, Santiago de Chile, 8-10 de noviembre de 2004. Publicación de las Actas en CD por la SIPS y la Universidad Mayor, Santiago de Chile, 2004.
- SNEEGAS, J.J., «Components of life satisfaction in middle and later life adults: perceived social competence, leisure participation, and leisure satisfaction», en *Journal of Leisure Research*, vol. 18, n.º 4, 1986, pp. 248-258.
- TAYLOR, S.E., *Seamos optimistas. Ilusiones positivas*, Martínez Roca, Barcelona, 1991.
- TRILLA, J. (coord.), *Animación Sociocultural. Teorías, programas y ámbitos*, Ariel, Barcelona, 1997.

Capítulo 4

Sobre la dimensión solidaria del ocio. Reflexión final

En las páginas anteriores hemos analizado el ocio solidario desde diferentes orientaciones teóricas y prácticas: la reflexión general, el pensamiento particular de distintos autores y la investigación sobre la experiencia en tres grupos de voluntarios. Llega ahora el momento de terminar y no quisiera olvidar que el objetivo, que generó las distintas tareas que aquí se han realizado, era profundizar en la dimensión solidaria del ocio, una de las menos estudiadas desde el punto de vista de los Estudios de Ocio.

Soy consciente de que una revisión del ocio solidario a partir de las aportaciones de este estudio es sólo un paso más, no el paso definitivo. Desde el punto de vista del conocimiento estamos en un área llena de posibilidades y de zonas sombrías, pero esto no excluye que sea un área apasionante y trascendente, personal y socialmente hablando.

Teniendo en cuenta todo esto, me decido a realizar una reflexión final sobre la dimensión solidaria del ocio tomando como referente lo que tiene de específico respecto a otras experiencias. A partir de una síntesis de los principales aspectos desarrollados en páginas anteriores y los datos globales utilizados, hablaré de la experiencia en sí misma y su relación con la motivación, beneficios, valores del ocio y la ayuda social que representa, para terminar recordando que todo esto será posible con una formación necesaria.

Concepto

Hace años afirmaba que la dimensión solidaria del ocio puede entenderse como el desarrollo de la dimensión social que se esconde en

toda experiencia de ocio¹⁹⁰; pero aunque el ejercicio del ocio permita fomentar y ejercitarse en roles y valores sociales, un análisis más profundo nos hace ver que el ocio solidario tiene su fundamento en el deseo de ayudar a otras personas. Esto conlleva, de una parte, la voluntad de cooperar en su felicidad y, de otra, la propuesta de llevar a cabo experiencias gratificantes, que son difíciles de entender sin relacionarlas con la experiencia de ocio. La dimensión solidaria permite tomar conciencia de las dificultades para tener vivencias gratificantes mínimas, y comprometerse, en la medida que cada cual pueda, para contribuir al derecho y la igualdad de oportunidades, que también puede hacerse realidad en el ocio y desde el ocio.

La *dimensión solidaria* nos lleva a hablar de un ocio entendido como vivencia altruista, de la satisfacción enraizada en el hecho de ayudar a otros que se concreta en la acción de grupos de voluntariado o asociaciones de ocio, abundantes en comunidades abiertas, en las que madura la responsabilidad y el compromiso. Su fundamento descansa en la voluntariedad y libre elección. La vivencia de un ocio solidario es un signo de calidad humana y de sensibilidad. También se corresponde con el ejercicio de un ocio sólidamente humano y digno. El ocio, en cuanto vivencia solidaria, representa un potencial de desarrollo de gran trascendencia para una comunidad.

La dimensión solidaria del ocio propicia que se hagan realidad vivencias de desarrollo comunitario. Mientras los movimientos sociales, políticos o culturales centran dicho desarrollo en la reivindicación de la justicia y el aumento de calidad de vida en general, en el ámbito del ocio la actuación se realiza desde la necesidad de llenar un tiempo libre, desde el deseo de participar en una experiencia altruista o desde la reivindicación de un estilo de vida mejor en el que la vivencia de ocio tiene una ubicación adecuada.

La dimensión solidaria del ocio tiene en común con las actividades de voluntariado, en general, la vivencia del valor de la solidaridad, su realización libre, no motivada por la obligación personal o deber jurídico, así como el hecho de que se lleve a cabo sin contraprestación económica, además de que se pueda desarrollar a través de organizaciones y con arreglo a programas o proyectos concretos. Como se señala en distintos Planes de Voluntariado, la esencia de la acción voluntaria radica en la espontaneidad y en el compromiso libre y responsablemente

¹⁹⁰ CUENCA CABEZA, M., *Ocio humanista: dimensiones y manifestaciones actuales del ocio*, Colección de Documentos de Estudios de Ocio, n.º 16, Universidad de Deusto, Bilbao, 2000, p. 139.

adquiridos; por lo que estamos ante un acto libre y gratuito, inscrito en un proyecto asociativo que le otorga fundamento y sentido.

Si de las distintas definiciones de voluntariado se pueden aislar cinco características de la dimensión solidaria: libre, organizada, no remunerada, solidaria y que implica participación social; de los estudios precedentes podemos añadir también la de ser «una acción satisfactoria» para quien la realiza. Es evidente que esto no quiere decir que todas las acciones de voluntariado sean necesariamente ocio solidario, pero, al contrario, tampoco se puede negar que gran parte del voluntariado tiene elementos de «ocio», en el sentido de hacer algo que nos gusta.

Sostiene Stebbins que la actividad voluntaria es un tipo de ocio serio que se distingue de otros tipos por el altruismo que «invariablemente le impulsa»¹⁹¹. Para este autor la expresión de la altruismo es una recompensa del voluntariado en sí mismo, una forma principal, si no la forma principal de enriquecimiento personal hallado en este tipo de actividad. Muchos voluntarios que realizan su tarea en ámbitos de ocio, como arte o deporte, dicen experimentar la satisfacción de hacer surgir el talento de otras personas, haciendo posible que una orquesta, un coro o un equipo deportivo puedan ser elementos de ayuda y disfrute para una comunidad. En el grupo de voluntarios culturales de nuestro estudio encontramos personas que sienten su aportación de este modo.

El sector del voluntariado de ocio es un ámbito complicado y múltiple, ocupando un abanico muy variado que va desde actividades puramente asistenciales a otras con una fuerte dosis de identificación. El ocio solidario favorece experiencias de este último tipo, sin perder por eso su carácter de reivindicación social. Esto ocurre, por ejemplo, con las actividades deportivas u otras más actuales y poco delimitadas, entre las que se incluyen aquellas que reivindican la igualdad de oportunidades de ocio para los marginados sociales.

Motivación

He señalado anteriormente que, para Stebbins, la actividad voluntaria es un tipo de ocio serio que se distingue por su motivación altruista; pero, si tenemos en cuenta las opiniones de los voluntarios estudiados, esta afirmación nos plantea algunas dudas. Dudas que aumentan si analizamos otras investigaciones y teorías que explican la conducta del vo-

¹⁹¹ STEBBINS, R., «Volunteering: A serious leisure perspective», en *Nonprofit and Voluntary Sector Quarterly*, 25, 1996, pp. 211-224, p. 219.

luntario, donde nos encontramos con que, junto a las motivaciones altruistas, también se tienen en cuenta otro grupo de motivaciones de carácter más personal. No podemos olvidar que al hablar de voluntariado nos encontramos ante un fenómeno plurimotivacional.

D.H. Smith¹⁹², un investigador americano que realiza una revisión de las motivaciones de los voluntarios, señala que, aunque el altruismo se esgrime con frecuencia como motivo de participación, en un trabajo suyo anterior, publicado en 1981¹⁹³, afirmaba que existía poco altruismo puro en la participación puesto que «la gente obtiene algo de placer para sí misma incluso cuando actúa de forma altruista». Según el análisis económico de Weisbrod, la motivación de los voluntarios podría comprenderse desde una racionalidad calculadora del interés propio, en la que los participantes dan en relación con lo que obtienen. Un trabajo americano posterior¹⁹⁴ demostró que la concepción que tienen las personas del voluntariado incluye un elemento de altruismo. Esto podría mostrar simplemente que las personas tienen un modelo ideal del voluntariado que se relaciona con una actividad altruista, aunque en la práctica tal vez no sea necesariamente muy altruista.

Estas apreciaciones podrían indicar la conveniencia de desmitificar la idea de la solidaridad. La acción solidaria puede ser altruismo y entrega, pero eso no excluye el interés personal de quien lo practica, aunque se revista de ropajes solidarios. Como se verá a continuación, las motivaciones altruistas y de realización personal son perfectamente compatibles con las motivaciones instrumentales (crecer en experiencia, iniciarse en el mundo profesional, conocer la realidad) y la experiencia vivida. Así lo indica también el estudio de Santiago Yubero y Elisa Larrañaga¹⁹⁵, realizado a partir de dos grupos de estudiantes universitarios, uno de ellos formado por voluntarios.

Yubero y Larrañaga¹⁹⁶ diferencian cuatro tipos de conductas: prosocial, de ayuda, altruismo y cooperación. La *conducta prosocial* es un concepto general que engloba conductas muy diferentes y se refiere a aquellas acciones que benefician a otras personas. La *conducta de ayu-*

¹⁹² SMITH, D.H., «Determinants of voluntary participation and volunteering: a literature review», en *Nonprofit and Voluntary Sector Quarterly*, 23, 1994, 243-263.

¹⁹³ SMITH, D.H., «Altruism, volunteers, and volunteerism», *Journal of Voluntary Action Research*, 10, 1981, 21-36.

¹⁹⁴ CAAN, R., HANDY, F. and WADSWORTH, M. «Defining who is a volunteer», *Social Policy and Administration*, 30, 1996, pp. 206-226.

¹⁹⁵ YUBERO, S. y LARRAÑAGA, E., «Concepción del voluntariado desde la perspectiva motivacional: conducta de ayuda *versus* altruismo», en la Revista Interuniversitaria *Pedagogía Social*, n.º 9, diciembre, 2002, pp. 27-39.

¹⁹⁶ *Idem*, p. 29.

da la entienden como las acciones que proporcionan algún beneficio o bienestar de otra persona. Por *altruismo* o conducta altruista identifican las acciones que benefician a los demás y parten de una motivación desinteresada por parte de quien realiza la acción. El altruismo implica ayudar a otros sin pedir nada a cambio, dedicarse a los demás sin considerar de manera consciente los intereses de uno mismo. Finalmente, al hablar de *cooperación* se refieren a las conductas prosociales y de ayuda que tienen un carácter recíproco. La cooperación implica una cierta igualdad entre las personas implicadas, mientras que en las otras situaciones de ayuda suele darse un desequilibrio: quien recibe la ayuda está en una posición de debilidad y desventaja respecto al quien la proporciona.

En la investigación que comentamos, los autores encontraron que los voluntarios estaban movidos especialmente por «ayudar a los otros»; pero, junto a esta motivación altruista, con valores muy cercanos, aparecen otras dos motivaciones: «vivir experiencias nuevas» y «para adquirir experiencia pre-profesional». Son motivos que también fueron identificados en el estudio de los jóvenes voluntarios que se presenta en el capítulo segundo. La motivación tiene un marcado carácter instrumental, aunque los jóvenes consultados consideraban que su actividad no debía ser remunerada y que se trataba de una conducta de participación social. Las motivaciones que fueron valoradas con menor puntuación en el estudio de Yubero y Larrañaga fueron: la obligación moral y las convicciones religiosas o políticas.

