

# OCIO Y TIEMPO LIBRE EN DROGODEPENDIENTES

AUTORES:

Fernando Pérez del Río<sup>1</sup>, Fernando Lara Ortega<sup>2</sup>, Marta González Gutiérrez<sup>3</sup>, Carmen Sanz<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Psicólogo, Departamento I+D+i Proyecto Hombre Burgos. <sup>2</sup>Catedrático E.U. de Psicología Evolutiva y de la Educación, Universidad de Burgos. <sup>3</sup>Psicóloga, Terapeuta en Proyecto Hombre Burgos. <sup>4</sup>Pedagoga, Terapeuta en Proyecto Hombre Burgos.

Correspondencia: C/ Pedro Poveda Castroverde Nº 3, CP: 09007 - Burgos.

Correo electrónico: [proyctohombreburgos@sarenet.es](mailto:proyctohombreburgos@sarenet.es) Teléfono 947 48 10 77

---

“Cuando los hábitos que componen el carácter nos predisponen a tomar buenas decisiones hablamos, según el mundo griego, de virtudes, cuando nos llevan a tomar malas decisiones, hablamos de vicios,” Adela Cortina (2007)

## 1. FUNDAMENTACIÓN

"... la felicidad perfecta consiste igualmente en el ocio. No nos privamos de los ocios más que para conseguirlos, trabajar para conseguir *skolé*, y es para vivir en paz para lo que hacemos la guerra" (Aristóteles *Ética a Nicómaco*, X, 1177b 4-6). Para Aristóteles, el ocio es el principio de todas las cosas, pues nos ayuda a lograr el fin supremo: la felicidad. "El hombre que trabaja se ocupa de sí mismo con la mira puesta en algún fin que no está en su posesión, mientras que la felicidad, a la que se llega por el ocio, es un fin perfecto, que todos los hombres creen está acompañado de placer y no de dolor" (Aristóteles, *Política*, VIII, 3, 1338a 1-6). De esta forma, la felicidad se basa en estar libre de la necesidad de estar ocupado. El ocio es considerado como algo muy deseable para el hombre.

Tenemos muchas más referencias sobre la percepción de los estados de ocio en la antigüedad. Jenofonte (431-354 adC), un personaje polifacético, pensador, militar, historiador y filósofo griego, y conocido fundamentalmente por sus textos sobre cultura e historia Griega, escribe: "...Considerando la demanda a la cual responden estas artes mecánicas inferiores, el tiempo de los que a ellas se dedican no les deja ningún momento de ocio que puedan consagrar a la amistad o al estado." (Jenofonte, *Económica*, IV,2).

Generalizando mucho, podemos decir que tanto en Roma, como en la Edad Media y en el Renacimiento el ocio era considerado como un valor que dignificaba y ayudaba a la virtuosidad. En España podemos encontrar exquisitos comentarios de la mano de Jovellanos, "el público no se divertirá mientras no esté en plena libertad de divertirse; porque entre rondas y patrullas, entre corchetes y soldados, entre varas y bayonetas, la libertad se amedrenta, y la tímida e inocente alegría huye y desaparece." (Jovellanos, 1790).

Esta visión del ocio también ha sufrido fuertes puntapiés, sobre todo en la Edad Moderna. El ocio también ha sido considerado como algo indeseable y propio de pícaros; se asocia a lo inactivo, fuente de libertinajes y degradación social. Estas ideas se acentúan en las épocas puritanas, victorianas, propias de algunos ambientes de estos últimos siglos. La religión, fácilmente –es decir, sin demasiado esfuerzo–, pudo relacionarlo con el pecado capital de la pereza. Y la psicología, muy dada a psicologizar la vida cotidiana, probó a relacionar cualquier patología con el ocio. Pero de alguna manera, lo que más cuajó fue situar el ocio

como algo residual y envilecido por el lujo, y con determinados estratos sociales, por ejemplo los aristócratas y terratenientes.

En definitiva, todo un *ir y venir* del concepto de ocio, situándolo dicotómicamente como algo bueno y malo,... la ley del péndulo; un debate que llega a su fin tras la segunda guerra mundial: El 10 de diciembre de 1948 se firma la Declaración Universal de los Derechos Humanos, donde se dicta sentencia al respecto: "toda persona tiene derecho al descanso, al disfrute del tiempo libre, a una limitación razonable de la duración del trabajo y a vacaciones periódicas pagadas" (artículo 24).

Carl Marx (1818-1883) auguraba que gran parte de la riqueza sería el tiempo libre y no el tiempo de trabajo. Y ciertamente, desde la revolución industrial el ocio empieza a ser visto como un premio, ya que el que no rinde no tiene ocio. Para tener ocio hay que ganarlo, el ocio es visto como consecuencia deseable del cansancio y la fatiga del duro trabajo.

Bertrand Russell (1935) nos ofrece una visión aproximada de las ideas de aquella época: "el tiempo libre es esencial para la civilización,... en épocas pasadas, sólo el trabajo de los *más* hacia posible el tiempo libre de los *menos*. Con la técnica moderna sería posible distribuir el ocio sin menoscabo para la civilización... En un mundo sensato, todos los implicados en la fabricación de alfileres pasarían a trabajar cuatro horas en lugar de ocho, y todo lo demás continuaría como antes. Pero en el mundo real esto se juzgaría desmoralizador. Los hombres aún trabajan ocho horas; hay demasiados alfileres; algunos patronos quiebran y la mitad de los hombres anteriormente empleados son despedidos. Al final hay tanto tiempo libre como en el otro plan, pero la mitad de los hombres están absolutamente ociosos, mientras la otra mitad sigue trabajando demasiado. De este modo queda asegurado que el inevitable tiempo libre produzca miseria por todas partes, en lugar de ser una fuente de felicidad universal. ¿Puede imaginarse algo más insensato?"

Más cercanos a la actualidad podemos observar cómo cada día la jornada laboral es más corta, la esperanza de vida aumenta y vemos cómo es más frecuente la jubilación anticipada en determinados sectores con determinados riesgos, —señalar que en el año 2007 esto ha cambiado, y se ha propuesto poder alargar la vida laboral si el trabajador así lo quiere—. Sin duda alguna hay más tiempo y mayor probabilidad de aburrirse, el ocio y el trabajo ya no son opuestos sino complementarios, el trabajo no justifica el ocio, ni al revés. El ocio empieza a considerarse un bien en sí mismo, un espacio importante para prepararse para la vida. La educación para el ocio tiene una finalidad en sí misma, comienza a ser una herramienta educativa privilegiada que ha ido creciendo vertiginosamente desde hace algunos años.

Las matizaciones que encontramos en la actualidad ya no versan sobre lo bueno y malo del concepto de ocio, sino que tienen otra suerte de matices, por ejemplo matices con carga política por ejemplo; "la ociosidad no consiste en no hacer nada, sino en hacer muchas de las cosas que no resultan aceptadas en los formularios dogmáticos de la clase dominante," Stevenson. Hoy por hoy, el ocio se entiende como una afirmación autónoma, un producto más normalizado sin derroche ni desmesura. También somos más conscientes de las implicaciones de este fuerte cambio social, como comenta Dumazedier, (1988)"es la primera vez dentro de la historia de las sociedades tecnológicas que la duración media semanal de tiempo libre ha sobrepasado el tiempo de trabajo, para la población masculina y femenina de más de 18 años."

El tiempo libre es un espacio de tiempo al margen de las obligaciones laborales y escolares. Estamos de acuerdo con Dumazedier (1988), "el ocio es el conjunto de operaciones a las que el individuo puede dedicarse voluntariamente; sea para descansar o para divertirse, o para desarrollar su información o formación desinteresada, su voluntaria participación social o su libre capacidad creadora, cuando se ha liberado de sus obligaciones profesionales, familiares y sociales."

Según Veblen (1966), es en el ocio donde podemos ser nosotros mismos, podemos personalizar lo que hacemos. El tiempo libre se nos presenta como un ámbito para la libertad, la autonomía, y la independencia. Pero como siempre, encontramos un nuevo reverso, un reverso con otros matices: el tiempo libre también se puede presentar para la manipulación y la alineación, y cómo no, el placer se puede convertir en frustración, aburrimiento y monotonía.

Esta nueva forma de ver el tema del ocio y de conocer sus peligros, está relacionado con el conocimiento de los límites y el autoconocimiento de uno mismo. También se puede perder el tiempo... y por tanto, es necesario pensar en una educación del ocio, animar a que eduquemos a las personas a tomar decisiones. El ocio lo entendemos no sólo como un espacio de diversión, sino también con una dimensión humanizadora y de crecimiento personal. Libertad de elección que permite la participación responsable, la cooperación, la creación de la imagen ajustada de uno mismo; potencia y permite la maduración, el equilibrio personal. Podemos educar para el ocio y a través del ocio.

---

Los terapeutas de Proyecto Hombre nos situamos en una línea donde el ocio es conceptualizado dentro del humanismo, de la creatividad, contemplación, reflexión,... Consideramos el ocio como un medio para el desarrollo y el crecimiento. En el ocio ha de haber lugar para una amplia gama de facetas en las que entran las vertientes laboral, familiar, personal y social.

Nos seguimos haciendo preguntas sobre cómo y dónde actuar, cuál es la relación entre ocio y educación, etc.

Para que se dé el ocio se deben dar tres condiciones: que consista en actividades elegidas libremente, que tengan finalidad en sí mismas, y que resulten placenteras. Dichas actividades deben tener una satisfacción en sí mismas, de carácter intrínseco; es decir, que por ejemplo, no se gane dinero, que no sea un negocio.

Debemos fomentar la libertad, no la libertad de escoger productos sino elegir caminos y procesos; construir el ocio y no sólo consumirlo. No se tratará de saber, sino de saber hacer y saber ser, un espacio para aprender a discutir, aprender a reflexionar, cooperar, protestar y construir propuestas.

Perseguimos el desarrollo de la competencia social, tanto en lo individual como en lo colectivo. Y los programas planteados a corto, o medio plazo deben estar adaptados a cada etapa del desarrollo personal y social.

Las actividades de ocio deberán ser divertidas, lúdicas, participativas, cooperativas; la creatividad permitirá potenciar habilidades personales, estas actividades deberán de ser accesibles a los usuarios y permitir la espontaneidad y la creatividad.

Igualmente, dichas actividades serán formativas: aunque cualquier actividad de tiempo libre por sí sola no sea necesariamente educativa, debemos intentar llegar a la experiencia óptima, es decir, a un desafío acorde con la habilidad de la persona; el reto no debe sobrepasar las habilidades del individuo; tampoco debe ser demasiado fácil la meta, pues provocaríamos aburrimiento. El ocio es adecuado cuando hay equilibrio entre desafíos y habilidades, cuando el desarrollo de la actividad es correcto, cuando las metas son claras y *el feedback* inmediato; es adecuado si se vivencia como algo satisfactorio a quien lo practica, cuando hay un alto nivel de motivación, y de alguna manera, cuando hay un cierto olvido o distorsión del tiempo.

"El ocio, independientemente de la actividad concreta de que se trate, es una forma de utilizar el tiempo libre mediante una ocupación libremente elegida y realizada cuyo mismo desarrollo resulta satisfactorio o placentero para el individuo," Jaume Trilla (1989).

## 2. JUSTIFICACIÓN

Proyecto Hombre Burgos tiene como finalidad la prevención, rehabilitación y reinserción de personas con problemas de adicción, así como la atención a sus familiares.

Proyecto Hombre ayuda a descubrir y desarrollar las potencialidades y recursos de la persona para que abandone el consumo perjudicial de drogas y logre ser ella misma autorealizándose como tal. El trabajo se orienta a que la persona inicie, desarrolle y consiga su propia autonomía, facilitando un proceso de cambio personal para una posterior reinserción en la sociedad.

La autonomía en las actividades desarrolladas es entendida en un doble sentido: autonomía en el *qué* y autonomía en el *cómo*. La autonomía en el *qué* significa la libertad de elección de la actividad; la autonomía en el *cómo* significa que el ciudadano, durante la actividad de ocio, conserva plena responsabilidad sobre el desarrollo de la misma y la manera de realizarla.

