

OCIO EXPERIENCIAL EN LA UNIVERSIDAD: EL PROGRAMA MULTIGENERACIONAL CULTURA Y SOLIDARIDAD

Manuel Cuenca Cabeza¹

Yolanda Lázaro Fernández²

Jaime Cuenca Amigo³

M^a Luisa Amigo Fernández de Arroyabe⁴

Resumen. El objetivo de este trabajo es mostrar los fundamentos teóricos que inspiran un programa orientado al disfrute y desarrollo personal. Se lleva a cabo a través del análisis de una oferta que se realiza en el Instituto de Estudios de Ocio de la Universidad de Deusto: el programa *Cultura y solidaridad*. Se revisa la bibliografía pertinente, así como el contexto que posibilita este proyecto en el marco del Instituto, orientado por la comprensión del ocio humanista, entendido como experiencia personal y fenómeno social. Este marco clarifica la filosofía clave del programa y ayuda a comprender los rasgos que lo diferencian de otros desde el fundamento del ocio experiencial. Se concreta su desarrollo con una trayectoria de más de diez años, que se complementa con algunos datos y el testimonio de algunos participantes. Las conclusiones del estudio apuntan a la proyección de los principios teóricos que han inspirado esta experiencia, que pudiera ser considerada modelo para a otras ofertas formativas, orientadas al desarrollo personal y el disfrute.

¹ Doctor en Filosofía y Ciencias de la Educación. Universidad de Deusto. Instituto Interdisciplinar de Estudios del Ocio (mcuenca@deusto.es).

² Doctora en Ocio y Potencial Humano. Universidade de Deusto (Yolanda.lazaro@deusto.es).

³ Licenciado em Filosofia. Investigador Universidad de Deusto (Jaime.cuenca@deusto.es).

⁴ Doctora en Filosofía. Universidad de Deusto (mlamigo@deusto.es).

Palabras clave: Ocio. Educación del ocio. Adultos. Desarrollo personal. Experiencia.

OCIO EXPERIENCIAL NA UNIVERSIDADE: O PROGRAMA MULTIGERACIONAL, CULTURA E SOLIDARIEDADE

Resumo. O objetivo deste trabalho é mostrar os fundamentos teóricos que inspiram um programa orientado ao prazer e desenvolvimento pessoal. Realiza-se através da análise de uma proposta oferecida no Instituto de Estudos de Lazer na Universidade de Deusto: Programa Cultura e Solidariedade. Revisa-se a bibliografia pertinente, bem como o contexto que possibilita esse projeto, orientado pela compreensão humanista do lazer, entendido como experiência pessoal e fenômeno social. Este quadro esclarece a filosofia chave do programa e ajuda a entender as características que o diferenciam dos outros desde a fundação do entretenimento experiencial. Concretiza-se seu desenvolvimento com uma história de mais de dez anos, completados pelo testemunho de alguns participantes. Os resultados do estudo apontam para a projeção dos princípios teóricos que inspiraram essa experiência, assim como o projeto realizado, percebendo-se que este poderia ser modelo para outras ofertas educativas visando o desenvolvimento pessoal e diversão.

Palavras-chave: Lazer. Educação de adultos. Desenvolvimento pessoal. Experiência.

EXPERIENTIAL LEISURE IN UNIVERSITY: THE MULTIGENERATIONAL PROGRAM CULTURA AND SOLIDARITY

Abstract. This paper aims to show the theoretical foundations

underlying a program oriented towards the personal development and enjoyment. It takes place through the analysis of the Institute of Leisure Studies' offer at the University of Deusto in the Culture and Solidarity program. A revision of the relevant literature is provided, along with the Institute's humanistic leisure perspective enabling the project through its understanding of leisure as personal experience and social phenomenon. This framework clarifies the key philosophy of the program and helps to understand the features that differentiate it from others since the foundation of experiential leisure. The program's trajectory of more than ten years is described and complemented with the testimony of some participants. The findings of the study point to the projection of the theoretical principles that have inspired the experience and position the program as a possible model for other educational projects aimed to the personal development and enjoyment.

Keywords: Recreation. Leisure education. Adult. Personal development. Experience.

1 INTRODUCCIÓN

En el siglo que vivimos se puede constatar la existencia de un ocio entendido como una de las experiencias más deseadas y representativas de nuestra época. Soñamos con las vacaciones, con los viajes, el disfrute de la Naturaleza o de las propuestas culturales, deportivas y recreativas a nivel global. A estas y otras muchas que podemos disfrutar gracias al desarrollo de las tecnologías, los medios de comunicación o las posibilidades de desplazamiento, se han unido últimamente las ofertas formativas de las uni-

versidades. Nos referimos, lógicamente, a las opciones formativas que no piensan en la formación profesional sino en el disfrute y desarrollo personal de los educandos. Este artículo está centrado en el análisis de un programa proyectado hacia esta finalidad. Nuestra pretensión, en estas páginas, es analizar una experiencia concreta que tiene lugar en la Universidad de Deusto, mostrando el fundamento que inspira el programa *Cultura y solidaridad*. Dada la limitación de espacio de un artículo como éste, nuestro deseo es esbozar los fundamentos que lo caracterizan como ocio experiencial. Apuntaremos también algunos aspectos de su desarrollo, con una trayectoria de más de diez años y lo complementaremos con algunos testimonios de los que han participado en él. Iniciaremos la reflexión presentando el contexto en el que el Programa está inserto.

