

Dossier

¿?

y tú,  
¿qué piensas?

Tiempo

Tiempo libre

libre



FUNDACIÓN DE AYUDA  
CONTRA LA DROGADICCIÓN

Dossier



Y tú,  
¿qué piensas?

Tiempo

Tiempo libre

libre



FUNDACIÓN DE AYUDA  
CONTRA LA DROGADICCIÓN



**Ficha técnica:**

**Primera edición:** © FAD, 1996

**Segunda edición:** © FAD, 2002

**Edita y distribuye:**

FAD

Avda. de Burgos, 1 y 3

28036 Madrid

Tel.: 91 302 40 48 - 91 383 80 00

**Dirección Técnica del Programa:**

Eusebio Megías Valenzuela. *Director Técnico de la FAD*

Eulàlia Alemany Ripoll. *Directora del Área de Participación Social*

**Autores:**

José Ángel Medina ( IC - Iniciativas)

Fernando Cembranos ( IC - Iniciativas)

**Grupo de trabajo para la revisión técnica de la segunda edición:**

Rubén Carrasco. *Técnico de Prevención*

Mar Herranz. *Responsable de Publicaciones*

Susana Méndez. *Jefe de Departamento de Prevención*

Marta Rubio. *Corrección de textos*

**Ilustraciones:**

Alain Garcia

**Diseño y maquetación de la segunda edición:**

Jesús Sanz

**Fotografía de portada:**

Alfonso Ohnur

Cedida por la revista *DOWN TOWN*

**Impresión**

Ancares Gestión Gráfica, S. L.

**Depósito legal:**

M-339-97

# Introducción

## Introducción

Un sábado por la tarde un grupo de chicos y chicas ha quedado para «salir». Al reunirse son dos las primeras cuestiones a tratar: el horario de cada uno y el dinero disponible. Por supuesto, algunos tienen más suerte y manejan más dinero que otros. Es un rollo porque para poder divertirse hace falta dinero. Sin dinero no puedes comprarte nada, y es más fácil aburrirse. La discusión mientras han comenzado y suscita diversas posiciones: a favor del gasto y en contra. A pesar de que coinciden en que puedes hacer cosas una tarde como ésta para divertirte sin gastarte nada, la mayoría piensa que es menos divertido. La verdad es que mientras estén todos juntos todo es menos aburrido y más soportable. En casa suelen encerrarse en la habitación, con sus cascos o sus videojuegos. El tiempo libre en casa sí que es un verdadero petardo. Saltar de un aparato a otro (televisión, música, juegos...) para que el tiempo hasta la hora de salir llegue. Todos desean que una mayor edad les permita decidir su propio horario. La dependencia económica de sus familias les obliga a respetar unas normas con las que no están en general de acuerdo. Hasta la misma conversación que están teniendo les parece algo aburrida; ya han llegado al lugar donde suelen ir a bailar y escuchar música, a tomarse algo también. Hay una toma de decisiones previa: aquí o nos compramos un par de litros y nos vamos al parque. Hace frío, así que deciden entrar. Uno de ellos comenta en voz alta al entrar: «Se acabó la charla, que estáis muy pesaditos». Ya han entrado a un sitio, ya están dispuestos a divertirse.



Qué significa saber cuánto dinero gastamos en copas?, ¿por qué vemos tanta televisión?, ¿cuánto tiempo hace que nos dicen dónde estar y cuánto tiempo estar?, ¿es necesario pasar por rituales para pertenecer a esta sociedad?, ¿durante cuánto tiempo seguido somos capaces de no hacer nada? o ¿qué somos capaces de hacer con tal de «no aburrirnos»?