Para ayudar a personas con adicción a superar su problemática, reforzar su personalidad y favorecer un cambio personal que mejore su calidad de vida, se realiza un tratamiento educativo-terapéutico que además de basarse en grupos de terapia, entrevistas individuales y asunción de responsabilidades, intenta enseñar alternativas saludables de ocio y tiempo libre con los usuarios.

El trabajo educativo-terapéutico en el tiempo libre es variado; pretende conseguir que las actividades planteadas sean además de lúdicas, educativas y formativas. El objetivo general de las programaciones del tiempo libre es trabajar la integración de las actividades en el proceso de cambio personal, potenciando un nuevo estilo de vida que conlleve –en la medida de lo posible–, el proceso terapéutico, una educación en valores, el fomento de la cultura y la sensibilización ante los problemas de la actualidad.

De este modo, se programan periódicamente diversas y variadas actividades de ocio y tiempo libre, tales como visitas a exposiciones, asistencia a obras de teatro, video forum, senderismo, etc.

Fue precisamente en una de estas actividades realizadas –en concreto un día que se asistió a una obra de teatro–, el equipo terapéutico de la comunidad pudo comprobar que la mayor parte de los usuarios del programa no habían realizado ningún tipo de actividad cultural en su pasado, o únicamente cuando habían estado escolarizados. Éste fue el detonante del estudio.

Pretendemos estudiar el patrón de actividades culturales en los diferentes momentos de la evolución de los usuarios: en el pasado, durante el tratamiento en nuestro programa, y las previsiones para el futuro. A la par, este estudio pretende también servir de referencia para la planificación de las actividades de tiempo libre de los usuarios de la comunidad terapéutica.

### 3. OBJETIVOS

Con el presente estudio pretendemos analizar la tipología y dedicación de las actividades de ocio y tiempo libre de los usuarios actuales de la comunidad de Proyecto Hombre de Burgos en el pasado, en el presente y las previsiones futuras.

A más largo plazo se quiere evaluar si los objetivos de educación en valores, fomento de la cultura y sensibilización que se plantean en la programación de tiempo libre son asumidos e interiorizados por los usuarios de la comunidad terapéutica, así como analizar si los recursos alternativos al consumo de drogas que se trabajan en la comunidad terapéutica son eficaces y los usuarios los tienen en cuenta para su futura reinserción social.

### 4. METODOLOGÍA

**Muestra:** Usuarios que están actualmente en tratamiento (junio 2007) en la Comunidad Terapéutica de Proyecto Hombre Burgos (N = 23). Las personas realizaron las pruebas voluntariamente. El requisito mínimo para participar fue llevar más de tres meses de tratamiento en la comunidad de forma no interrumpida.

**Instrumentos (cfr. Anexo):** Cuestionario/Escala creado por el Departamento de I+D+i de Proyecto Hombre Burgos donde se especifica la realización diversas actividades de ocio y tiempo libre, en diversos momentos temporales: 0-6 años, 6-12 años, 12-18 años, 18-30 años, más de 30 años, durante el tratamiento en Proyecto Hombre y sus expectativas en el futuro. Se pide que contesten en cada una de esas categorías –tipo de actividad y periodo temporal–, si nunca ha realizado dicha actividad, si lo han hecho 1 ó 2 veces, de 3 a 10 veces o más de 10 veces. Así mismo, se deja total libertad para que apunten cualquier tipo de observación y comentario que consideren oportuno.

Además, cada entrevistado contesta un cuestionario donde se le piden datos demográficos y tiempo de permanencia en el programa.

**Análisis de datos:** El análisis estadístico de los datos se ha realizado con el programa SPSS.

## 5. RESULTADOS Y CODIFICACIÓN DE DATOS

En el presente trabajo se presenta un análisis descriptivo de los datos obtenidos. Nos interesa analizar, respecto a cada una de las actividades de ocio y tiempo libre medidas, la evolución de los entrevistados a lo largo de su vida, a la vez que la comparamos con su dedicación en el presente –programación terapéutica de Proyecto Hombre–, y las previsiones para el futuro.

Para hacer más comprensible las medidas realizadas, se ha procedido a su homogeneización, pues en el cuestionario la codificación había sido la presentada en el apartado “instrumentos”. Se han recodificado las respuestas de la siguiente forma:

- Respecto a las valoraciones del pasado (0-6 años; 6-12 años; 12-18 años; 18-30 años, y más de 30 años), se ha asignado el valor numérico “0” si se ha contestado que se realizaba la actividad “Nunca” o “una o dos veces”, y el valor numérico “1” si se ha contestado que se realizaba “de tres a diez veces” o “más de diez veces” (Cfr. Anexo).
- Respecto a las valoraciones del presente (“¿realizas esta actividad ahora en Proyecto Hombre?”), o del futuro (“¿realizarás esta actividad cuando termines el programa de Proyecto Hombre?”), se ha asignado el valor numérico “0” si se ha contestado “no”, y el valor numérico “1” si se ha contestado “sí” (Cfr. Anexo).

De esta forma podemos ofrecer, respecto a cada una de las actividades de ocio y tiempo libre observadas, datos comparables entre sí; y referidos longitudinalmente a una serie de periodos de edad cruciales para los sujetos que estudiamos:

- De cero a seis años (Infancia – Primeros años)
- De seis a doce años (Infancia –Escolarización)
- De doce a dieciocho años (Adolescencia)
- De dieciocho a treinta años (Adulto – Joven)
- Más de treinta años (Adulto)
- Durante la permanencia en Proyecto Hombre
- Previsión futura tras terminar el programa de Proyecto Hombre

La escala de medida para el conjunto de los entrevistados, y en cada momento temporal, será un valor que oscila entre “0” y “1”, de tal forma que “0” indicaría que nadie ha realizado esa actividad, y “1” indicaría que todos la han realizado durante el periodo temporal correspondiente.

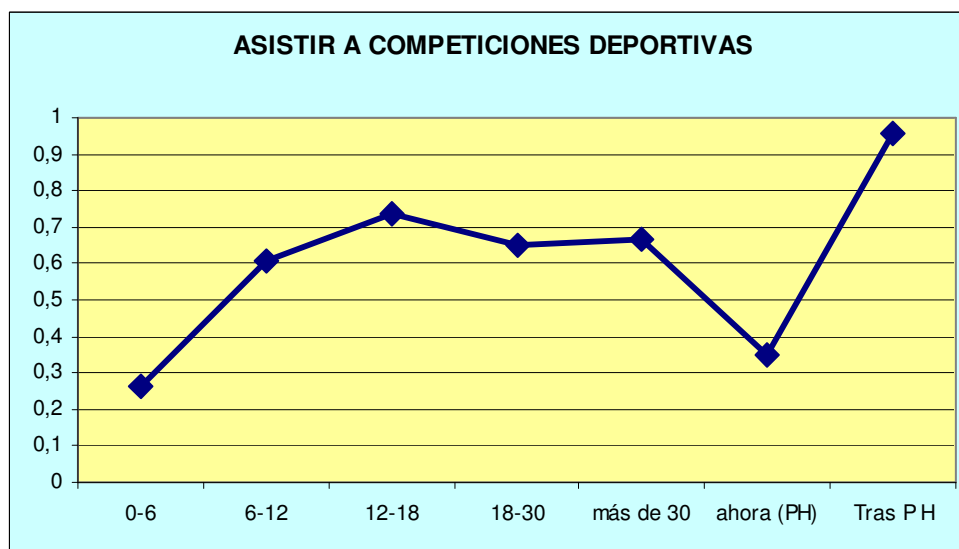
A continuación se presentan, respecto a cada una de las actividades observadas, las tablas con los datos descriptivos (media, desviación típica y rango –mínimo y máximo–), el gráfico correspondiente referido a las medias, donde se puede observar claramente la evolución, y un comentario resaltando los aspectos más llamativos en función de los objetivos del trabajo.

## 5.1. REALIZACIÓN DE ACTIVIDADES DE TIEMPO LIBRE

### 5.1.1. ASISITIR A COMPETICIONES DEPORTIVAS

Asistir a competiciones deportivas

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.
0 a 6 años	23	0	1	,26	,449
6 a 12 años	23	0	1	,61	,499
12 a 18 años	23	0	1	,74	,449
18 a 30 años	23	0	1	,65	,487
más de 30 años	18	0	1	,67	,485
en Proyecto Hombre	23	0	1	,35	,487
cuando termines programa de P.H.	23	0	1	,96	,209

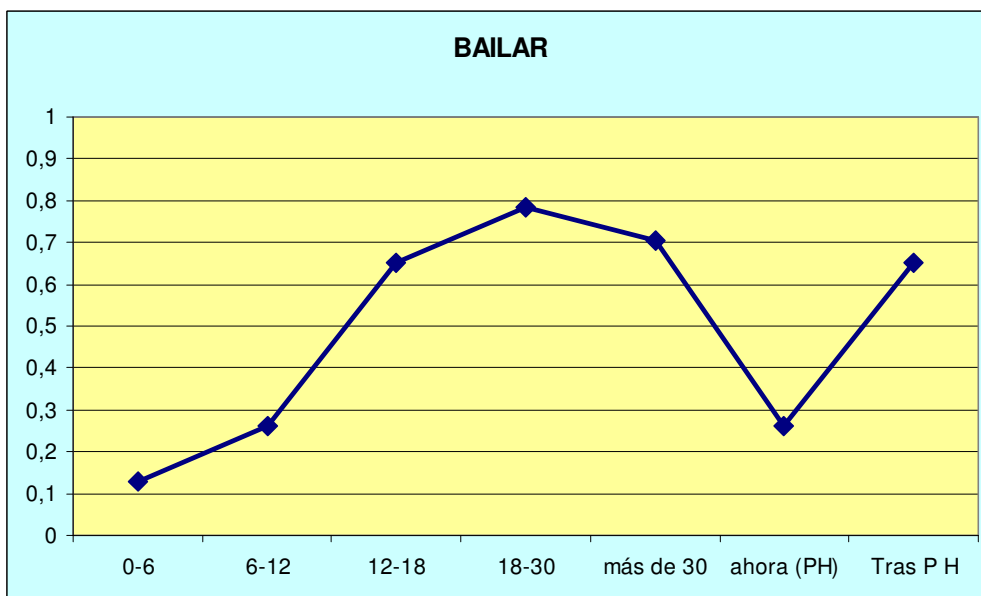


Podemos señalar que los usuarios dejan de asistir a competiciones deportivas cuando ingresan en el tratamiento educativo-terapéutico residencial de la comunidad, pero tras este período, la práctica totalidad de los usuarios piensa asistir a este tipo de eventos tras finalizar la comunidad terapéutica de Proyecto Hombre en Burgos.

### 5.1.2. IR A BAILAR

**Bailar**

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.
0 a 6 años	23	0	1	,13	,344
6 a 12 años	23	0	1	,26	,449
12 a 18 años	23	0	1	,65	,487
18 a 30 años	23	0	1	,78	,422
más de 30 años	17	0	1	,71	,470
en Proyecto Hombre	23	0	1	,26	,449
cuando termines programa de P.H.	23	0	1	,65	,487



En cuanto a bailar, al igual que en la pregunta anterior, es una actividad que desciende estando en comunidad, pero tras su paso por Comunidad Terapéutica, más de la mitad de los entrevistados afirman que volverán a realizar esa actividad.

