

Ocio, desarrollo humano y ciudadanías

Manuel Cuenca Cabeza*

En el curso 1999/2000 dirigí un trabajo de investigación sobre Ocio y desarrollo humano, que nacía de una preocupación por Colombia. Se trataba de una tesina realizada por un colombiano, José Fernando Tabares Fernández, con motivo de su acreditación como investigador en el programa de doctorado Ocio y potencial humano, del que he sido director durante más de veinte años. Años después, José Fernando alcanzaría brillantemente su doctorado con una tesis igualmente centrada en su tierra natal.

La invitación recibida para visitar esta entrañable tierra de Medellín con el fin de participar en el I Congreso Internacional de Ocio y Recreación, en el cual abordaría el tema de la tesina comentada, me ha brindado la ocasión de releer la investigación de Tabares y recordar múltiples ideas que nos preocupaban entonces y siguen vigentes en la actualidad. Hoy quisiera detenerme en el tema Ocio y desarrollo humano, partiendo de los nuevos planteamientos conseguidos al finalizar los fundamentos teóricos de una investigación de profundo calado, apoyada por el Programa Nacional de Proyectos de I+D+i español, y que, aunque centrada en el ocio como factor de desarrollo personal de los jóvenes, nos ha obligado a profundizar en unos principios básicos generales que son los que aparecen a lo largo de este texto.

La interrelación del ocio con el desarrollo humano en un contexto ciudadano siempre me pareció una cuestión de sumo interés para los estudios de ocio, a los que me vengo dedicado desde hace casi tres décadas. Un interés que, pasados los años, ha ido creciendo y podría decirse que, con motivo de la crisis económica generalizada que vivimos en Europa, ha ido adquiriendo mayor actualidad. Tabares (2000) planteaba en su

* Doctor en Filosofía y letras. Catedrático de pedagogía en la Universidad de Deusto. Fundador del Instituto de Estudios de Ocio de la Universidad de Deusto. Investigador del equipo de investigación Ocio y Desarrollo Humano de la Universidad de Deusto. Presidente de Otium, Asociación Iberoamericana de Estudios de Ocio, y de la Red de Investigación OcioGune. mcuenca@deusto.es

estudio múltiples ideas sugerentes y profundizaba en las teorías más interesantes sobre el desarrollo, para relacionarlas luego con el ocio humanista. Yo trataré de hacer lo mismo, aunque centraré mi interés en tres ideas destacables hoy de la investigación de Tabares (2000), tratando de encuadrarlas o releerlas desde las aportaciones de la investigación antes mencionada. Me refiero concretamente a su aportación sobre el ocio y los satisfactores, al concepto de desarrollo al que finalmente se adhiere en su investigación y, finalmente, su preocupación por los indicadores. Estas tres ideas me servirán para estructurar el desarrollo de este capítulo, que finalizará con unas reflexiones generales.

Antes de iniciar el desarrollo de estos puntos quisiera recordar que, en el trabajo de Tabares (2000), está presente una continuada preocupación por la desigualdad de oportunidades en el acceso al ocio, algo que se puede palpar en todas las sociedades del mundo y, especialmente, en los países en vías de desarrollo. Esta preocupación, que el director del trabajo compartía con el autor, estaba presente ya en el inicio del proyecto Estudios de Ocio de Deusto, del que el pasado curso celebró el 25 aniversario.

A mi modo de ver, la desigualdad de oportunidades en el acceso al disfrute de un ocio positivo, capaz de desarrollar a las personas y las comunidades, no se genera sólo por el diferente poder económico que, evidentemente, diferencia unas sociedades de otras, sino también, y creo que fundamentalmente, por la desigualdad de acceso a una formación adecuada. El ocio humanista que nosotros defendemos no es una cuestión de mercado, sino algo propio de una persona madura y formada. Y cuando digo madura y formada no me refiero a la posesión de múltiples estudios y títulos académicos, sino a las personas que han sabido cultivar sus gustos y sus aficiones, y a través de ellos han desarrollado su sensibilidad, la apertura a los demás y el gusto por una vida más feliz para todos.

Esto significa que, antes de hablar de desarrollo humano, quizá convenga que recuerde lo que entendemos por ocio y, más concretamente, por ocio humanista, a sabiendas de que en Colombia quizá suene raro esta terminología porque ustedes no hablan tanto de ocio como de recrea-

ción. En cualquier caso, no importa tanto cual sea la palabra que usemos, lo que de verdad tiene interés es el significado que le atribuimos.

1. De las prácticas de ocio al ocio valioso

Comencemos por diferenciar entre ocio, experiencia de ocio y ocio humanista, porque el concepto de estos términos, lo que entendemos por estas palabras, es algo esencial para poder hablar luego de ocio valioso. En una primera aproximación general al concepto, podemos decir que ocio es todo aquello que las personas realizamos de un modo libre y sin una finalidad utilitaria sino, fundamentalmente, porque disfrutamos con ello. El ocio, y también podría decirse de la recreación, no es un tiempo, ni unas actividades que se denominan así, sino una acción personal y/o comunitaria que tiene su raíz en la motivación y la voluntad. Se hace realidad de forma personal pero también se manifiesta como fenómeno social. Esta visión amplia del ocio está en la base de todas las demás y se puede decir que es accesible a todas las personas porque, a lo largo de la historia de la humanidad, se ha hecho presente a través del juego, la fiesta, el disfrute de la cultura y otras manifestaciones. Colombia es un país privilegiado cuando se habla de juego, fiesta y cultura, por eso creo que es un país abierto al ocio en su sentido más esencial.