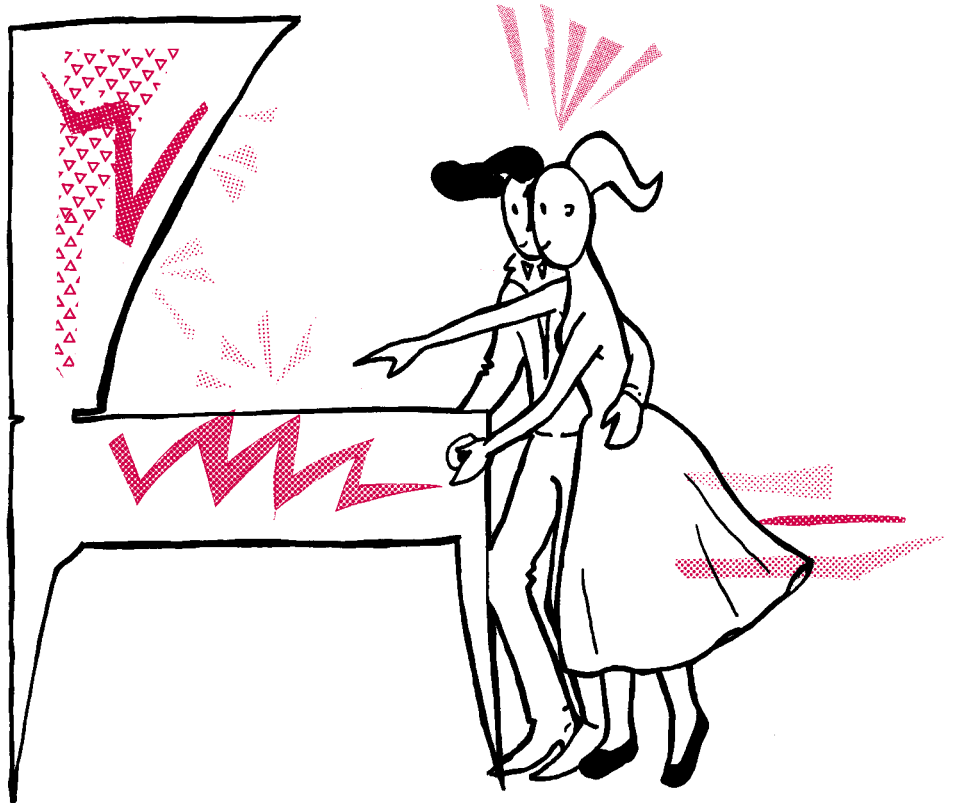
Este dossier habla acerca del tiempo libre. Pretende contar cosas, dar ideas y exponer cuestiones sobre el hecho de que las personas tengamos un tiempo de ocio y de lo que en ese tiempo hacemos. Pero también tiene la intención de provocar la reflexión y el debate, quiere ser una oportunidad para que se den opiniones, para discutir, para tener en cuenta los pensamientos de otras personas, para hablar de lo que a cada uno le preocupa.

Sin embargo la información que vais a encontrar aquí no es útil y válida por el mero hecho de existir, sino cuando alguien la utiliza y le sirve.

No es suficiente que «nos cuenten algo», ni que «sepamos algunos datos reveladores», ni que «nos informen sobre lo que habitualmente no nos informan». Lo verdaderamente importante es tomar la información, las ideas, los datos y las opiniones y estrujarlos, romperlos, darles la vuelta, someterlos a juicio, valorarlos, reinventarlos y adaptarlos. Sólo entonces, cuando hacemos de la información algo que sea beneficioso en sí mismo, la información es útil. Y podemos hacer que otras personas sean parte de ello.

Este dossier sólo tiene valor si al leerlo os sugiere algunas soluciones a los interrogantes que la propia información plantea. Y tiene más valor cuantas más personas puedan conocer y compartir esas soluciones.

**Si os apetece, pasad la página.**



# Lo que vais a encontrar Lo que vais a encontrar en este dossier en este dossier

## A

partir de aquí vais a encontrar información sobre el tiempo libre. Son 7 textos de diferente longitud y contenidos, que se titulan:

1. El estado de la cuestión
2. El negocio del tiempo libre
3. Su majestad, la televisión
4. El tiempo libre virtual
5. La noche
6. Yo lo que quiero es...
7. Viendo «Un hombre llamado caballo»

Cada uno de los textos es independiente de los demás. No es necesario leerlos todos seguidos, ni en un orden preestablecido, ni tampoco tenéis que leerlos todos.

A lo largo de la lectura podéis encontrar ideas, opiniones, datos, gráficas, cuestiones, preguntas, testimonios o historias que pueden ayudaros a pensar y aportaros información en torno al ocio y al uso del tiempo libre.

Para favorecer el debate y el intercambio entre vosotros encontraréis en el texto algunas propuestas, que siempre aparecen dentro de un recuadro. También podéis contar con el apoyo de profesorado y/o monitores para que os ayuden a poner en marcha juegos y ejercicios que hagan más rico el debate y el intercambio. Podéis utilizar las propuestas de trabajo que incluye el dossier y otras que se os ocurran.

# El estado de la cuestión

## E

l ocio, o el tiempo libre, se caracteriza por cuatro elementos fundamentales. En primer lugar, es el tiempo que no se dedica a trabajar o estudiar, ni comer o dormir. En segundo lugar, es un tiempo relacionado con el disfrute y la diversión. En tercer lugar, es un tiempo útil para sentirse bien, para aprender cosas, o para nuestras relaciones afectivas. Por último, es un tiempo en el que hacemos uso de nuestra iniciativa (haciendo lo que deseamos) y de nuestra libertad, ya que no estamos obligados a hacer algo concreto.

Ésta es una definición «oficial» del tiempo libre. Hay un acuerdo general en que todas las personas tenemos derecho a disfrutar de un tiempo de ocio en el que poder desarrollarnos con libertad, disfrutar de las actividades que nos gustan y buscar emociones y sensaciones que nos produzcan placer.

Sin embargo, lo que hace que el tiempo libre se acerque realmente a esto es cómo lo usamos. Para decidir si lo que supuestamente es el tiempo libre, lo es en realidad, tenemos que ver las actividades que realizamos, con quién, durante cuánto tiempo, y dónde.