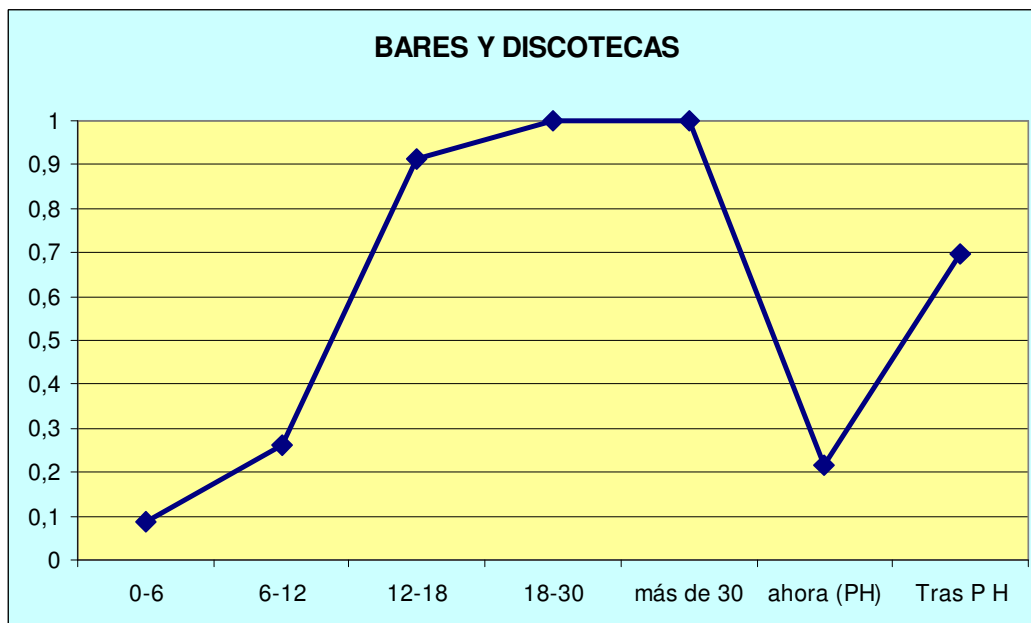
El período de máxima frecuencia de realización de esta actividad se encuentra entre los 18 y los 30 años.



### 5.1.3. IR A BARES Y DISCOTECAS

**Bares y discotecas**

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.
0 a 6 años	23	0	1	,09	,288
6 a 12 años	23	0	1	,26	,449
12 a 18 años	23	0	1	,91	,288
18 a 30 años	23	1	1	1,00	,000
más de 30 años	17	1	1	1,00	,000
en Proyecto Hombre	23	0	1	,22	,422
cuando termines programa de P.H.	23	0	1	,70	,470



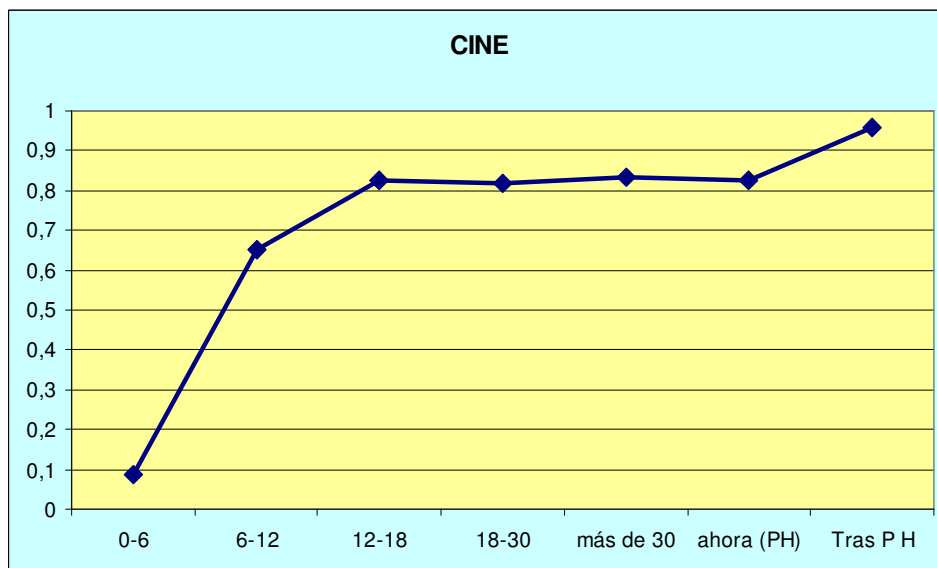
Frecuentar bares y discotecas es una actividad masivamente realizada a partir de la adolescencia y llegando a cotas máximas en la vida adulta.

Lo más destacable es la importante bajada que se produce con la entrada en el tratamiento terapéutico de Proyecto Hombre. Tras finalizar el tratamiento, los entrevistados manifiestan su deseo de volver a dicha actividad, pero con menor intensidad que antes.

### 5.1.4. IR AL CINE

Cine

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.
0 a 6 años	23	0	1	,09	,288
6 a 12 años	23	0	1	,65	,487
12 a 18 años	23	0	1	,83	,388
18 a 30 años	22	0	1	,82	,395
más de 30 años	18	0	1	,83	,383
en Proyecto Hombre	23	0	1	,83	,388
cuando termines programa de P.H.	23	0	1	,96	,209



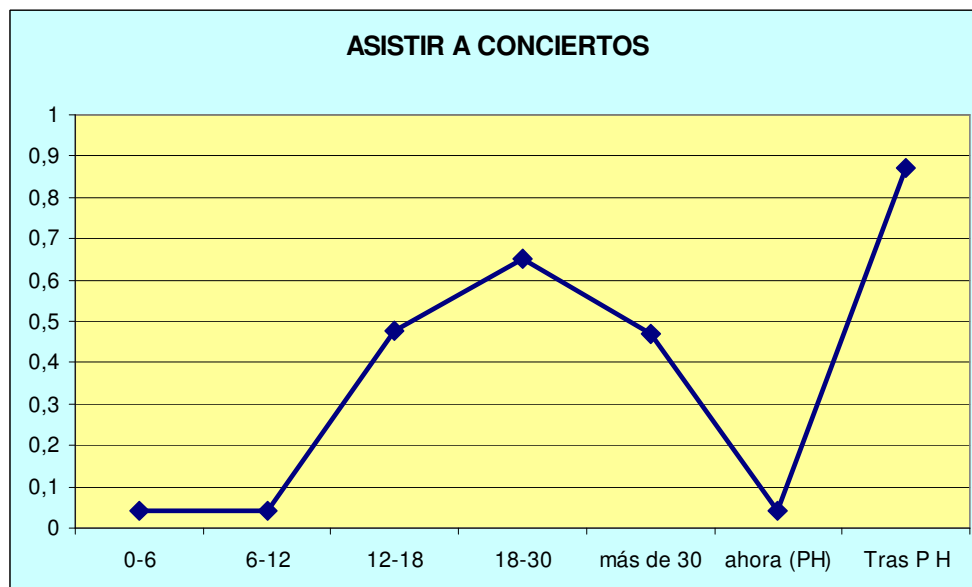
Curiosamente, observamos que un pequeño grupo de los entrevistados no acudió nunca al cine en sus años infantiles (0 – 6 años). A partir de los 12 – 18 años , ir al cine se convierte en una de las actividades más frecuentadas.

Ésta es una de las actividades que no se ve modificada con la entrada en el proceso terapéutico de Proyecto Hombre: el índice se mantiene en la misma cota y, de cara al futuro, se proyecta aumentar.

### 5.1.5. ASISTIR A CONCIERTOS

Conciertos

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.
0 a 6 años	23	0	1	,04	,209
6 a 12 años	23	0	1	,04	,209
12 a 18 años	23	0	1	,48	,511
18 a 30 años	23	0	1	,65	,487
más de 30 años	17	0	1	,47	,514
en Proyecto Hombre	23	0	1	,04	,209
cuando termines programa de P.H.	23	0	1	,87	,344



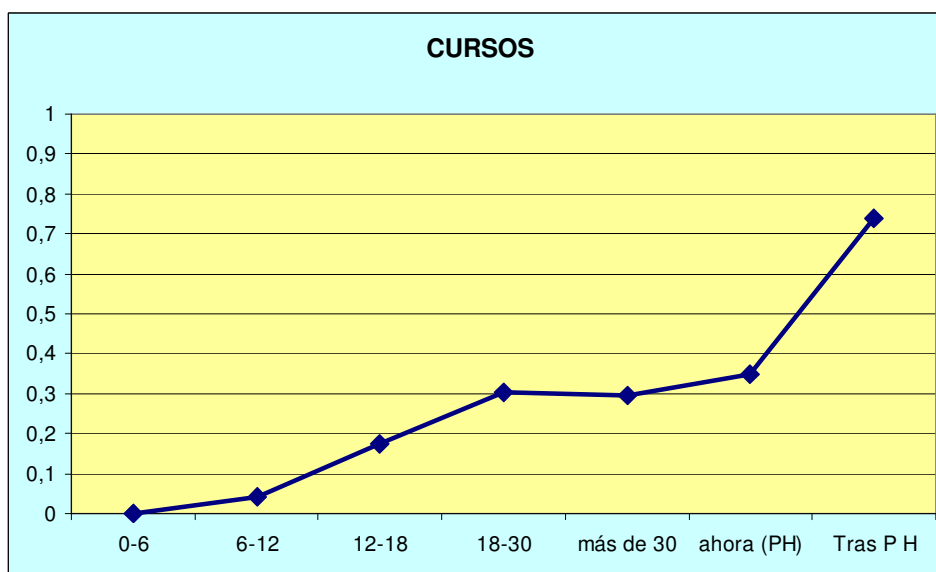
Es a partir de los 12 años cuando se comienza a asistir a este tipo de eventos. Como pone claramente al descubierto el gráfico, esta es una actividad que no se realiza durante el tratamiento en la comunidad. Sin embargo, al preguntar si realizarán la actividad una vez finalizado el programa, casi la totalidad de los encuestados afirma que sí.

Esta es una de las actividades donde se encuentra más diferencia entre lo que se hace durante el tratamiento y lo que se quiere hacer en el futuro. No se observa el típico rebote que tienda más a la media, como ocurre con otras actividades. Incluso se desea hacer más de lo que se hacía antes de entrar a la comunidad.

### 5.1.6. HACER CURSOS

**Cursos**

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.
0 a 6 años	23	0	0	,00	,000
6 a 12 años	23	0	1	,04	,209
12 a 18 años	23	0	1	,17	,388
18 a 30 años	23	0	1	,30	,470
más de 30 años	17	0	1	,29	,470
en Proyecto Hombre	23	0	1	,35	,487
cuando termines programa de P.H.	23	0	1	,74	,449



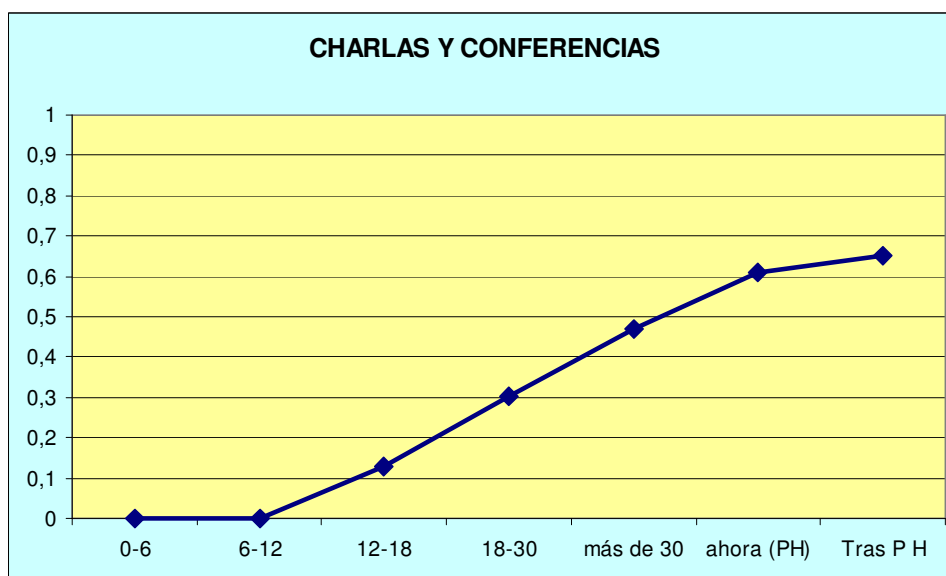
Uno de los datos más relevantes es la escasez de formación recibida. Una mínima parte de los entrevistados asistieron a algún curso entre los 12 y los 18 años, e incluso entre los 18 y 30 años.