Dado que en esa investigación se contrastan las opiniones de voluntarios y no voluntarios, los autores señalan ciertas valoraciones, específicas del grupo de voluntarios, que pueden resultarnos de interés:

1. Los voluntarios no se interesan por el motivo de llenar el propio tiempo.
2. Como se ha señalado, conceden poco valor a «sentirse moralmente obligados» o «las convicciones políticas y religiosas». Estos resultados contradicen, o al menos matizan, opiniones que señalan a los voluntarios como personas creyentes y/o con ideales políticos.
3. Los voluntarios jóvenes dan menos importancia a la obtención de reconocimiento social.
4. También dan poca importancia a situaciones personales anteriores y a realizar el voluntariado para hacer amigos y salir de casa.
5. En cambio, valoran de forma elevada la motivación de contribuir al bienestar de los demás, junto con la inquietud personal. Reconocen abiertamente que, junto a la motivación social, tam-

bién existen motivaciones de carácter personal, que no por ello quitan valor a su actividad voluntaria.

En la investigación de Yubero y Larrañaga, realizada a partir de una muestra de jóvenes de características similares a la nuestra, tiene un valor significativo la experiencia profesional, el prestigio social, vivir nuevas experiencias y el bienestar de los demás. Entre sus conclusiones podemos leer que «nos encontramos ante un voluntariado que se preocupa por los demás, solidario, pero sin olvidarse de sí mismo. Lo cual no tiene por qué implicar que el compromiso sea superficial»¹⁹⁷. De hecho el compromiso, en ambas investigaciones, es muy elevado si consideramos la actitud responsable de los jóvenes de la muestra y, sobre todo, su perseverancia en el voluntariado, manifestada en su permanencia en el tiempo.

Si a partir de todas estas referencias podemos considerar que el concepto de voluntariado no tiene por qué coincidir con el que altruismo, con mayor motivo se puede decir que el altruismo no es elemento esencial en el ocio solidario. Otra cosa es que, si tenemos en cuenta las connotaciones motivacionales que la conducta voluntaria implica, podamos afirmar que en la dimensión solidaria del ocio sí parece estar presente siempre algún tipo de conducta de ayuda que, como se indicaba antes, es un concepto más general que nos permite identificar múltiples acciones que proporcionan algún beneficio o bienestar a otra persona.

Del mismo modo que la ocupación voluntaria no se agota en la misma actividad, generando múltiples satisfacciones y valores que le dan sentido, el ocio solidario no excluye el altruismo u otro tipo de opciones que van más allá de las conductas de ayuda. En las investigaciones que anteceden hemos visto que ciertos voluntarios tenían dificultad para admitir que su actuación gratuita, libre y satisfactoria pudiera ser calificada como experiencia de ocio. Al contrastar esta misma idea con otras investigaciones podemos ver que, desde el punto de vista de la motivación, la mayoría de los voluntarios no estarían dispuestos a seguir si la experiencia que tienen no fuese satisfactoria. Esto significa que, aunque por distintas razones se haya minusvalorado la importancia de lo gratificante en las experiencias de voluntariado, este es un aspecto esencial que debe ser planteado al margen de tópicos y teniendo en cuenta las aportaciones de los Estudios de Ocio.

C. Handy¹⁹⁸ entiende que las motivaciones de los voluntarios se comprenden mejor como un equilibrio entre interés propio y altruismo.

¹⁹⁷ *Idem*, p. 33.

¹⁹⁸ HANDY, C., *Understanding voluntary organisations*, Penguin, London, 1988.

Esto puede variar entre los diferentes voluntarios y en un mismo voluntariado a lo largo del tiempo. Siguiendo el paralelismo de estas mismas ideas yo diría que el ocio solidario se comprende mejor buscando un equilibrio entre los beneficios que nos proporciona y la realización del deseo de ayudar que todos tenemos en mayor o menor medida. En cualquier caso, no podemos hablar del ocio solidario como de un ocio casual y espontáneo, sino que, como afirmara Stebbins, nos encontramos ante una experiencia de ocio sustancial, serio, llena de posibilidades y necesitada de formación.

Beneficios

Los estudios sobre los beneficios del voluntariado para quien lo practica son numerosos. En la mayor parte de ellos se reitera que proporciona la oportunidad de hacer nuevos amigos, da opción de aprender nuevas destrezas, ayuda a encontrar un empleo remunerado, mejora, al menos aparentemente, de la salud etc. Los aspectos positivos que perciben los voluntarios de nuestro estudio, que también pudiéramos denominar beneficios de la experiencia de ocio solidario, son los que se recogen en la siguiente tabla:

Aspectos positivos que perciben los voluntarios*	Jubilados laborales	Jubilados culturales	Jóvenes	Total
Satisfacción de ayudar	33	30	8	71
Satisfacción del deber cumplido (Ética, sentimiento de solidaridad)	17	17	20	54
Satisfacción (sentirse a gusto)	10	25	18	53
Realización personal	25	17	9	51
Sentirse útil	12	4	6	24
Comunicarse y conocer gente	12	5	2	19
La amistad (entorno amigable)	7	4	7	18
Aprender a: compartir, valorar, escuchar...	—	—	13	13
Ocupar el tiempo libre	11	1	—	12
Seguir activo	10	1	—	11
Los resultados logrados	2	7	2	11
La posibilidad de devolverle la sociedad algo de lo mucho que nos ha dado	9	—	1	10

* Se tiene en cuenta las afirmaciones respecto a puntos fuertes, aportaciones de la experiencia, razones de su práctica y motivos que le mantienen en ella.

Aspectos positivos que perciben los voluntarios	Jubilados laborales	Jubilados culturales	Jóvenes	Total
Conciencia de hacer un mundo mejor	1	—	8	9
Motivación (no perder la ilusión)	—	5	4	9
Sentirse apreciado/reconocido	2	4	1	7
La participación (implicación) de la gente	—	2	4	6
Experiencia	—	—	6	6
Oportunidad de ser feliz (vida en positivo)	4	—	1	5
Apertura a otros problemas (olvido propios)	1	—	4	5
Descubrir tu vocación /estilo de vida	—	—	5	5
Posibilidad de profundizar en lo que te gusta	—	2	2	4
Seguir relacionado con el trabajo	3	—	—	3
Pasarlo bien	—	—	3	3
Tomar conciencia de lo que nos rodea	—	—	2	2
Conocimiento de sí mismo	—	—	1	1
Sentido de vida	—	—	1	1

Se observa que la palabra satisfacción es reiterada y diversa, pero igualmente importante en cualquiera de los grupos estudiados. También se puede apreciar el difícil equilibrio entre la satisfacción personal y la satisfacción ética, entendida como conciencia de un deber cumplido. Forma parte del conflicto entre lo que se es y lo que se quisiera ser, al que nos referíamos al hablar de las motivaciones. En cualquier caso parece que estos datos nos permiten afirmar que el ocio solidario tiene dos componentes básicos: satisfacción y ayuda. Ambos aparecen insistente e independientemente de la edad o el tipo de voluntario.

Junto a esta base común, también se destaca la existencia de unos determinados beneficios en función de la edad o tipo de práctica solidaria. En este sentido se puede decir que la satisfacción personal es una característica significativa en el grupo de los jubilados culturales y en los jóvenes, mientras que la realización personal es más relevante en la percepción de los jubilados laborales. Para este último grupo es también importante la idea de «ocupar el tiempo libre», aspecto de poco interés en los otros. Los jóvenes son los que más valoran los aprendizajes que consiguen y también los beneficios relacionados con la realización de ideales y afectos (posibilidad de devolver a la sociedad algo, conciencia de un mundo mejor, sentirse apreciado, oportunidad de ser feliz etc.).

Ya que hablamos de jóvenes, los beneficios que aparecen en la investigación de Yubero y Larrañaga son:

Satisfacción con uno mismo	56,6%
Incremento del autoconcepto y la autoestima	41%
Sentirse realizado	39%
Ayudar a otras personas	51,5%
Sentirse socialmente útil	41%
Abrir la posibilidad de ver las cosas de otra manera	48,5%
Contribuir a la transformación de la sociedad	34,2%

Puede observarse que la mayor satisfacción no es ayudar a otras personas, sino, como ocurre en nuestro caso, la satisfacción con uno mismo. También se puede ver que las gratificaciones personales son importantes, lo que, a juicio de los autores, «aleja también al voluntariado de ser una conducta puramente altruista»¹⁹⁹. El hecho de que la satisfacción con uno mismo sea muy elevada, en términos de autoconcepto y autoestima, coincide con los resultados de otros estudios²⁰⁰ y confirma que los jóvenes encuentran en el voluntariado un marco propio donde poder expresarse y desarrollarse, pero también que la conducta del voluntario no es totalmente «desinteresada» ya que tienen motivaciones y gratificaciones personales muy relevantes.

Los resultados de la investigación de Yubero y Larrañaga confirman su hipótesis de partida²⁰¹, en la que consideraban que el concepto de voluntariado no coincide con el que altruismo. Para ellos, lo que define fundamentalmente la conducta voluntaria es la solidaridad y el interés por el bienestar social, pero no motivado exclusivamente por valores altruistas. En consonancia con lo que afirmábamos en el apartado anterior, los autores concluían que la conducta voluntaria es una conducta de ayuda, es decir, una acción que tiene como consecuencia proporcionar algún beneficio o incrementar el bienestar de otra persona, pero sin que ello implique una motivación desinteresada, ni ausencia de gratificaciones personales.

Valores

Si en la base de cualquier actividad humana subyace un mundo de valores, en la actividad de ocio, en cuanto acción caracterizada por la

¹⁹⁹ YUBERO, S. y LARRAÑAGA, E., «Concepción del voluntariado desde la perspectiva motivacional: conducta de ayuda *versus* altruismo», p. 35.

²⁰⁰ PEARCE, J.L., *The organizational behavior of unpaid workers*, Routledge, 1993. SOLER, P. y BUENO, A., «Motivaciones y gratificaciones del voluntariado social», Comunicación V Congreso Estatal de Intervención Psicosocial, 1998.

²⁰¹ YUBERO, S. y LARRAÑAGA, E., p. 38.

libertad, la presencia de valores con sentido personal resulta especialmente significativa y, más aún, si nos referimos al ocio solidario. Ya hemos afirmado antes la conveniencia de desmitificar la actual percepción social, que la considera altruismo puro. Las vivencias altruistas no son tan puras como parecen, pero esto no significa que sea negativo compartirlas con otras motivaciones. Del mismo modo los valores presentan un horizonte de ideal que nunca se llega a conseguir y que tampoco excluye una vertiente instrumental, relacionada con la motivación y el sentido de vida cotidiano, que se puede vislumbrar en las acciones y compromisos de cada día.

Lejos de la polémica filosófica en torno a la objetividad o el subjetivismo de los valores, la experiencia demuestra que el descubrimiento y la jerarquización de valores desempeñan un papel decisivo en la vida de las personas. Los valores tienen una estrecha relación con la dignidad humana, en la medida en que somos capaces de orientar el sentido de nuestras acciones hasta extremos excepcionales. Un valor llena de significado y sentido nuestra existencia mostrándonos un bien hacia el que tendemos, para hacerlo nuestro y vivirlo. El valor central en la vivencia de un ocio humanista es la dignidad de la persona, de él se desprenden los demás valores relacionados con sus distintas dimensiones. Desde una visión humanista, el ocio es un valor en sí mismo, pero también un valor subordinado a otros más amplios como la felicidad, la autorrealización de la persona, la trascendencia u otros de profundo calado.

Los valores dependen de la libertad humana y, en la medida que está en nuestra mano realizarlos, estamos en disposición de defenderlos y deseáramos verlos realizados en cualquier persona. Aún así, entendemos que muchos de estos valores pueden ser recomendables, no imprescindibles. Desde un punto de vista comunitario es diferente, porque necesitamos afirmar ciertos valores básicos indispensables para la convivencia y la ciudadanía. Adela Cortina²⁰² considera que los valores nucleares para la ciudadanía son: libertad, igualdad, solidaridad, respeto activo y diálogo, entendido como disposición a resolver los problemas comunes a través de una comunicación sincera.