A continuación, aparecen una serie de datos que ilustran realidades, diferencias, semejanzas y paradojas en el uso del ocio por parte de las personas, especialmente los jóvenes.

Las actividades de ocio más frecuentes a las que la juventud se dedica son las siguientes.

	A diario	Fin de semana
Ver la televisión	47,9%	26,6%
Escuchar música	30,2%	14,4%
Estar con los/as amigos/as	27,4%	66,7%
Hacer deporte	21,3%	18,2%
Leer	18,4%	6,0%
Estar con el/la novio/a	14,7%	24,1%

El tiempo libre es un tiempo para sentirse bien, disfrutar y hacer uso de nuestra iniciativa y nuestra libertad.

La actividad de ocio más frecuente entre los jóvenes actualmente es ver la televisión.

Practicar alguna afición	12,4%	10,0%
Otras actividades	9,3%	6,0%
Juegos (vídeo)	4,7%	3,2%
Ir al cine	3,1%	13,1%
Máquinas recreativas	2,5%	0,8%
Conciertos de música	0,1%	3,0%

Fuente: EDIS 1998.



## Elaborar el ranking de las actividades de tiempo libre realizadas individual y colectivamente

Los jóvenes de 16 a 19 años dedican la mayor parte del tiempo de su tiempo libre a ver la televisión y estar con los amigos y amigas. Entre los 12 y los 15 años la actividad preferente es la televisión. A partir de los 18 años estar con la pareja aumenta ostensiblemente como ocupación del tiempo libre.

En general, la televisión sigue siendo la actividad principal durante el tiempo libre juvenil. Aun así el número de horas semanales que se dedican a ella ha bajado de las 14 (de 1995) a las 13 de 1999. Mientras se confirma el descenso del interés por la lectura de periódicos: ha bajado del 26% al 14%, crece vertiginosamente el número de personas que utilizan el ordenador (un 53%) y son usuarias de Internet (22%).

Las actividades preferidas por los jóvenes en su tiempo libre son las que implican salir del entorno familiar, como reunirse con amigos, viajar, ir al cine, escuchar música en directo o ir a bares o a cafeterías, actividades que reciben una valoración positiva superior al 90%. Entre las actividades que se realizan «habitualmente» en casa, el 95,4% dice escuchar música y el 92,1% ver la televisión. La siguiente actividad más practicada es escuchar la radio, 89,8%.

Fuente: Jóvenes Españoles 1999 (Fundación Santa María).




## Hacer una lista de las diferencias y similitudes entre el tiempo libre que transcurre en casa y fuera de ella

Las actividades preferidas por los jóvenes en su tiempo libre son las que implican salir del entorno familiar, como reunirse con amigos, viajar, ir al cine, escuchar música en directo o ir a bares o a cafeterías.



Según la encuesta de Jóvenes Españoles 1999 (Fundación Santa María) al menos del 70% de los jóvenes no está asociado. El porcentaje de jóvenes que pertenece a asociaciones o colectivos es, según áreas, la siguiente:

- Deportivas 31,9%
- Culturales 11,8%
- Socio-humanitarias 8,2%


 Responder a la pregunta: ¿Cuáles son los beneficios de pertenecer a una asociación?

Hora de llegada de los jóvenes en fin de semana (Edis 1995).


Edad	12-13	14-15	16-17	18-19	20-21
Antes de las 22	79,1	82,0	30,2	4,3	2,9
Entre las 22 y las 24	7,0	16,5	35,6	21,6	13,1
Entre la 1 y las 3	0,0	5,2	19,8	32,7	34,1
Entre las 3 y las 5	1,5	0,7	6,5	24,8	30,4
Entre las 5 y las 8	4,6	0,7	3,6	7,9	13,1
A partir de las 8	0,0	0,0	0,0	2,9	2,9
NS/NC	12,4	4,5	4,3	4,3	3,6

Casi el 65% de los jóvenes sale todos o casi todos los fines de semana.

Según la Fundación Santa María, en su encuesta Jóvenes Españoles 1999, el 64,6% de los jóvenes sale todos o casi todos los fines de semana. Al final, prácticamente todos salen, aunque sea de forma esporádica.

 Discutir cuáles son las mejores condiciones para poder disfrutar el tiempo libre

Entre los jóvenes de 15 a 24 años un 75% tiene vídeo, un 87% radiocasete, un 84% walkman, un 82% cámara fotográfica y un 42,6% ordenador. Fuente: Jóvenes Españoles 1999 (Fundación Santa María).

 Discutir lo que sugieren los datos sobre medios audiovisuales

# El negocio del tiempo libre

del tiempo libre

## 2

T

odas las personas necesitamos disfrutar y tenemos derecho al ocio, por eso se maneja una gran cantidad de dinero en torno al tiempo libre.

El proceso en el que está inmersa la sociedad de consumo, por el que cada vez más cosas se traducen a su valor en euros (y por lo tanto pueden comprarse y venderse), da lugar a que el ocio se esté convirtiendo en un negocio rentable.