2 Ocio EXPERIENCIAL

El ocio experiencial es un concepto novedoso desde un punto de vista comercial, económico y de marketing, pero resulta familiar cuando se conoce la repercusión que tiene desde hace años en los Estudios de Ocio. Allí las primeras aproximaciones a la experiencia se realizan desde planteamientos pedagógicos y psicológicos. John Dewey (1949) diferenciaba entre las actividades cotidianas y las experiencias especialmente intensas, unificadas en torno a una situación, un acontecimiento o un objeto cualquiera. Las experiencias, desde su punto de vista, siguen un cur-

so procesual, de manera que tienen un cumplimiento que permite conservarlas como recuerdos perdurables. Esto lo ejemplificaba con modelos pertenecientes al ámbito del ocio: escribir un libro, llevar a cabo una conversación satisfactoria o jugar una partida de ajedrez. Desde la Psicología, H.E.A. Tinsley y D.J. Tinsley (1986) vinculan el ocio como experiencia al bienestar y a la satisfacción de las necesidades psicológicas. Años más tarde la visión se amplía y se complejiza. En 1998 la revista *Journal of Leisure Research* dedica un número monográfico al ocio como experiencia multi-fase.

El planteamiento experiencial, asumido por los economistas del ocio a finales del siglo XX, ha permitido reformular el objetivo que los guiaba anteriormente, la producción o la utilidad, porque aquí "la utilidad no mide la necesidad, sino el deseo psicológico que un consumidor experimenta en relación a un determinado bien" (BARRET, 1974, p. 79). Este criterio tiene como referente que cualquier persona trata de optimizar sus decisiones, optando por aquello que le proporciona mayor grado de satisfacción. La vigencia de esta realidad cotidiana puede ser una razón que explique por qué nos desplazamos de una economía basada en la prestación de servicios, hacia una economía basada en la experiencia.

Frente a la economía de los servicios, centrada en las actividades intangibles, la economía de la experiencia entiende que la clave está en los sujetos que quieren vivir experiencias memorables, porque las experiencias son intrínsecamente personales (no son exteriores). Esto tiene una relación con el estado fi-

sico emocional, intelectual o espiritual, pero también con los valores de las personas y de las comunidades. B. J. Pine II y J. H. Gilmore (2000) afirman que la economía de la experiencia es el comienzo de una nueva era económica en la que cada empresa es un escenario y todas proporcionan experiencias memorables, a través de "puestas en escena" a las que se asiste previo pago de entrada:

Quando un individuo compra una experiencia paga para disfrutar de una serie de sucesos memorables montados por una compañía -igual que en una obra teatral- con el fin de involucrarlo personalmente. Las experiencias constituyeron siempre el núcleo de los espectáculos, desde las obras de teatro y los conciertos hasta las películas cinematográficas y los programas de televisión. Sin embargo, en las últimas décadas la cantidad de opciones en materia de espectáculos ha aumentado enormemente, abarcando muchas, muchísimas experiencias nuevas. A nuestro entender, los orígenes de esta expansión de las experiencias se remonta a un hombre y compañía por él fundada: Walt Disney (PINE; GILMORE, 2000, p. 19).

En los escasos años en los que se han introducido estas ideas sobre el ocio experiencial, se comienza a diferenciar entre "las experiencias de primera generación", caracterizadas por ser ofertas de ocio "prefabricado", cercano a las propuestas de Pine y Gilmore antes esbozadas, y las "experiencias de segunda generación" que tienen su primer referente en la persona y sus valores individuales culturales y sociales (BOSWIJK, 2005, p. 43). En este segundo planteamiento estaría el Pro-

grama del Instituto de Estudios de Ocio de la Universidad de Deusto, el lugar donde tiene lugar la propuesta que se esboza en este artículo.

3 SOBRE EL CONCEPTO DE EXPERIENCIA

La comprensión del ocio como tiempo libre o como actividad ha sido superada, en la primera década del siglo XXI, por la irrupción de un ocio experiencial. Observemos, en primer lugar, su significado. El diccionario de la Real Academia Española recoge cinco significados diferentes de experiencia: 1. Hecho de haber sentido, conocido o presenciado alguien algo; 2. práctica prolongada que proporciona conocimiento o habilidad para hacer algo; 3. conocimiento de la vida adquirido por las circunstancias o situaciones vividas; 4. circunstancia o acontecimiento vivido por una persona y 5. experimento. Partiendo de ellos podemos entender que la experiencia es un "acontecimiento vivido por una persona" que le proporciona un conocimiento o un cambio personal, como consecuencia de "haber sentido, conocido o presenciado algo".

Se habla de "acontecimiento" en el sentido de algo que ocurre fuera del sujeto, que es exterior a él; pero, al mismo tiempo, le afecta íntimamente transformando su conocimiento y su modo de entender el mundo. Esa transformación se debe a la vivencia personal y directa en la que se implican los sentidos, las sensaciones, sentimientos, conocimientos, conceptos e ideas. La experiencia es siempre experiencia de alguien, pero ese alguien es permeable, abierto al cam-

bio. Esto permite que deje una huella en el sujeto que la experimenta. De ahí que Jorge Larrosa (2006) afirme que el sujeto de una experiencia es un sujeto paciente, pasional.

4 EXPERIENCIA NO ES IGUAL QUE ACTIVIDAD

Afirma A. Fierro (2000, p. 39) que “vivir es experimentar, y esto significa tanto tener vivencia espontánea de lo que a uno le sucede, cuanto procurarse, a la manera de un experimentador, vivencias alternativas”. La experiencia no se refiere habitualmente a un vivir pasivo sino todo lo contrario, al estar despierto y activo que se relaciona con sentimientos, percepciones, pensamientos o deseos muy personales que resultan difícil de objetivar; pero la experiencia es algo bien diferente a un experimento.