A primera vista el voluntariado conlleva afirmar y defender los valores de convivencia y ciudadanía. A menudo se afirma que los valores de los voluntarios y las organizaciones del voluntariado social están anclados en la solidaridad, lo no lucrativo, la participación, la responsabili-

²⁰² CORTINA, A., *Ciudadanos del mundo. Hacia una teoría de la ciudadanía*, Alianza Editorial, Madrid, 1999, p. 229.

dad ciudadana, la justicia²⁰³ etc. Pero, si tenemos en cuenta las reflexiones anteriores sobre la motivación de los voluntarios, tenemos que reconocer que estos valores ciudadanos han de formar parte también de los valores personales, relacionados con el sentido de vida de cada uno. Recordemos que V. Frankl afirmaba la necesidad de vivir los valores, en cuanto que la respuesta al problema del sentido de la vida humana no es intelectual sino sólo existencial.

Hasta aquí la reflexión sobre el tema y lo que debería ser. Podemos preguntarnos ahora cuáles son los valores personales y ciudadanos que se pueden deducir de los estudios sobre los voluntarios. De las respuestas a la pregunta: ¿cuáles son, a su parecer, los Derechos Humanos más urgentemente reclamables hoy día?, se deduce que son personas preocupadas por los demás, que les gustaría desterrar la pobreza y defienden la necesidad de educación, justicia y solidaridad. Pero esto puede quedar simplemente en buenas intenciones si no se confirma con otras variables que aparecen en el mismo cuestionario.

En la tabla sobre los aspectos positivos que persiguen los voluntarios, que incluíamos al hablar de beneficios, se ha podido apreciar que la solidaridad es un valor repetidamente aludido por todos los voluntarios, como se manifiesta en el hecho de que la «satisfacción de ayudar» y la «satisfacción del deber (ético) cumplido» encabecen el número de afirmaciones repetidas. También nos aportan nueva información las contestaciones a la pregunta sobre las cualidades que las personas del estudio consideran que debe tener un voluntario. Tenemos una síntesis de las mismas en la siguiente tabla:

¿Qué cualidades cree que debe tener un voluntario?	Laborales	Culturales	Jóvenes	Total
Cualquier cualidad es buena, sólo ganas y ánimo	7	8	3	18
Generosidad, altruismo	7	4	1	12
Ser paciente (paciencia)	2	5	1	8
Entrega y humildad	4	3	1	8
Formación, ganas de aprender y enseñar	4	2	2	8
Amplitud de miras y apertura	5	—	1	6
Responsabilidad y dedicación	5	—	—	5
Entusiasmo e ilusión	4	—	1	5

²⁰³ LÓPEZ PAZ, F., «El voluntariado social propio de una cultura alternativa», en CARRIDE, J.A. y LÓPEZ PAZ, J.F. (editores), *Ocio y voluntariado social. Búsquedas para un equilibrio integrador*, Documentos que Estudios de Ocio, n.º 21, Universidad de Deusto, Bilbao, 2002, pp. 53-71.

¿Qué cualidades cree que debe tener un voluntario?	Laborales	Culturales	Jóvenes	Total
Voluntad de hierro	—	3	1	4
Ser honrado	—	4	—	4
Constancia y humanidad	1	2	1	4
Ser alegre (la gente necesita optimismo)	—	2	2	4
Ideas claras (saber bien lo que quieres)	—	3	1	4
Respetar a las personas	—	—	2	2
Exigencia, esfuerzo	—	—	2	2
Imaginación, recursos	—	—	2	2
Sentido común, madurez	—	—	2	2
Saber escuchar	—	1	1	2
Deseo de mejorar	2	—	—	2
Empatía	1	—	1	1
Plan de acción realista	—	—	1	1
Capacidad de relación	—	—	1	1
Saber comprometerse	—	—	1	1
Saber desconectar				
(vida propia/voluntariado)	—	—	1	1
Saber organizar bien el tiempo	—	—	1	1

Hemos de recordar aquí que las cualidades que aparecen en la tabla responden a las aportaciones espontáneas de los voluntarios ante la pregunta general que se les hace y el número se refiere a la reiteración de la idea. Esto hace que encontremos significativo el hecho de que aparezca un solo enunciado. Dicho esto, si relacionamos ahora las cualidades que aparecen en la tabla con los valores a los que se refieren, podemos observar que, otra vez, la solidaridad es el valor prioritario. Así se puede entender cuando los voluntarios afirman que lo importante es «tener ganas y ánimo» de ayudar, junto a que la cualidad más importante que debe tener una persona que practique el voluntariado es, precisamente, la generosidad y el altruismo.

La solidaridad, el tercero de los valores que defendió la revolución francesa, se hace realidad cuando las personas intentan conseguir un mismo objetivo, que sólo se puede conseguir con el esfuerzo común, pero también cuando las personas ponen interés y esfuerzo por objetivos, intereses y asuntos de otros. Este último tipo de solidaridad es al que se refieren los voluntarios estudiados. La vivencia de esta solidaridad no impide que los mismos voluntarios la encuentren compatible con otros valores personales, tanto de carácter individual como social.

Otros valores destacados en relación a las sugerencias de la tabla son: compromiso, apertura, respeto, diálogo y alegría. El compromiso

se puede entender cuando se pide «entrega», «responsabilidad y dedicación», «exigencia, esfuerzo» o «saber comprometerse». La apertura al diálogo es un hecho si se desarrolla la capacidad de «empatía», «saber escuchar» y las «ganas de aprender y enseñar». El respeto, un valor indispensable para que la convivencia sea posible, es curiosamente aquí una propuesta de los voluntarios jóvenes. Adela Cortina considera que el respeto activo consiste «no sólo en soportar estoicamente que otros piensen de forma distinta, tengan ideales de vida feliz diferentes a los míos, sino en el *interés positivo* por comprender sus proyectos, por ayudarles a llevarlos adelante, siempre que representen un punto de vista moral respetable»²⁰⁴. Finalmente conviene recordar también el valor de la alegría, presente en las aportaciones de los jubilados culturales y en los jóvenes, que entienden que dar alegría es una labor solidaria porque «la gente necesita optimismo».

El valor de la alegría nos vuelve a situar en el ámbito del ocio y nos recuerda la importancia de la satisfacción y el potencial de las experiencias de ocio para motivar y dar sentidos de vida, tal vez menos trascendentes, pero efectivos en el quehacer cotidiano. Desde Aristóteles a nuestros días la pregunta decisiva de la filosofía ha estado siempre relacionada con el ser y su sentido. Como afirmara J. Ferrater Mora «Toda la realidad es a la vez ser y sentido, “es” a la vez que “significa”²⁰⁵. Ser y sentido son términos diferentes, pero no pueden darse por separado, sin ser no hay sentido y sin sentido no hay ser. El ser manifiesta el sentido y el sentido ilumina el ser. El sentido es lo primario, pero para la persona que vive su vida el sentido es una verdad vital. Se sabe que la ausencia de sentido es motivo de situaciones dramáticas, incluso de enfermedades, porque el sentido es una cuestión vital y existencial. Quien encuentra un sentido no se conforma con conocerlo sino que, además, quiere experimentarlo en su vida de cada día.

José María Mardones preguntándose cómo impulsar una cultura de la solidaridad, precisa que podemos definir dicha cultura como «todo aquello que da sentido a la vida personal y colectiva»²⁰⁶. Para él la sociedad tiene dos caras diferenciadas, una de tipo estructural y otra constituida por elementos más interpersonales, de interrelación, en los que las personas encuentran su sentido. El sentido de la solidaridad se centra en la atención, dedicación y responsabilidad ante el otro; de modo que es algo que afecta a toda persona y a todos los elementos de la sociedad.

²⁰⁴ CORTINA, A., *Ciudadanos del mundo*, p. 240.

²⁰⁵ FERRATER MORA, J., *Ser y sentido*, Revista de Occidente, Madrid, 1967, p. 250.

²⁰⁶ MARDONES, J.M. y otros, *Hacia una sociedad más solidaria*, Mensajero, Bilbao, 1998, p. 28.

Para los voluntarios de nuestro estudio, el ocio solidario es un ámbito de sentido en el que se intentan conjugar valores y realidades sociales (estructurales), pero especialmente personales e interpersonales.

Ayuda social

El voluntariado es una fuerza real y potencial, de gran impacto para el desarrollo social, en la medida que permite encontrar respuestas para múltiples problemas que se plantean día a día en las comunidades. La experiencia solidaria es una ventana hacia la comunidad, a través de ella podemos ver sus necesidades y aspiraciones reales, pero al mismo tiempo es una fuente de satisfacción que se transforma en un puente entre el saber y el hacer, permitiendo lograr un aprendizaje significativo. Abordar el ocio solidario desde el voluntariado para el desarrollo y desde la ciudadanía potencia que las personas se sientan parte de un lugar, con una identidad cultural determinada, no por ello exenta de conflictos y contradicciones.

Las organizaciones de voluntariado son de gran ayuda para optimizar los recursos y mantener la motivación por la labor solidaria, pero este proceso de sistematización ha de ser realizado con la participación de todos los miembros implicados. La reflexión sobre la acción solidaria es una reflexión importante, que abre nuevas posibilidades para abordar el creciente individualismo que predomina en las experiencias de ocio de las sociedades modernas. El ocio solidario permite recoger la energía individual dispersa para ponerla al servicio de una acción colectiva y transformarla en energía social.

El voluntariado es un modo de expresión de personas y organizaciones conscientes de su responsabilidad social, que dedican parte de su tiempo para brindar un servicio cuyo objetivo es la solución de problemas cotidianos desde una perspectiva reflexiva e reincidente. El voluntario trata de realizar aquello que defiende. Esta implicación de palabra y acción es una de las claves de futuro del mundo solidario. El fomento de la acción voluntaria, desde una perspectiva ciudadana, contribuye a una convivencia social más armónica, que genera redes de solidaridad, de ayuda mutua y reivindicación de derechos, entre los que el ocio ocupa un lugar específico y necesario.

El voluntariado en general y el ocio solidario en particular realizan una importante contribución social y económica; aunque tampoco esté exento de costes asociados a la captación de voluntarios, selección, formación etc. Aún así, no cabe duda de que el voluntariado desempeña un papel principal en la promoción de una sociedad más inclusiva y par-

ticipativa, ayudando a construir la unión social. Esto significa que el voluntariado es un bien que aporta beneficios a los participantes, beneficiarios inmediatos, y a la comunidad en general.

Para G. Nichols y R. Garret²⁰⁷, la actividad voluntaria permite proporcionar una estructura capaz de sustituir a la del trabajo remunerado, ofreciendo un estilo de vida de mayor compensación en el caso de los jubilados. Su paradigma de «organización en torno al entusiasmo» aporta otra perspectiva que incide en las motivaciones de los voluntarios. Es cierto que, visto desde el ocio, se podría considerar que los voluntarios se implican en sus propios intereses y que, por ejemplo, los voluntarios de un club deportivo tienen una oportunidad para su propia participación en el deporte. Sin embargo esto no excluye que el entusiasmo por la actividad puede ir más allá del interés propio pues, como afirma Gorz²⁰⁸ al referirse a las relaciones personales y emocionales, no necesariamente es cuestión de intercambio igualitario, hay veces que los voluntarios se entregan a una tarea generosamente, como pudiera pensarse en una sociedad ideal. Esta no es una situación desconocida en las organizaciones juveniles de voluntariado.

Reto para un futuro inmediato

El triunfo de la «la cultura de la ceguera», caracterizada por la separación radical entre el esfuerzo de los cinco días de trabajo y la búsqueda frenética de diversión los fines de semana, nos está conduciendo, como pronosticara Freud, al triunfo de planteamientos y valores hedonistas que, favorecidos por el ocio de consumo, crean anticuerpos. Es como si las personas socializadas sobre el principio del placer se volviesen ciegas y no pudiesen introyectar adecuadamente el sentimiento y, mucho menos, el sufrimiento. El ocio de consumo favorece el desarrollo de un ocio casual porque su meta es la rentabilidad económica. El ocio de consumo también es una experiencia a medias, unos son los que producen la experiencia y otros los que la disfrutan. Esto explica que los derechos de los ciudadanos a menudo están siendo sustituidos por los derechos y responsabilidades de los consumidores. En sentido contrario, el ocio solidario, ya lo hemos dicho, es ocio sustancial, su referente es el desarrollo humano.