El número de cursos que realizan mientras están en Proyecto Hombre es similar al número de cursos que venían haciendo durante los últimos años. De cara al futuro, y como dato muy positivo, se observa que es una mayoría quienes desean implicarse en cursos cuando terminen el tratamiento.

### 5.1.7. ASISTIR A CHARLAS Y CONFERENCIAS

Charlas y conferencias

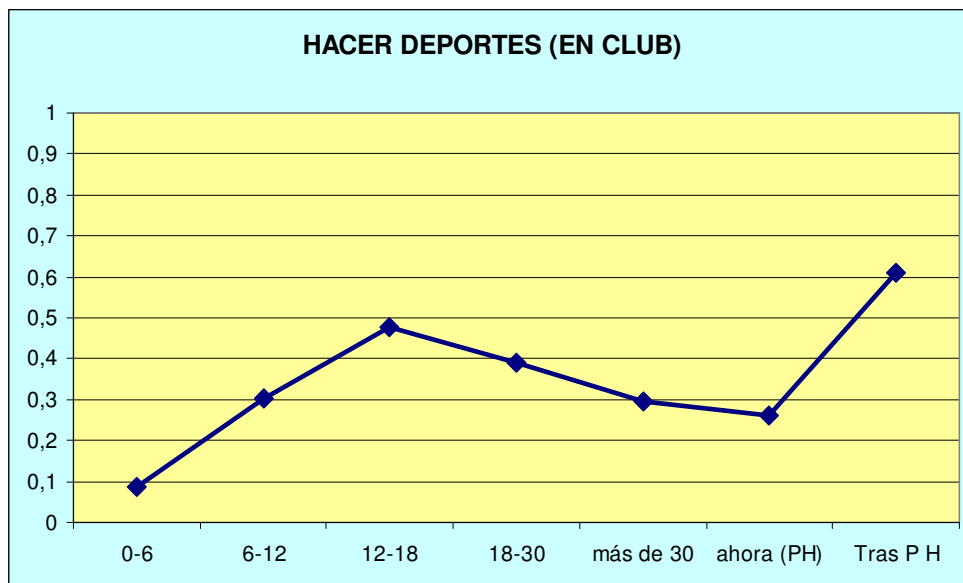
	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.
0 a 6 años	23	0	0	,00	,000
6 a 12 años	23	0	0	,00	,000
12 a 18 años	23	0	1	,13	,344
18 a 30 años	23	0	1	,30	,470
más de 30 años	17	0	1	,47	,514
en Proyecto Hombre	23	0	1	,61	,499
cuando termines programa de P.H.	23	0	1	,65	,487



Hasta la adolescencia, parece que nadie de los entrevistados ha asistido a charlas y conferencias. A partir de los 12 años, la asistencia a estas actividades sigue una línea creciente hasta la vida adulta, que se mantiene con la entrada en la comunidad y que se piensa seguir subiendo tras el tratamiento terapéutico.

### 5.1.8. HACER DEPORTES (EN CLUB)

Deportes (en club)					
	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.
0 a 6 años	23	0	1	,09	,288
6 a 12 años	23	0	1	,30	,470
12 a 18 años	23	0	1	,48	,511
18 a 30 años	23	0	1	,39	,499
más de 30 años	17	0	1	,29	,470
en Proyecto Hombre	23	0	1	,26	,449
cuando termines programa de P.H.	23	0	1	,61	,499

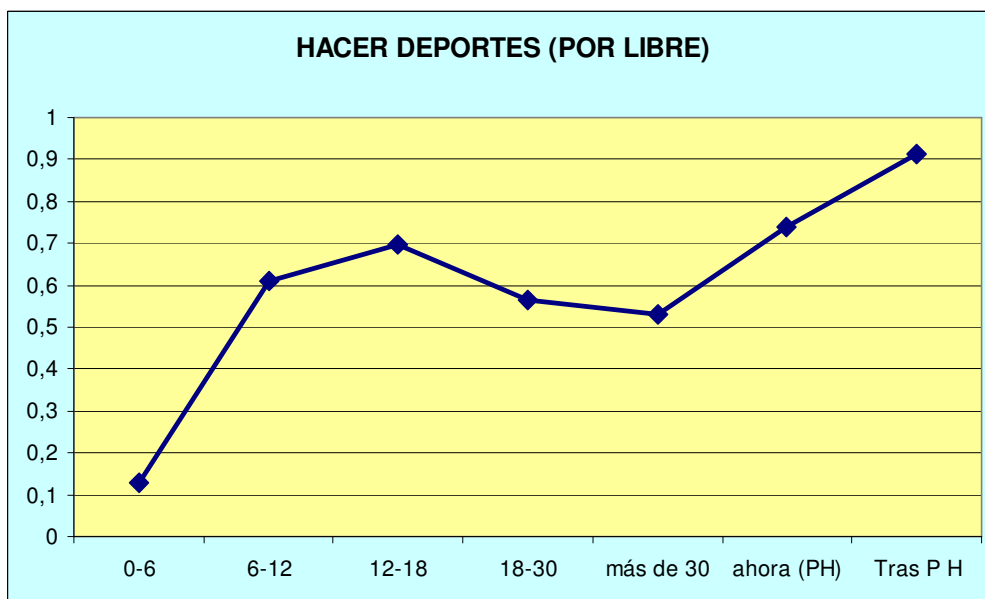


En líneas generales podemos decir, que a medida que pasa el tiempo va bajando la pertenencia a clubes, teniendo como máximo exponente el período comprendido entre los 12 y los 18 años. Nuevamente nos encontramos con un buen dato y es que las personas desean retomar el deporte en club cuando finalice su tratamiento.

### 5.1.9. HACER DEPORTE (POR LIBRE)

Deportes (por libre)

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.
0 a 6 años	23	0	1	,13	,344
6 a 12 años	23	0	1	,61	,499
12 a 18 años	23	0	1	,70	,470
18 a 30 años	23	0	1	,57	,507
más de 30 años	17	0	1	,53	,514
en Proyecto Hombre	23	0	1	,74	,449
cuando termines programa de P.H.	23	0	1	,91	,288



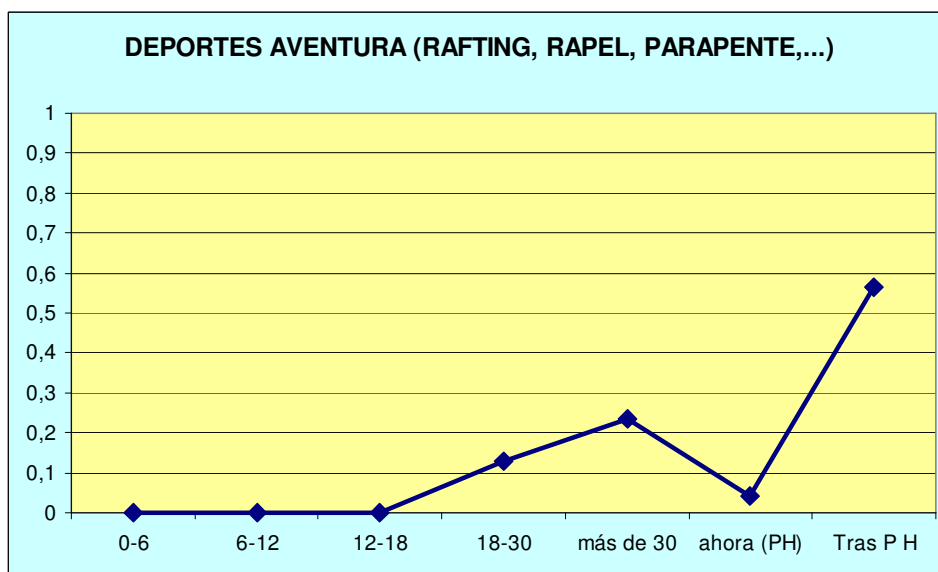
Hacer deporte “por libre” es una actividad con bastante implicación a partir de los años infantiles.

Lo más destacable es que la tendencia sube someramente durante la estancia en la comunidad, y se piensa realizar aún más cuando terminen el programa.

### 5.1.10. DEPORTES DE AVENTURA (RAFTING, RAPEL, PARAPENTE)

Deportes de aventura

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.
0 a 6 años	23	0	0	,00	,000
6 a 12 años	23	0	0	,00	,000
12 a 18 años	23	0	0	,00	,000
18 a 30 años	23	0	1	,13	,344
más de 30 años	17	0	1	,24	,437
en Proyecto Hombre	23	0	1	,04	,209
cuando termines programa de P.H.	23	0	1	,57	,507



Encontramos una amplia mayoría de personas que nunca ha realizado esta actividad. Y sólo una pequeña minoría lo ha realizado a partir de los 18 años. Estando en la Comunidad Terapéutica, la realización de este tipo de actividades baja hasta hacerse prácticamente nula.

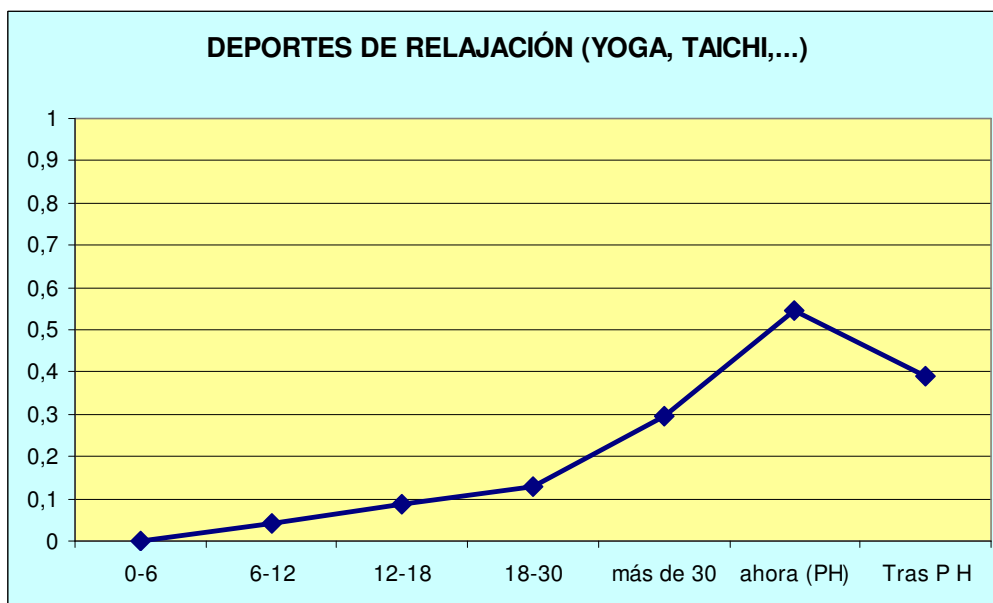
El dato más destacable es que una buena parte de los entrevistados querría hacer deportes de este estilo cuando termine la comunidad.



### 5.1.11. DEPORTES DE RELAJACION (YOGA, TAICHI,...)

Deportes de relajación

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.
0 a 6 años	23	0	0	,00	,000
6 a 12 años	23	0	1	,04	,209
12 a 18 años	23	0	1	,09	,288
18 a 30 años	23	0	1	,13	,344
más de 30 años	17	0	1	,29	,470
en Proyecto Hombre	22	0	1	,55	,510
cuando termines programa de P.H.	23	0	1	,39	,499



Ponemos de manifiesto, según la indicación de los datos del gráfico, que es una actividad no demasiado practicada, pero que crece paulatinamente con la edad, y que tiene su mayor frecuencia cuando las personas están siendo tratadas en la comunidad. Debemos señalar que en la comunidad se practican y enseñan técnicas de relajación.

Tras el paso por la Comunidad Terapéutica, menos de la mitad desean seguir practicando estas actividades. Ésta es una de las escasas actividades de tiempo libre que en general no aumentaría su frecuencia tras recibir tratamiento en la comunidad.