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

En este contexto de ocio entendido como acción libre generadora de experiencias, es donde tiene sentido hablar de ocio humanista (Cuenca: 2000, 2004, 2005). En este caso hablamos de un ocio experiencial positivo y digno, que favorece la mejora de la persona y la comunidad, un ocio que se sustenta en los tres valores fundamentales: libertad, satisfacción y gratuidad, y se orienta hacia referentes de identidad, superación y justicia. Se puede hablar de un ocio humanista personal o comunitario, pero, en cualquier caso, no es un ocio espontáneo, sino una experiencia integral compleja que requiere formación.

La diferenciación entre estos conceptos de ocio nos parece fundamental para poder hablar de ocio valioso. En el avance del conocimiento al que venturosamente hemos asistido a lo largo de estos años, siempre hemos dejado claro que, cuando hablábamos de ocio, no nos estábamos refiriendo a un ocio cualquiera, sino a un tipo de ocio específico que, desde el inicio, dimos en llamar ocio autotélico, luego ocio humanista y, más recientemente, ocio valioso. Si el ocio humanista no es algo que ocurra por azar, sino que es una realidad cultivada y un reto constante desde el punto de vista del desarrollo humano, el ocio valioso se ancla precisamente ahí, en el desarrollo humano.

Ocio valioso es la afirmación de un ocio con valores positivos para las personas y las comunidades, un ocio basado en el reconocimiento de la importancia de las experiencias satisfactorias y su potencial de desarrollo social. El adjetivo “valioso” enfatiza aquí el valor social beneficioso que se reconoce en la práctica de determinados ocios, así como su potencial de desarrollo humano, lo que no excluye otros tipos de desarrollo inherentes como pudiera ser el económico.

Llegados a este punto, quiero recordar aquí la primera de las aportaciones del trabajo de Tabares (2000) a las que me refería antes, es decir, su acierto al relacionar ocio y satisfactores. Entiendo que Tabares acertó plenamente al entender —siguiendo las teorías de Max-Neef (1998)— la diferencia entre el ocio como necesidad humana y los satisfactores de esas necesidades. Desde este punto de vista, las necesidades humanas son las mismas para todos; de ahí que el derecho al ocio sea un derecho humano común, lo que varía en función de la cultura y de

los diversos tipos de sociedad son los satisfactores, los modos diferenciados que permiten satisfacer las necesidades humanas comunes. Y es que los satisfactores no son bienes económicos disponibles sino que, en palabras de Max-Neef (1998), se refieren a “formas de ser, tener, hacer, estar” (p. 50).

Desde el punto de vista del ocio, esto significa que el ocio valioso, en cuanto necesidad humana de satisfacción, disfrute, distanciamiento de la realidad o realización personal y comunitaria, adopta diferentes modos de satisfacción en función de las mentalidades, tradiciones y culturas de los diferentes pueblos; lo que, en ningún caso, se puede obviar. De ahí que no podamos identificar un ocio valioso con el que se nos muestra a través de la sociedad de consumo; porque, de hecho, el ocio humanista es plurifacético y diverso, dependiendo de la percepción de los practicantes.

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

Una experiencia de ocio puede oscilar desde la mera aceptación —realizar algo que me gusta, sin más—, a la inmersión receptiva y contemplativa, capaz de proporcionarnos una experiencia intensa, inolvidable, catártica. En la psicología humanista, Abraham Maslow y sus seguidores hicieron ver hace tiempo la importancia que tienen para las personas las denominadas experiencias cumbre o experiencias óptimas. Desde sus posicionamientos, el ocio puede ser un ámbito en el que cul-

tivar el cuerpo y el espíritu para llevar a cabo una vida mejor y de mayor calidad, tanto a nivel personal como comunitario.

En recientes trabajos he afirmado que la intensidad con la que se vive una experiencia está relacionada con la novedad, el contexto sociocultural, el grado de conocimiento y otros aspectos, subjetivos y objetivos, entre los que resaltaremos la propia calidad de la experiencia. Cualquier experiencia cotidiana se transforma en acontecimiento a través de la fiesta. Sin embargo, más allá de la vivencia novedosa o festiva, la experiencia vital no se explica solo en sí misma sino en cuanto inserta en sus coordenadas espaciotemporales. La persona no vive únicamente su vida como individuo, sino que también, consciente o inconscientemente, participa de su época y de sus contemporáneos. Las experiencias vitales se perciben y se viven con un horizonte espaciotemporal que afecta tanto a la persona como a la comunidad.

Esta encrucijada de entramados personales y sociales, subjetivos y de época, nos permite comprender la complejidad del ámbito en el que nos encontramos y en el que entendemos que se debe ubicar la experiencia de ocio. Tanto en la vivencia como en la expresión de las emociones intervienen importantísimos factores socioculturales. Cada cultura premia la expresión de determinadas emociones y castiga otras. Fericgla (2000) precisa que algunas emociones están presentes desde el nacimiento, o aun desde antes, pero otras aparecen tardíamente.