He aquí algunos datos: según el Ministerio de Educación y Cultura se recaudaron en los cines españoles durante 1999 algo más de 490 millones de euros y según la Asociación Fotográfica y Videográfica Española se vendieron casi 62 millones de discos, cintas y compact-disc.

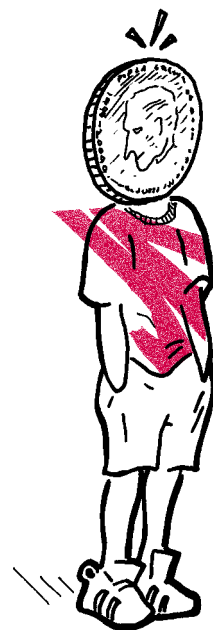
El negocio se dispara si pensamos que los jóvenes (de 15 a 24 años) disponen de unos 100 euros mensuales para sus gastos de tiempo libre. Es decir si multiplicamos esa cifra por una cantidad aproximada de población entre los 15 y los 24 años (unos 3'5 millones) y por los doce meses del año, nos sale que el gasto en tiempo libre de los jóvenes es de unos 4.300 millones de euros (que es algo más que el presupuesto total de la Comunidad Autónoma de Castilla y León).




**Hacer un cálculo individual del gasto mensual en tiempo libre y las diversas cosas en que se gasta**

Sería imposible hacer desaparecer de un país o de una Comunidad las ganancias que se derivan de actividades de ocio. Por ejemplo, la industria del alcohol movió más de 6.000 millones de euros en el año 1999, sustancia que es en su mayor parte consumida en el espacio dedicado al ocio.

El ocio es una actividad económica como otras muchas y mueve una gran cantidad de dinero.



Además, las personas que se dedican al negocio del tiempo libre invierten mucho dinero en seguir «cuidando la salud» de éste. Las inversiones en publicidad sobrepasaron los 670 millones de euros en el caso de actividades relacionadas con la cultura, sobrepasaron los 233 millones con las bebidas, los 69 millones en el caso del deporte y actividades de tiempo libre y los 54 millones en el caso del tabaco (que no puede hacer uso de la televisión).


 **Hacer cálculos sobre cuántas cosas importantes se podrían hacer con el dinero medio que una persona se gasta al año en tabaco**

Por si fuera poco las editoriales, los bares de moda, los cines, la televisión suelen estar en manos de pocos propietarios aunque todos nos parezcan diferentes. Los principales utensilios del ocio y los esfuerzos por utilizarlos contribuyen al enriquecimiento de esos pocos. Lo que no cuesta dinero o cuesta muy poco está desapareciendo: la calle, la tertulia, las asociaciones y colectivos, cuidar las plantas, escribir, etc. Existen muchas razones para ello pero una de las más importantes es que conversar y reírse sentados en un banco no enriquece a nadie (excepto a los que están haciéndolo).

**Los jóvenes españoles se gastan una media de 32.000 pesetas al mes en ocio. Por otro lado, el 98% compra ropa todos los meses y el 42,6% al menos un disco.**

Las conclusiones del trabajo del CIS (Juventud y Economía 1998), realizado sobre una muestra de 2.463 jóvenes de ambos sexos y de toda España, revelan el volumen de gasto en los diferentes capítulos: salir a tomar algo (42 euros mensuales como media), tabaco (36), transporte (32), discotecas (30), excursiones (27), conciertos (18), discos (17), cine y teatro (12), anticonceptivos (10). Esto no significa que todos los jóvenes gasten en esos capítulos, sino la cifra media de gasto cuando se produce.

Los jóvenes españoles se gastan una media de 192 euros al mes en ocio. Por otro lado, el 98% compra ropa todos los meses y el 42,6% al menos un disco. El 41% adquiere tabaco al menos una vez al mes. Los anticonceptivos no son gasto habitual para 3 de cada 4 jóvenes. El 49% consigue reunir unos 900 euros al año. El 76,6% tiene una cuenta bancaria propia y el 13,9%, un crédito a su nombre. Además, más de la mitad de ellos (51,9%) piensa que la tendencia consumista aumentará en las generaciones posteriores de jóvenes.

 **Realizar una tormenta de ideas sobre actividades de tiempo libre que no requieran ningún gasto**

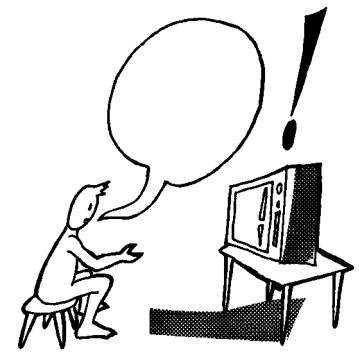
# Su majestad, Su majestad, la televisión la televisión

# 3

**N**o hay duda de que el televisor se está convirtiendo en el rey de la casa y en la actividad por excelencia en la que se ocupa el tiempo libre. En España se invirtieron en 2001 en ver la televisión unas 3 horas y 15 minutos diarios de media, es decir, de los siete días de la semana nos pasamos casi uno entero frente a la pantalla.

