

**La experiencia de ocio como factor de desarrollo humano en el colectivo de personas con discapacidad**

Idurre Lazkano, Joseba Doistua, Yolanda Lázaro y Aurora Madariaga

*Cátedra Ocio y Discapacidad. Universidad de Deusto*

---



En las últimas décadas el cambio más significativo en relación al ocio ha sido su propia consideración: actualmente se considera como algo socialmente necesario y que incluye una diversidad de actividades que suponen una multiplicidad de resultados, tanto para la sociedad como para la propia persona.

La relación entre ocio y desarrollo humano, implica que gran parte de los esfuerzos se ubiquen en las necesidades de la ciudadanía, intentando identificar e interpretar las demandas, necesidades y motivaciones de las personas y su relación con la construcción de vidas humanas más plenas.

Es en este apartado donde, desde los presupuestos que a continuación se plantean, se enmarca la investigación de las cuales se presentan los datos más significativos y que revelan la importancia que el ocio tiene en el desarrollo personal y social no sólo del colectivo de personas con discapacidad, sino de cualquier colectivo. El ocio se presenta como un ámbito esencial y fundamental para el desarrollo integral de la persona.

### **Un concepto de ocio desde el que investigar**

En 1994, la Asociación Internacional WLRA (World Leisure & Recreation Association), publicó la Carta sobre la Educación del Ocio, que definía los elementos constituyentes del concepto de ocio actual. En primer lugar, se plantea el ocio como un área específica de la experiencia humana y un recurso importante para el desarrollo personal, social y económico. Así, se plantea el ocio como un aspecto de calidad de vida, buscando no únicamente una buena salud general y un bienestar, sino también como elemento preventivo de situaciones de estrés, aburrimiento o falta de iniciativa.

Según esta Carta, el ocio permite a los individuos seleccionar actividades y experiencias que se ajusten a sus propias necesidades, intereses y preferencias, con el objetivo de conseguir el máximo potencial de ocio, siempre y cuando participen en las decisiones que determinan las condiciones de su ocio. Para conseguir un estado de bienestar físico, mental y social, un individuo o grupo debe identificar y lograr aspiraciones, satisfacer necesidades e interactuar de forma positiva con el entorno.

Por lo tanto, el ocio como ámbito de desarrollo personal implica enriquecimiento, es el tiempo para uno mismo, usado de modo efectivo y gratificante por cada persona en su realidad presente, siendo lo más importante la satisfacción percibida a nivel individual. Pero, para ello, es fundamental poder participar y disponer de oportunidades reales para poder vivir el ocio.

Definitivamente, el ocio es un ámbito de desarrollo humano (Cuenca, 2000), en el que reina la libertad de elección, de expresión y de realización de tareas no utilitarias, nos referimos, fundamentalmente, al ocio autotélico. El ocio, entendido desde una perspectiva humanista, es el marco fundamental de desarrollo y crecimiento humano integral, éste es el punto de partida, incidiendo sobre todo, en la vertiente del ocio como facilitador del crecimiento pleno de todas las personas, y en los valores que se desprenden de esa realidad.

Desde una perspectiva humanista, entendemos el ocio como una experiencia integral de la persona y un derecho humano fundamental, (Cuenca, 2000).

- 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).
- Un derecho humano básico que favorece el desarrollo, como la educación, el trabajo o la salud, 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 que, en cuanto tal, debería ser facilitado y garantizado como establecen los principios fundamentales que rigen su acción.

El ocio, en cuanto experiencia satisfactoria, tiene una incidencia más allá de lo personal e individual, extendiéndose a niveles comunitarios y sociales. 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.

### La experiencia de ocio: un valor universal

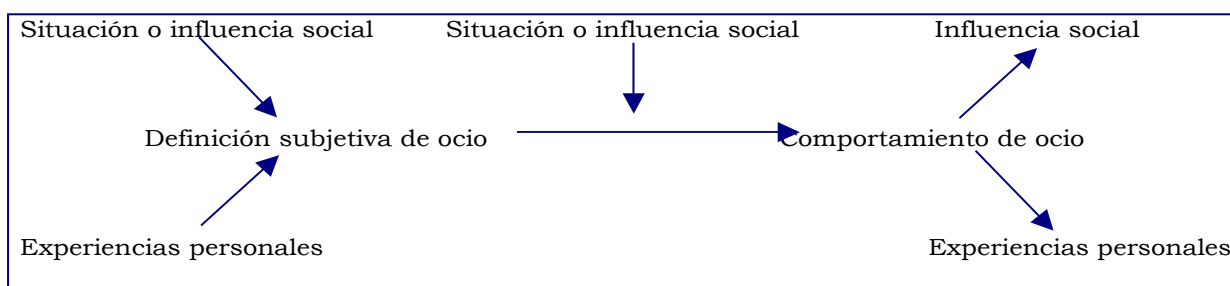
Diferentes autores han abordado el tema de la experiencia de ocio como factor de desarrollo humano, tanto desde la psicología, como desde la psicología social, como pueden ser Csikszentmihaly (1997), Neulinger (1980), Tinsley y Tinsley (1986), Iso-Ahola (1980), Elías y Dunning (1988). Las principales definiciones y caracterizaciones que estos autores realizan del ocio, además de los citados, Cuenca y la Carta sobre la Educación del Ocio, fundamentan la investigación realizada.