La intensidad de la experiencia de ocio también está relacionada con el grado de conocimiento y habilidad adquiridos en la afición que se practique. Las investigaciones de Stebbins (1992) y Tomlinson (1993) hacen ver la importancia de diferenciar el ocio serio del casual. El primero se identifica con la práctica sistemática y voluntaria de una determinada actividad *amateur*, de voluntariado o un *hobby*. El segundo, el ocio casual, se refiere a una práctica puntual de ocio. Entre uno y otro podríamos situar los cuatro niveles de especialización tratados por Bryan (1979), quien encontró que los participantes en una actividad de ocio podrían clasificarse en:

1. Principiantes (aquellos que se interesan por conseguir algunos resultados).

2. Los que empiezan a ganar competencia y se marcan otros retos más difíciles.
3. Especialistas en algo (con un interés especializado).
4. Personas que hacen de sus prácticas de ocio un motivo de identificación.

Es evidente que el grado de conocimiento y satisfacción en cada estadio no es el mismo, por lo que una adecuada oferta de ocio nunca debiera ignorar estos planteamientos, directamente ligados a las demandas de calidad.

No cabe duda de que la intensidad guarda relación con el mayor o menor significado personal que se le otorga a una experiencia. Esto quiere decir, siguiendo a Csikszentmihalyi (1998), que la persona es, en último término, la que determina si una experiencia es aburrida, gratificante u óptima; de ahí que la calidad de una experiencia de ocio deba ser determinada por la persona que la experimenta. Las teorías de Maslow (1993) o Csikszentmihalyi (1998) nos enseñan que las personas necesitamos motivaciones que den sentido a nuestras vidas, en todos los niveles sociales y en todas las épocas. Un reto importante de las experiencias de ocio es aumentar su significado vital.

Volviendo al trabajo de Tabares (2000) precisaré que el enfoque de las necesidades básicas hacia el que llama la atención, constituye el núcleo de las teorías alternativas opuestas a todas aquellas que entienden el desarrollo como algo esencialmente económico, por lo que nos introduce directamente en el siguiente punto de nuestra reflexión: el desarrollo humano hoy. Un tema que sigue la huella planteada por Paul Streeten (1986) en su libro *Lo primero es lo primero: satisfacer las necesidades humanas básicas de los países en desarrollo*, desde cuyo título centra el foco de atención en la satisfacción de necesidades básicas concretas, ya sean materiales (como alimentación, salud o educación) o inmateriales (autodeterminación, confianza o identidad); y, para hacerlo posible, propone que estas necesidades se organicen según una jerarquía de prioridades que tengan en cuenta el desarrollo sustentable, es decir, la satisfacción de las necesidades del presente sin comprometer las ne-

cesidades de futuras generaciones. Todas estas ideas siguen siendo de interés, aunque los planteamientos vayan cambiando, como veremos a continuación.

2. El ocio valioso desde la mirada social del concepto de desarrollo humano

Comienzo el apartado con la segunda mirada al trabajo de Tabares (2000), donde, tras analizar distintas teorías y concepciones sobre el desarrollo, el autor se hace la siguiente pregunta: ¿cómo pensar entonces en el desarrollo del ocio en la dirección del bienestar humano, en aquellas sociedades que por diferentes razones no podrán llegar a los niveles de las llamadas sociedades desarrolladas? Esta pregunta no se podría contestar sin optar por un concepto de desarrollo determinado y, finalmente, opta por tomar como referente el concepto de Desarrollo Humano propuesto por el Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo, que aparece en el primer Informe publicado en 1990 y en el que se define así:

El desarrollo humano es un proceso en el cual se amplían las oportunidades del ser humano. En principio, estas oportunidades pueden ser infinitas y cambiar con el tiempo. Sin embargo, a todos los niveles del desarrollo, las tres más esenciales son disfrutar de una vida prolongada y saludable, adquirir conocimientos y tener acceso a los recursos necesarios para lograr nivel de vida decente. Si no se poseen estas oportunidades esenciales, muchas otras alternativas continuarán siendo inaccesibles (...). Pero el desarrollo humano no termina allí. Otras oportunidades altamente valoradas por muchas personas, van desde la libertad política, económica y social, hasta la posibilidad de ser creativo y productivo, respetarse a sí mismo y disfrutar de la garantía de derechos humanos. (...) El desarrollo humano tiene dos aspectos. La formación de capacidades humanas —tales como el mejor estado de salud, conocimientos y destrezas— y el uso que la gente hace de las capacidades adquiridas, para el descanso, la producción o las actividades culturales, sociales y políticas. Si el desarrollo humano no consigue equilibrar estos dos aspectos, puede generarse una considerable frustración humana (...) el desarrollo debe abarcar más que la expansión

de la riqueza y los ingresos. Su objetivo central debe ser el ser humano (PNUD, 1990, p. 34).