En 2001 se ofrecieron por televisión en España más de 107.000 horas de programación televisiva. En 2001 los cinco programas de televisión más vistos del año fueron cuatro partidos de fútbol y las campanadas de fin de año. El programa con más audiencia fue un partido de fútbol de la Eurocopa ante el que se colocaron 24 millones de personas.

👉 **Calcular la media de horas de televisión diarias y semanales de todo el grupo y establecer los mejores y los peores programas de televisión**



No cabe duda de que la televisión es un avance de la sociedad actual. Muchas personas han aprendido a leer y escribir, han soportado grandes períodos de soledad, han conocido otras culturas, han desarrollado nuevas habilidades, han encontrado trabajo, han aumentado su nivel cultural, han reencontrado a sus familias, han desarrollado sus sueños y han crecido personal y socialmente gracias a la televisión.

Sin embargo, la televisión aparece como un factor determinante en otros procesos que no son tan beneficiosos para las personas: la pérdida de hábitos como la lectura o la conversación, la tiranía que ejerce en los hogares, el hecho de que los niños y niñas pequeños la tengan como su principal compañera de ocio...

**En España se invirtieron en 2001 en ver la televisión unas 3 horas y 15 minutos diarios de media, es decir de los siete días de la semana nos pasamos casi uno entero frente a la pantalla.**

La televisión viene a sumarse a otros problemas que no están originados por ella pero que se encadenan. Por ejemplo, las familias son cada vez más pequeñas y los hermanos y hermanas son sustituidos por la tele, a su vez en casas pequeñas donde las posibilidades de juego están limitadas, y la calle está descartada por insegura.

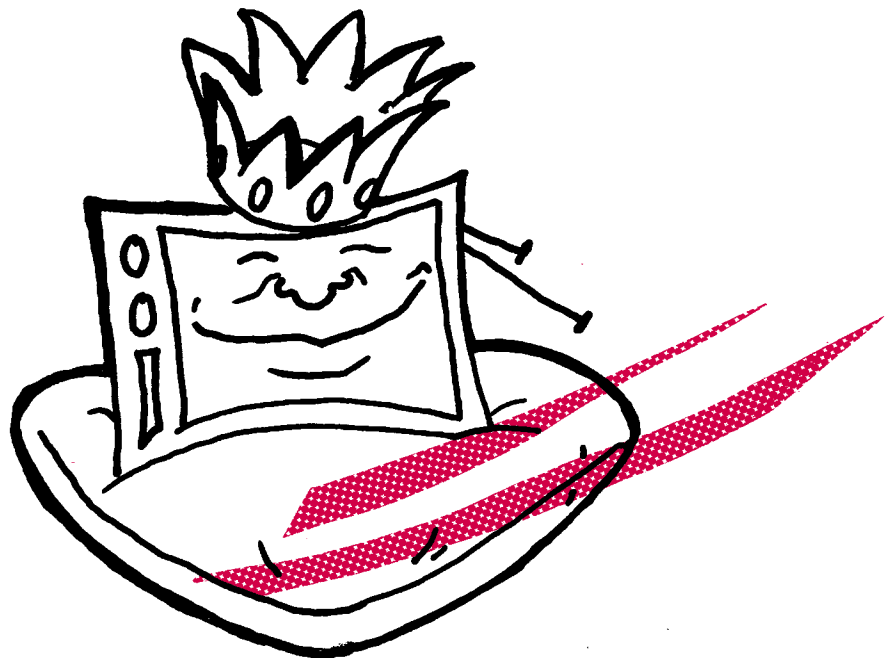
El lenguaje que se habla, los hábitos de consumo, los contenidos de las conversaciones, los horarios de las personas y otras cuestiones están demasiado influidos por la televisión.

La televisión, como otras muchas cosas, no es buena ni mala en sí misma. Es la utilización que se hace o puede hacer de ella lo que la convierte en un objeto para nuestra felicidad o para nuestra desgracia. En cualquier caso, no está de más detenerse a analizarla un poco más.



**Discutir si la televisión es algo neutral y el problema es el uso que se hace de ella o, por el contrario, la televisión como tal es negativa**


El lenguaje que se habla, los hábitos de consumo, los contenidos de las conversaciones, los horarios de las personas y otras cuestiones están demasiado influidos por la televisión.



# El tiempo libre virtual

# 4

**E**n el año 2000 el equipamiento de los hogares españoles era el siguiente: el 37% con ordenador, el 25% con videoconsola, el 99% con televisión (el 67% con al menos dos televisores), el 98% con radio, el 97% con teléfono y el 62% con teléfono móvil (al menos uno). Al teatro asistieron en total 9.736.735 personas durante 1999 (todo el teatro junto no estaría ni entre los cincuenta programas más vistos de la televisión).