Jorge Larrosa precisa que la experiencia, a diferencia de la actividad o del experimento, no puede planificarse al modo técnico. Así lo concreta utilizando un ejemplo:

La actividad de la lectura es a veces experiencia y a veces no. Porque aunque la actividad de la lectura sea algo que hacemos regular y rutinariamente, la experiencia de la lectura es un acontecimiento que tiene lugar en raras ocasiones. Y sabemos que el acontecimiento escapa al orden de las causas y los efectos. La experiencia de la lectura, si es un acontecimiento, no puede ser causada, no puede ser anticipada como un efecto a partir de sus causas, lo único que puede hacerse es cuidar el que se den determina-

das condiciones de posibilidad: sólo cuando confluye el texto adecuado, el momento adecuado, la sensibilidad adecuada, la lectura es experiencia. Aunque nada garantiza que lo sea: el acontecimiento se produce con ciertas condiciones de posibilidad, pero no se subordina a lo posible. Por otra parte, una misma actividad de lectura puede ser experiencia para algunos lectores y no para otros. Y, si es experiencia, no será la misma experiencia para todos aquellos que la hagan (LARROSA, 2006, p. 99).

La experiencia, en cuanto hecho subjetivo y fenómeno transformador de la persona, no es un experimento al modo de las ciencias experimentales, cada experiencia es singular porque corresponde a un sujeto singular. Aunque varias personas vivan un mismo acontecimiento, el punto de vista desde el que lo vivencian siempre es diferente, irreplicable. En sentido contrario, un experimento es lo que debe ser repetible, que debe significar lo mismo sin importar el sujeto que lo lleve a cabo. La ciencia trabaja con lo general, la experiencia se refiere a algo singular: "el afecto por lo singular, se llama precisamente pasión. Por eso, en lo singular, sólo puede haber una epistemología pasional. O una ética pasional. O una política nacional." (LARROSA, 2006, p. 103). La posibilidad de la experiencia, entendida desde la subjetividad, implica la suspensión de la posición genérica, pero ello no significa que no sean generalizables las posibilidades de vivir experiencias de ocio. La ciencia captura la experiencia y la construye, la elabora y la expone según su punto de vista, desde un punto de vista objetivo, con pretensiones de universalidad, por lo que el

lenguaje de la ciencia no puede ser el lenguaje de la experiencia.

A diferencia de las actividades, cada experiencia es única y, en el caso de hechos similares, cada persona los vive de un modo diferente. Esto significa que las instituciones, o la iniciativa privada, no pueden garantizar en ningún caso que lo experiencial, en su sentido más profundo, se haga realidad en ninguna persona. Lo que sí pueden hacer es conocer y favorecer las condiciones de posibilidad de las experiencias. Desde un punto de vista social, las experiencias de ocio se pueden entender como proyectos experienciales de ocio. Dichos proyectos actúan a modo de modelos favorecedores de la realización de experiencias personales, a partir de un contexto y unas condiciones de posibilidad. Este es el planteamiento en el que nos situamos cuando hablamos de ocio experiencial en nuestro programa universitario.

5 GÉNESIS Y CONTEXTO DEL PROGRAMA MULTIGENERACIONAL CULTURA Y SOLIDARIDAD

El programa *Cultura y solidaridad* que se analiza en este texto se enmarca en el Instituto de Estudios de Ocio de la Universidad de Deusto. Este Instituto surge en 1988 con la intención de dar respuesta académica a planteamientos, problemas e interrogantes sobre el ocio de una sociedad marcada profundamente por el consumo. Desde el primer momento se parte de un concepto de ocio humanista, entendido como experiencia personal y fenómeno social, y se

proyecta promoverlo en el ámbito de la investigación, de la formación y en el entorno comunitario. El programa de *Doctorado Ocio y Potencial humano* marca la dirección de las tesis doctorales que se irán culminando en años sucesivos, así como las diversas investigaciones realizadas con instituciones de prestigio internacional. Las tesinas y los proyectos fin de máster se encuadran igualmente en esta línea académica e investigadora del centro.

Junto con este planteamiento investigador y de formación de profesionales, el Instituto ha querido volcar a la sociedad el caudal de conocimientos y valores que en su seno se iban generando. Con esta voluntad de servicio a la comunidad, nace el programa que nos ocupa en este trabajo. Ya hemos apuntado que intentamos aquí mostrar la orientación del mismo, para destacar una dimensión novedosa: el ocio experiencial vinculado a la formación.

5.1 LA FORMACIÓN COMO OCIO

La finalidad de promover un ocio humanista en el entorno se hace realidad en el año 1993 con la puesta en marcha del programa *Ocio cultural universitario*. Este proyecto se sustenta en la comprensión de la formación como ocio y de éste como desarrollo personal y social (CUENCA, 2004). Se propone un programa para ampliar el horizonte cultural, descubrir valores y buscar en el ocio nuevos cauces de realización personal. La buena acogida de esta propuesta en la ciudad cimenta las bases de lo que será una constan-

te del Instituto: la Formación como Ocio.

Ocio cultural universitario sigue ofreciendo en la actualidad cursos de quince horas de duración que abarcan una gran diversidad de temas en las áreas de arte, literatura, historia, filosofía, salud, música u otros ámbitos de interés cultural.