Estas palabras abren el horizonte hacia un nuevo concepto de desarrollo, centrado en las personas y en lo que de verdad les importa, al que pronto nos referiremos, plantea la necesidad de ir más allá del mero desarrollo económico y presta atención a otros aspectos trascendentales para las personas y su calidad de vida. Ahí es donde situamos la importancia del ocio valioso y nos preguntamos sobre el papel que debe asumir el ocio para lograr un mundo mejor.

Para referirnos a los nuevos conceptos de desarrollo haremos referencia a obras de autores tales como Amartya Sen (2000) y Martha Nussbaum (2012), o alusiones a documentos significativos, como el *Informe sobre desarrollo humano en Chile* (PNUD, 2012) y la Nota del Secretario General tras la Resolución de Naciones Unidas sobre “La felicidad: hacia un enfoque holístico del desarrollo” (ONU, 2013). Esta mirada, desde un horizonte social, se complementará en el siguiente apartado con reflexiones de desarrollo más personales procedentes del pensamiento y la obra de Howard Gardner (1995).

El origen y la confluencia de las diversas aproximaciones en el actual modo de concebir el desarrollo humano tienen su precedente en el pensamiento que Aristóteles (1993) afirma en la *Ética nicomáquea* que la riqueza no es en sí el bien que se busca, por no ser más que un instrumento para alcanzar otros fines. Esta reflexión, retomada desde el punto de vista del desarrollo, ha venido a replantear cualquier proceso de desarrollo centrado exclusivamente en la renta o la riqueza, girando la mirada hacia el desarrollo de valores y capacidades de las personas.

El concepto de desarrollo en el que se asume que la acción pública debe preocuparse de aquello que verdaderamente importa a las personas, adquiere especial relevancia la función del ocio valioso y su incidencia social. Aspirar al desarrollo es algo necesariamente afín al concepto de ocio humanista que, partiendo de la libertad personal, aspira a mejorar a las personas y las comunidades a partir de las experiencias satisfactorias. No es casualidad que Aristóteles (1993) utilizara el término *eudemonía*, frecuentemente traducido como “felicidad”, para describir

una vida *bien vivida*, y defendiese que el ocio (*skholé*) es el principio de todas las cosas, en cuanto sirve para lograr el fin supremo del hombre, que es la felicidad.

Es evidente que ambos conceptos no están alejados entre sí y hasta pudiera decirse que son dos puntos de vista diferentes, pero complementarios. Así es como vemos la relación entre el desarrollo humano centrado en las personas y el ocio humanista que venimos estudiando desde hace años. En ese necesario diálogo que proponemos sobresalen nuevos aspectos que despiertan un especial interés para cualquier persona de cualquier lugar del mundo. Tal es el tema de la felicidad, los valores, las capacidades o la relación de la satisfacción entre lo personal y lo social. Nos detenemos brevemente en ellos ayudándonos de los documentos comentados.

La felicidad como objetivo

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

La felicidad tiene una relación directa con las experiencias satisfactorias. Difícilmente puede asociarse al sufrimiento. De hecho, investigaciones recientes nos señalan que *sentirse contento* amplía las per-

cepciones, aumenta la creatividad, fomenta la salud física y prolonga la vida; así lo afirman, por ejemplo, Sonja Lyubomirsky, Ed Diener & Laura King (2005). Las vivencias satisfactorias tienen consecuencias positivas que se agrupan en torno al concepto de bienestar individual y social. En el Informe sobre el estado del Voluntariado de las Naciones Unidas en el mundo (VNU, 2011) el bienestar se ha definido como “el hecho de sentirse bien y encontrarse bien tanto física como emocionalmente” (p. 96).

Hay autores, como Huppert (2008) o White (2009), que están de acuerdo en afirmar que la esencia del bienestar se encuentra en la sensación de tener lo que se necesita para que la vida sea buena. Sin embargo, en otras aproximaciones:

La felicidad se refiere a los sentimientos positivos subjetivos sobre el contexto y el entorno vital propios, mientras que el bienestar incluye parámetros cuantificables como la salud, la seguridad y la estabilidad financiera, junto con sensaciones de unión y participación (VNU, 2011, p. 96).

Vista de este modo, la felicidad se puede considerar una parte integral del bienestar. Según el Informe Chile (PNUD, 2012), la felicidad es solo una de las maneras en que es posible hablar de un tema más general, que es el bienestar subjetivo. Desde este punto de vista, el bienestar subjetivo es una de las formas más atractivas de nombrarlo, porque atrae el interés de todos los actores y seduce de manera especial al lenguaje de la política.

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

aquello que tenga relación con la felicidad, donde la vivencia de un ocio auténtico y positivo, que forma parte del ideal propugnado por el ocio humanista, tiene mucho que aportar.

Tanto bienestar como felicidad son dos términos que siempre se relacionan con los beneficios de las experiencias de ocio, independientemente de la edad o el territorio al que nos refiramos. Son muchos los estudios que nos hablan de los beneficios de las experiencias de ocio en términos de resultados de bienestar. De cualquier modo, lo que interesa aquí es la importancia de poner en valor el conocimiento adquirido sobre la incidencia de las experiencias satisfactorias a través del ocio, la recreación o el disfrute de la cultura al servicio del desarrollo. Este objetivo no es un tema menor sino un horizonte de innovación social y ciudadana de amplias potencialidades.