 **Hacer una valoración de la utilización del teléfono móvil: formas, ventajas, desventajas, etc.**

Cada vez tenemos una mayor preferencia por rodearnos y acompañarnos en nuestro tiempo libre de lo virtual, lo inexistente, en lugar de hacerlo con personas y las relaciones con ellas. ¿Por qué? Las tecnologías de la pantalla producen ilusión de acompañamiento, «enciendo la tele, aunque no la mire, para sentirme acompañada», distraen (cuando lo consiguen) pero no acompañan.


Cada minuto de televisión es tiempo sustraído a las relaciones personales. Minuto a minuto se disminuye la red de relaciones. ¿Cuántos minutos te han sustraído las 5.880 horas de televisión que has visto en los últimos cinco años?

La interacción cara a cara es insustituible para el sentimiento de acompañamiento. Desde esta perspectiva, la «interactividad» electrónica no alcanza en la mayor parte de los casos (en complejidad y riqueza) ni a una elemental conversación de bar.

La tecnología de la simulación está llegando suficientemente lejos como para conseguir atrapar fuera de las redes de interrelación personal a una

La interacción cara a cara es insustituible para el sentimiento de acompañamiento. Desde esta perspectiva, la «interactividad» electrónica no alcanza en la mayor parte de los casos (en complejidad y riqueza) ni a una elemental conversación de bar.


parte cada vez mayor de la población. Tal vez la relación con la realidad virtual empiece a resultar más atractiva [...]. Algunos videojuegos consiguen atrapar a sus jugadores hasta 8 y 10 horas seguidas. Pero una vez que apagamos el ordenador, no somos nadie para el ordenador.

 **Poner ejemplos y discutir casos y momentos en los que un objeto sustituye o se antepone a las personas**

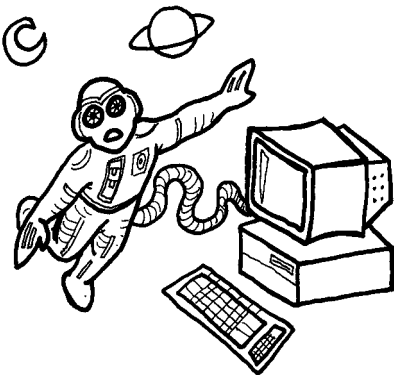
En un mundo en el que el territorio está cada vez más ocupado y el espacio es cada vez más difícil de ocupar no es extraño que la virtualidad, el ciberespacio, sea un lugar en el que las personas puedan expandirse, relajarse o simplemente estar. Y es lógico que me encuentre a gusto en un espacio como la pantalla, en un lugar donde yo tomo todas las decisiones y puedo efectuar los cambios que desee.

Además, el ordenador nos ofrece experiencias y conocimientos que sería prácticamente imposible conseguir en el mundo real.

Cuando la navegación por Internet es una experiencia consciente de placer o aprendizaje no es importante el número de horas que pasemos «allí», pero cuando se trata del único reducto que nos queda una vez destruida nuestra capacidad de relacionarnos y aprovechar a los demás para ser felices y compartir ese placer y ese aprendizaje, conviene que nos paremos a pensar.

 **Debatir las ventajas e inconvenientes de Internet**

La realidad virtual está ofreciendo una gran cantidad de alternativas al tiempo libre (videojuegos, ordenadores, redes informáticas...). Debemos saber aprovechar estas oportunidades con curiosidad y prudencia.



# La noche

La noche

5

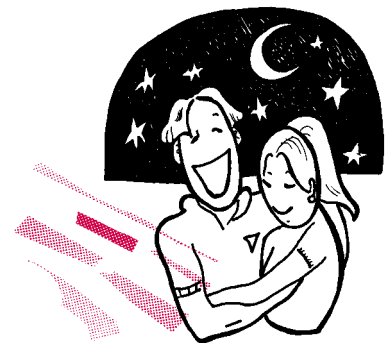
**L**a noche se está convirtiendo en el período por excelencia en el que los jóvenes disfrutan y desarrollan su tiempo libre. ¿Por qué? Es una pregunta que es necesario pararse a pensar. He aquí algunas pistas que pueden ayudar a ello.


La noche se presenta como oposición al día, esto es evidente. Pero es que el día se identifica con los estudios, con el trabajo, con la familia. Por lo tanto, es fácil llegar a pensar que la noche es el espacio donde no están el trabajo, el estudio o la familia, es decir, el tiempo libre y los amigos.

La noche se ha relacionado culturalmente con las relaciones sexuales y, por extensión, con ligar y las relaciones personales. Un periodo en el que la actividad sexual es elevada puede «desarrollarse» mejor en la noche.

La noche (a pesar de la luz eléctrica) es el período de la oscuridad, donde todos somos más iguales porque se nos ve menos. Donde la oscuridad invita a la clandestinidad y a realizar actividades (como beber en exceso o consumir otras drogas) que no nos están tan permitidas en otros momentos.