Con el paso de los años y ante la inquietud que mostraban nuestros estudiantes, deseando profundizar más en los temas culturales, en el curso 1999-2000 se pone en marcha el *Graduado Universitario en Cultura y Solidaridad*. Este programa está reconocido como título propio de la Universidad de Deusto, de tres años de duración y conlleva una nueva forma de estudiar en la Universidad. En la actualidad, con la aprobación de los Grados universitarios en la nueva legislación, ha pasado a denominarse *Titulado Universitario en Cultura y Solidaridad*.

Al terminar los estudios la primera promoción, observando el deseo de estos alumnos de continuar en la universidad, el Instituto implementa un tercer Programa, dentro del marco la Formación como Ocio. Se trata de un curso monográfico para los postgraduados que profundiza en una temática concreta desde una orientación multidisciplinar, volcada al conocimiento y al disfrute personal y no a la intervención profesional. Literatura, historia, arte, ciudadanía o modernidad son algunas de las temáticas que han centrado estos monográficos, planificados con ocho módulos que permiten estudiar de forma interdisciplinar las áreas elegidas. En el curso académico 2008-2009, se han implementado dos nuevos programas *Disfrutar las Artes* y *Aprender Viajando*,

que han complementado la oferta anterior, dando un amplio cauce de realización al ocio como formación.

En resumen, en el marco de la orientación humanística del Instituto de Estudios de Ocio, el principio educativo que inspira el Proyecto *La formación como Ocio* es la formación integral de la persona, cuidando especialmente que el desarrollo procesual sea satisfactorio y formativo (CSIKSZENTMIHALYI; CUENCA, 2001). Para llevarlo a cabo se propone un modelo vivencial que posibilite el desarrollo personal a partir de experiencias culturales de ocio. Los cinco programas que constituyen este Proyecto de la Universidad de Deusto son Programas universitarios que propician a las personas que los cursan un proceso formativo pleno de posibilidades personales y sociales.

5.2 EL PROGRAMA MULTIGENERACIONAL CULTURA Y SOLIDARIDAD: UN OCIO EXPERIENCIAL

Desde el diseño de este programa se ha favorecido que sea una experiencia de ocio formativa y transformadora en el cauce de sus tres años de duración, en coherencia con la orientación teórica del Instituto (CUENCA, 2000, 2004). Junto con las materias orientadas a desarrollar competencias y actitudes personales, se vertebran otras pensadas para mejorar el conocimiento e incrementar el gusto por la cultura y la preocupación por los problemas sociales. Combina asignaturas obligatorias –cuatro en cada curso– con optativas que encauzan la formación en diferentes áreas específicas tales como artes, derecho, cine,

filosofía, historia, literatura, música, psicología o sociología. Se ofrecen también actividades complementarias de carácter más práctico en el formato de talleres. El marco ofrecido a los estudiantes es flexible y recoge un arco que va desde el compromiso de asistencia centrado en dos días, a la posibilidad de participar todos los días laborables. Cada alumno puede decidirlo en función del tiempo disponible y de sus circunstancias personales. El alto grado de optatividad del Plan de estudios ofrece el marco adecuado para la elección de materias y la planificación horaria del estudiante.

El alumnado es mayoritariamente femenino, con un ochenta por ciento de presencia de mujeres, que provienen de la propia ciudad de Bilbao o del entorno cercano. El programa no requiere una formación previa para el acceso y congrega a personas motivadas por la cultura. Los estudiantes llegan a la universidad con el deseo de aprender y esta orientación se va tornando sobre el propio eje de la satisfacción que su realización produce. Así la necesidad de aprender tiene una estructura motivacional dominada por el puro deseo de conocer y aprender (aprender por el puro placer de aprender), por conseguir una meta social, al mismo tiempo que por la búsqueda de su desarrollo personal. La formación dista de ser utilitaria y pragmática como en otros tramos y propicia que la persona se implique sin la necesidad de recompensas, logros tangibles o reconocimiento social; por tanto, puede vivirse como una experiencia de ocio en su dimensión formativa (GÓMEZ; MARTÍNEZ, 2002).

La perspectiva de más de diez años de implan-

tación nos permite valorar algunos aspectos sobresalientes de su diseño inicial enmarcado, como indicábamos al inicio, en los planteamientos del ocio experiencial desarrollados en las investigaciones del Instituto. Sin pretender abordarlo en toda su riqueza, nos proponemos ahora destacar los rasgos que permiten afirmar del programa su carácter de experiencia de ocio. Apuntamos las siguientes notas:

5.2.1 EL MARCO DE REFERENCIA ES EL PROPIO ACTOR O AGENTE, ES DECIR, LA PERSONA

La referencia primaria a la persona ha sido una finalidad clara en los planteamientos del Instituto y ha guiado la acción educativa (Cuenca 2004). Se pretende alentar la capacidad de las personas para encontrar o crear por sí mismas los medios para aprovechar sus posibilidades de ocio. N. Elias y E. Dunming (1992:118 y 134) privilegian el ámbito del ocio como la esfera pública más propicia para que los individuos puedan decidir basados principalmente en su propia satisfacción. Ello nos permite afirmar que, para entender el significado de la experiencia de ocio, es esencial partir del sujeto que la experimenta. Sin negar el carácter único e individual de estas experiencias, las personas las desarrollamos y compartimos a través de un entramado social que facilita la identificación personal y social.