Valores

El ocio positivo y humanista, que defiende ante todo la dignidad de la persona humana y favorece su mejora y la de la comunidad, tiene su núcleo central en tres valores fundamentales: libertad, satisfacción y gratuidad, interrelacionados con identidad, superación y justicia (Cuenca, 2011). Todos ellos son de gran interés desde el punto de vista del desarrollo, pero si queremos destacar el más significativo, tanto los autores como los documentos aludidos antes resaltan la importancia de la libertad. Para Sen (2000) la libertad es el núcleo del desarrollo, que debe medirse como aumento de las libertades de las personas. Dicho con sus propias palabras, "...el desarrollo puede concebirse (...) como un proceso de expansión de las libertades reales de las que disfrutaban los individuos" (p. 19), porque la libertad debe ser el fin y el medio de todo desarrollo. La libertad es, ante todo, el fin principal del desarrollo, por lo que es necesario aumentar la libertad por la libertad en sí misma, pero también puede ser un medio excelente para lograr el desarrollo, de ahí su papel instrumental.

Sen (2000) considera que la libertad individual es esencialmente un producto social, por lo que existe una relación de doble sentido entre 1) los mecanismos sociales para expandir las libertades individuales y

2) el uso de las libertades individuales, no solo para mejorar las vidas respectivas sino también para conseguir que los mecanismos sociales sean mejores y más eficaces. De ahí que el ejercicio de la libertad sea esencial tanto para cualquier experiencia de ocio como en todo proceso integrado de desarrollo. La libertad se refiere aquí a la libertad intrínseca que facilita la elección y, muy especialmente, a las libertades reales de ocio de las que gozan las personas y comunidades. La existencia de un ocio humanista no es ajena a las oportunidades que ofrece la sociedad, por lo que un ocio valioso no alude sólo a la vida privada, sino también a circunstancias políticas, económicas, sociales, culturales y educativas que lo facilitan o pueden impedirlo o dificultarlo.

Capacidades

Sen (2000) define el desarrollo con base en la capacidad que tienen las personas de transformar su renta en aquello que ellas consideran necesario para llevar la vida que quieren llevar. El desarrollo se basa en la libertad justamente porque esta permite a los individuos aumentar las capacidades que les proporcionan vivir de la forma en que quieran vivir, lo cual es, según Sen (2000), el objetivo de alcanzar un mayor desarrollo. A la pregunta ¿Qué son las capacidades? Martha Nussbaum (2012) responde que son “las respuestas a la pregunta: ¿qué es capaz de hacer, de ser, una persona?”, son lo que Sen llama “libertades sustanciales” (p. 40), un conjunto de oportunidades (habitualmente interrelacionadas) para elegir y actuar. De modo que para esta autora la capacidad viene a ser una especie de libertad o, dicho de otro modo, son habilidades personales que incluyen también las libertades o las oportunidades creadas por la combinación entre esas facultades personales y el entorno político, social y económico. Nussbaum (2012) precisa que las capacidades tienen un carácter complejo, por lo que ella prefiere hablar de capacidades combinadas, consideradas como la totalidad de oportunidades de las que dispone una persona para elegir y para actuar en su situación política, social y económica concreta.

A lo largo del libro *Crear capacidades*, Martha C. Nussbaum (2012) diferencia entre capacidades básicas y capacidades combinadas. “Las

capacidades básicas son las facultades innatas e internas de la persona que hacen posible su posterior desarrollo y formación” (p. 43). La autora defiende que los seres humanos venimos al mundo con el equipamiento innato suficiente para múltiples *haceres* y *seres* que se transforma en capacidades internas en la medida que se transforman rasgos, actitudes y estados de la persona (que no son fijos, sino fluidos y dinámicos), entrenados y desarrollados en interacción con el entorno social, económico, familiar y político. Estos rasgos de personalidad, estas capacidades intelectuales y emocionales que inciden en el estado de salud, forma física, aprendizaje o habilidades de percepción y movimiento, son sumamente relevantes para sus *capacidades combinadas*, de las que no son más que una parte. Nussbaum (2012) define las capacidades combinadas como “la suma de las capacidades internas y las condiciones sociales/políticas/económicas en las que puede elegirse realmente el funcionamiento de aquellas” (p. 42), por lo que, desde su punto de vista,

no es posible conceptualmente imaginar una sociedad que produzca capacidades combinadas sin que antes produzca capacidades internas. Sí que podríamos, sin embargo, concebir una sociedad que cree correctamente contextos para la elección de muchos ámbitos, pero que no eduque a sus ciudadanos y ciudadanas, ni nutra el desarrollo de sus capacidades de pensamiento (p. 42).

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

es decir, que el ejercicio de un ocio valioso, capaz de desarrollar humanamente, requiere de un compromiso individual y otro social interrelacionados.