La noche también es más peligrosa (por la clandestinidad), da más juego a la soledad (programas de radio), es diferente según nuestra capacidad de gasto, es más propia porque hay menos gente y menos coches (tocamos a más), si nos divertimos no dormimos (la única alternativa a la cama es el tiempo libre). La noche está de moda. La noche ¿está de moda?



 **Discutir las relaciones entre la noche y el tiempo libre**

La noche se está convirtiendo en el periodo por excelencia en el que los jóvenes disfrutan y desarrollan su tiempo libre. Las características y elementos que se integran en la noche lo favorecen.



# 6

Yo lo que  
quiero es...  
quiero es...



Cuando las personas realizan actividades en el tiempo libre, cuando ocupan su ocio, se marcan objetivos. Cualquier grupo de personas busca conseguir cosas: divertirse, no aburrirse, hacer algo, estar bien, etc. Algunas de las formas en las que definimos lo que queremos obtener con el tiempo libre son muy importantes para pensar qué es lo que vamos a hacer y, a veces, esas definiciones pueden ser tramposas.

Aburrirse es un sentimiento por el que cualquier persona siente rechazo. Nadie prefiere el aburrimiento. Cuando hacemos algo para no aburrirnos estamos definiendo lo que deseamos por negativo. Lo que queremos es evitar algo, no conseguirlo. Es evidente que lo contrario de aburrirse es divertirse, pero cuando un grupo realiza una actividad para no aburrirse no ha elegido qué es lo que le divierte, no ha decidido lo que sí quiere que le ocurra, ha pensado lo que no quiere que le ocurra.

El aburrimiento es un fenómeno difícil de establecer porque algunas personas se aburren con unas cosas y otras personas se divierten con ellas, y al revés. ¿Qué hacemos para no aburrirnos? A menudo cualquier cosa. No importa qué es lo que sea porque lo importante es que parezca que nos divertimos. Cuando tenemos mucha hambre lo que queremos es comer algo, da igual lo que sea. Cuando el hambre no es tanta nos gusta elegir mejor lo que queremos comer. Con el aburrimiento ocurre algo parecido, sólo que no hay grados de aburrimiento, cualquier momento aburrido ya es negativo y hay que evitarlo. Por eso, a veces realizamos actividades en el tiempo libre, no porque nos apetezcan sino por evitar un posible aburrimiento.

Aburrirse no es lo mismo que no hacer nada. Podemos desear de vez en cuando no hacer nada, pero nadie desea aburrirse.



**Definir lo que es el aburrimiento para cada persona del grupo. Hacer listados de cosas aburridas y cosas no aburridas**

Para no aburrirse, simplemente hay que hacer otras cosas. El aburrimiento no desaparece si cambiamos de lugar (de la escuela al bar de moda), de sonido (del walkman al altavoz), de consumo (de no tomar nada a tomar algo). Cambiar todo menos lo que nos produce aburrimiento no sirve para nada.

Necesitamos cambiar la cabeza para no aburrirnos, no nuestro cuerpo o el entorno en el que nos encontramos. Por otro lado no está de más reivindicar el derecho a no hacer nada. Como elección, como decisión.

La forma en que definimos lo que significa la diversión puede ayudarnos a saber qué es lo que vamos a hacer. Sin embargo, otras formas de hacerlo pueden resultar resbaladizas. ¿Qué es estar bien?, ¿cuándo se coge el punto?, ¿cómo se hace para divertirse? Con frecuencia nos dicen que comprar una cosa, consumir algo o acudir a un sitio nos va a procurar la diversión, pero la única forma de hacerse con un tiempo libre divertido y estimulante es trabajar desde uno mismo.



La forma en que definimos lo que significa la diversión puede ayudarnos a saber qué es lo que vamos a hacer. Con frecuencia nos dicen que comprar una cosa, consumir algo o acudir a un sitio nos va a procurar la diversión, pero la única forma de hacerse con un tiempo libre divertido y estimulante es trabajar desde uno mismo.

# 7

## Viendo «Un hombre llamado caballo»

**E**n la película «Un hombre llamado caballo» Richard Harris interpretaba a un «rostro pálido» recogido por una tribu india. Al principio era tratado como un animal, y más tarde como un esclavo. Su vida entre los indios le permitió conocer mejor su forma de vivir y adaptarse a ella. Poco a poco fue integrándose entre ellos y llegado el momento de convertirse en un guerrero más de la tribu, debía someterse a la ceremonia que lo haría posible.

En presencia de los otros guerreros de la tribu era suspendido en el aire sujeto por unas correas que le prendían de unas astillas de madera que estaban clavadas en su pecho transversalmente. Tras el rito era gozosamente aceptado por todos.

La sociedad occidental no posee este tipo de ritos de iniciación, pero sí otros. Entre ellos se encuentran la primera comunión, las fiestas de cumpleaños, las novatadas, las presentaciones en sociedad y uno de los más extendidos y significativos: el contacto y primeros consumos de alcohol y tabaco.