El programa *Cultura y solidaridad* constituye un marco apropiado para este entramado capaz de satisfacer los anhelos personales y encauzarlos en un

ámbito social. Quisiéramos destacar, en primer lugar, que el estudiante se decide por este programa en el horizonte de una amplia oferta cultural. La ciudad de Bilbao ofrece un gran panorama de propuestas culturales, muchas de ellas bien arraigadas en una larga tradición. Al mismo tiempo, Bilbao se ha convertido en un eje de estudio mundial por las apuestas regenerativas de los últimos veinte años con el Museo Guggenheim como centro. Este marco centra la primera decisión que tiene que tomar la persona que opta por el programa; no es lo mismo decidir en un espectro limitado de propuestas, que en un horizonte que ofrece experiencias culturales en muchos ámbitos. El estudiante que opta por este programa debe tener claro que, en parte, tiene que limitar la asistencia a otras actividades culturales y que su apuesta elige un ámbito primariamente formativo. En el desarrollo del programa tendrá que seleccionar entre la variada oferta del propio Instituto, antes comentada. También tendrá que decidirse entre las ofertas de optatividad y diversidad de talleres que se le ofrecen.

Ahora bien, en segundo lugar, recordemos que el programa se incardina en la universidad. Observemos que, desde la perspectiva de la formación como ocio, la universidad adquiere una función novedosa más allá de la generación y transmisión de conocimiento. Se privilegia ahora la experiencia de la persona y la oferta formativa se transforma en un ámbito con el que el estudiante entabla una interrelación emocional. Quizá la imagen del teatro nos ayude a visualizar el carácter participativo y de correalización que se genera en el aula. No son estudiantes que

buscan una formación profesional sino personas que anhelan una experiencia, llevada a cabo con disfrute y satisfacción, junto con otros alumnos con los que no compiten, sino que comparten expectativas.

Los estudiantes experimentan un horizonte en el que se reconocen junto con los compañeros que anhelan aspiraciones semejantes. En muchos casos es la primera oportunidad que tienen en la vida de poder asistir a la universidad. Por esta razón la opción del programa supone un impacto de realización personal. Así es habitual encontrar en sus testimonios frases como ésta: “El poder estudiar a mi edad, ha sido un gran placer que me ha reconfortado con mi misma” (M. A. S., 2000, I Promoción). En otros casos han tenido formación universitaria, pero en campos científicos o tecnológicos, por lo que el descubrimiento se centra en los valores humanísticos: “El Graduado Universitario en *Cultura y Solidaridad* facilita el necesario y siempre enriquecedor intercambio entre quienes deseamos responder a cada día más y mejor a la evidente necesidad social de re-implantar valores humanizadores” (B. L. B., 2003, II Promoción). Todos ellos afirman, en uno u otro momento de su trayectoria formativa, la oportunidad de compartir expectativas con sus compañeros, encontrar nuevas amistades y relaciones: “Aparte de toda la cultura que venía buscando (en la Universidad) más allá de sus puertas me ha dado a cambio de mi entrega un regalo, la amistad” (R. M. M., 2002, I Promoción).

Quisiéramos destacar, en tercer lugar, la trascendencia educativa que tiene esta opción personal del estudiante que se decide por el programa. A lo largo de

tres años irá fraguando un estilo de vida de ocio cultural que será una nueva base de su ocio creativo. El programa *Cultura y solidaridad* está vertebrado por un eje de asignaturas orientadas a mejorar el conocimiento e incrementar el gusto por la cultura y la preocupación por los problemas sociales. El conjunto de asignaturas obligatorias, optativas y de actividades complementarias constituye un entramado fundamental que profundiza en el conocimiento humanístico, desarrolla competencias y actitudes personales y proporciona herramientas de análisis y crítica. Todo ello permite que en el estudiante se opere una transformación a lo largo de los tres años. Cada alumno aprende a proporcionarse a sí mismo recompensas y refuerzos, a ser consciente de sus propios avances y a reconocer en sí mismo un gran potencial de crecimiento. Se privilegia siempre este marco de realización personal obviando las comparaciones académicas, restringiendo la nota al aprobado. De modo que la experiencia de ocio se manifiesta aquí como cultivo de la persona. El ámbito formativo aúna la profundización en los temas culturales con el desarrollo personal. Esta experiencia marcará la vida del estudiante en un futuro orientándole a participar nuevamente en experiencias semejantes y a disfrutar con experiencias significativas de ocio relacionadas con la creatividad y el desarrollo personal.

6 TIENE UN PREDOMINIO EMOCIONAL Y SE JUSTIFICA POR LA SATISFACCIÓN, NO POR EL DEBER

El ocio es una vivencia que se encuadra en el mundo de las emociones. La experiencia de ocio se fun-

damenta en la acción gustosa, es decir, satisfactoria (CUENCA, 2004, p. 254). Es interesante la siguiente puntualización de J. Larrosa: “La experiencia no puede captarse desde la lógica de la acción sino desde una lógica de la pasión, desde una reflexión del sujeto sobre sí mismo en tanto que sujeto pasional” (LARROSA, 2006, p. 108). Esta perspectiva nos ayuda a recordar que las personas no tienen los mismos gustos (un aspecto que incide directamente en las decisiones de ocio), ni reaccionan a los estímulos exteriores con la misma carga emocional en un momento de su vida, con un contexto determinado, que en otro momento con otro contexto. Como señala Fericgla (2000, p. 13) la emoción - y en especial los sentimientos- nacen de la interpretación de las situaciones, no de las situaciones en sí mismas. Este hecho implica la existencia de una relación muy estrecha entre las emociones, cognición (en especial la memoria) y entrenamiento cultural.