El ocio valioso es una experiencia que potencia el desarrollo de cualquiera de las capacidades humanas centrales que Nussbaum (2012) considera requisitos mínimos de una vida conforme a la dignidad humana. Sin embargo, conviene destacar su relación directa con la salud e integridad corporal; el sentido, la imaginación y el pensamiento; las emociones; la razón práctica; la afiliación; el control sobre el propio entorno y, especialmente, el juego. Esta capacidad, que la autora especifica como “poder reír, jugar y disfrutar de las actividades recreativas” (p. 54), parte de una visión restrictiva del ocio que no se ajusta al concepto de ocio valioso que consideramos aquí, pero no deja de ser una afirmación explícita de la importancia del ocio como factor de desarrollo humano y de la necesidad de considerarlo como indicador. Nussbaum (2012) plantea que deberíamos capacitar a las personas de cualquier lugar y país, atendiendo sus peculiaridades personales y contextuales, para que lleven unas vidas plenas y creativas. Lo cierto es que resulta difícil pensar en la realización de ese objetivo sin el fomento del ocio valioso que defendemos aquí.

Lo personal y lo social

Aunque en los apartados anteriores se ha podido ver la necesaria imbricación que existe entre lo personal y lo social, un aspecto importante al hablar de satisfacción, bienestar o felicidad, consiste en saber si nos estamos refiriendo a planteamientos exclusivamente individualistas o, por el contrario, aludimos a ideales sociales difíciles de conseguir. Los documentos a los que nos hemos referido antes nos ofrecen ciertas pautas de interés que también se pueden aplicar al ocio. En el caso del documento de Naciones Unidas (ONU, 2013) se alude a la importancia de distinguir entre la felicidad subjetiva o *felicidad afectiva* y la *felicidad evaluativa*, más objetiva y social. En el *Informe sobre Chile* (PNUD, 2012) se diferencia entre la subjetividad personal y social, se señala que la subjetividad no se puede analizar como si operara en una

sola dimensión: hay al menos dos espacios: “uno corresponde a los aspectos personales de la subjetividad —aquellos directamente asociados con la satisfacción de la vida y la felicidad— y el otro al vínculo con el mundo social, esto es, la subjetividad en relación al contexto” (p. 47b). En el mismo *Informe* (PNUD, 2012) se recalca la importancia de encontrar el espacio justo que permita la interacción entre lo personal y lo social. Los datos empíricos que se analizan permiten afirmar que, a la hora de la práctica, no existe una correspondencia necesaria entre satisfacción personal y satisfacción con la sociedad y, de hecho, las personas insatisfechas socialmente no necesariamente experimentan un malestar personal importante.

Esta separación entre el ámbito personal y social no es algo inmediatamente evidente o esperable, pero, de hecho, la capacidad de acción para incidir sobre la realidad personal, no se aplica de la misma manera al contexto social. En el *Informe sobre Chile* (PNUD, 2012) se señala que, en la opinión de la gente, existe una asignación de responsabilidad que es distinta y que permite a su vez diferenciar ambos planos. La felicidad se percibe como responsabilidad individual en la que la sociedad poco o nada tendría que ver.

Sin embargo, como el Informe Chile afirma, la sociedad sí importa a la hora de construir la satisfacción con la vida. “No es posible reducir el bienestar subjetivo al bienestar individual, es necesario incluir la mirada acerca de la sociedad. Preocuparse parcialmente de la subjetividad no resuelve los dilemas del desarrollo; toda la subjetividad importa” (PNUD, 2012, p. 47. El mismo informe muestra que,

más allá de la visión predominante en la opinión de la gente, la felicidad o el bienestar subjetivo no es un asunto meramente entregado a la acción individual; es un objetivo que tiene condicionantes sociales que lo hacen más o menos alcanzable para el conjunto de las personas. Por ello, debe ser incorporada como parte de la acción intencional de la sociedad, a través de la acción política, tanto para acoger sus miedos como para construir los escenarios en los cuales concretar sus sueños. Es tarea de la sociedad encontrar los mecanismos sociales que hagan posible lograr esos objetivos (PNUD, 2012, p. 50b).

Leída esta misma problemática desde el ocio, se puede decir que el ocio humanista, en cuanto derecho a experiencias libres, satisfactorias, gratuitas y valiosas, no es sólo una cuestión personal, porque, junto a las elecciones y potencialidades personales, el contexto determina la educación, los equipamientos, recursos y otras muchas posibilidades de disfrute. Eso significa que el ocio humanista no solo tiene su medida en las sensaciones y puntos de vista personales, sino también en los indicadores de satisfacción social que muestran si es una opción accesible a todos los ciudadanos. Al bienestar psicológico que proporcionan las experiencias de ocio se oponen el malestar y la infelicidad, un estado que, además de a la salud, las investigaciones asocian a deficiencias en el nivel de vida.

Indicadores de ocio valioso y reflexiones finales

Llegamos ya al último punto que quería comentar sobre la investigación de Fernando Tabares, cuya relectura ha marcado la estructura de esta reflexión. En este caso me refiero a la necesidad de pensar en unos indicadores que nos ayuden a diagnosticar las aportaciones del ocio al desarrollo de una ciudadanía concreta. El mismo Tabares (2000) señala que ésta es una tarea difícil porque “no es sólo el desarrollo del ocio lo que queremos evaluar, también se pretende mirar de qué manera este favorece o no al bienestar humano” (p. 92). Este planteamiento dual que nos proponen estas palabras hace ver que debemos considerar, aunque sea sintéticamente, tanto el punto de vista del ocio como la mirada desde el desarrollo humano.