La diferencia histórica y cultural entre la película y los ritos actuales es evidente. Sin embargo, aquéllos y éstos comparten dos características: el esfuerzo y la colectividad.


El dolor que le producía al guerrero indio era insoportable pero debía superarlo si de verdad quería estar junto a los demás miembros de la tribu en igualdad de condiciones. De la misma manera deberemos consumir sustancias de las que no nos gustará su sabor, que nos producirán dolor de cabeza y mareos, con las que tendremos tos y dificultades para respirar. Pero, al fin y al cabo, es el precio que hay que pagar; ¿es el precio que hay que pagar?

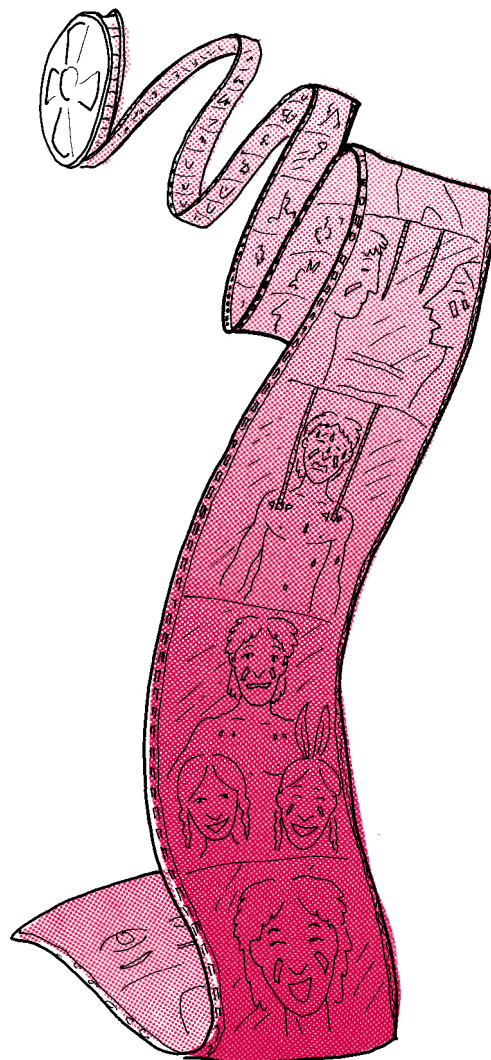
En segundo lugar está el colectivo, los demás, el grupo. Todo ritual de iniciación y aceptación necesita un iniciado y alguien que lo acepte. Las correas del guerrero pendían de una gran tienda india en la que todos los guerreros de la tribu se hallaban convocados. En presencia de los demás también

Los ritos de iniciación están muy presentes en el ocio y el tiempo libre: la primera borrachera, el primer «porro», la primera película pornográfica...

deben producirse los ritos modernos. No sirve de nada contar historias, «hay que demostrarlo», y cuanto más claramente mejor. En fin, es el precio que hay que pagar; ¿es el precio que hay que pagar?

Por último, hay que hacer notar que una gran parte de los ritos de iniciación de nuestra cultura y de nuestra sociedad se encuentran ubicados en el tiempo libre. Están menos relacionados con las actividades de subsistencia o con el trabajo y más con la diversión y el uso del ocio. Esto facilita que las personas creamos que estamos eligiendo hacer esas cosas que hacemos. Sin embargo, la presión social y grupal no dejan mucho lugar a la decisión que, si es negativa (no voy a hacerlo), suele contar con pocos apoyos.

 **Hacer una lista de las cosas que son necesarias para considerarse una persona madura**



Una gran parte de los ritos de iniciación de nuestra cultura y de nuestra sociedad se encuentran ubicados en el tiempo libre.

# Para terminar

Para terminar

**E**

l tiempo libre no se agota aquí ni mucho menos, quedan muchas cosas por averiguar, decir, mostrar, reivindicar, cambiar, negar, establecer, comprometer, descubrir, desarrollar, investigar...

Lo más evidente de este pequeño repaso al ocio y al uso del tiempo libre es que nuestra sociedad tiene mucho dinero y tiempo invertido en el tiempo libre y que lo que llamamos progreso nos procura un espacio de tiempo sobre el que hay que tomar posturas. Cada persona que haya leído este dossier habrá sacado conclusiones, habrá argumentado con su grupo o habrá descubierto ideas nuevas. Y ¿ahora qué?

Probablemente es el momento de que cada uno de nosotros nos tomemos en serio una parte tan importante de nuestra vida. Importante por el tiempo que ocupa y por lo mucho que nos influye para decidir si somos felices. Es hora de hacerse con las riendas de nuestro tiempo libre en lugar de delegar en la publicidad, en los demás, en las modas o en los medios de comunicación qué es lo que vamos hacer y por qué. Probablemente un tiempo libre facilitador de la felicidad sea un tiempo libre construido con inteligencia.