²⁰⁷ NICHOLS, G. y GARRET, R., «Cuestiones de investigación del voluntariado y el ocio», en CARIDE, J.A. y LÓPEZ PAZ, J.F. (editores), *Ocio y voluntariado social. Búsquedas para un equilibrio integrador*, Documentos que Estudios de Ocio, n.º 21, Universidad de Deusto, Bilbao, 2002, pp. 37-52, p. 45.

²⁰⁸ GORZ, A., *Paths to paradise*. Pluto Pres, London, 1985, p. 72.

Aún así, aunque el referente del ocio solidario sea el desarrollo humano, la situación general que vive el ocio incide en el sector voluntario que cada vez está más impregnado de materialismo. Esta situación la manifiestan los voluntarios jóvenes que, comentando sus actividades de tiempo libre con niños, afirman que determinados padres veían su aportación voluntaria como un servicio de guardería y no estaban dispuestos a implicarse y contribuir voluntariamente a tarea alguna. En el voluntariado, la aplicación de modelos económicos pueden conducir a ignorar el acto del voluntariado como ocio, haciendo hincapié solamente en la solvencia o insolvencia de los voluntarios y olvidando la ilusión de ayudar, el altruismo y la importancia de sentirse satisfechos.

En cualquier caso, la situación actual es compleja y también tiene otros indicadores optimistas. Afirma Rafael Díaz-Salazar que «la existencia de un gran individualismo y de una resistencia a participar en asociaciones y movimientos sociales no significa que estemos ante un tipo de sociedad marcada por el intimismo, el retraimiento, el aislamiento etc. Al contrario, crecen las redes locales y todo tipo de tribus sociales. Existe una gran solidaridad interna familiar, tribal y de redes sociales primarias; sin embargo la solidaridad extrafamiliar y extratribal es escasa»²⁰⁹.

La globalización cultural hace que ese mundo reducido se quede pequeño. Los seres humanos del planeta tierra vivimos de forma contemporánea una historia que es simultánea a través de los medios de comunicación. Estos mismos medios difunden uniformidad de gustos, estilos y modas, pero, al mismo tiempo, también difunden las injusticias, el incumplimiento de los derechos humanos y la reacción solidaria de millones de voluntarios en todo el mundo. José María Mardones²¹⁰ señala que estamos viviendo una cultura de la solidaridad que se caracteriza por los siguientes rasgos:

1. Posee escasa sensibilidad para todo lo que es la dimensión socio-política de la solidaridad, es decir, el problema del Estado del bienestar preocupa poco a esta cultura.
2. Posee una alta valoración de los nuevos movimientos sociales, pero sólo se comprometen unos pocos. Vivimos un tiempo de buenos sentimientos pero no tanto de movilización real.
3. El nuevo voluntariado tiene un matiz bastante subjetivo, se hace porque se siente bien y porque llena. A la solidaridad se le pide satisfacción y ayuda para el propio desarrollo personal.

²⁰⁹ DÍAZ-SALAZAR, R., *Redes de solidaridad internacional, para derribar el muro norte-sur*, Ediciones Hoac, Madrid, 1996, p. 59.

²¹⁰ MARDONES, J.M. y otros, *Hacia una sociedad más solidaria*, Mensajero, Bilbao, 1998, pp. 21-32.

4. Es un tipo de voluntariado con un compromiso débil. El compromiso se limita a un tiempo limitado, no a todo el tiempo, es un compromiso parcial.

El desafío para las organizaciones es cómo satisfacer las exigencias de los voluntarios, cada vez mayores, sin caer en la trampa de tratarlos como si fuesen personal remunerado. El punto de partida para el diseño de estilos de gestión apropiados debería ser la comprensión más clara de los objetivos de la organización y de las motivaciones de los voluntarios. El ocio solidario tiene una parte de ocio que no puede ignorarse, aunque por el momento el uso de la palabra resulte un tanto «chocante» para los propios voluntarios. Las organizaciones necesitarán entender esto y emplear distintos métodos para distintos tipos de voluntarios, en relación con sus motivaciones.

Formación necesaria

Si queremos que el ocio solidario se haga realidad y que las personas conozcan y valoren las posibilidades que tienen en su tiempo libre, parece necesario tomar conciencia de la necesaria educabilidad. La diferenciación de intereses, acciones y preferencias de ocio se han ido igualando en las generaciones jóvenes de todo el mundo y se irán reduciendo en las próximas generaciones de gente mayor. La incidencia de la educación igualitaria es evidente. Aprender el papel del ocio en la vida es esencial para iluminar la importancia de participar en las actividades de ocio y seleccionarlas con adecuación personal, dentro de un posible y amplio repertorio. De ahí que la educación del ocio sea algo urgente para los jubilados y los que están próximos a su jubilación.

G. Nichols y R. Garret²¹¹, al analizar distintos estudios sobre voluntarios, constataron que existe una preocupación por el aumento de exigencias referentes a sus destrezas. Estas destrezas pueden incluir desde hacer solicitudes, tratar temas legislativos, aprender cómo ofrecer entrenamientos especializados, destrezas en liderazgo, tratamiento de textos etc. Pero, como se ha visto en el apartado final del estudio de los jubilados voluntarios, el planteamiento educativo del ocio solidario es aún más amplio y se refiere tanto a los voluntarios como a los responsables de sus organizaciones y a la sociedad en general.

²¹¹ NICHOLS, G. y GARRET, R., «Cuestiones de investigación del voluntariado y el ocio», p. 46.

J.J. Deane y A. Adams²¹², proponen que las organizaciones de voluntariado se pongan de acuerdo para organizar programas de formación y actualización de voluntarios a escala regional y nacional, esta propuesta puede garantizar una formación de calidad y una actualización regular de los responsables de los voluntarios para mantenerlos al día en pensamiento y experiencia, en relación al espíritu de la organización.

La educación no sólo facilita participar en ocio solidario, también es un factor de prevención muy importante. La persona mayor que disfruta de ocio activo tiene un menor riesgo de enfermedad, una mayor apertura y capacidad de servicio, una probabilidad menor de conflictividad. Los jóvenes también evitan muchos riesgos de la sociedad de consumo y adquieren experiencia y conocimientos para enfrentarse a la vida de un modo más realista y responsable. Reiteradamente se afirma que la interacción es la base de todo desarrollo humano. Visto económicamente, la participación en ocio reduciría el gasto público en enfermedades, medicinas y atenciones, al tiempo que potenciaría el desarrollo de un grupo de población solidaria, que podría ejercer su acción en los aspectos diversos y beneficiosos para la comunidad.

Es frecuente que las personas que se jubilan necesiten ser ayudadas a redefinir su rol social, en gran parte sustentado en el trabajo que pierden; pero también necesitan ayuda para descubrir en el ocio un nuevo ámbito de desarrollo humano y una fuente de beneficios y satisfacción. La concepción tradicional del ocio, asociada al descanso y al trabajo, tiene que dejar paso a un concepto más abierto y plurifacético, en el que domine la realización de la «acción gustosa», comprometida e integrada en los valores nucleares de la vida de las personas y las comunidades. Las asociaciones de voluntarios son una respuesta valiente y decidida a múltiples problemas de la sociedad contemporánea, pero, al mismo tiempo, son la ocasión de desarrollar una actividad gozosa y solidaria que, tanto personal como socialmente, afirma y gratifica internamente al que la realiza. El hecho de entender que este tipo de acciones desinteresadas y libres forman parte de la nueva manera de ver el ocio es un avance, también una revolución.

La educación para un ocio más experiencial y humano es una necesidad de la sociedad actual. En el caso de los jubilados puede ayudarles a reducir miedos, mitos y falsas interpretaciones acerca de ese período de vida, a corregir el desfase que se produce entre las expectativas y lo

²¹² DEANE, J.J. y ADAMS, A., «El voluntariado en el Reino Unido: Un caso de estudio de deporte y ocio», en CARIDE, J.A. y LÓPEZ PAZ, J.F. (editores), *Ocio y voluntariado social. Búsquedas para un equilibrio integrador*, Documentos que Estudios de Ocio, n.º 21, Universidad de Deusto, Bilbao, 2002, pp. 115-140.

que realmente es. También puede ayudar a recuperar el sentido de los actos, a desarrollar nuevos roles que permitan seguir sintiéndose necesario, a encontrar diversión en otras cosas, a desarrollar la creatividad en un nuevo encuentro consigo mismo y con los otros. Puede ayudar, finalmente, a redescubrir el mundo y el entorno de un modo más sosegado y desprendido, abriendo la posibilidad de seguir recibiendo y seguir dando hasta el final.

El desarrollo de un ocio más creativo y solidario hace pensar en un mundo más feliz. Muchos de los problemas que plantea el ocio de nuestros días pueden encontrar la solución idónea en el ejercicio de un *otium cum dignitate* adecuado a los nuevos tiempos. Pero no podemos caer en el error de creer que esto surgirá espontáneamente, los intereses económicos privados y los intereses ideológicos públicos hace tiempo que descubrieron en las prácticas de ocio nuevos campos de cultivo. Para llevar a cabo un ocio personal y comunitario, libre y solidario, necesitamos formación; de ahí que la integración de la educación del ocio en el proyecto educativo de los nuevos ciudadanos sea una tarea urgente y necesaria.

Bibliografía citada

- CAAN, R., HANDY, F. and WADSWORTH, M., «Defining who is a volunteer», *Social Policy and Administration*, 30, 1996, pp. 206-226.
- CARIDE, J.A. y LÓPEZ PAZ, J.F. (editores), *Ocio y voluntariado social. Búsquedas para un equilibrio integrador*, Documentos que Estudios de Ocio, n.º 21, Universidad de Deusto, Bilbao, 2002.
- CORTINA, A., *Ciudadanos del mundo. Hacia una teoría de la ciudadanía*, Alianza Editorial, Madrid, 1999.
- CUENCA CABEZA, M., *Ocio humanista: dimensiones y manifestaciones actuales del ocio*, Colección de Documentos de Estudios de Ocio, n.º 16, Universidad de Deusto, Bilbao, 2000.
- DEANE, J.J. y ADAMS, A., «El voluntariado en el Reino Unido: Un caso de estudio de deporte y ocio», en CARIDE, J.A. y LÓPEZ PAZ, J.F. (editores), *Ocio y voluntariado social. Búsquedas para un equilibrio integrador*, Documentos que Estudios de Ocio, n.º 21, Universidad de Deusto, Bilbao, 2002, pp. 115-140.
- DÍAZ-SALAZAR, R., *Redes de solidaridad internacional, para derribar el muro norte-sur*, Ediciones Hoac, Madrid, 1996.
- FERRATER MORA, J., *Ser y sentido*, Revista de Occidente, Madrid, 1967.
- GORZ, A., *Paths to paradise*, Pluto Pres, London, 1985.
- HANDY, C., *Understanding voluntary organisations*, Penguin, London, 1988.
- LÓPEZ PAZ, F., «El voluntariado social propio de una cultura alternativa», en CARIDE, J.A. y LÓPEZ PAZ, J.F. (editores), *Ocio y voluntariado social. Búsquedas para un equilibrio integrador*, Documentos que Estudios de Ocio, n.º 21, Universidad de Deusto, Bilbao, 2002, pp. 53-71.