Desde el punto de vista del ocio valioso se hace necesaria una profundización en los objetivos, las metas y el horizonte normativo de las experiencias, lo que requiere precisar nuevos indicadores que permitan medir imbricación con el desarrollo humano. En una primera aproximación general, podemos ver si el ocio de los ciudadanos es un ocio positivo o no respecto a la dignidad de las personas, que debiera ser el referente. También se puede observar si es un ocio múltiple, capaz de responder a las distintas necesidades de desarrollo de las personas: disfrute, evasión, autonomía, desarrollo creativo, solidaridad etcétera.

En terminología del ocio humanista veríamos si los ciudadanos tienen opciones de vivir un ocio lúdico, creativo, festivo, ambiental-ecológico y solidario, desde el horizonte de su propia cultura y respetando los derechos humanos básicos.

Si nos situamos en el punto de vista de los nuevos conceptos de desarrollo, conviene recordar algunos aspectos que hemos señalado en el apartado anterior. Así, el ocio no puede ser ajeno a la felicidad ciudadana entendida como bienestar subjetivo y satisfacción percibida. También se ha de considerar la necesaria interrelación que debe existir entre desarrollo y valores que se pueden favorecer. Entre todos los mencionados (libertad, satisfacción, gratuidad, identidad, superación y justicia) hemos destacado la importancia del fomento de la libertad, la libertad como fin, pero también libertad como medio.

Sobre las capacidades en general y las capacidades combinadas de las que habla Nussbaum (2012), y que tienen gran relevancia en las actuales concepciones del desarrollo, quisiera destacar la necesidad de encontrar un equilibrio entre las capacidades ciudadanas para disfrutar de un ocio positivo y las posibilidades sociales para llevarlo a cabo. Este equilibrio no siempre es cuestión de recursos económicos, sino que a menudo tiene mucho que ver con un cambio de mentalidades.

Finalmente quisiera afirmar que los indicadores sobre la capacidad del ocio para mejorar las comunidades no pueden ser sólo una cuestión subjetiva y personal, sino que tienen mucho que ver con la satisfacción respecto al contexto en el que se vive. Esto nos lleva a considerar que debiera ser un indicador significativo el hecho de que el ocio ciudadano pueda ser un ocio abierto a los otros, participativo y solidario.

Unas reflexiones más

Hasta aquí hemos revisado los referentes sociales sobre el desarrollo humano que nos alertan sobre la importancia de orientar las acciones hacia un bienestar duradero. Un bienestar en el que, tanto personal como socialmente, se favorezca el desarrollo de valores y capacidades básicas, que permitan acceder a las personas a unos grados de desa-

rollo dignos. Recordemos ahora una afirmación de Howard Gardner (1995) que habla de la necesidad de plantearnos el desarrollo humano personal a través de procesos de formación, y la vivencia de experiencias que nos hagan ver la existencia desde las diferencias en los estilos de vida y los individuos: “hay diferencias importantes entre individuos, grupos y culturas, que vienen impuestas sobre etapas tan amplias como se quiera del desarrollo intelectual” (p. 20), de modo que los investigadores reconocen ahora “que la naturaleza —e incluso la existencia— de un sistema educativo puede también marcar las trayectorias del desarrollo humano en el interior de una cultura” (pp. 22-23).

El ocio de cualquiera de nosotros no es sólo un ocio resultado de la edad y el contexto social, sino que está orientado por las experiencias y conocimientos anteriores que, a su vez, resultarán determinantes para los futuros hábitos de ocio. Esto nos hace recordar que, aunque existan las capacidades básicas a las que se refería Nussbaum (2012), sólo pueden ser capacidades combinadas en la medida que se transforman en actitudes, intereses, conocimientos y destrezas adecuados a la edad y a los estados de madurez de las personas. El disfrute, propio de un ocio valioso, siempre está asociado a procesos de formación y mejora personal, que son la base de todo desarrollo humano.

Gardner (1995) precisa que el aprendizaje de las habilidades asociadas a los conocimientos sensoriales, simbólicos, conceptuales y especializados no son, habitualmente, adquisiciones de tipo escolar, sino que se desarrollan por medio de la observación, la participación directa y la enseñanza informal, de forma análoga a como se adquiere el conocimiento intuitivo simbólico inicial. De ahí que el autor llame la atención sobre el interés de múltiples prácticas de ocio, en sus diversas manifestaciones lúdicas, culturales, deportivas, etc., en la medida que ejercitan habilidades que tienen afinidad con las formas de conocimiento no escolares. Estas prácticas resultan especialmente significativas para el crecimiento personal en la medida que

Los estudiantes aprenden mejor, y de un modo más integral, a partir de un compromiso en actividades que tienen lugar durante un período de tiempo significativo, que se encuentran ancladas en la producción

significativa y que se construyen sobre conexiones naturales con el conocimiento perceptivo, reflexivo y artístico (Gardner, 1994, p. 84).

Lo anterior hace que sea

... imperativo contar con un cuadro de educadores que ‘incorporen’ en ellos mismos el conocimiento que se espera que impartan. A menos que los educadores estén familiarizados y sientan cierta sensación de propiedad en relación con las materias que forman el currículum, el autoesfuerzo educativo está llamado a fracasar (Gardner, 1994, p. 89).