## 5.1.12. PRACTICAR LA ESCRITURA

Escritura

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.
0 a 6 años	23	0	1	,17	,388
6 a 12 años	23	0	1	,43	,507
12 a 18 años	23	0	1	,48	,511
18 a 30 años	23	0	1	,39	,499
más de 30 años	17	0	1	,53	,514
en Proyecto Hombre	23	0	1	,70	,470
cuando termines programa de P.H.	23	0	1	,65	,487



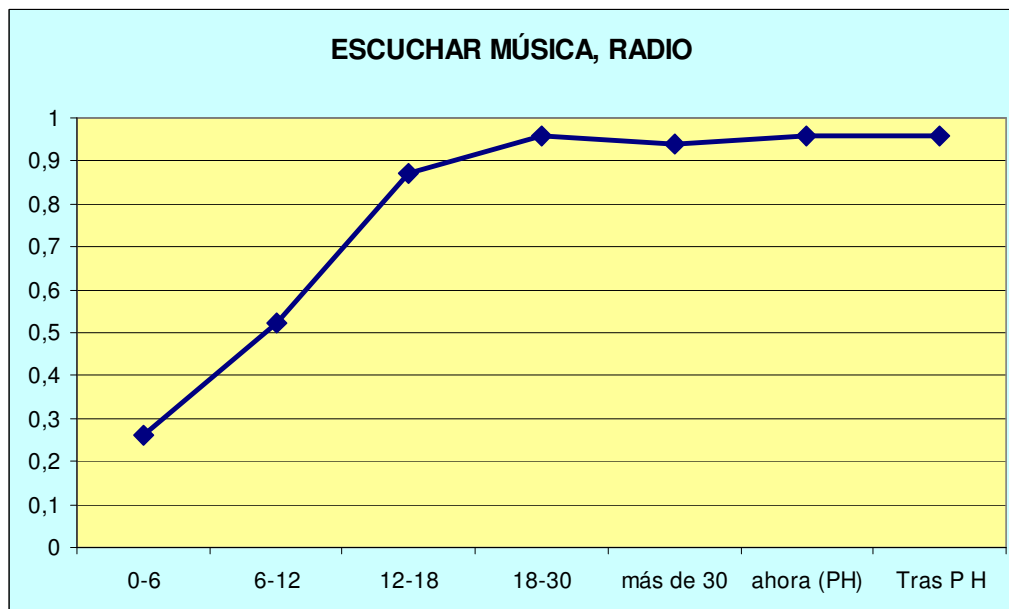
En general es una actividad que practican la mitad de los usuarios, aproximadamente, a lo largo de su vida.

No encontramos diferencias significativas en el seguimiento evolutivo. El período donde más se practica es cuando los usuarios están ingresados en la comunidad terapéutica, (es un buen dato) y en buena medida lo seguirá haciendo.

### 5.1.13. ESCUCHAR MÚSICA, RADIO

Escuchar música, radio

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.
0 a 6 años	23	0	1	,26	,449
6 a 12 años	23	0	1	,52	,511
12 a 18 años	23	0	1	,87	,344
18 a 30 años	23	0	1	,96	,209
más de 30 años	17	0	1	,94	,243
en Proyecto Hombre	23	0	1	,96	,209
cuando termines programa de P.H.	23	0	1	,96	,209



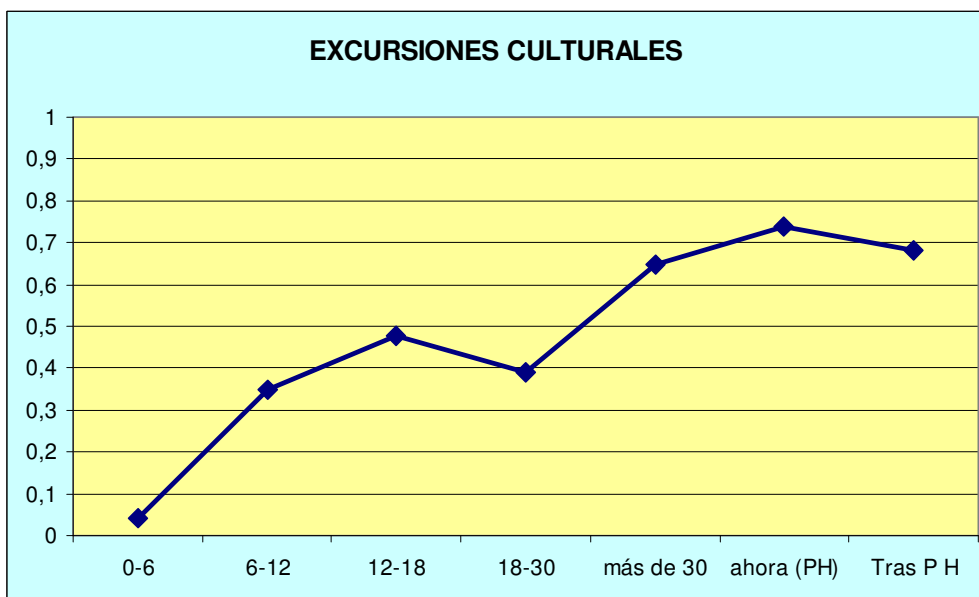
En general, a todas las edades, la mayoría de los entrevistados escucha música con frecuencia. Es una de las actividades más realizadas.

No se encuentran cambios significativos durante el periodo previo a la entrada en la Comunidad Terapéutica, la estancia en ella y las previsiones futuras. En todas estas etapas, el escuchar música es una actividad masivamente realizada por la práctica totalidad de los entrevistados.

## 5.1.14. EXCURSIONES CULTURALES

Excursiones culturales

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.
0 a 6 años	23	0	1	,04	,209
6 a 12 años	23	0	1	,35	,487
12 a 18 años	23	0	1	,48	,511
18 a 30 años	23	0	1	,39	,499
más de 30 años	17	0	1	,65	,493
en Proyecto Hombre	23	0	1	,74	,449
cuando termine programa de P.H.	22	0	1	,68	,477

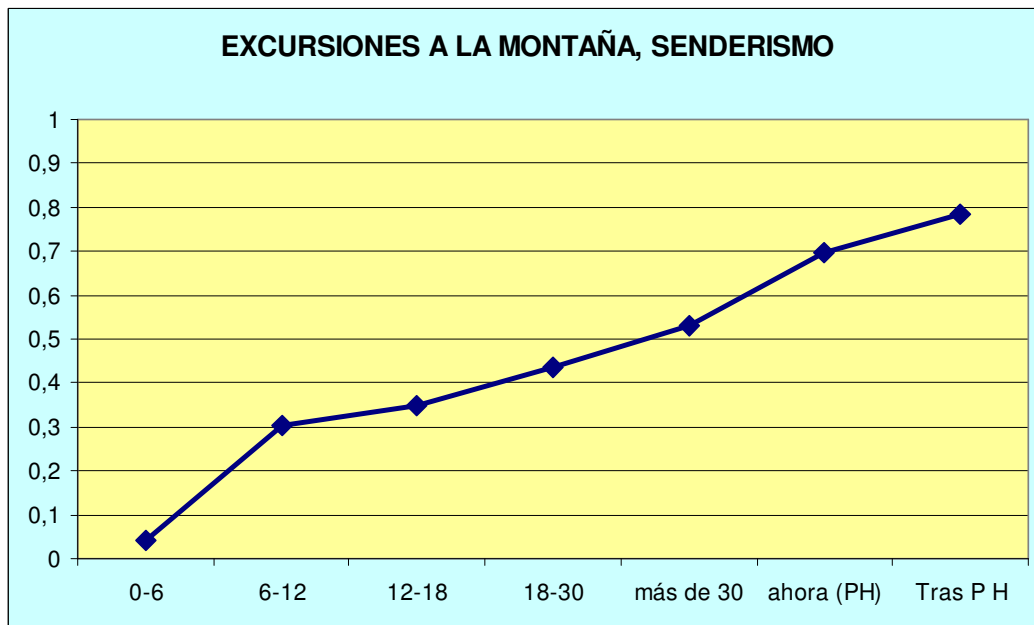


A medida que aumenta la edad se realizan más excursiones culturales, llegando a ser prácticamente la mitad de los usuarios quienes las practican a partir de la adolescencia. Durante la estancia en Proyecto Hombre nuevamente aumenta ligeramente, siendo el período en el cual más se realizan excursiones culturales. La actividad también se desea realizar en el futuro.

### 5.1.15. EXCURSIONES A LA MONTAÑA, SENDERISMO

Excursiones a la montaña, senderismo

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.
0 a 6 años	23	0	1	,04	,209
6 a 12 años	23	0	1	,30	,470
12 a 18 años	23	0	1	,35	,487
18 a 30 años	23	0	1	,43	,507
más de 30 años	17	0	1	,53	,514
en Proyecto Hombre	23	0	1	,70	,470
cuando termines programa de P.H.	23	0	1	,78	,422



En el intervalo de edad entre los 6 y los 12 años, aproximadamente una tercera parte de los entrevistados realiza la actividad. El índice sigue subiendo paulatinamente a lo largo de los siguientes periodos estudiados, la estancia en la Comunidad Terapéutica y las previsiones para el futuro.

## 5.1.16. VISITAS A EXPOSICIONES

Visitas a Exposiciones

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.
0 a 6 años	23	0	1	,04	,209
6 a 12 años	23	0	1	,13	,344
12 a 18 años	23	0	1	,26	,449
18 a 30 años	23	0	1	,43	,507
más de 30 años	17	0	1	,71	,470
en Proyecto Hombre	23	0	1	,65	,487
cuando termines programa de P.H.	23	0	1	,78	,422

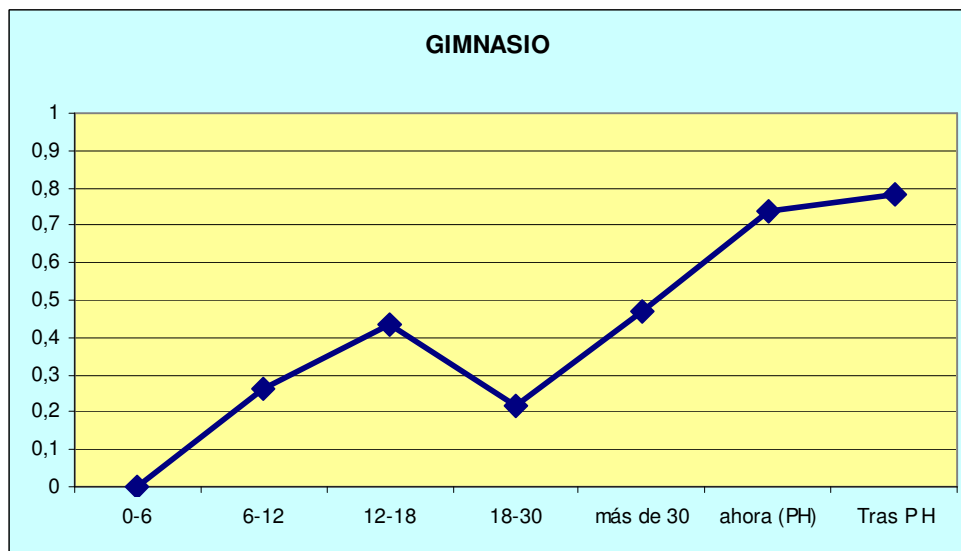


Lo más característico es el continuo crecimiento de la actividad. La estancia en Proyecto Hombre no rompe el buen dato de la actividad ni su la tendencia al alza. Destacamos que es una actividad que se piensa seguir realizando una vez que se finalice el programa.