- MARDONES, J.M. y otros, *Hacia una sociedad más solidaria*, Mensajero, Bilbao, 1998.
- NICHOLS, G. y GARRET, R., «Cuestiones de investigación del voluntariado y el ocio», en CARIDE, J.A. y LÓPEZ PAZ, J.F. (editores), *Ocio y voluntariado social. Búsquedas para un equilibrio integrador*, Documentos que Estudios de Ocio, n.º 21, Universidad de Deusto, Bilbao, 2002, pp. 37-52.
- NICHOLS, G. y GARRET, R., «Cuestiones de investigación del voluntariado y el ocio», en CARIDE, J.A. y LÓPEZ PAZ, J.F. (editores), *Ocio y voluntariado social. Búsquedas para un equilibrio integrador*, Documentos que Estudios de Ocio, n.º 21, Universidad de Deusto, Bilbao, 2002, pp. 37-52.
- PEARCE, J.L., *The organitational behavior of unpaid workers*, Routhedge, 1993.
- SMITH, D.H., «Altruism, volunteers, and volunteerism», *Journal of Voluntary Action Research*, 10, 1981, 21-36.
- SMITH, D.H., «Determinants of voluntary participation and volunteering: a literature review», en *Nonprofit and Voluntary Sector Quarterly*, 23, 1994, 243-263.
- SOLER, P. y BUENO, A., «Motivaciones y gratificaciones del voluntariado social», Comunicación V Congreso Estatal de Intervención Psicosocial, 1998.
- STEBBINS, R., «Volunteering: A serious leisure perspective», en *Nonprofit and Voluntary Sector Quarterly*, 25, 1996, pp. 211-224.
- TORKILDSEN, G., *Leisure and Recreation Management*, E and FN Spon London, 1999.
- YUBERO, S. y LARRAÑAGA, E., «Concepción del voluntariado desde la perspectiva motivacional: conducta de ayuda *versus* altruismo», en la Revista Interuniversitaria *Pedagogía Social*, n.º 9, diciembre, 2002, pp. 27-39.

Anexos

Manifiesto por un ocio inclusivo

Presentación

En el marco del Año Europeo de las Personas con Discapacidad 2003:

- Desde el Instituto de Estudios de Ocio y la Cátedra ONCE Ocio y Discapacidad de la Universidad de Deusto, con motivo del *Congreso Ocio, Inclusión y Discapacidad*. (Bilbao, julio 2003).
 - Tomando como referencia la Declaración de Madrid (Madrid, diciembre 2002) «*No discriminación más acción positiva es igual a integración social*».
 - Con el compromiso de potenciar el desarrollo del ocio como experiencia humana integral y derecho fundamental de la persona con discapacidad.
 - Y habiendo desarrollado una metodología abierta y participativa.
- Se promueve el siguiente *Manifiesto por un Ocio Inclusivo*.

Preámbulo

Este manifiesto tiene por objeto promover la filosofía de la inclusión como principio de la intervención política, de gestión y educativa en los ámbitos del ocio, que tiene como destino a los ciudadanos, en general, y a las personas con discapacidad y a sus familias, en la medida en que se ven concernidas, en particular.

1. Dada la importancia del *fenómeno del ocio* en la sociedad actual, es necesario destacar las potencialidades y posibilidades de un modelo

inclusivo que adopte medidas políticas, trabaje la educación y gestione los proyectos de manera que todas las personas participen plenamente en una sociedad madura y responsable.

2. Se entiende el ocio como una *experiencia humana* y un fenómeno social, que participa de una serie de dimensiones que posibilitan el desarrollo de procesos de interiorización y actividad libre y satisfactoria, en el marco de los tiempos y espacios en los que se manifiesta.

3. Se considera el ocio como un *derecho humano fundamental* que favorece el desarrollo de las personas y del que nadie debiera ser privado por razones de discapacidad, género, orientación sexual, edad, raza, religión, creencia, salud, condición económica o cualquier otra circunstancia personal o social. El ejercicio de este derecho, recogido en un repertorio amplio de leyes y normas, debiera recoger de forma explícita el espíritu del ocio inclusivo y además garantizarse en la práctica.

4. Entre los principales *ámbitos* en los que se manifiesta el ocio están: la cultura, el turismo, el deporte y la recreación. El fenómeno del ocio se materializa en los planes, proyectos, programas, servicios, productos, actividades, profesionales, equipamientos, infraestructuras, normas y presupuestos que, en los ámbitos reseñados, organizan la intervención.

5. Se entiende por *dimensiones* del ocio cada una de las magnitudes que sirven para definir el fenómeno. De ellas se pueden señalar las siguientes: creativa, lúdica, festiva, ecológica, solidaria, productiva, consuntiva, educativa, social, terapéutica, ausente y nociva.

6. Los *beneficios* del ocio son efectos de cambio positivo producidos en una persona que llega a vivir experiencias gratificantes de ocio. El propio individuo identifica y experimenta los beneficios, pero también tienen repercusión en su entorno familiar y social. Se puede hablar, por lo tanto, de beneficios de carácter físico, psicológico y social. Todos ellos son de gran importancia en el desarrollo humano, sobre todo el marco de relación interpersonal y la riqueza que esto implica para el crecimiento como individuo social.

7. El ocio es signo de *calidad de vida y bienestar*. De modo directo, en cuanto satisfacción de la necesidad de ocio y, de modo indirecto, como factor corrector y de equilibrio ante otros desajustes y carencias de tipo personal o social. Puede mejorar la calidad de vida de las personas que lo practican, pero las condiciones en las que se hace posible tienen que permitir que se satisfagan las necesidades de todos, sin exclusiones ni discriminaciones, y garantizar el ejercicio del derecho.

8. La *inclusión* es una actitud ante la vida, relacionada con un sistema de valores y creencias, que se materializa en un conjunto de accio-

nes. Asume que la diversidad, la convivencia y el aprendizaje en los grupos es la mejor forma de beneficiar a todos y cada uno de los participantes. Los valores que conlleva son, entre otros: la aceptación, el sentido de pertenencia, la relación personal, la interdependencia y la consideración de todos los agentes implicados en la comunidad. Supone un marco de referencia para los derechos de todas las personas. Interpreta la discapacidad en función de la relación que la persona establece con su entorno. Subraya el papel activo de la sociedad en la respuesta a las necesidades de todas las personas. Se centra en ofertas de carácter sociocomunitario de y para todos. Potencia la formación de todos los agentes (instituciones, empresas, asociaciones, profesionales y ciudadanos) en el desarrollo de un ocio inclusivo.

Claves para un ocio inclusivo

9. Un *entorno inclusivo* de ocio es aquél en el que todas las personas tienen cabida y se interrelacionan. Para lograrlo, se debe producir un cambio sistémico del mismo, tanto en las estructuras como en los procesos. Las necesidades de toda persona son de la misma importancia. Las políticas deben asegurar el acceso de cualquier persona a todos los equipamientos, servicios y programas de ocio de la comunidad. En la gestión de los proyectos de ocio, el fomento de la equiparación de oportunidades y la participación son elementos necesarios en la puesta en práctica de la filosofía de la inclusión. La práctica de ocio como experiencia va más allá de la mera diversión, de ahí la importancia que adquiere la educación del ocio para garantizar un mayor disfrute y satisfacción.

10. Un modelo de ocio inclusivo es un proyecto empeñado en poner la fuerza y el acento en los *puntos de partida*: *sentir, pensar y hacer*. Aún a sabiendas de que el cambio de las condiciones en las que se desarrolla el destino es muy importante y necesario, el auténtico cambio vendrá de la apertura a emociones, perspectivas y diseños del ocio de naturaleza radicalmente distintos.

11. El punto de partida se encuentra en potenciar la *capacidad de sentir* la diferencia como un valor. La sensibilidad ante la diversidad, el ejercicio cotidiano de tolerancia, la actitud de apertura o la empatía son cualidades necesarias para conformar un escenario en el que el fenómeno del ocio sea distinto. El desarrollo de actitudes positivas hacia la diversidad, pilar fundamental de una sociedad incluyente, debe estar apoyado en campañas de sensibilización para toda la sociedad.

12. En otras ocasiones, el punto de partida de la inclusión se encuentra en el *modo de pensar*. Pensar de modos distintos, partiendo de

las perspectivas de aquellos que nuestra posición nos impide contemplar. La observación y el interés por los argumentos de los demás y la permeabilidad ante nuevas ideas y planteamientos son actitudes fundamentales para el desarrollo de un ocio inclusivo. Es conveniente, igualmente, no separar las ideas y los proyectos de las personas que de ellos se beneficiarán, y hacer a éstas partícipes de su diseño y puesta en marcha.

13. Hay situaciones en las que la práctica tiene su punto de partida en una *manera de hacer* inclusiva, con sus implicaciones físicas, comunicativas y sociales en el diseño y desarrollo de equipamientos, programas, servicios, productos y actividades de ocio para todos.

14. En el ámbito de la *cultura*, es necesario fomentar la participación de todas las personas: en el acceso al patrimonio, en el disfrute de la actividades y espectáculos de difusión cultural y en los procesos de creación, especialmente.

15. En el ámbito del *turismo*, se deben garantizar las condiciones de accesibilidad global de las infraestructuras y entornos turísticos e impulsar la posibilidad real para que todas las personas participen en las ofertas de los diversos turismos temáticos.

16. En el ámbito del *deporte*, es conveniente mejorar las condiciones de accesibilidad plena de las infraestructuras deportivas, como condición necesaria para que todas las personas participen de forma activa (como practicantes) o de forma pasiva (como espectadores).

17. En el ámbito de la *recreación*, conviene asegurar la accesibilidad en el diseño de espacios, de ordenación del territorio, de planificación urbanística, en la edificación de viviendas, etc. que impiden el uso y disfrute de casas, calles, plazas, parques, áreas recreativas y espacios naturales en el desarrollo de actividades recreativas sociales, domésticas y al aire libre. Asimismo, es necesario profundizar en las potencialidades que el desarrollo de las tecnologías de la información y la comunicación tiene para el pleno disfrute del ocio para todas las personas, que deberán constituir espacios virtuales, de comunicación y de relación universalmente accesibles.

18. Se demanda *profesionales del ocio* conocedores de la diversidad, capaces de responder a las necesidades de la persona en el mismo contexto y con las mismas herramientas con las que se responde al resto de la población. Por ello, es de suma importancia el desarrollo de un código ético que recoja el espíritu del ocio inclusivo y que sea asumido por el sector profesional.

19. Se promoverá activamente el *acceso* de las personas con discapacidad al *mundo profesional* del ocio, dada su escasa presencia actual.

20. Debieran de desarrollarse agencias y *centros de recursos* que sirvieran de referencia, apoyo y asesoramiento a los diferentes ámbitos del ocio en materia de inclusión global (física, comunicativa y social).

Necesidades generales de las personas con discapacidad en los ámbitos del ocio

21. Las personas con discapacidad son un *grupo heterogéneo* de personas, con un repertorio diverso de necesidades. Desde la Organización Mundial de la Salud se estima que, alrededor del 10% de la población mundial tiene alguna discapacidad. El concepto de discapacidad (OMS, 2002) se sustenta en las capacidades de cada persona para realizar y desempeñar tareas en diferentes entornos, y se apoya en los efectos facilitadores o limitadores que las características del mundo físico, social y actitudinal producen sobre la persona.

22. Las personas con discapacidad son titulares de los mismos derechos y deberes, entre los que se encuentra el *derecho al ocio*, que el resto de la ciudadanía y, como tal, reclaman la plena equiparación de oportunidades y de acceso a los recursos disponibles.

23. A partir del *paradigma de la autodeterminación*, el elemento clave es la garantía del ejercicio de los derechos de toda persona: «*Nada sobre las personas con discapacidad sin las personas con discapacidad*» (Foro Europeo de la Discapacidad). Aplicando dicho principio, la persona es la que debe decidir sobre su propio ocio. Se subraya el papel activo que tienen las organizaciones de las personas con discapacidad y sus familias como protectores y garantes del ejercicio de dicho derecho, y como representantes del grupo social y agente clave en los foros de toma de decisiones relativos a cualquier cuestión que les ataña.

24. La *equiparación de oportunidades*, como camino que posibilita trabajar la inclusión, exige definir el papel que tiene la accesibilidad física, comunicativa y social en la caracterización del entorno. Con demasiada frecuencia, las personas con discapacidad encuentran, en contextos de ocio, barreras de diferente naturaleza.