Estas afirmaciones nos permiten precisar algunas cuestiones de interés antes de finalizar. Por un lado, que una formación integral, desde el punto de vista del ocio, apela a la capacitación en distintos tipos de ocio, asociados a las distintas dimensiones del ocio valioso, capaces de desarrollar el potencial múltiple de inteligencias que posee cada persona. En segundo lugar, la continuidad en la práctica de las aficiones se garantiza en la medida que las personas les dedican tiempo de práctica suficiente y se pasa a distintos grados de capacitación hasta llegar a una cierta capacitación de experto. Finalmente recalcar la importancia de la formación de los educadores de ocio y recreación. Ellos son la clave para abrir las mentalidades sobre el papel transformador del ocio valioso en relación con el desarrollo humano, un desarrollo que no puede ser sólo personal o sólo social, sino que requiere trabajar al unísono los dos ámbitos.

Referencias

- Aristóteles (1993). *Ética nicomáquea. Ética eudemia*. Madrid: Gredos.
- Bryan, H. (1979). *Conflict in the great outdoors: toward understanding and managing for diverse sportsmen preferences*. Alabama: Bureau of Public Administration / University of Alabama.
- Csikszentmihalyi, I. S.(1998). *Experiencia óptima. Estudios psicológicos del flujo de la conciencia*. Bilbao: Desclée De Brouwer.
- Cuenca Cabeza, M. (2000). *Ocio humanista. Dimensiones y manifestaciones actuales del ocio*. Bilbao: Universidad de Deusto.

- Cuenca Cabeza, M. (2004). *Pedagogía del ocio: modelos y propuestas*. Bilbao: Universidad de Deusto.
- _____ (2005). *Ocio solidario. La experiencia en grupos de jóvenes y jubilados*. Bilbao: Universidad de Deusto.
- _____ (2011). Valores que dimanar del ocio humanista. En: *Los valores del ocio: cambio, choque e innovación*, pp. 17-47. Bilbao: Universidad de Deusto .
- Fericgla, J. M. (2000, agosto, 23-26). Cultura y emociones. Manifiesto por una Antropología de las emociones. Conferencia inaugural. *III Seminario sobre Estados Modificados de la Conciencia y Cultura*. Manizales: Universidad de Caldas. Recuperado de: <http://www.etnopsico.org/index.php> (consultado el 20 de julio de 2010).
- Gardner, H. (1995). *Inteligencias múltiples. La teoría en la práctica*. Barcelona: Paidós.
- Huppert, F. A. (2008). State-of-science review: SR-X2 psychological wellbeing: Evidence regarding its causes and consequences. London, Government Office for Science.
- Lyubomirsky S.; Diener, E. & King L. (2005). The Benefits of Frequent Positive Affect: Does Happiness Lead to Success? *Psychological Bulletin*, 131 (6), 803-855.
- Maslow, A. (1993). *El hombre autorrealizado. Hacia una psicología del ser*, Barcelona: Kairós.
- Max-Neef, M. (1998). *Desarrollo a escala humana*. Barcelona: Icaria, Nordan-Comunidad.
- Organización Naciones Unidas (2013). La felicidad: hacia un enfoque holístico del desarrollo. *Nota del Secretario General a la Resolución de Naciones Unidas de enero de 2013*. En: http://www.un.org/ga/search/view_doc.asp?symbol=A/RES/65/309&Lang=S (original en inglés).
- Nussbaum, M. (2012). *Crear capacidades: Propuesta para el desarrollo humano*. Barcelona: Paidós.
- Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo PNUD (1990). *Informe sobre desarrollo humano 1990*. En: hdr.undp.org/es/informes/mundial/idh1990.
- Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo PNUD (2012). *Desarrollo humano en Chile 2012. Bienestar subjetivo: el desafío de repensar el desarrollo*. Santiago de Chile: Salesianos Impresores S. A. En: www.pnud.cl/idh/PNUD_LIBRO.pdf.
- Programa de Voluntarios de las Naciones Unidas VNU (2011). *V Informe sobre el estado del voluntariado en el mundo. Valores universales para alcanzar el bienestar mundial*. Dinamarca: Phoenix Design Aid. Recuperado de: <https://unp.un.org>

- Sen, A. (2000). *Desarrollo y libertad*. Barcelona: Planeta.
- Stebbins, R. A. (1992). *Amateurs, professionals and serious leisure*. Ontario: McGill-Queen's University Press.
- Streeten, P. (Coord.) (1986). *Lo primero es lo primero: satisfacer las necesidades básicas en los países en desarrollo*. Madrid: Tecnos / Banco Mundial.
- Tabares, J. F. (2000). *Ocio y desarrollo humano. El ocio como necesidad humana*. Tesis doctoral, Universidad de Deusto, Bilbao.
- Tomlinson, A. (1993). Culture of Commitment in Leisure: Notes Towards the Understanding of a Serious Legacy. *Word, Leisure and Recreation*, 35 (1), 6-9.
- White, S. C. (2009). *Bringing wellbeing into development practice*. Bath: Wellbeing in Developing Countries (WeD), University of Bath.