Una experiencia es óptima (Csikszentmihaly, 1997) cuando la persona percibe que quiere y debe hacer algo (percepción de desafío) y que es capaz de hacer (que tiene habilidades para ello). El interés de la experiencia de ocio no está tanto en el tipo de actividad, sino en los “desafíos” que proporciona a la persona y en el disfrute de su realización. La experiencia de ocio se articula en base a componentes personales (psicológicos y físicos) y sociales (más vinculados a diversas características del entorno).

Neulinger (1980) plantea diferentes componentes de la experiencia de ocio agrupados en tres niveles. En un nivel psicológico reúne componentes emocionales (libertad percibida, satisfacción y motivación), cognitivos (actitudes e interés) y conductuales (participación). Al nivel físico le asigna componentes motóricos, sensoriales y capacidades funcionales. Por último, al nivel social le corresponden componentes socioeconómicos, sociológicos y psicosociales.

En la investigación que aquí se presenta, por tanto, se propone un análisis no exclusivamente psicológico sino psicosocial de la experiencia de ocio. Desde este punto de vista resulta especialmente interesante la visión de Iso-Ahola (1980:185), el cual incluye tanto variables personales como situacionales o, en nuestros términos, sociales y culturales.

#### Definición subjetiva del ocio



*Fuente: Iso-Ahola, 1980: 185*

Según Iso-Ahola (1980), desde la perspectiva psicológica la experiencia de ocio se entiende como un estado mental subjetivo, resultado de la libre elección y llevada a cabo por razones intrínsecas que parece depender exclusivamente del individuo que la experimenta. Sin embargo, en añadidura a los elementos cognitivos y afectivos, se hace necesario considerar que el ser humano recibe la influencia de la sociedad y del medio en el que vive a la hora de experimentar cualquier vivencia, incluida la del ocio. Sin restar importancia a los condicionantes personales o individuales que permiten, favorecen o facilitan la vivencia de la experiencia de ocio, entendemos que ésta se refiere a un estado mental que se deriva de la interrelación entre el participante y su entorno; un entorno en el que inciden las variables sociales y/o situacionales. Por lo tanto, una característica fundamental de la experiencia de ocio es que, además de ser definida subjetivamente, es dinámica.

Lograr que la vivencia de ocio sea una experiencia valiosa implica cambios conceptuales, actitudinales y estructurales, y supone asumir (Cuenca, 2003:62-64), que frente a un ocio consumo, hay que trabajar un ocio experiencial; y que frente a un ocio centrado en diversión y entretenimiento, hay que cultivar un ocio creativo. Las experiencias de ocio son fuentes de desarrollo humano individual y social en cuanto generadoras de vivencias que tienden a repetirse y mejorar la satisfacción que nos proporcionan.

En el trabajo de investigación del que a continuación se presentan las principales conclusiones, aunando diferentes aportaciones de diversos autores y tomando como referencia la estructura de la oferta de ocio en la realidad en la que vivimos, se entiende la experiencia de ocio como una realidad que se alimenta de la vertiente objetiva (sujeto, grupo, actividad, tiempo, espacio y recursos) y de la vertiente subjetiva (beneficios, intereses y opiniones, motivaciones y valores).

Para analizar la experiencia de ocio se parte del análisis de la práctica, pero ninguna actividad o suma de actividades por sí misma puede configurar una experiencia de ocio y mucho menos un estilo de vida en ocio. Nuestro entendimiento se basa en la asunción de que el individuo otorga definiciones subjetivas a las actividades que practica. De ahí que resulte indispensable añadir otras dimensiones que completen la aproximación conductual. Así, la investigación se completa con una aproximación a la dimensión cognitiva, centrada en el análisis de las opiniones y preferencias que una persona tiene con respecto a una práctica para que ésta se convierta en una experiencia de ocio. Asimismo se analiza la dimensión motivacional, entendiendo que las emociones, además de organizar la cognición y la acción, poseen un efecto motivacional. Se incluye así el elemento con mayor componente intra-psíquico del concepto de estilo de vida: las motivaciones. Por último se aborda la dimensión cultural, esta aproximación, incluye un análisis sociológico o sociocultural, que analiza el consumo de ocio como un acto social y un evento cultural. Desde esta última dimensión se considera importante analizar los valores, ya que se entiende que estos, como reflejo de la influencia de la cultura en la que vive la persona, inciden en sus orientaciones vitales y, en consecuencia, en la vivencia de sus experiencias de ocio.

### **Diseño de la investigación: El ocio de la juventud con discapacidad**

*“El ocio de la juventud con discapacidad”* es una investigación de carácter integral que se fundamenta en una visión humanista del ocio y la defensa del derecho al ocio de toda persona. Ésta es encargada por el Observatorio Vasco de la Juventud (Gobierno Vasco) al Instituto de Estudios de Ocio de la Universidad de Deusto.

En el origen de este estudio está presente la necesidad de desarrollar estrategias de ocio inclusivo que permitan avanzar con relación a la participación real de la juventud con discapacidad en la oferta de ocio de la comunidad de la que son miembros. Por tanto, la investigación se realiza desde un enfoque estratégico inclusivo de la intervención con la juventud con discapacidad en los diferentes ámbitos del ocio. También se desea fomentar la relacionalidad entre todos los agentes.

La investigación se divide en cinco partes relacionadas entre sí: data; mapa; barómetro; panel, contribuyendo todas ellas a la elaboración de la estrategia final, siendo su finalidad *Mejorar el bienestar y la calidad de vida de la juventud con discapacidad* mediante el desarrollo de un ocio que sea:

- Una experiencia integral de la persona.
- Un derecho humano fundamental.
- Un ámbito de intervención de calidad, inclusivo, participativo, relacional y sostenible.
- Un factor de desarrollo humano social, económico, cultural y ambiental.