25. Hasta el momento, la presencia de programas y servicios de ocio para personas con discapacidad ha estado ligada a la labor desarrollada por el *tercer sector* (asociaciones, fundaciones y economía social) que trabaja a favor de la discapacidad. En este entorno y contexto, es necesario subrayar la importancia que ha tenido la prestación de servicios de ocio desarrollado por este sector y la vigencia que tiene para algunas personas. Asimismo, se debe contemplar un cambio de estructuras y procesos que permitan el acceso de las personas con discapacidad,

siempre como primera opción, a los programas y servicios de ocio que se prestan en la comunidad y en las industrias del ocio.

Necesidades específicas de las personas con discapacidad en los ámbitos del ocio

26. Las *personas ciegas y con discapacidad visual*, junto a las medidas de inclusión física relativas a accesos y espacios sin obstáculos en equipamientos, precisan respuestas en materia de inclusión comunicativa. Es decir, a elementos facilitadores de señalización táctil y sonora, así como una información que responda a las necesidades del colectivo, tanto en los formatos utilizados como en las características de los mismos en el marco de los servicios y programas de ocio. Asimismo, se debe contemplar que, en algunos casos, personas con discapacidad visual pueden necesitar actuaciones concretas en materia de inclusión social.

27. Las *personas con discapacidad física* demandan, básicamente, medidas en materia de inclusión física: condiciones de acceso, entrada o salida, y condiciones de los espacios, en las infraestructuras y equipamientos de ocio. Solicitan elementos facilitadores que permitan que una persona pueda acceder a un equipamiento, moverse por un espacio y hacer uso de los servicios con total autonomía, al cumplir estos las condiciones de accesibilidad establecidas legalmente. Algunas personas pueden, además, necesitar respuestas en materia de inclusión comunicativa y/o social.

28. Las *personas con discapacidad intelectual* requieren, fundamentalmente, intervenciones en materia de inclusión social. Se trata de incorporar elementos facilitadores, tales como adaptaciones, apoyos y recursos adicionales, en los programas, permitiendo su plena participación en experiencias de ocio. Se debe considerar que, en algunos casos, personas con discapacidad intelectual pueden necesitar respuestas en materia de inclusión física y/o comunicativa.

29. Las *personas con discapacidades múltiples* presentan necesidades complejas y superpuestas sobre las que los profesionales han de estar formados de manera integral para poder prestar los apoyos necesarios en cada caso.

30. Las *personas con enfermedad mental* comparten, en gran medida, las necesidades de medidas de inclusión social, tales como adaptaciones, apoyos y recursos adicionales, junto a profesionales conocedores de la situación. Se debe contemplar que, en algunos casos, miembros de este colectivo puedan necesitar respuestas en materia de inclusión física y/o comunicativa.

31. Las *personas con parálisis cerebral*, con el objetivo de que puedan participar y disfrutar de experiencias de ocio, precisan intervenciones concretas en materia de inclusión física, es decir, adaptación de los entornos de ocio a través de la eliminación de barreras arquitectónicas. Necesitan, igualmente, respuestas en el ámbito de la inclusión comunicativa: utilización de signos y símbolos correspondientes a los sistemas de comunicación alternativa que este colectivo emplea. Asimismo, plantean la adaptación de los tiempos de respuesta de los profesionales y del material tecnológico empleado en las actividades de ocio. Se precisa mejorar las ratios de personal de apoyo y definir la prestación de apoyos, normalmente de carácter permanente, aunque la intensidad de los mismos pueda cambiar.

32. Las *personas sordas y con discapacidad auditiva* precisan, fundamentalmente, respuestas en materia de inclusión comunicativa. Necesitan elementos facilitadores de señalización visual y una información que responda a sus necesidades tanto desde el punto de vista cualitativo como cuantitativo, sobre todo, en el tratamiento de los contenidos. Es un grupo muy heterogéneo, en función de las características individuales y del sistema de comunicación empleado (lengua oral/lengua de signos). Por lo tanto, para responder a dicha heterogeneidad y posibilitar el acceso a la comunicación en los servicios y programas de ocio, de forma que puedan participar plenamente, es necesario disponer de recursos técnicos y/o humanos, según precisen soportes visuales y/o auditivos.

A modo de conclusión

Se plantea asumir como estrategia de trabajo para los profesionales que desarrollan su labor en los ámbitos del ocio y para aquellos que lo hacen desde las entidades que trabajan con personas con discapacidad:

- La actualización de conceptos, visiones e imágenes en torno a las personas con discapacidad.
- La potenciación del papel del ocio en el pleno desarrollo de las personas con discapacidad.
- La opción preferencial por un ocio inclusivo en equipamientos, programas, servicios, productos y actividades.

El reto está en muchos puntos de destino concretos, pero sobre todo, si se quiere un futuro distinto al actual en el ocio, hay que ser capaces de sentir, pensar y hacer desde y para todas las personas.

Los participantes en el Congreso Ocio, Inclusión y Discapacidad, celebrado en Bilbao en julio de 2003, apoyaron este Manifiesto y se comprometieron a difundirlo ampliamente, para que pueda ponerse en práctica, animando a los agentes del sector del ocio a seguir el contenido de este texto, después del Año Europeo de las Personas con Discapacidad.

Este Manifiesto ha sido ratificado, a lo largo del año 2004, por la ONCE, Fundación ONCE, y el CERMI. Estas organizaciones declaran abiertamente su conformidad con el enfoque planteado y se comprometen a emprender las acciones que contribuirán al proceso que garantice el ejercicio del Derecho al Ocio de todas las personas.

Cuestionario utilizado en la investigación

Indicaciones generales

Al contestar este cuestionario queremos pedirle que nos ayude en un estudio que permitirá saber más sobre la experiencia de ocio.

Es muy importante que conteste lo que realmente sienta o le ocurra, no lo que idealmente le gustaría que ocurriera.

Por favor, piense las respuestas y conteste lo que considere fundamental.

Su aportación en este estudio es esencial. Sus respuestas nos ayudarán a conocer las claves que permitan hacer un mundo mejor.

Muchas gracias por su participación.

Datos personales

Nombre (puede ser figurado)

P.1. Situación

..... En activo

..... Prejubilado/a

..... Jubilado/a

p. 2. Edad

..... Menos de 40 años

..... 40-50 años

..... 50-65 años

..... Más de 65 años

p. 3. Sexo

- Hombre
- Mujer

p. 4. Estudios que ha realizado

- Primarios
- Bachillerato
- Carrera grado medio
- Licenciatura o similar..
- Ninguno.
- Ns/Nc...

p. 5. ¿Cuál es el hobby que practica preferentemente?

.....

.....

.....

.....

p. 6. Tiempo de experiencia en el hobby que practica

- 1-2 años
- 3-5 años
- 5 años o más

p. 7. ¿Cuánto tiempo dedica normalmente a esta actividad?

- Más de 4 horas/semana (en sentido estricto)
- Menos de 4 horas/semana (en sentido amplio)

N.º de horas semanales dedicadas (Aproxim.)

p. 8. ¿Cómo valoraría a rasgos generales su experiencia? ¿Qué puntos fuertes y puntos débiles considera que tiene?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Cuestiones específicas

p. 9. ¿Realiza esta actividad por disfrute propio o por sentido de responsabilidad?

.....
.....
.....

p. 10. ¿Es algo que realiza libremente?

p. 11. ¿Es algo que realiza altruistamente (sin pedir nada a cambio)?

p. 12. ¿Qué le aporta, personalmente, la experiencia?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

p. 13. ¿Cree que ese hobby es una forma adecuada de disfrutar del ocio?

..... ¿Por qué?

.....
.....

p. 14. ¿Por qué lo practica?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

p. 15. ¿Cómo se siente normalmente cuando está realizando la experiencia?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

p. 16. ¿Qué importancia tiene esta experiencia respecto a otros aspectos de su vida?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

p. 17. ¿Cómo explicaría a otra persona de su edad por qué es importante practicar ese hobby?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

P.18. ¿Cree que es posible aprender a practicarlo? ¿Cómo?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

p. 19. ¿Cuál cree que es la mejor manera para desarrollar este tipo de actividades?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

p. 20. ¿Cómo comenzó a interesarse por ese hobby?

.....

.....

.....

.....

.....

p. 21. ¿Qué le ha mantenido para seguir practicándolo?

.....

.....

.....

.....

.....

p. 22. ¿Ha habido momentos en los que se volvía menos interesante, atractivo e importante? ¿Qué momentos?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

p. 23. ¿Cuáles han sido las razones que le desmotivaron en su momento?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

p. 24. ¿Qué aconsejaría a una persona que comienza?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

p. 25. ¿Ha variado su percepción sobre la actividad a lo largo del tiempo? ¿En qué sentido?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

p. 26. ¿Qué cualidades cree que debe tener una persona que practique, adecuadamente ese hobby?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

p. 27. ¿A la hora de optar por su hobby fueron particularmente influyentes sus amigos o compañeros?

.....

.....

.....

.....

p. 28. ¿Qué tipo de diferencias observa entre las personas que practican su hobby y otras personas de la misma edad que no se interesan por el tema?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

p. 29. ¿Considera que su entorno familiar fue particularmente influyente a la hora de optar por su hobby? ¿En qué sentido?

.....

.....

.....

.....

p. 30. ¿Algún miembro de su familia influyó particularmente? Razones

.....
.....
.....
.....

p. 31. ¿Cuáles son, a su parecer, los Derechos Humanos más urgentemente reclamables hoy día?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

p. 32. ¿Qué entendería por una vida digna?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

p. 33. Además del hobby que se comenta, indique 3 aficiones que practica habitualmente en sus ratos de ocio

.....
.....
.....
.....

p. 34. ¿Qué 3 aficiones importantes practicaba durante su tiempo libre hace 10 años?

.....
.....
.....
.....

p. 35. De todo lo que hace actualmente en su vida, ¿qué es lo que considera más importante?

.....
.....
.....
.....

p. 36. Señale 3 momentos personales muy significativas en su vida

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

p. 37. ¿Podría decirme qué es para Ud el ocio?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

p. 38. ¿Qué da sentido a su vida diaria? (ideas, personas, acciones, cosas...)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

Bibliografía general

- ALFONSI, L., «Tra l'ozio e l'inerzia», *Aevum*, 28, 1954, pp. 375-376.
- AMADOR MUÑOZ, L., «La Educación Permanente, educación para el nuevo milenio», en MARTÍN GONZÁLEZ, M.^ªT. (dir.), *Educación Permanente para Todos*, UNED, Madrid, 2002.
- AMIGO, M.L. y CUENCA, M. (eds.), *Humanismo y valores*, Universidad de Deusto, 2003, pp. 21-30.
- ANDRÉ, J., *L'otium dans la vie intellectuelle romaine*, París, 1966.
- ANDRÉS ORIZO, F., ELZO, J. y otros, *España 2000, entre el localismo y la globalidad*, Fundación Santa María/Universidad de Deusto, Madrid, 2000.
- ARISTÓTELES, *Metafísica*, edición trilingüe de V. García Yebra, Gredos, Madrid, 1990.
- ARISTÓTELES, *Ética Nicomaquea, Ética Eudemia*, traducción de J. Pallí, Gredos, Madrid, 1993.
- ARISTÓTELES, *Política*, VIII, traducción de M. García Valdés, Gredos, Madrid, 1988.
- ARMENGOL, C., «Nuevos modelos y campos de formación desde el tiempo libre y la animación sociocultural», en FEETLC, *Actas del III Congreso Internacional: Hacia una sociedad participativa y solidaria, nuevos modelos de intervención social*, Federación de Escuelas de Educadores de Tiempo Libre Cristianas, Lugo, 1996, pp. 71-101.
- ARRUPE, P., «Un nuevo servicio al mundo de hoy», en *La iglesia de hoy y el futuro*, Mensajero (Bilbao) y Sal Terrae (Santander), 1982.
- AVERILL, J.R., «On the paucity of positive emotions», en BLANKSTEIN, K.R., PLINER, P. y POLIVY, J. (eds.), *Assessment and Modification of Emotional Behaviour*, Londres, Plenum Press, 1980, pp. 7-45.
- AVIA, M.D., VÁZQUEZ, C., *Optimismo inteligente*, Alianza Editorial, Madrid, 1998.
- BALSDON, J.P.V.D., «Auctoritas, Dignitas, Otium», *LQ*, 10, 1960, pp. 43-50.
- BEAUVOIR, S. DE, *La vejez*, EDHASA, Barcelona, 1989.