### 5.1.17. GIMNASIO

Gimnasio

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.
0 a 6 años	23	0	0	,00	,000
6 a 12 años	23	0	1	,26	,449
12 a 18 años	23	0	1	,43	,507
18 a 30 años	23	0	1	,22	,422
más de 30 años	17	0	1	,47	,514
en Proyecto Hombre	23	0	1	,74	,449
cuando termines programa de P.H.	23	0	1	,78	,422



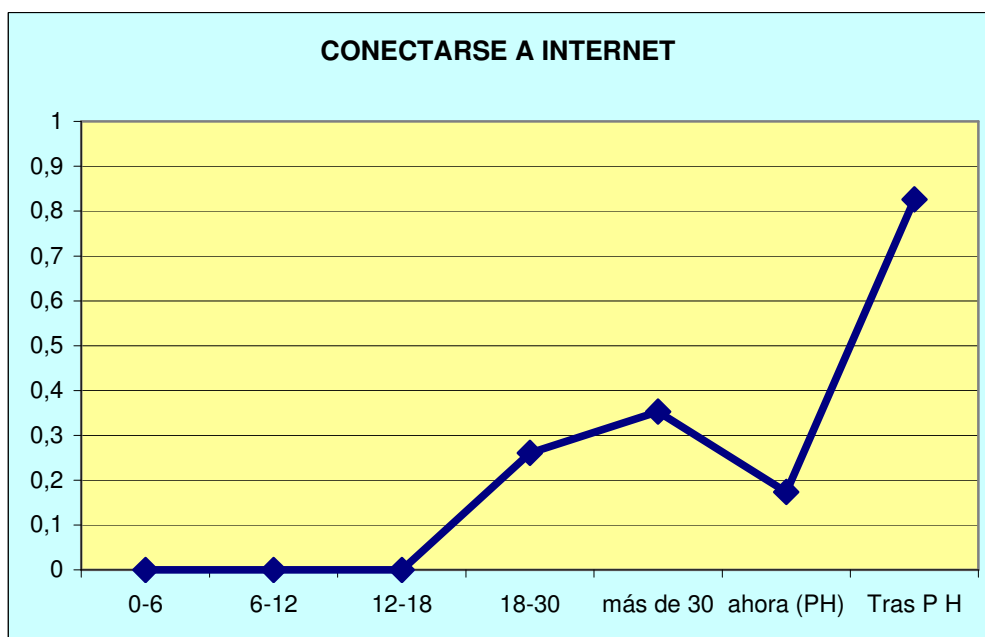
Los resultados encontrados son interesantes ya que es una actividad que crece durante la infancia y adolescencia; baja significativamente en el periodo de 18-30 años, y vuelve a subir hasta cotas muy altas a partir de la edad adulta.

Es destacable el aumento que se produce durante la estancia en la Comunidad Terapéutica, y que prosigue en las perspectivas para el futuro.

## 5.1.18. CONECTARSE A INTERNET

**Conectarse a Internet**

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.
0 a 6 años	23	0	0	,00	,000
6 a 12 años	23	0	0	,00	,000
12 a 18 años	23	0	0	,00	,000
18 a 30 años	23	0	1	,26	,449
más de 30 años	17	0	1	,35	,493
en Proyecto Hombre	23	0	1	,17	,388
cuando termines programa de P.H.	23	0	1	,83	,388



Antes de analizar los datos numéricos, debemos señalar que las personas que han contestado la encuesta tienen una media de 34 años de edad; por esta razón los períodos correspondientes a lo que fue su infancia y adolescencia no realizaron esta actividad. No existía en España la conexión masiva que existió después.

El período más activo lo encontramos a partir de los 18-30 años.

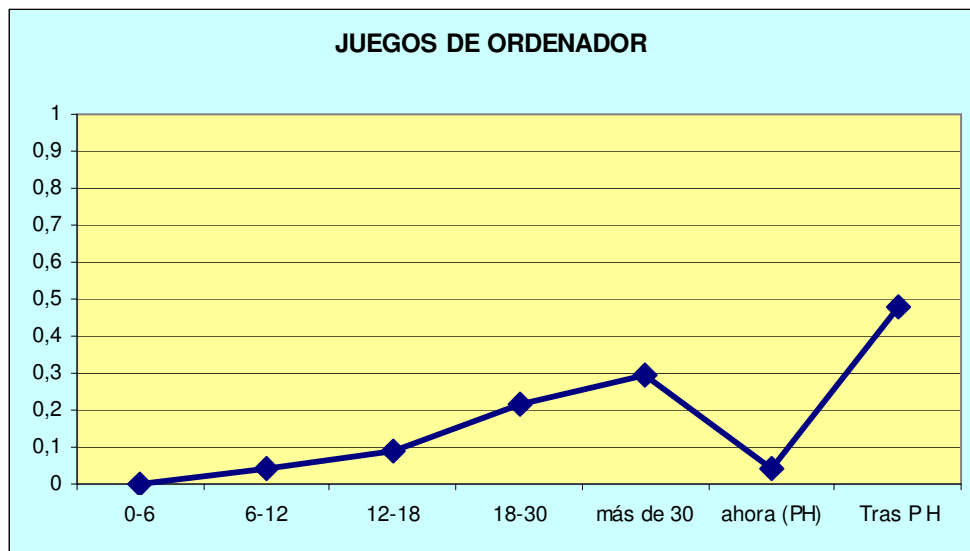
Estando en Proyecto Hombre, esta actividad disminuye, pero las perspectivas futuras son de un aumento espectacular.



### 5.1.19. JUEGOS DE ORDENADOR

Juegos de ordenador

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.
0 a 6 años	23	0	0	,00	,000
6 a 12 años	23	0	1	,04	,209
12 a 18 años	23	0	1	,09	,288
18 a 30 años	23	0	1	,22	,422
más de 30 años	17	0	1	,29	,470
en Proyecto Hombre	23	0	1	,04	,209
cuando termines programa de P.H.	23	0	1	,48	,511



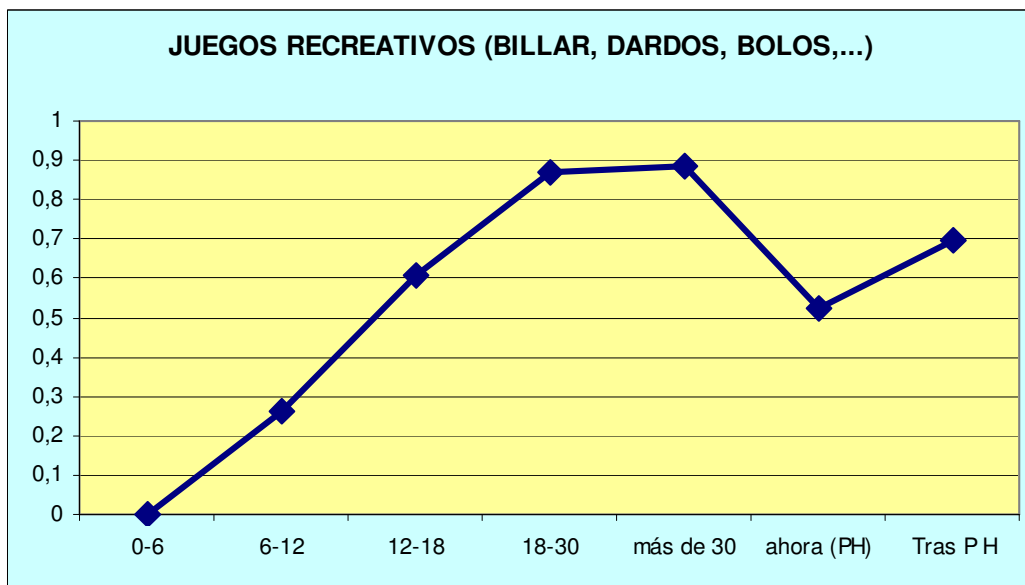
Algo similar a “conectarse a Internet”. ocurre con los juegos de ordenador en relación a la tendencia creciente de realización de la actividad. En los años infantiles no ha sido una actividad profusamente realizada. Algo más en la adolescencia e inicios de la vida adulta.

La estancia en la Comunidad Terapéutica marca una bajada hasta niveles inapreciables, pero curiosamente, la perspectiva a la salida alcanza unos niveles considerables.

### 5.1.20. JUEGOS RECREATIVOS (BILLAR, DARDOS, BOLOS...)

**Juegos Recreativos (billar, dardos, bolos,...)**

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.
0 a 6 años	23	0	0	,00	,000
6 a 12 años	23	0	1	,26	,449
12 a 18 años	23	0	1	,61	,499
18 a 30 años	23	0	1	,87	,344
más de 30 años	17	0	1	,88	,332
en Proyecto Hombre	23	0	1	,52	,511
cuando termines programa de P.H.	23	0	1	,70	,470



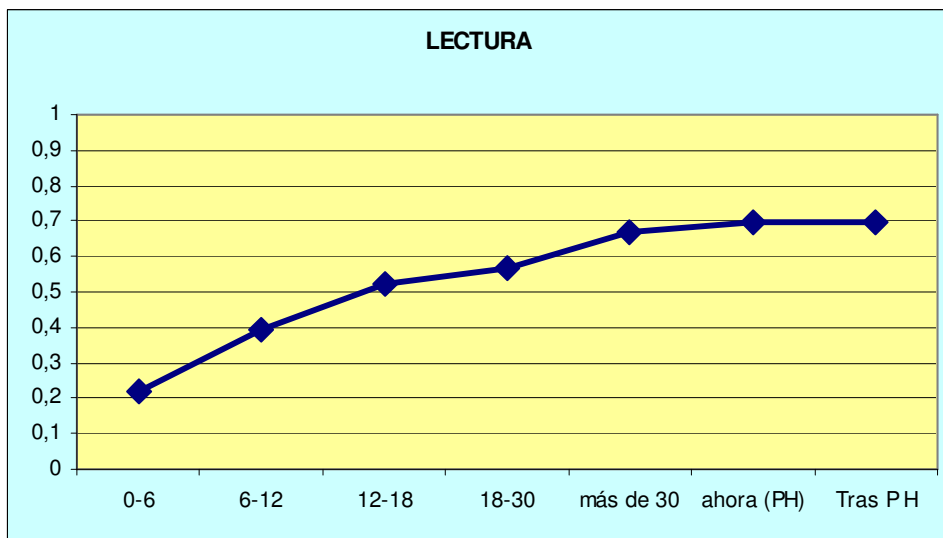
Con los juegos recreativos encontramos una fuerte tendencia, ya desde la infancia y durante la adolescencia y la edad adulta hasta que llegan a Proyecto Hombre, donde la actividad baja considerablemente.

Tras ello, se quiere recuperar la actividad, aunque con un índice algo menor.

### 5.1.21. LECTURA

**Lectura**

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.
0 a 6 años	23	0	1	,22	,422
6 a 12 años	23	0	1	,39	,499
12 a 18 años	23	0	1	,52	,511
18 a 30 años	23	0	1	,57	,507
más de 30 años	18	0	1	,67	,485
en Proyecto Hombre	23	0	1	,70	,470
cuando termines programa de P.H.	23	0	1	,70	,470



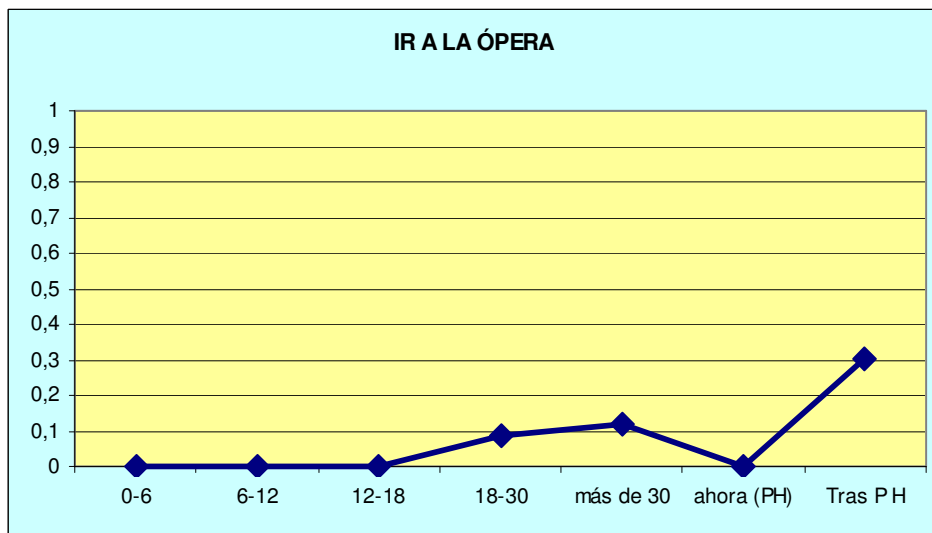
Encontramos un constante y paulatino crecimiento en la frecuencia de realización de la actividad, ya desde los primeros años de la infancia.