El diseño del programa *Cultura y Solidaridad* está especialmente orientado a favorecer este predominio emocional. Uno de los rasgos más significativos del mismo radica en la elección de un profesorado capaz de generar empatía y de comunicar apasionadamente sus conocimientos. Se entiende que esta comunicación privilegia la participación emocional del estudiante, generando en el aula un clima positivo. No es extraño encontrar entre los testimonios afirmaciones como ésta: “Nos han prestado sus ojos. Este es el pensamiento que tuve cuando uno de los profesores de pintura nos explicaba el cuadro” (T. M. L., 2004, III Promoción).

El otro polo radica en los estudiantes. Hemos comentado más arriba las expectativas de realización y no competitividad que animan el programa. Esto se canaliza en diversas posibilidades como la elección personal de las temáticas en las que desean realizar los trabajos obligatorios, la posibilidad de incorporar en las clases materiales personalmente elegidos o la adaptación de los temarios a los intereses del grupo. Se privilegia la opción emocional y se favorece su comunicación a los otros en el aula. Así la vivencia personal se expande en el ámbito interrelacional de los demás compañeros, que acogen lo propuesto, abriéndose la posibilidad de acogerlo como propio. Este marco es un diálogo que amplifica lo personal en el grupo. De este modo se aprende también a respetar opciones ajenas que, quizá, comunicadas y conocidas se pueden volver propias. Los estudiantes lo reconocen explícitamente: “Lo nuestro era por “hobby”, por aprender, por crear amistad, por hacer cosas que tal vez por la vorágine de nuestras actividades laborales no habíamos podido realizar, por hacer un alto en el camino y dedicarnos, en un ambiente universitario, a realidades intelectuales” (Discurso de Graduación de los alumnos de la VII Promoción).

Una experiencia de ocio puede oscilar desde la mera aceptación de la experiencia -realizar algo que me gusta, sin más-, a la inmersión receptiva y contemplativa, capaz de proporcionarnos una experiencia intensa, inolvidable, catártica. La psicología humanista de Maslow (1993) y sus seguidores hizo ver hace tiempo la importancia que tienen para las personas estas últimas, denominadas experiencias

cumbre o experiencias óptimas. Desde sus posicionamientos el ocio puede ser un ámbito en el que cultivar el cuerpo y el espíritu para llevar a cabo una vida mejor y de mayor calidad, tanto a nivel personal como comunitario.

La intensidad con la que se vive una experiencia está relacionada con la novedad, el contexto socio-cultural, el grado de conocimiento y otros aspectos, subjetivos y objetivos, entre los que resaltaremos la propia calidad de la experiencia. La experiencia cotidiana se transforma en un acontecimiento gracias a la novedad. Sabemos que la novedad es un factor de motivación que nos permite acceder a vivencias desconocidas como si fueran acontecimientos extraordinarios. Así ocurre en el aula; un profesor que busca contagiar a los estudiantes la emoción de un poema pondrá los medios necesarios para comunicarlo y para que tengan una experiencia óptima en el aula. Pero también lo pretenderá otro profesor al mostrar la riqueza de pensamiento de un autor o la fecundidad creadora de un artista. La capacidad de mostrar, de abrir nuevos senderos, de comunicar en suma, son factores que intervienen favoreciendo las experiencias. Así lo ratifican afirmaciones como éstas: “La Uni es como un gusanillo que se te mete dentro y me siento ahora incapaz de dejarlo” (H.M.A., 2005, IV Promoción). “En lo más profundo de mi ser una voz me dice: ahora eres más, mucho más, que cuando llegaste, porque la amalgama es espléndida, porque la savia te ha llegado de todos” (V. G. E., 2005, IV Promoción).

Ahora bien, el profesorado es consciente de que

estas experiencias requieren un proceso. Cuando un profesor solicita a los alumnos que elijan en su casa el poema que desean llevar al aula, está iniciando la preparación de la experiencia. Les anima a buscar activamente en sus gustos y a comunicarlo a los demás. Sin duda, la calidad de la experiencia dependerá de muchos factores, pero el hecho de prepararla, vivirla y recordarla la dota de un significado diferente a la mera escucha más o menos pasiva.

La experiencia de ocio proporciona la posibilidad de sentir un placentero despertar de las emociones. En el ocio se concede una importancia mayor a la emoción y a la fantasía que en la vida ordinaria. Las emociones moldean el mundo de significados y el entorno de acciones posibles en los seres humanos. Ferricla (2000, p. 12-13) afirma que “debemos reconocer que detrás de las prácticas y debajo de los hábitos que definen y dan forma a cada sociedad hay un propulsor emocional que talla e impulsa la vida social”. En este sustrato emocional conviene diferenciar entre sentimientos, motivaciones y emociones. Este trío es el núcleo que entrelaza de forma sistémica cultura y naturaleza humana, incidiendo directamente en las experiencias culturales de ocio.

El programa *Cultura y solidaridad* facilita el disfrute en el aula y pone las bases para vivir de forma autónoma otras experiencias en las distintas áreas que se trabajan en clase. Los estudiantes reconocen que su experiencia en el programa radica en la elección libre y gozosa: se inscriben porque “les agrada” y esa opción voluntaria le otorga un sentido. Esto supone para ellos ganar un espacio de libertad: hacer lo

que "me gusta", "lo que me satisface", no lo que "debería" hacer. Sabemos que las acciones de ocio no demandan ningún compromiso obligado, pero esto no excluye la perseverancia o el libre compromiso. Los estudiantes destacan reiteradamente esa sensación de disfrute manifestada en testimonios como estos: "La universidad me ha inculcado además de conocimientos, la sensación de logro, ingrediente fundamental en la fórmula por la autosatisfacción" (G.D.V., 2002, I Promoción). "Me he sentido integrada y feliz. He aprendido y he disfrutado" (I.V., 2002, I Promoción).