El Objetivo general planteado era *Elaborar una Estrategia Ocio Joven Inclusivo para la Comunidad Autónoma del País Vasco que sirva de instrumento en la mejora de la prestación de servicios de calidad y que impulse procesos de autonomía y emancipación en el desarrollo personal.*

**Barómetro: aproximación al conocimiento del ocio de la juventud con discapacidad desde su vertiente objetiva y subjetiva**

Dentro del estudio, a continuación se presenta el Barómetro con el cual se pretende desarrollar tres objetivos: en primer lugar, describir y analizar las *prácticas de ocio* de la juventud con discapacidad, profundizando en tipos, promotor de la actividad, lugar de desarrollo, compañía, frecuencia y satisfacción. Los beneficios percibidos por el colectivo a partir de sus prácticas de ocio. Y las demandas o deseo de nuevas prácticas de ocio, así como las barreras a la práctica de las mismas. En un segundo lugar se desea profundizar en los *estilos de vida en ocio* de la juventud con discapacidad: opiniones, preferencias, motivaciones y valores. Finalmente, elaborar un *diagnóstico* de las prácticas de ocio y estilos de vida en ocio de la juventud vasca con discapacidad. Para la consecución de dichos objetivos, se realiza una encuesta sobre prácticas y estilos de vida en ocio de la juventud con discapacidad, administrada a jóvenes con discapacidad de 15 a 29 años, lo que proporciona la información que permite conocer la realidad del ocio del colectivo, en una aproximación tanto *objetiva* (actividades, prácticas y consumos, tiempos, espacios y recursos) como *subjetiva* (motivaciones, intereses, opiniones, valores, preferencias, beneficios y barreras).

El cuestionario es un instrumento creado expresamente para este estudio que toma como referencia diferentes investigaciones en torno al mundo de la discapacidad y de la configuración de la experiencia de ocio, y lo adapta al ocio y al colectivo joven. Se consideró que, con un 95'5% de confianza y un 5% de error, el tamaño muestral debía ascender a 400 individuos. De cara a distribuir la muestra de un modo equitativo, se procedió a la estratificación de la misma en función de: tipo de discapacidad, sexo y edad. A continuación se describen las variables que permiten recoger la información necesaria para dar respuesta a las cuestiones planteadas.

Descripción de las variables que componen el cuestionario

<b>Variables de Identificación</b>	<b>Sección I. Prácticas de ocio</b>	<b>Sección II. Experiencia de ocio</b>
V1. Tipo de discapacidad	VI1. Actividades de ocio practicadas	VII1-20. Opiniones
V2. Provincia	VI1.A. Deporte	VII21-31. Preferencias
V3. Sexo	VI1.B. Cultura	VII32-43. Motivaciones
V4. Edad	VI1.C. Turismo	VII44-51. Valores
V5. Nivel de instrucción	VI1.D. Recreación	
V6. Ocupación	VI.2. Promotor actividad	
V7. Núcleo familiar	VI.3. Compañía actividad	
	VI.4. Frecuencia de práctica	
	VI.5. Lugar de desarrollo	
	VI.6. Grado de satisfacción	
	VI.7. Demanda de prácticas	
	VI.8. Nuevas prácticas	
	VI8.A. Deporte	
	VI8.B. Cultura	
	VI8.C. Turismo	
	VI8.D. Recreación	
	VI9. Barreras a la práctica	
	VI10. Beneficios	
	VI11. Tipos de Beneficios	
	VI12. Percep. de aburrimiento	
	VI13. Motivos	

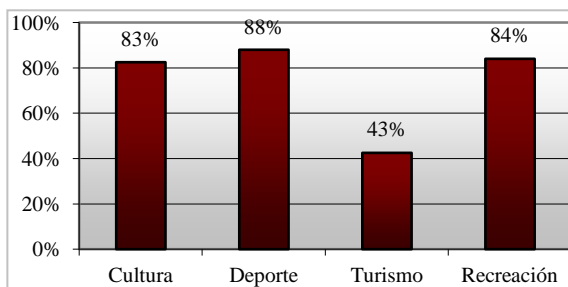
	aburrimiento	
	VI14. Asiste a asociación/club	

**Principales datos extraídos a partir de la investigación: corroboración de aspectos teóricos a partir de datos empíricos**

**1. Sobre la caracterización de la práctica de actividades de ocio**

La juventud con discapacidad practica una media de 5,8 actividades distintas de ocio.

Volumen de práctica por ámbito de ocio



Atendiendo al tipo de actividades de ocio practicadas por la juventud con discapacidad, agrupadas éstas por el ámbito del ocio al que pertenecen, se observa como las actividades culturales, deportivas y recreativas son desarrolladas en cada uno de los ámbitos por más del 80% de la juventud, siendo las actividades de carácter turístico las que presentan una menor presencia entre el colectivo. La práctica

deportiva se mantiene en todas las franjas de edad siendo mayor en el periodo de 20-24 años. A mayor edad aumenta la participación en cultura. Las prácticas turísticas disminuyen según aumenta la edad. Al aumentar el nivel de estudios aumenta la presencia de población joven que realiza prácticas culturales y deportivas. Las actividades culturales y deportivas aparecen en un mayor número de jóvenes que viven en su propio hogar.