Ésta es una actividad en que no encontramos más que un paulatino crecimiento en su realización, incluyendo las fases de Comunidad Terapéutica y perspectivas futuras.

### 5.1.22. IR A LA ÓPERA

Ir a la Ópera

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.
0 a 6 años	23	0	0	,00	,000
6 a 12 años	23	0	0	,00	,000
12 a 18 años	23	0	0	,00	,000
18 a 30 años	23	0	1	,09	,288
más de 30 años	17	0	1	,12	,332
en Proyecto Hombre	23	0	0	,00	,000
cuando termines programa de P.H.	23	0	1	,30	,470



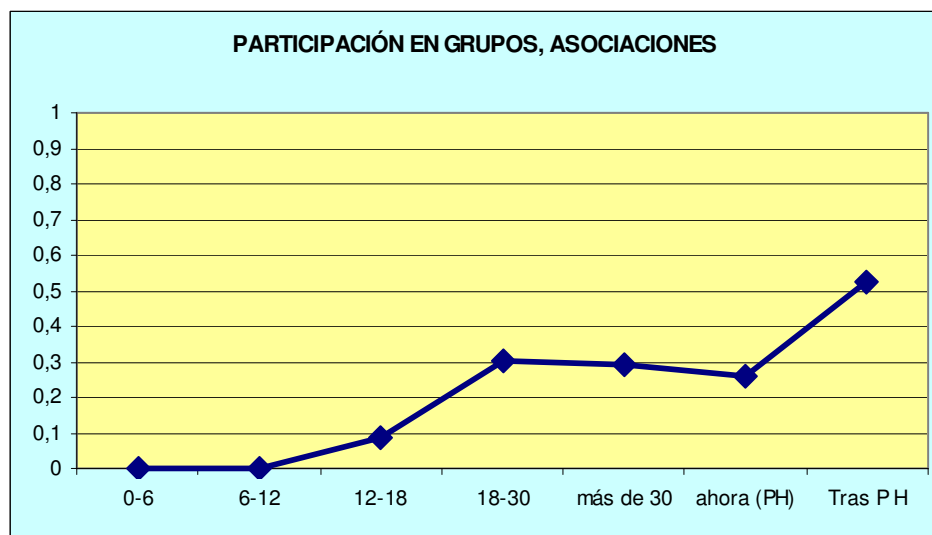
Ir a la ópera no es una actividad que caracterice a nuestros entrevistados. Algunos –muy pocos–, dicen haber ido alguna vez, ya en la vida adulta.

Teniendo en cuenta eso, resulta curioso observar que esta actividad es vista como deseada para el futuro por una cierta cantidad de ellos. Para ellos, en realidad parecen estar diciendo que desean “descubrir” la ópera.

### 5.1.23. PARTICIPACION EN GRUPOS, ASOCIACIONES

**Participación en grupos, asociaciones**

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.
0 a 6 años	23	0	0	,00	,000
6 a 12 años	23	0	0	,00	,000
12 a 18 años	23	0	1	,09	,288
18 a 30 años	23	0	1	,30	,470
más de 30 años	17	0	1	,29	,470
en Proyecto Hombre	23	0	1	,26	,449
cuando termines programa de P.H.	23	0	1	,52	,511

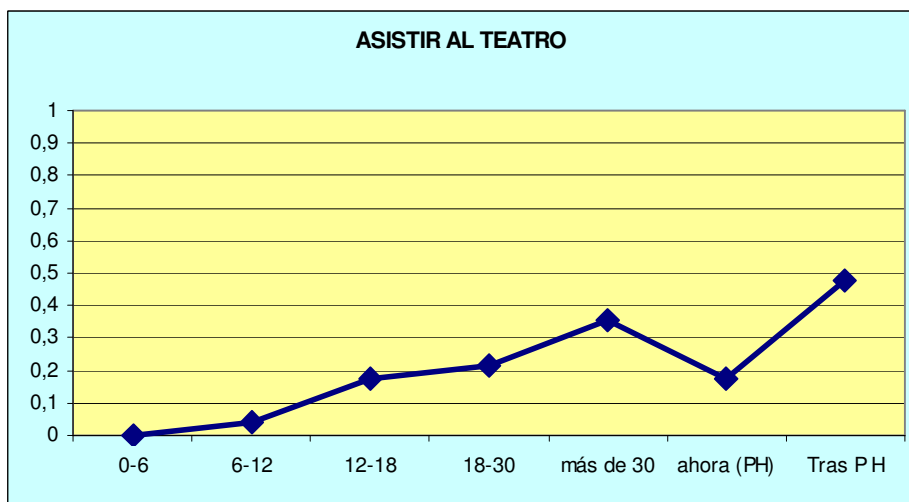


Ponemos de manifiesto que la participación en asociaciones ha tenido una cierta relevancia entre nuestros entrevistados, ya desde la adolescencia. Tras su paso por Proyecto Hombre, la idea es participar con bastante mayor asiduidad que lo que se ha hecho hasta ahora.

### 5.1.24. ASISTIR AL TEATRO

Asistir al teatro

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.
0 a 6 años	23	0	0	,00	,000
6 a 12 años	23	0	1	,04	,209
12 a 18 años	23	0	1	,17	,388
18 a 30 años	23	0	1	,22	,422
más de 30 años	17	0	1	,35	,493
en Proyecto Hombre	23	0	1	,17	,388
cuando termines programa de P.H.	23	0	1	,48	,511

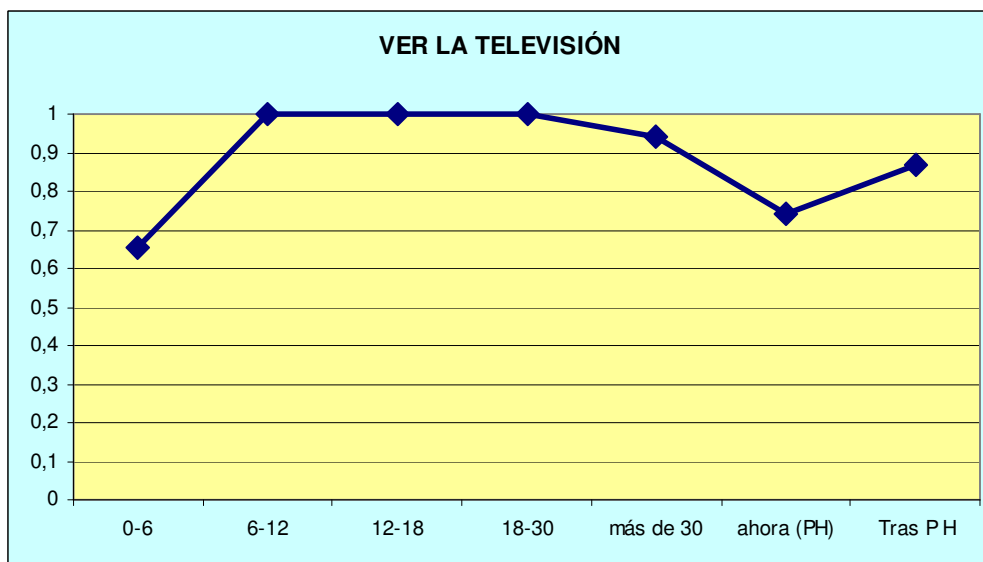


Nos encontramos ante una actividad que ha ido creciendo desde la infancia. El período donde más se asiste al teatro es a partir de los 30 años. Esa tendencia alcanza a bajar cuando ingresan en Proyecto Hombre, pero se piensa recuperar –y con creces–, en el futuro.

### 5.1.25. VER LA TELEVISIÓN

Ver la televisión

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.
0 a 6 años	23	0	1	,65	,487
6 a 12 años	23	1	1	1,00	,000
12 a 18 años	23	1	1	1,00	,000
18 a 30 años	23	1	1	1,00	,000
más de 30 años	17	0	1	,94	,243
en Proyecto Hombre	23	0	1	,74	,449
cuando termines programa de P.H.	23	0	1	,87	,344

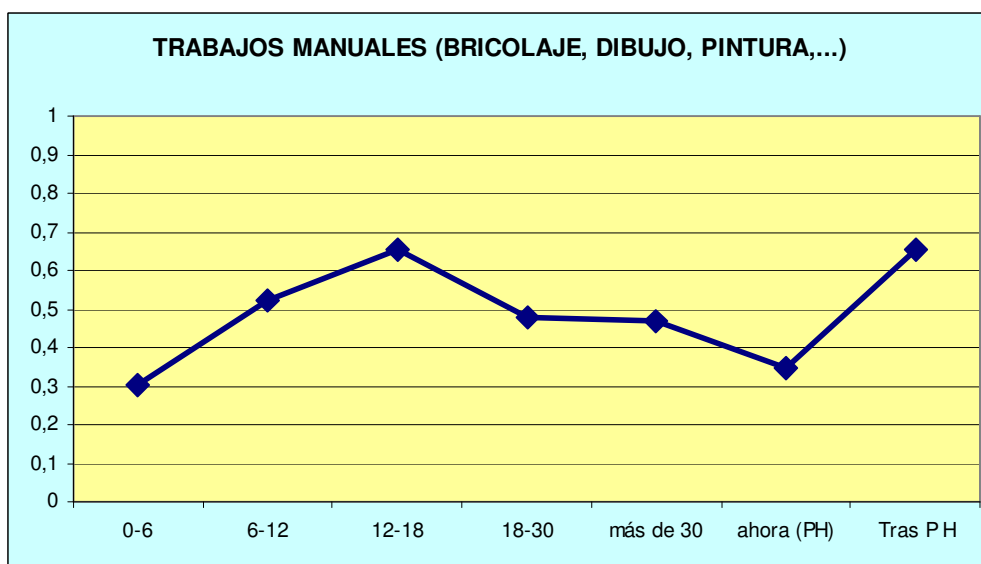


Nos encontramos ante una de las actividades más dadas a llenar el tiempo libre de los entrevistados: ver la televisión. nuestra tiempo populares: ver la televisión. la actividad Tan solo comentar que es una actividad muy realizada desde pequeños. La más realizada de todas. Encontramos tan solo un ligero descenso en su estancia en P.H. un 73.66%.

## 5.1.26. TRABAJOS MANUALES (BRICOLAJE, DIBUJO, PINTURA, ETC.)

Trabajos manuales (bricolaje, dibujo, pintura,...)

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.
0 a 6 años	23	0	1	,30	,470
6 a 12 años	23	0	1	,52	,511
12 a 18 años	23	0	1	,65	,487
18 a 30 años	23	0	1	,48	,511
más de 30 años	17	0	1	,47	,514
en Proyecto Hombre	23	0	1	,35	,487
cuando termines programa de P.H.	23	0	1	,65	,487



Es ésta una actividad bastante realizada a lo largo de la vida de los entrevistados. Presenta su cota máxima en los años de la adolescencia, pero se mantiene elevada posteriormente, incluido su paso por Proyecto Hombre, donde se produce una cierta bajada.