El logro a largo plazo requiere el compromiso del estudiante de perseverar en el programa. Ahora bien, el alumno tiene un marco flexible que se visibiliza en el siguiente CUADRO:

Cursos	Nº créditos Asignaturas Básicas	Créditos Asignaturas Generales	Créditos Asignaturas Específicas
1º	12	Mín. 6,máx. 12	Mín. 6,máx. 24
2º	12	Mín. 6,máx. 12	Mín. 6,máx. 24
3º	12	Mín. 6,máx. 12	Mín. 6,máx. 24

Fuente: Elaboración propia.

Durante los tres años que dura el programa, el alumno puede realizar entre 72 y 144 créditos. Se utiliza el concepto propuesto por la Unión Europea para los créditos ECTS, cuyo punto de vista es el reconocimiento del trabajo del alumno. Podemos afirmar que más del 60% del alumnado sobrepasa los créditos mí-

nimos exigidos para la superación del programa.

Su experiencia, transcurridos los tres años de su duración, proporciona una dimensión gozosa, reconocida por los participantes. Algunos estudiantes destacan la oportunidad de poder ir a la universidad, con lo que ello significa en su ampliación de su visión del mundo y del entramado de relaciones sociales: “He ampliado mi campo de relaciones y amistades” (G.D.V., 2002, I Promoción). “He conseguido un sueño irrealizable: una gran anhelo secreto para mí era poder ir algún día a la Universidad” (L. V., 2002, I Promoción).

Partiendo de este marco general, podemos observar que los estudiantes aprenden a disfrutar en áreas específicas que anteriormente les eran desconocidas o ajenas. Algunas materias son fundamentales para posibilitar para el desarrollo intelectual y para ayudar a los estudiantes a situarse en el ámbito del ocio. Así *Técnicas de trabajo intelectual y Ocio y calidad de vida* se sitúan en primer curso. Otras asignaturas obligatorias como *Claves para comprender y disfrutar del arte*; las específicas como *Pautas para el conocimiento del cine* y los talleres del programa les ofrecen novedosas posibilidades en esta dirección. Los resultados al evaluar la satisfacción de los estudiantes en cada materia confirman que lo indicado anteriormente es una realidad comprobada año tras año. Del total de alumnos que han cursado el Graduado, 334 hasta el momento, 166 han hecho alguno de los Postgraduados que ofrecemos, lo que supone que un 49,7 % de los alumnos han continuado haciendo alguno de estos programas de un año de duración.

Pensamos que esta continuidad es un indicador de satisfacción de los participantes y, al mismo tiempo, una prueba de consolidación de un ocio serio.

Se integra en valores y modos de vida. El ocio ha de ser algo *integrado* en la vida de las personas, en su escala de valores y su contexto. Desde un punto de vista individual y subjetivo, el ocio es un ámbito de realización de acciones valiosas, un espacio idóneo para el desarrollo y la vivencia de valores en sus múltiples campos. Integrar el ocio en nuestras vidas significa considerarlo algo "tan serio" como el trabajo, la educación o la salud.

El programa *Cultura y solidaridad* hace realidad estos planteamientos axiológicos del ocio promoviendo la integración, convivencia multigeneracional, el respeto a la heterogeneidad, fomento del disfrute del hecho cultural y solidaridad. Precisamos, a continuación, cómo se lleva a cabo la vivencia de estos valores.

Integración. La formación como ocio es una nueva oportunidad de desarrollo e integración de las personas. En este sentido *Cultura y solidaridad* favorece la sociabilidad a través de la participación en un programa integrado estructural y físicamente en la universidad; estructural porque forma parte de la oferta oficial de títulos propios de la Universidad y físicamente porque comparte las aulas con el resto del alumnado. Se diferencia de otros proyectos similares destinados a Personas Mayores, donde los cursos se imparten en aulas de cultura u otros centros de la ciudad. En el programa que nos ocupa los estudiantes conviven en los pasillos de la universidad con la diversidad del alumnado propio de las licenciaturas, los grados o los

estudiantes de tercer ciclo. Son uno más en el marco general universitario. Esta circunstancia es enriquecedora y posibilita que se consideren *uno más* entre los alumnos universitarios. Eso significa también que pueden disfrutar de todos los servicios, compartir la biblioteca, asistir a las conferencias o disfrutar de su compañía sin más. De modo que este factor de integración supone equilibrio compensador y estimulante para aquellos que no han tenido la oportunidad de asistir previamente a la universidad.

Convivencia multigeneracional. Junto a lo señalado anteriormente, uno de los aspectos más llamativos del programa es su carácter multigeneracional. *Cultura y solidaridad* no está dirigido a unas edades concretas, sino a personas adultas, con la edad de 25 años como mínima, pero sin existir límite en el otro extremo. De hecho los alumnos se sitúan entre los 32 y los 83 años.

Las personas que conforman las promociones del Titulado son muy variadas, con muchos aspectos que les diferencian pero con al menos tres que les unen: interés por la cultura, ganas de aprender y gran motivación. La convivencia de personas con edades distintas posibilita una interacción muy rica entre compañeros diferentes. Cada uno llega con su experiencia de vida, en algunos casos de largo recorrido, que convive con la de aquellas personas más jóvenes. Esa diversidad enriquece las experiencias en el aula, posibilitando preferencias bien diferenciadas.