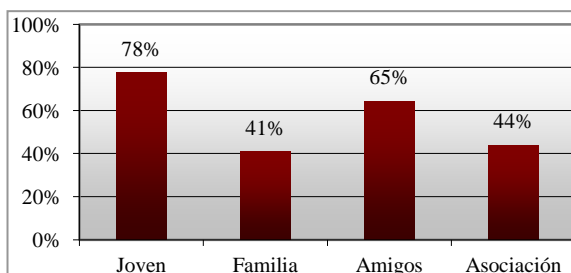
Presencia de tipos de prácticas entre la juventud con discapacidad

	Tipo de práctica	% de práctica de n de muestra
<b>MUY practicadas</b>	Salir o estar con amigos	60%
	Escuchar música	45%
	Pasear	44%
<b>ALGO practicadas</b>	Salir de vacaciones	38%
	Navegar por Internet	37%
	Deporte individual	32%
	Ir al cine	32%
	Leer	24%
	Ir de copas o a discotecas	24%
	Deportes de equipo	23%
	Ver en la TV programas de entretenimiento	23%

	(realitys, concursos..)	
POCO practicadas	Ir de campamentos	21%
	Hacer excursiones	19%
	Ver en la TV o oír en la radio programas deportivos	17%
	Hacer alguna actividad artística (pintar..), musical (cantar..)	17%
	Ir a fiestas, celebraciones de amigos o familiares	17%
	Ir a conciertos	16%
	Videojuegos	13%
	Ir al campo, a la montaña o a la playa	10%
	Ver en TV programas culturales (documentales, debates...)	10%
	Ir a museos, exposiciones	10%
	Colaborar con mi asociación	10%
	Oír radio	9%
	Asistencia a espectáculos deportivos	8%
	Hacer manualidades (bricolaje, cerámica, ...)	5%
	Juegos de mesa (cartas, dominó, parchís....)	5%
	Hobbies (trenes, coches, plantas, cocinar...)	5%
Ir al teatro	4%	

Ninguna actividad es practicada por más del 60% de jóvenes con discapacidad. En la tabla se presentan las actividades clasificadas en tres niveles de práctica, según el porcentaje de jóvenes que las practican. Así, estar con amigos, escuchar música y pasear son los tres tipos de actividades más extendidas entre el colectivo encuestado.

Distribución de las prácticas según promotor de la actividad

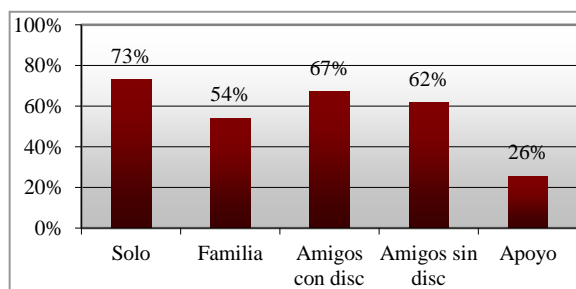


Un 78% de la juventud con discapacidad afirma que algunas de sus prácticas de ocio son organizadas por ellos mismos. Un 65% del colectivo organiza también actividades junto con el grupo de amigos, un 44% de los y las jóvenes afirman que algunas de sus actividades de ocio provienen del tejido asociativo y por último un 41% señala además al núcleo familiar



como promotor de sus prácticas. El papel de la familia y la asociación desciende al aumentar el ciclo formativo.

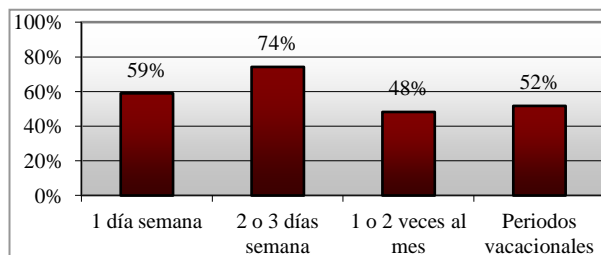
#### Distribución de las prácticas según compañía en la actividad



Un 73% de la juventud con discapacidad afirma que realiza actividades de ocio solos, un 67% del colectivo disfruta de actividades junto con amigos y amigas con discapacidad, un 62% de los y las jóvenes afirman que algunas de sus actividades de ocio las comparte con personas sin discapacidad, y un 54% señala además a la familia como compañeros de prácticas de ocio. Compartir actividades de ocio con

amigos sin discapacidad aumenta en paralelo al aumento de nivel educativo. En el grupo de jóvenes con discapacidad que vive en el hogar familiar es fundamental el papel de la propia juventud y del grupo de amigos. Los que viven con la familia hacen más actividades de ocio solos o con amigos con o sin discapacidad que los que viven en el propio hogar que suelen realizarlas más con la familia.

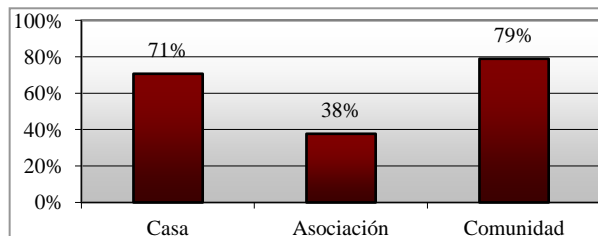
#### Distribución de las prácticas según frecuencia de actividad



Atendiendo a la frecuencia de práctica de actividades de ocio, se observa cómo un 74% de la juventud con discapacidad practica alguna actividad de ocio al menos 2 o 3 días por semana. La periodicidad semanal está presente en el 59% de la juventud con discapacidad en al menos una actividad de ocio. El nivel de instrucción no

produce cambios en la periodicidad.