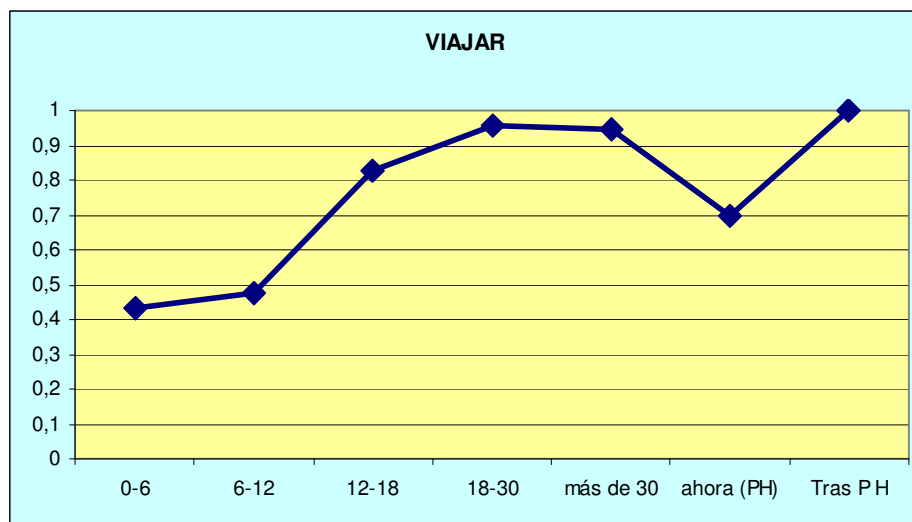
Las previsiones para el futuro son de claro remonte, llegando a alcanzar otra vez aquella cota máxima citada en el periodo de los 12 a los 18 años.



### 5.1.27. VIAJAR

Viajar

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.
0 a 6 años	23	0	1	,43	,507
6 a 12 años	23	0	1	,48	,511
12 a 18 años	23	0	1	,83	,388
18 a 30 años	23	0	1	,96	,209
más de 30 años	18	0	1	,94	,236
en Proyecto Hombre	23	0	1	,70	,470
cuando termines programa de P.H.	23	1	1	1,00	,000



Viajar es una actividad bastante realizada, ya desde los primeros años. Crece en la adolescencia y la vida adulta, donde alcanza cotas muy elevadas, cercanas al máximo.

Señalamos que se produce una bajada considerable en la estancia en la Comunidad Terapéutica, pero vuelve a subir –y hasta la cota máxima cuando se pregunta por las previsiones futuras.

### 5.1.28. VISITAS A MUSEOS

Visitas a museos

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.
0 a 6 años	23	0	1	,04	,209
6 a 12 años	23	0	1	,13	,344
12 a 18 años	23	0	1	,35	,487
18 a 30 años	23	0	1	,48	,511
más de 30 años	18	0	1	,67	,485
en Proyecto Hombre	23	0	1	,61	,499
cuando termines programa de P.H.	23	0	1	,74	,449



Visitar museos, como también ocurría en otras actividades, es una de las actividades en que encontramos una tendencia alcista a lo largo de toda la vida; esta tendencia se modifica un poco a la baja al estar en régimen residencial en la Comunidad Terapéutica.

Posteriormente, nuestros entrevistados desean seguir visitando museos con la misma, e incluso mayor, asiduidad que antes.

## **5.2. AUTOPERCEPCIÓN DEL USO DEL TIEMPO LIBRE**

El cuestionario termina con cuatro preguntas abiertas con las que deseábamos medir la autopercepción del tiempo libre:

1. ¿Cuáles son las actividades con las que más disfrutas?
2. ¿Qué actividades te ayudan a desarrollarte como persona?
3. ¿Qué actividades no realizas, pero crees que podrías disfrutar de ellas?
4. ¿Cuáles de las respuestas a las tres preguntas anteriores, podrían ser parte de tu tiempo libre en el futuro?

### **5.2.1. ¿Cuáles son las actividades con las que más disfrutas?**

Según nuestros entrevistados, el deporte es la actividad mayoritaria, y con la que más se disfruta. Más de la mitad de los usuarios –un 65,2%–, realiza deporte en cualquiera de sus modalidades, sobre todo senderismo, fútbol y gimnasio. Paralelamente, la segunda gran área son las actividades culturales. Son también más de la mitad –60,9%– quienes manifiestan disfrutar con estas actividades. En relación con las actividades culturales, encontramos que las modalidades mayoritarias con las que disfrutan son la lectura, la música y el cine.

### **5.2.2. ¿Qué actividades te ayudan a desarrollarte como persona?**

El deporte es la actividad que se considera que más ayuda a desarrollarse como persona, y así lo afirma el 52,1% de los encuestados en este estudio. Seguidamente encontramos una actividad, que en la pregunta anterior no era considerable, pero sí aquí: viajar. El 26% considera que viajar le ayuda a desarrollarse como persona. A continuación, mucha dispersión de respuestas: lectura, ver exposiciones, etc.

### **5.2.3. ¿Qué actividades no realizas, pero crees que podrías disfrutar de ellas?**

Un 56,5% considera que son los deportes las principales actividades que, aunque no las haga, podría disfrutar de ellas. El resto de respuestas a esta pregunta son muy variadas y no demasiado significativas, por ejemplo varias personas contestan “hacer trabajos manuales”, “ir al teatro”, etc.

### **5.2.4. ¿Cuáles de las respuestas a las tres preguntas anteriores, podrían ser parte de tu tiempo libre en el futuro?**

La gran mayoría de los usuarios –65,2%–, responde que el deporte formará parte de su tiempo libre en el futuro. En segundo lugar, un 21,7% de los entrevistados responde que viajará, le siguen la lectura, visitar exposiciones, etc.

## 6. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

Como en otros estudios, nos vemos en la situación de hacer interpretaciones sobre las percepciones de los usuarios. Debemos señalar que en este estudio no se han separado los conceptos de ocio y tiempo libre; pretendíamos hacer un sondeo general sobre el uso de actividades voluntarias en los ratos de ocio y tiempo libre, y no es nuestra intención ni objetivo fragmentar más la información.

1. *La Comunidad Terapéutica es un lugar singular, diseñado para el cambio, y en este sentido funciona como tal en lo referente al ocio y al tiempo libre. La gran mayoría de las actividades cambian su frecuencia durante el tratamiento en la comunidad. En la mayoría de los casos se desea aumentar de una forma considerable la frecuencia de las actividades de ocio y tiempo libre una vez se finalice la comunidad.*

2. Podríamos *diferenciar tres tipos de movimientos.*

- En primer lugar, muchas actividades tienen su máxima frecuencia cuando están ingresados en la comunidad; es el caso de las *actividades de relajación*, actividad que en general, no se desea seguir realizando una vez finalizado el tratamiento.
- Es destacable otra suerte de actividades que tienen su máxima frecuencia de realización estando en Proyecto Hombre, y que incluso después se desean practicar aún más, como es el caso de ir al *gimnasio, realizar excursiones a la montaña, senderismo, visitar exposiciones, visitar museos*. Podemos sostener que son buenos datos.
- Después, otra clase de actividades disminuyen cuando una persona está en la comunidad; obviamente al estar ingresados la frecuencia de determinadas actividades es mucho menor. Así encontramos que *asistir a competiciones deportivas, bailar, ir a bares y discotecas* bajan considerablemente su frecuencia.

3. De todas las *actividades que bajan su frecuencia durante el periodo de permanencia en Proyecto Hombre* podemos hacer un nuevo matiz; por un lado encontramos que hay actividades que no se desean volver a realizar con la misma intensidad, como es el caso de *ir a bares y discotecas*, y por otro lado encontramos que hay actividades que no se hacen durante la estancia en la comunidad, pero sí se desean volver a realizar en un futuro cercano. En este sentido, la limitación por parte de la Comunidad no constituiría un cambio, sino más bien habría que interpretarlo como una contención durante un espacio de tiempo determinado; tal es el caso de *ir a conciertos, realizar trabajos manuales o viajar*.

4. Igualmente, respecto a las *actividades de ocio y tiempo libre que se dejan de realizar estando en Comunidad*, es destacable todo aquello que tiene que ver con la informática, ya que en Comunidad los usuarios no disponen de acceso a la red, pero sí hay ordenadores. Igualmente, todos los años se imparten cursos de informática –para asistir a estos cursos de informática hay que apuntarse previamente–, lo que desconocemos es si son las personas que realizan estos cursos las que más interés muestran; suponemos que sí. Pero en definitiva, hay gran interés en retomar estas actividades –o en descubrirlas–, una vez finalizado el tratamiento; éste es el caso de actividades como *navegar por Internet*, o en menor medida los *juegos de ordenador*.

5. Hay otras actividades –las menos–, que *no varían demasiado: hacer deporte por libre, escuchar música, o ir al cine*. Esto es, las personas que realizaban estas actividades con anterioridad a su entrada en Proyecto Hombre, continúan con ellas ahora, e igualmente piensan realizándolas después de terminar el tratamiento.

6. También encontramos otro grupo de *actividades que no se han realizado en el pasado, y que tampoco se realizan en la Comunidad Terapéutica, pero que se querrían hacer en el futuro*, es el caso de los *deportes de aventura, ir a la ópera, o ir al teatro*.

7. Otra observación general respecto a las *actividades durante la infancia*: puede apreciarse que los usuarios han asistido a pocas actividades culturales durante la infancia. Por el contrario, son personas que en su pasado han practicado bastante los deportes.

8. *En cuanto a la lectura*, podemos destacar que es una actividad poco practicada en su pasado; en su estancia en Proyecto Hombre la realizan un poco más frecuentemente. Pero lo más destacable es que una vez terminada la Comunidad Terapéutica, desean realizar la actividad con la misma frecuencia, consolidándose ligeramente el ascenso.

## **7. RECOMENDACIONES.**

El reto es fomentar desde la realidad comunitaria la organización del tiempo libre, entender las necesidades, las posibilidades de que disponemos. Evidentemente nos encontramos ante comunidades terapéuticas con lógicas limitaciones estructurales a la hora de poner en práctica actividades de ocio.

Vemos oportunidades, como la conveniencia de hacer compatibles las actividades con los objetivos terapéuticos. Así, este estudio nos vuelve a mostrar la importancia de hacer estudios individualizados, de necesidades y hábitos personales desde un principio. No se trata del cambio por el cambio. Una Comunidad Terapéutica debe poseer un contexto muy claro de funcionamiento que dé cabida en la medida de lo posible a las necesidades personales individuales. Ya que se puede correr el riesgo de que la persona se introduzca en el ritmo de la comunidad involucrándose en aficiones lejanas a las que desea en realidad.

La mayoría de los usuarios, ya sea por causa de las drogas u otras razones, tiene abandonado ligeramente el uso y disfrute del ocio, con lo cual es beneficioso mantener, apoyar y fomentar esta parcela.

Para finalizar, un dato muy relevante del estudio es que la mayoría de los entrevistados quiere realizar cursos de formación cuando termine el tratamiento. En este sentido sería conveniente que se pudieran desarrollar más cursos formativos, ya que éstos tienen una doble finalidad, formativa y como parte del proceso de socialización.

De igual forma sería provechoso apoyar la pertenencia a clubes deportivos y la participación en asociaciones, ya que igualmente tienen numerosos beneficios.

Encontramos, por ejemplo, que los trabajos manuales que antaño se realizaban con frecuencia, es una actividad que siguen realizando la mayoría de las personas, y que se desean realizar en el futuro aún más. Se podría fomentar esta actividad.

## 8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Aristóteles, *Ética a Nicomaco*, X, 1177b 4-6.

Aristóteles, *Política*, VIII, 3, 1338a 1-6.

Cortina, A. (2007). Jóvenes, valores y sociedad siglo XXI. *Revista Proyecto*. Nº 63., pp 27-38.

Dumazedier, J. (1988). *Revolution culturelle du temps libre*, Meridiens Klincksieck.

Jenofonte, *Económica*, IV, 2.

Jovellanos. (1790). Memoria para el arreglo de la policía de los espectáculos y diversiones públicas, y sobre su origen en España.

Russell, B. (1935). *Elogio de la ociosidad*, Barcelona: Edhasa.

Sancho, I. (2004). Definición teórica del programa de Tiempo Libre en la Comunidad Terapéutica de San Medel.

Stevenson, R. *Apología de los ociosos y otras ociosidades*, Barcelona: Laertes,

T. Veblen. (1966). *Un nuevo mito: Ocio y trabajo*. Madrid.

Trilla, J. (1989). "Tiempo libre y educación infantil", *Enciclopedia práctica de la pedagogía*, Planeta, Madrid.