- BERNAL, A., *El voluntariado, educación para la participación social*, Ariel, Barcelona, 2002.
- BOLLNOW, O.F., *Filosofía de la existencia y pedagogía*, 1959.
- BOYANCÉ, P., «Cum dignitate otium», en *Études sur l'humanisme cicéronien*, Bruselas, 1970, pp. 124-125.
- BROOKS, J.B. y ELLIOT, D.M., «Prediction of psychological adjustment at age thirty from leisure time activities and satisfactions», *Human Development*, 14, 1971, pp. 51-61.
- CAAN, R., HANDY, F. and WADSWORTH, M., «Defining who is a volunteer», *Social Policy and Administration*, 30, 1996, pp. 206-226.
- CAMPBELL, A., CONVERSE y ROGERS, W., *The quality of American life: Perceptions, evaluations, and satisfactions*, Russell Sage Foundation, Nueva York, 1976.
- CARIDE, J.A. y LÓPEZ PAZ, J.F. (editores), *Ocio y voluntariado social. Búsquedas para un equilibrio integrador*, Documentos que Estudios de Ocio, n.º 21, Universidad de Deusto, Bilbao, 2002.
- CARRERAS, I. y OSÉS, M., *Vivir solidariamente*, Planeta, 2002.
- CICERÓN, M.T., *Discurso en defensa de Publio Sestio*, 96. *Discursos IV*, Biblioteca Clásica Gredos, Madrid, 1994, pp. 283-387. Traducción de José Miguel BAÑOS BAÑOS.
- CIRENS, *La Realidad Social de España 1992-93*, BBV-Caja Madrid-BBK, 1994.
- CONILL, Jesús, «La dignidad humana como un concepto», en la *Revista de la Fundación de Ciencias de la Salud, Eidon*, octubre/enero, de 2002, n.º 11, pp. 50-53.
- CORTINA, A., *Ciudadanos del mundo. Hacia una teoría de la ciudadanía*, Alianza Editorial, Madrid, 1999.
- CORTINA, A., *Por una ética del consumo*, Taurus, Madrid, 2002.
- CSIKSZENTMIHALYI, M. y CSIKSZENTMIHALYI, I.S., *Experiencia óptima. Estudios psicológicos del flujo de la conciencia*, Desclée de Brouwer, Bilbao, 1998.
- CSIKSZENTMIHALYI, M., «Ocio y creatividad en el desarrollo humano», en *Ocio y desarrollo. Potencialidades del ocio para el desarrollo humano*, Documentos de Estudios de Ocio, n.º 18, Universidad de Deusto, Bilbao, 2001, pp. 17-32.
- CUENCA CABEZA, M., *Ocio humanista: dimensiones y manifestaciones actuales del ocio*, Colección de Documentos de Estudios de Ocio, n.º 16, Universidad de Deusto, Bilbao, 2000.
- CUENCA CABEZA, M., *Pedagogía del Ocio: Modelos y propuestas*, Universidad de Deusto, Bilbao, 2004.
- CUENCA, M. (ed.), *Ocio y desarrollo humano*, Universidad de Deusto/World Leisure, Bilbao, 2000.
- DE MIGUEL, A., *Dos generaciones de jóvenes 1960-1998*, Instituto de la Juventud, Madrid, 2000.
- DE MIGUEL, A., *La Sociedad española 1994-95*, Edit. Complutense, Madrid, 1995.
- DEANE, J.J. y ADAMS, A., «El voluntariado en el Reino Unido: Un caso de estudio de deporte y ocio», en CARIDE, J.A. y LÓPEZ PAZ, J.F. (editores), *Ocio y voluntariado social. Búsquedas para un equilibrio integrador*, Documentos que Estudios de Ocio, n.º 21, Universidad de Deusto, Bilbao, 2002, pp. 115-140.

- DELLE FAVE, A. y MASSIMINI, F., «La modernización y los contextos cambiantes de flujo en el trabajo y el ocio», en M. e I.S. CSIKSZENTMIHALYI, *Experiencia óptima. Estudios psicológicos del flujo de la conciencia*, Desclée De Brouwer, Bilbao, 1998, pp. 191-209.
- Diario *El Correo* (Bilbao), 17.VI.94.
- Diario *El Mundo*, 21-6-2001.
- DÍAZ-SALAZAR, R., «La solidaridad internacional desde los ciudadanos», en MARDONES, J.M. y otros, *Hacia una sociedad más solidaria*, Mensajero, Bilbao, 1998, pp. 31-49.
- DÍAZ-SALAZAR, R., *Redes de solidaridad internacional, para derribar el muro norte-sur*, Ediciones Hoac, Madrid, 1996.
- Documentos-TV, *De marcha 48 horas*, serie que dirige Pedro ERQUICIA y se emitió en la primavera de 2001 en TVE.2.
- DOU, A., *Ocio y trabajo en la sociedad tecnológica*, Publicaciones de la Universidad Pontificia de Comillas, Madrid, 1997.
- DRIVER, B.L., BROWN, P.J. y PETERSON, G.L., *Benefits of leisure*, Venture Publishing, Pensilvania, 1991.
- EDWARDS, M., *Un futuro en positivo*, Intermón Oxfam, Barcelona, 2002.
- ELZO, J., *Jóvenes españoles 99*, Fundación Santa María, Madrid, 1999.
- ELLIS, A., *Ser feliz y vencer las preocupaciones*, Ediciones Obelisco, Barcelona, 2003.
- EUROPEAN COMMISSION, *The demographic situation in the European Union*, Brussels, European Commission, DG V-COM(94)595, 1994.
- FACHÉ, W., «Leisure education in community systems», en RUSKIN, H. & STIVAN, A. (eds.), *Leisure education towards the 21st century*, Provo, Bregham Young University. Department of Recreation Management and Youth Leadership, Utah, 1995, pp. 51-78.
- FERNÁNDEZ MENÉNDEZ, L., «Reflexiones en torno a la educación para el ocio. Problemas y esperanzas», en DOU, A., *Ocio y trabajo en la sociedad tecnológica*, Publicaciones de la Universidad Pontificia de Comillas, Madrid, 1997, pp. 73-88.
- FERRATER MORA, J., *Ser y sentido*, Revista de Occidente, Madrid, 1967.
- FIERRO, A., *Sobre la vida feliz*, Ediciones Algibe, Archidona (Málaga), 2000.
- FISHBEIN, M. & AZIEN, I., *Belief, attitude, intention and behavior: an introduction to theory and research*, Addison-Wesley Publishing Company, Reading, 1975.
- FLANAGAN, J.C., «A research approach to improving our quality of life», *American Psychologist*, 33, 1978, pp. 138-147.
- FRANKL, V., *La voluntad de sentido*, Herder, Barcelona, 1988.
- FRANKL, V., *El hombre en busca de sentido*, Barcelona, Herder, 1987.
- FUHRMANN, M., «Cum dignitate otium», *Gymnasium*, 67, 1960, pp. 481-500.
- FUNDACIÓN FOESSA, «Ocio y Estilos de Vida», en *Informe sociológico sobre la situación social en España*, Madrid, Fundación FOESA, 1994.
- GARAGORDOBIL, M., *Sobre efectos de los juegos en la conducta prosocial y la creatividad*, Ministerio de Educación y Cultura, Madrid, 1996.
- GARCÍA ROCA, J., *Solidaridad y voluntariado*, Sal Terrae, Santander, 1994.
- GARCÍA ROCA, J., *Exclusión social y contracultura de la solidaridad*, Ediciones HOAC, Madrid, 1998.

- GOBIERNO VASCO, *Estadísticas Demográficas*, Eurostat, 1988.
- GOBIERNO VASCO, *Política de Bienestar Social para Euskadi en la Europa del 93*, Departamento de Trabajo y Seguridad Social del Gobierno Vasco, Vitoria-Gasteiz, 1990.
- GONZÁLEZ BLASCO, P., «Relaciones sociales y espacios vivenciales», en ELZO, J. y otros, *Jóvenes españoles 99*, Fundación Santa María, Madrid, 1999, pp. 183-262.
- GORBEÑA, S. y otros, *El derecho al Ocio de las personas con discapacidad*, Documentos de Estudios de Ocio, n.º 4, Universidad de Deusto, Bilbao, 1997.
- GORZ, A., *Paths to paradise*, Pluto Pres, London, 1985.
- GRAZIA, S., *Tiempo, Trabajo y Ocio*, Tecnos, Madrid, 1966.
- GRILLI, A., «Otium cum dignitate», *Acme*, 4, 1951, pp. 227-241.
- GUTIÉRREZ RESA, A., *El voluntariado y su incidencia en los mayores*, en Medina Tornero, M.E. Madrid, 2000.
- HANDY, C., *Understanding voluntary organisations*, Penguin, London, 1988.
- HENDERSON, K.A. y otros, *Introduction to Recreation and Leisure Services*, Venture, State College, PA., 2001.
- HORNA, J., *The study of leisure. An introduction*, Oxford University Press, Oxford, 1994.
- Informe sobre el Desarrollo Humano*, publicado para el Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo, Ediciones Mundi-Prensa, Madrid, 1998.
- INJUVE, *Informe Juventud en España*, INJUVE, Madrid, 2000. (www.mtas.es/injuve).
- ISO AHOLA, S.E., JACKSON, E. & DUNN, E., «Starting, ceasing and replacing leisure activities over the life-span», en *Journal of Leisure Research*, vol. 26, n.º 3, 1994, pp. 227-249.
- ISO-AHOLA, S.E., *The social psychology of leisure and recreation*, W.C. Brown, Dubuque, IA, 1980.
- JENSEN, C.R., *Outdoor Recreation in America*, Human Kinetics, IL., 1995.
- KAIERO, A., (ed.), *Valores y estilos de vida*, Bilbao, Universidad de Deusto, 1994.
- KALISH, R., *La Vejez. Perspectivas sobre el desarrollo humano*, Madrid, Pirámide, 1983.
- KANT, I., *Fundamentación de la metafísica de las costumbres*, 2.ª sección, Ariel, Barcelona, 1996.
- KELLY, J.R., *Leisure*, Englewood Cliffs, Prentice Hall, NJ, 1990.
- KEYNES, J.M., «Economic possibilities for our grandchildren», en *The Collected Writings of John Maynard Keynes*, McMillan St. Martin's Press, vol. IX, 1930, pp. 321-334.
- KLEIBER, D.A., «Reflexiones sobre la etiología del interés duradero», en *Boletín Adoz*, n.º 28, Instituto de Estudios de Ocio, Universidad de Deusto, 2004, 39-41.
- KRIEKEMANS, A., «La educación del empleo de los ocios», en *Pedagogía General*, Edit. Herder, Barcelona, 1973.
- LAESPADA, M.T. y SALAZAR, L., «Las actividades no formalizadas de los jóvenes», en ELZO, J., *Jóvenes españoles 99*, Fundación Santa María, Madrid, 1999, pp. 355-400.
- LASÉN DÍAZ, A., *A contratiempo. Un estudio de las temporalidades juveniles*, Centro de Investigaciones Sociológicas/Siglo XXI, Madrid, 2000.