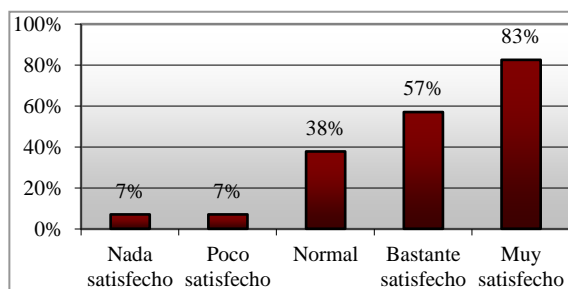
#### Distribución de las prácticas según entorno de desarrollo



Porcentajes muy similares se observan al analizar el entorno de desarrollo de las actividades de ocio en lo relativo a las categorías: en casa y en la comunidad. Esto significa que un 79% de los y las jóvenes desarrollan alguna actividad de ocio en entornos comunitarios, o lo que es lo mismo un 21% no lo hace y un 29% no practica actividades

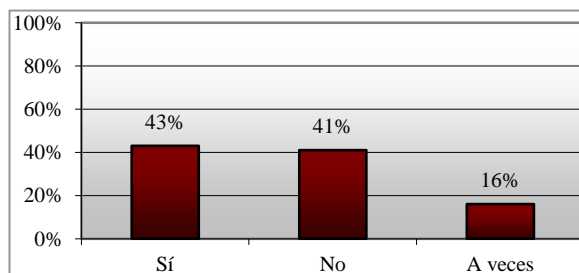
de ocio en su casa. Un 38% de la juventud con discapacidad señala la asociación como entorno de práctica preferente en algunas de sus actividades de ocio. Y a la inversa, un 62% del colectivo no identifica a los servicios de ocio de las asociaciones como entorno de desarrollo de ninguna de sus actividades de ocio.

## Distribución de las prácticas según nivel de satisfacción



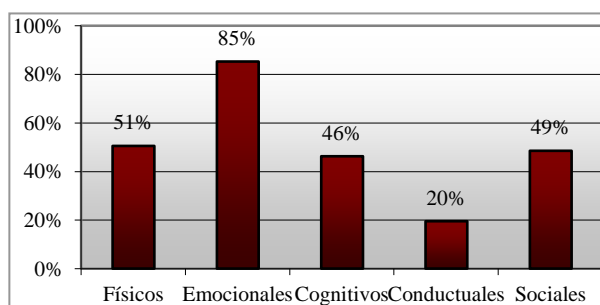
El 83% de los/las jóvenes con discapacidad afirman estar muy satisfechos con alguna de las actividades de ocio que practican. Tan sólo un 7% de este colectivo afirma no estar en absoluto satisfecho con alguna de sus prácticas de ocio. En cuanto a la percepción de aburrimiento, los datos obtenidos son contundentes, tan sólo un 8% de la juventud con discapacidad afirma aburrirse en su tiempo libre.

## Participación en servicios de ocio de los JcD



Como se observa en el gráfico, se ha obtenido prácticamente el mismo porcentaje de jóvenes con discapacidad que participan en servicios de ocio de asociaciones, que aquellos que no lo hacen. Al aumentar la edad disminuye la participación en el tejido asociativo.

## Tipología de beneficios percibidos por los JcD



Prácticamente el total de la juventud con discapacidad afirma obtener algún tipo de beneficio tras la práctica de actividades de ocio. Así, El 85% de la juventud con discapacidad afirma obtener beneficios emocionales durante o tras sus prácticas de ocio, el resto de tipologías de beneficios ronda el 50% de casos con respuesta positiva.

## 2. Demandas de prácticas de ocio entre la juventud con discapacidad

El 54% de la juventud encuestada afirma querer practicar nuevas actividades de ocio.

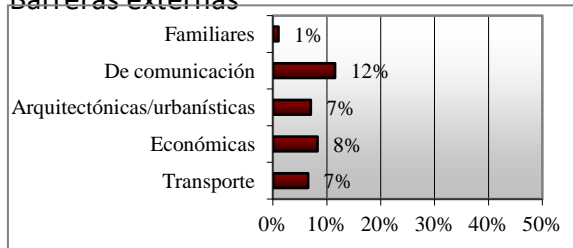
Tabla 14. Tipos de prácticas demandadas entre la juventud con discapacidad

Nivel de deseo	Tipo de práctica	% de deseo de n de grupo
<b>Muy deseadas</b>	Deporte individual	42%
<b>Bastante deseadas</b>	Ir al teatro	19%
<b>Poco deseadas</b>	Deportes de equipo	14%
	Ir al cine	12%
	Ir a conciertos	10%

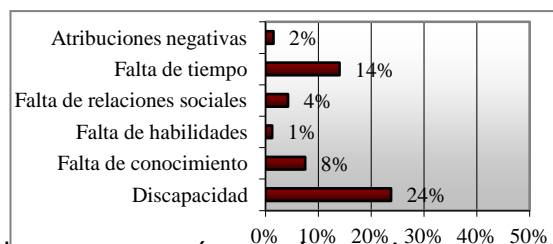
	Salir de vacaciones	10%
	Ver en TV programas culturales (documentales, debates...)	9%
	Asistencia a espectáculos deportivos	8%
	Hacer alguna actividad artística (pintar..), musical (cantar)	8%
	Ir a museos, exposiciones	7%
	Ir al campo, a la montaña o a la playa	7%
	Hacer manualidades (bricolaje, cerámica, ...)	6%
	Videojuegos	6%
	Hacer excursiones	5%
	Ir de campamentos	5%
<b>No demandadas</b>	Colaborar con mi asociación	0%