- LEHR, V., *Psicología de la Senectud*, Barcelona, Herder, 1985.
- LONDON, M., CRANDALL, R. y SEALS, G., «The contribution of job and leisure satisfaction to quality of life», *Journal of Applied Psychology*, 62, 1977, pp. 328-334.
- LÓPEZ DE AGUILETA, I. y otros, *El voluntariado en la acción sociocultural*, Editorial Popular, Madrid, 1990.
- LÓPEZ PAZ, F., «El voluntariado social propio de una cultura alternativa», en CARRIDE, J.A. y LÓPEZ PAZ, J.F. (editores), *Ocio y voluntariado social. Búsquedas para un equilibrio integrador*, Documentos que Estudios de Ocio, n. 21, Universidad de Deusto, Bilbao, 2002, pp. 53-71.
- LUNDBERG, G. y colaboradores, *Leisure. A Suburban Study*, Columbia University Press, New York, 1974.
- MACLEAN, J.R., «Leisure and the quality of life», en CRAIG, T.T. (ed.), *The humanistic and mental health aspects of sports, exercise, and recreation*, Chicago, American Medical Association, 1976, pp. 73-75.
- MADRID, A., *La institución del voluntariado*, Trotta, Madrid, 2001.
- MAFFESOLI, M., *L'ombre de Dionysos*, París, Librairie des Méridiens, Klincksieck et Cie., 1985.
- MAGARIÑOS, A., «El *Pro Sestio* de Cicerón», en VV.AA., *Cicerón*, Cuadernos de la Fundación Pastor, Madrid, 1961, pp. 79-97.
- MARDONES, J.M. y otros, *Hacia una sociedad más solidaria*, Mensajero, Bilbao, 1998.
- MARÍN GARCÍA, H., *La educación en la tercera edad. Formación en recursos humanos*. UNED. Tesis doctoral, Madrid, 1998.
- MARTÍN GARCÍA, A.V., «Jubilación y Educación de Adultos», en GARCÍA CARRASCO, J. (coord.), *Educación de adultos*, Ariel, Barcelona, 1977.
- MARTÍN GONZÁLEZ, M.^ªT. (dir.), *Educación Permanente para Todos*, UNED, Madrid, 2002.
- MARTÍNEZ, S., «Ocio y desarrollo personal en la vejez», en Adoz, *Boletín del Centro de Documentación en Ocio*, n.º 24, Universidad de Deusto 2002, pp. 9-15.
- MASLOW, A.H., «A Theory of Human Motivation», *Psychological Review*, 50:1, 1943. La referencia en español es *El hombre autorrealizado*, Kairós, Barcelona, 1973.
- MASLOW, A., *El hombre autorrealizado. Hacia una psicología del ser*, 10.^a edición, Kairós, Barcelona, 1993.
- MATEO, M.J. y DEL VAL Y CID, C., «El ocio y las prácticas culturales de los jóvenes españoles», en NAVARRO LÓPEZ, M. y MATEO RIVAS, M.J., *Informe Juventud en España*, Ministerio de Asuntos Sociales/Instituto de la Juventud, Madrid, 1993, pp. 131-176.
- MELÉNDEZ, N., *¿Contribuye la recreación a la satisfacción del envejeciente jubilado?*, Universidad de Puerto Rico, 1991.
- Mendia, R., «Claves para elaborar una Historia de la Animación Sociocultural en Euskadi», en *Encuentro sobre animación sociocultural*, Vitoria-Gasteiz, Departamento de Cultura y Turismo del Gobierno Vasco, 1987, pp. 15-36.
- MUNDY, J y ODUM, L., *Leisure Education: Theory and Practice*, John Wiley and Sons, New York, 1979. 2.^a edición en Sagamore, Champaign, Illinois, 1998.

- MUÑOZ CARRIÓN, A., «Consumo y Ocio», en Manuel MARTÍN SERRANO y otros, *Historia de los cambios de mentalidades de los jóvenes entre 1960-1990*, Ministerio de Asuntos Sociales/Instituto de la Juventud, Madrid 1994, pp. 240-302.
- NICHOLS, G. y GARRET, R., «Cuestiones de investigación del voluntariado y el ocio», en CARIDE, J.A. y LÓPEZ PAZ, J.F. (editores), *Ocio y voluntariado social. Búsquedas para un equilibrio integrador*, Documentos que Estudios de Ocio, n.º 21, Universidad de Deusto, Bilbao, 2002, pp. 37-52.
- OPOASCHOWSKI, H., *Psychologie und Soziologie der Freizeit*, Oplanden, Leske/Budrich, 1988.
- ORAÁ, J. y GÓMEZ, F., *La Declaración Universal de Derechos Humanos*, Universidad de Deusto, Bilbao, 2002.
- PABLO VI, *Populorum progressio*, II, n.º 43.
- PANKOWSKI, M.L., «Creating participatory, task oriented learning environments», en SORK, T.J. (ed.), *Designing and implementing effective workshops*, Jossey-Bass, San Francisco, 1984, pp. 17-30.
- PEARCE, J.L., *The organizational behavior of unpaid workers*, Routledge, 1993.
- PÉREZ LÓPEZ, J.A., *Liderazgo*, Folio, Barcelona, 1997.
- RACIONERO, L., *Del paro al ocio*, Anagrama, 1994.
- REMY, E., «Dignitas cum otio», *Le Musée Belge*, 32, 1928, pp. 113-127.
- REQUEJO, A., «Animación Sociocultural en la tercera edad», en TRILLA, J. (coord.), *Animación Sociocultural. Teorías, programas y ámbitos*, Ariel, Barcelona, 1997, pp. 225-268.
- Revista *La lettre Municipale de Hendaye*, n.º 31, juillet, 2002.
- Revista *RAS*, n.º 10, Universidad de Deusto, Bilbao, 1998.
- RÍOS, M., «La noche de los jóvenes, ¿moda o rebeldía?», en *Sal Terrae*, tomo 85/11, número 1.007, diciembre, 1997.
- ROGERS, C., *Orientación psicológica y psicoterapia*, Editorial Narcea, Madrid, 1978.
- ROJAS MARCOS, L., «La solidaridad: un cauce de humanismo para el siglo XXI», en AMIGO, M.L. y CUENCA, M. (edits.), *Humanismo y valores*, Universidad de Deusto, 2003, pp. 21-30.
- ROSAL, R., *¿Qué nos humaniza? ¿Qué nos deshumaniza?*, Editorial Desclée De Brouwer, Bilbao, 2003.
- RUIZ OLABUÉNAGA, J.I. (director), *El sector no lucrativo en España*, Fundación BBVA, Madrid, 2000.
- RUIZ OLABUÉNAGA, J.I., *Juventud liberta*, Fundación BBV, Bilbao, 1998.
- SALAMON, L. y otros, *La sociedad civil global, dimensiones del sector no lucrativo*, Fundación BBVA, Madrid, 2001.
- SANTISTEBAN, P., *Tercera Edad y Ocio Institucional*, Universidad de Deusto, Instituto de Estudios de Ocio, Bilbao, 1992.
- SARTORI, G., *Homo Videns. La sociedad teledirigida*, Taurus, Madrid, 1998.
- SÉNECA, L.A., *Obras Completas*, Traducción de Lorenzo RIVER, Aguilar, Madrid, 1966.
- SEVILLANO GARCÍA, M.L., «Los medios de comunicación en la vida de las personas mayores», I.º Congreso Iberoamericano de Pedagogía Social, Universidad Mayor, Santiago de Chile, 8-10 de noviembre de 2004. Publicación de las Actas en CD por la SIPS y la Universidad Mayor, Santiago de Chile, 2004.

- SILVESTRE CABRERA, M., «Los valores básicos de la sociedad», en Francisco ANDRÉS ORIZO, Javier ELZO y otros, *España 2000, entre el localismo y la globalidad*, Fundación Santa María/Universidad de Deusto, Madrid, 2000, pp. 25-47.
- SMITH, D.H., «Altruism, volunteers, and volunteerism», *Journal of Voluntary Action Research*, 10, 1981, 21-36.
- SMITH, D.H., «Determinants of voluntary participation and volunteering: a literature review», en *Nonprofit and Voluntary Sector Quarterly*, 23, 1994, 243-263.
- SNEEGAS, J.J., «Components of life satisfaction in middle and later life adults: perceived social competence, leisure participation, and leisure satisfaction», en *Journal of Leisure Research*, vol. 18, n.º 4, 1986, pp. 248-258.
- SNELL, B., *Las fuentes del pensamiento europeo*, Razón y Fe, Madrid, 1965.
- SOLER, P. y BUENO, A., «Motivaciones y gratificaciones del voluntariado social», Comunicación V Congreso Estatal de Intervención Psicosocial, 1998.
- SPRANGER, E., *Perspectivas pedagógicas*, 1958.
- STEBBINS, R., «Volunteering: A serious leisure perspective», en *Nonprofit and Voluntary Sector Quarterly*, 25, 1996, pp. 211-224.
- STEBBINS, R.A., «Social World, Life-style, and Serious Leisure: Toward a Mesos-structural Analysis», *World, Leisure and Recreation*, 1, 35, primavera 1993, pp. 23-26.
- STEBBINS, R.A., «Un estilo de vida óptimo de ocio: combinar ocio serio y casual en la búsqueda del bienestar personal», en CUENCA, M. (ed.), *Ocio y desarrollo humano*, Universidad de Deusto/World Leisure, Bilbao, 2000.
- STEBBINS, R.A., *Amateurs, Professionals, and Serious Leisure*, Montreal y Kingston, McGill-Queen's University Press, 1992.
- TAYLOR, S.E., *Seamos optimistas. Ilusiones positivas*, Martínez Roca, Barcelona, 1991.
- TORKILDSEN, G., *Leisure and Recreation Management*, E and FN Spon London, 1999.
- TRILLA, J. (coord.), *Animación Sociocultural. Teorías, programas y ámbitos*, Ariel, Barcelona, 1997.
- UNRUH, D.R., «The nature of social worlds», *Pacific Sociological Review*, 23, 1980, 271-296.
- VEBLEN, Th., *Teoría de la clase ociosa*, Fondo de Cultura Económica, México, 1995 (primera edición 1944, en inglés 1899).
- VELLOSO DE SANTISTEBAN, A., *Guía práctica de voluntariado en España*, Espasa, Madrid, 1999.
- VERGÉS RAMÍREZ, S., *Derechos humanos: fundamentación*, Editorial Tecnos, Madrid, 1997.
- WIRSZUBSKI, Ch., «Cicero's cum dignitate otium: a reconsideration», *JRS*, 44, 1954, pp. 1-13.
- YUBERO, S. y LARRAÑAGA, E., «Concepción del voluntariado desde la perspectiva motivacional: conducta de ayuda versus altruismo», en la Revista Interuniversitaria *Pedagogía Social*, n.º 9, diciembre, 2002, pp. 27-39.

El ocio es una experiencia que no sólo se realiza a través de vivencias lúdicas, creativas o festivas, sino también, como se defiende aquí, en vivencias solidarias. Tras el análisis de las posibles relaciones entre ocio y solidaridad, este libro se estructura en dos partes. La primera reflexiona sobre el ocio digno, tradicionalmente conocido como *Otium cum dignitate*. En la segunda se profundiza en la realidad del ocio solidario a través de la experiencia de tres grupos de voluntariados diferenciados, uno de jóvenes y dos de jubilados. Sus vivencias e impresiones nos descubren campos de satisfacción llenos de posibilidades.

Ante la falta de estudios que relacionen ocio y solidaridad, el autor de *Ocio humanista* y *Pedagogía del ocio: Modelos y propuestas* hace de la dimensión solidaria del ocio el motivo central de un estudio novedoso, que plantea ámbitos y retos del ocio propios de la Era del Conocimiento.

aurrera doan herria

un país en marcha

EUSKO JAURLARITZA



GOBIERNO VASCO

HEZKUNTZA, UNIBERTSITATE
ETA IKERKETA SAILA

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN,
UNIVERSIDADES E INVESTIGACIÓN



Universidad de
Deusto

Deustuko
Unibertsitatea

.....