En primer lugar señalar como ninguna actividad es demandada por más del 42% de la juventud con discapacidad. La práctica de *deporte individual* es la actividad más demandada entre el colectivo encuestado, y recordemos que también era una de las más extendidas como actividad habitual de ocio entre la juventud con discapacidad, practicada por el 32%. De nuevo, una única actividad forma el bloque de prácticas con relativa presencia entre las demandas por el colectivo encuestado, *ir al teatro*. Destaca que ningún joven ha señalado el colaborar con el tejido asociativo entre el grupo de actividades de ocio que le gustaría desarrollar. Comparando los datos sobre actividad de ocio real y actividad de ocio deseada, se observa como las actividades que destacan por el porcentaje de jóvenes que manifiestan su deseo de práctica, son practicadas por un número reducido de jóvenes con discapacidad, y a la inversa ocurre lo mismo, aquellas actividades más practicadas, presentan índices bajos de demanda. Por sexo las diferencias no son muy altas, pero se observa que los hombres demandan más actividades deportivas y recreativas y las mujeres aquellas prácticas relacionadas con actividades culturales. A mayor edad menos demanda deportiva. En cuanto al resto de prácticas no se percibe ningún patrón claro.

#### Barreras externas



#### Barreras internas



La propia discapacidad es la barrera señalada en mayor número de ocasiones como explicación ante la no práctica de actividades de ocio, a continuación se sitúa la falta de tiempo, junto con la falta de comunicación.

Si se analizan las barreras agrupadas según sean externas o internas, se observa como las internas tienen mayor peso e importancia para la juventud con discapacidad encuestada.

### 3. Configuración de los estilos de vida en Ocio de la juventud con discapacidad

Factores subyacentes a las opiniones sobre ocio

<b>Ocio como socialización</b>	Un tiempo para estar con mi familia
	Una manera de hacer amigos
<b>Ocio solidario</b>	Un tiempo para ayudar a los demás
	Una ocasión para ser útil, ayudar
<b>Ocio como descanso</b>	Un tiempo de descanso
	Una forma de desconectar de las obligaciones diarias
	Una oportunidad para coger fuerzas
<b>Ocio como desarrollo</b>	Un tiempo para aprender cosas nuevas
<b>Emocione</b>	Me gusta mucho salir
	Una oportunidad para progresar personalmente
	Un tiempo para leer, ir a museos, exposiciones
	Un tiempo para hacer actividades intelectuales
	Un tiempo para hacer deporte
	Un tiempo para disfrutar al aire libre
	Un tiempo de diversión
	Un tiempo para comprar cosas
	Un tiempo para estar en la naturaleza
<b>Ocio negativo</b>	Una forma de tirar el dinero
	Una pérdida de tiempo

Es importante destacar como la juventud en su conjunto valora en gran medida que las actividades de ocio son un elemento importante en sus vidas y es un espacio o ámbito vital adecuado para fraguar nuevas amistades. Por tanto, en esta línea, consideran que el ocio no es una pérdida de tiempo o un modo de tirar el dinero. Si agrupamos las opiniones en función de los factores subyacentes, se revela la existencia de seis opiniones generales diferentes sobre el ocio, de las cuales una de ellas tiene un carácter negativo. Se entiende el ocio como socialización, solidaridad, descanso, desarrollo personal o recreación.

Factores subyacentes a las opiniones sobre ocio

<b>s y novedad VS Tranquilidad y seguridad</b>	Prefiero conocer gente nueva
	En mi tiempo libre busco nuevas aventuras
	En mi tiempo libre trato de hacer ejercicio, moverme
	Prefiero ir a un sitio tranquilo, con poca gente
	Me gusta probar cosas nuevas
<b>Autenticidad e Independencia VS Calidad</b>	Prefiero estar en la ciudad
	Prefiero ir en grupo, con los planes organizados
	Suelo ir a sitios con tiendas para comprar
	Prefiero ir a un sitio y quedarme en él
	Suelo pasar mi tiempo libre casi siempre en el mismo sitio

Si se agrupan las respuestas aparecen dos grandes factores subyacentes a las preferencias anteriormente planteadas. Por un lado, está la juventud con discapacidad que prefiere las emociones y la novedad en su experiencia de ocio frente a la tranquilidad y la seguridad en dichas actividades. Por otro lado, está el grupo de jóvenes con discapacidad que prefiere la autenticidad y la independencia, frente a la calidad de la actividad de ocio. A nivel general, es más habitual que la juventud con discapacidad prefiera desarrollar en su ocio vivencias cargadas de emociones y novedades que llenas de tranquilidad y seguridad.

Factores subyacentes a las motivaciones al ocio

<b>Socialización</b>	Hacer amigos
	Estar con otras personas
	Pasar un buen rato con mis amigos
	Tener un sentimiento de pertenencia
<b>Competencia</b>	Aprender cosas
	Poner a prueba mis habilidades
	Usar mi imaginación
	Descubrir lugares y cosas
<b>Relax</b>	Evitar el ajetreo de todos los días
	Relajarme físicamente
	Relajarme mentalmente
	Estar en un sitio

Si agrupamos las motivaciones en sus factores subyacentes se revela que existen tres tipos de motivaciones que pueden impulsar o animar la práctica de actividades de ocio. Así, el ocio puede ser un espacio y un tiempo que posibilita el entrar en contacto con otras personas, el ocio como un tiempo durante el cual uno mismo espera desarrollarse como individuo, y por último un tiempo para descansar. En el gráfico se observa como el factor de socialización cobra mayor importancia en el colectivo de jóvenes con discapacidad, pero siendo los tres factores motivacionales importantes para el colectivo.

	tranquilo
--	-----------

## Factores subyacentes a los valores

<b>Integración</b>	Sentirme integrado
	Mantener relaciones de afecto con los demás
<b>Autoestima</b>	Tomarme la vida con entusiasmo
	Sentirme seguro
	Sentirme a gusto conmigo mismo
	Disfrutar de la vida, divertirme, sentir placer
	Tener un buen concepto de mi mismo
	Sentir satisfacción con las cosas que hago bien

Destacar como la juventud en su conjunto afirma dotar de importancia a diversos valores de carácter vital. Al agrupar los valores en los componentes que lo forman, es posible extraer dos grandes factores que pueden determinar en mayor o menor medida la vivencia y experimentación individual de la práctica de actividades de ocio.

### Principales conclusiones de la Investigación

■ Cuestiones generales sobre el ocio de la juventud con discapacidad

La juventud con discapacidad, al igual que el resto de la población joven, valora el ocio como **elemento importante en sus vidas**, como un espacio vital adecuado para fraguar nuevas amistades, y como ámbito de desarrollo personal. Esta opinión queda fortalecida con tres manifestaciones, cuando el 83% de los/las jóvenes con discapacidad afirman estar muy satisfechos con alguna de las actividades de ocio que practican; y cuando en contraposición, tan sólo menos del 10% de la juventud con discapacidad

afirma que se aburre en su tiempo libre; y cuando prácticamente el total de la juventud con discapacidad afirma obtener algún tipo de beneficio de la práctica de actividades de ocio, siendo el principal tipo de beneficio percibido los de carácter emocional.

La juventud con discapacidad en su conjunto manifiesta sentir diversas **motivaciones** que le impulsan a la práctica de las actividades de ocio, destaca la valoración positiva que hacen del hecho de compartir el tiempo con otras personas, así como la motivación hacia el aprendizaje de cosas nuevas. Los jóvenes prefieren en mayor medida, **vivencias** de ocio emocionantes y novedosas.

El colectivo de jóvenes con discapacidad presenta un **patrón** homogéneo en cuanto a **volumen y diversidad** de actividades de ocio se refiere. Las mujeres jóvenes presentan un repertorio de actividades de ocio más amplio que el de los hombres, al igual que el grupo de 20 a 24 años, frente a los más jóvenes, lo que va estrechamente relacionado con el nivel de estudios, al presentar mayor diversidad de práctica según se asciende en los distintos niveles de instrucción. Así como las personas que viven en el hogar propio, presentan una tasa de actividad más elevada que las que viven en el hogar familiar.

La gran mayoría de la juventud con discapacidad (8 de cada 10) practica tanto actividades de carácter cultural, como deportivas y recreativas. La oferta de actividades de ocio dirigidas a la juventud en general, o específicamente al colectivo con discapacidad es múltiple y variada, por tanto la **atomización de la práctica** por tipologías es un hecho, ya que ninguna actividad de ocio es practicada por más del 60% de los jóvenes con discapacidad. Aunque las actividades más extendidas entre el colectivo encuestado son: estar con amigos, escuchar música y pasear.

Con el **aumento de la edad** se identifica una **transformación en la tipología de prácticas de ocio** desarrolladas por la población joven con discapacidad, hecho no exclusivo de este colectivo, sino generalizado entre la población joven. Así, la práctica deportiva es un tipo de actividad que se mantiene en todas las franjas de edad, siendo mayor en el periodo de 20-24 años. El mismo hecho

se identifica con respecto al ámbito cultural, al aumentar la participación en actividades de este ámbito del ocio, según aumenta la edad. El nivel educativo tiene también un reflejo en la presencia de población joven en la práctica cultural y deportiva. Así mismo, a mayor edad, mayor gusto por experiencias de ocio emocionantes y novedosas.

#### ■ Características del ocio de la juventud con discapacidad

Es del todo relevante el papel de la juventud con discapacidad en la **planificación y organización** de sus propias actividades de ocio, así como la del grupo de amigos. Otros actores, como son la familia y el tejido asociativo, susceptibles de ser promotores en la organización del ocio del colectivo, van disminuyendo su presencia a medida que el/la joven con discapacidad va creciendo y aumenta su autonomía, y por tanto su capacidad en la toma de decisión.

La **frecuencia** con la que la juventud con discapacidad practica algunas actividades de ocio es, elevada y similar al resto de la población joven, repitiéndose la práctica de determinadas actividades de ocio entre 2 ó 3 días por semana, sólo afirmar como los que viven en el hogar propio practican actividades de ocio con mayor frecuencia.

El **entorno** de mayor referencia para la juventud con discapacidad como espacios claves en el desarrollo de sus actividades de ocio, es el comunitario. Frente a lo que a priori se pudiera creer, tan sólo el 38% de la juventud con discapacidad señala la asociación como entorno de práctica preferente en algunas de sus actividades de ocio, dato ratificado con el hecho de que únicamente la mitad de la juventud vasca con discapacidad participa en servicios de ocio de asociaciones que trabajan con estos colectivos. Al igual que el resto de la sociedad, la juventud con discapacidad desempleada realiza más actividades de ocio en casa, que los estudiantes y los ocupados, estos dos grupos utilizan como primer entorno de ocio la comunidad.

Sobre la **compañía**, es posible concluir como el volumen de actividades de ocio que los jóvenes con discapacidad desarrollan en compañía de una persona de apoyo o con otros jóvenes con discapacidad disminuye cuando el o la joven presentan niveles de estudios más elevados, lo que significa posibilidad de mayor autonomía o presencia de discapacidades que conllevan funcionamiento independiente. Por tanto, el hecho de compartir actividades de ocio con amigos sin discapacidad aumenta en paralelo con el aumento del nivel educativo.

Sobre la **participación en los servicios de ocio de las asociaciones de discapacidad**, es posible concluir también como se ha detectado que, las mujeres participan tanto esporádicamente como de forma estable más que los hombres; que, con el aumento de la edad, el nivel de estudios y la ocupación, disminuye la tasa de participación en el tejido asociativo; y por último, que, los jóvenes que viven en el hogar familiar se sitúan más próximos al tejido asociativo que aquellos que residen en el hogar propio.

#### ■ Demanda de ocio de la juventud con discapacidad

La mitad de la juventud con discapacidad demanda nuevas actividades de ocio a incorporar a su repertorio de prácticas habituales, pero matizar como son más las mujeres que tienen deseo de practicar nuevas actividades de ocio. Así mismo, a mayor edad y nivel de instrucción, mayor deseo de practicar nuevas actividades de ocio. La juventud que reside en su propio hogar, mayoritariamente (80%), manifiesta su deseo de practicar nuevas actividades de ocio

La principal demanda se centra en el ámbito del **deporte**, actividad por otro lado de las más extendidas como actividad habitual de ocio, pero las mujeres desean en mayor medida practicar actividades de ocio cultural. Al igual que el resto de la juventud, el colectivo con discapacidad, no manifiesta ningún interés en la colaboración en su tiempo libre con el tejido asociativo.



La propia discapacidad es el tipo de barrera que en mayor número de casos retrae la práctica de actividades de ocio entre la juventud, principalmente en edades más tempranas, hecho que se externaliza cuando la discapacidad es asumida con la maduración del joven, de la misma manera, el nivel educativo de la propia juventud con discapacidad favorece la disminución de la importancia otorgada a la propia discapacidad.

#### ■ Experiencia de ocio de la juventud con discapacidad

La juventud con discapacidad auditiva manifiesta estar satisfecha con su tiempo de ocio y opina que éste es un momento para el descanso, pero también para la socialización, a la par que un espacio vital para el desarrollo personal. Así, la **motivación** hacia la práctica de actividades de ocio tiene su origen para este colectivo, en la posibilidad de desarrollar nuevas competencias, siendo los principales **beneficios** percibidos por el colectivo, los de carácter emocional. En esta línea prefieren actividades de ocio de carácter novedoso y que les permitan experimentar nuevas emociones.

#### Bibliografía

- CÁTEDRA OCIO Y DISCAPACIDAD. (2003). *Manifiesto por un Ocio Inclusivo*. Bilbao: Instituto de Estudios de Ocio.
- CSIKSENTMIHALYI, M. (1997). *Fluir: Una psicología de la felicidad*. Barcelona: Kairós.
- CUENCA CABEZA, M. (2000). *Ocio humanista*, Documentos de Estudios de Ocio, núm. 16. Bilbao: Universidad de Deusto.
- CUENCA CABEZA, M. (2003). El ocio como experiencia de desarrollo humano, un reto para el siglo XXI. En C. DE LA CRUZ AYUSO. (ed.). *Los retos del ocio y la discapacidad en el siglo XXI* (pp. 33-66). Bilbao: Universidad de Deusto.
- DOISTUA, J.; LAZCANO, I. y MADARIAGA, A. (2011). Estrategia de inclusión en ocio para la juventud con discapacidad, en A. MADARIAGA ORTUZAR y J. CUENCA AMIGO. (eds.). *Los valores del ocio: cambio, choque e innovación* (pp. 279-292). Documentos de Estudios de Ocio, 43, Bilbao: Universidad de Deusto.
- ELIAS, N. y DUNNING, E. (eds.). (1988). *Deporte y ocio en el proceso de civilización*. Méjico: Fondo de Cultura Económica.
- ISO-AHOLA, S.E. (1980). *The social psychology of leisure and recreation*. Dubuque: W.C.Brown
- LÁZARO FERNÁNDEZ, Y. (2007). *Ocio y discapacidad en la normativa autonómica española*. Documentos de Estudios de Ocio, 33. Bilbao: Universidad de Deusto.
- MADARIAGA ORTUZAR, A. (2006). El tejido asociativo del ámbito de la discapacidad en la prestación de servicios de ocio, en E. AGUILAR GUTIÉRREZ e I. RUBIO FLORIDO. (eds.). *El ocio en las disciplinas y áreas de conocimiento*, (pp. 135-142). Cuadernos de Estudios de Ocio: Investigación y conocimiento, 2. Bilbao: Universidad de Deusto.
- MADARIAGA ORTUZAR, A. y CUENCA AMIGO, J. (eds.). (2011). *Los valores del ocio: cambio, choque e innovación*. Estudios de Ocio, 43. Bilbao: Universidad de Deusto.
- NEULINGER, J. (1980). *The psychology of leisure*. Springfield: Charles C. Thomas.
- SAN SALVADOR DEL VALLE, R. (2000). *Políticas de Ocio*. Documentos de Estudios de Ocio, núm. 17. Bilbao: Universidad de Deusto.
- TINSLEY, H.E.A. y TINSLEY, D.J. (1986). A theory of attributes, benefits and causes of leisure experience. *Leisure sciences*, 8, 1, 1-45