Respeto a la Heterogeneidad. Este valor se desprende de los anteriores y se favorece especialmente desde la Dirección del Instituto de Estudios de Ocio.

El contexto personal de los estudiantes de *Cultura*

y solidaridad contempla una mayor diversidad que el resto del alumnado universitario. En algunos casos las circunstancias familiares les han liberado de cuidados que les han ocupado el tiempo previo; en otros casos, el vacío por la pérdida de un ser querido les ha impulsado a buscar nuevos horizontes. Algunos participantes llegan cumpliendo la ilusión de estudiar en la universidad y otros vuelven a la vida universitaria una vez cumplido el ciclo laboral. Todas estas variadas circunstancias enriquecen la experiencia grupal y ofrecen un panorama vital de gran riqueza para la comunicación y el intercambio.

En muchos casos el programa supone una transformación profunda en el estudiante, ayudándole a superar circunstancias personales difíciles y abriéndole nuevos horizontes. Comenta un estudiante en el Discurso de Graduación: “Después de los apuros iniciales, comenzamos con los trabajos en grupos, con la participación en clase, con las bajadas a la cafetería, para el descanso, lógicamente, con cenas del grupo y así fuimos dándonos cuenta de que partiendo de un grupo tan heterogéneo habíamos conseguido crear una relación noble y desprendida” (Discurso de Graduación de los alumnos de la VII Promoción).

El respeto a la heterogeneidad es un valor pretendido en el Plan del estudios, que se trata de transmitir. Los estudiantes acceden con diferentes niveles de formación; no todos tienen una formación universitaria, aunque todos tengan gran motivación personal por la cultura, lo que les ha llevado a inscribirse en el programa. El referente de superación es cada uno, no existe un estándar grupal. La diferencia de niveles

formativos previos incide en las experiencias y marca diferencias entre ellos. Estas diferencias, a medida que van transcurriendo los tres años, se suavizan. Esto se favorece, durante el transcurso del programa, con la figura del tutor de curso que orienta, ayuda y canaliza las necesidades y sugerencias de los alumnos. El programa insiste en favorecer un ocio serio, a largo plazo, contrastándolo con el ocio consumista que concluye en su propia vivencia. Se facilitan competencias y actitudes para que puedan disfrutar de productos culturales complejos.

Fomento del disfrute del hecho cultural. El programa apuesta también, como apuntábamos más arriba, por abrir la posibilidad de nuevos modos de ocio creativo. Sabemos que el disfrute de una experiencia de ocio creativo requiere de un tiempo y un espacio vital propio que importa conocer y cuidar. Las diversas materias y, sobre todo, la actitud ante la cultura que se favorece facilitan nuevas experiencias culturales. Somos conscientes de que la calidad de la experiencia depende de la intencionalidad de la persona que la vivencia y de su interacción con la realidad. Pero sabemos también que es posible favorecerla incentivando la elección personal e incrementando la dimensión de conocimiento (Amigo, 2000). Así reconocen: “Encontrar en las materias un goce, un llenarnos de saberes, con un abanico de materias muy diversas que, unas veces, han resultado ser muy sugerentes y otras lo han sido un poco menos. Pero todas ellas han estado impregnadas de esa cercanía y esa humanidad del profesorado, para que sirvieran como un acervo cultural más

para nuestra vida” (Discurso de Graduación de los alumnos de la VII Promoción).

Hay personas que quizá nunca hubieran asistido a una representación de ópera o de teatro y el programa les da la oportunidad de decidirse por nuevas actividades de ocio, generando nuevos hábitos. En otros casos, la profundización en el conocimiento que se lleva a cabo en el aula, posibilita un mayor disfrute en la actividad que ya cultivaban previamente. El Programa posibilita el desarrollo de valores y actitudes que conducen a una vida más plena y proporcionan una mayor calidad de experiencias de ocio.

Solidaridad. La dimensión solidaria es una constante en los programas de formación e investigación del Instituto (CUENCA, 2005). Las ideas de responsabilidad, respeto y sostenibilidad vertebran las propuestas educativas del Centro y alcanzan también al programa que nos ocupa. Con él se ha pretendido abrir nuevos cauces de realización de experiencias de ocio en el ámbito de la cultura, de las artes, y, en particular, en el ámbito de ocio solidario.

Esta direccionalidad está marcada en el programa, en primer lugar, por ciertas asignaturas. Tales como: *Ética y formación humana; Voluntariado cultural y social; Medio Ambiente y Solidaridad; Asociacionismo y Ciudadanía; Vivir con los otros. Aproximación al mundo de la discapacidad; La diversidad como rasgo de la sociedad posmoderna; La cultura en el desarrollo; Diversidad cultural y convivencia. La sociedad europea ante el 2011, Año europeo contra la pobreza y la exclusión social.*

Junto a estas asignaturas, el programa favorece

el despliegue de la solidaridad en diferentes direcciones. Una de ellas es la ayuda mutua y el respeto a la heterogeneidad, dada la diversidad del grupo. La aceptación de la diferencia es un valor necesario para que se dé la plena inclusión de todos los alumnos (LÁZARO, 2004). Esto significa reconocer que los otros tienen necesidades e intereses diferentes a los propios y que estamos ante uno de los máximos desafíos de la sociedad actual.

Sobre este tema encontramos testimonios tales como: “Solidaridad, palabra mágica. Y es que la solidaridad hay que aprenderla, pero, sobre todo, hay que vivirla. Para nosotros ha supuesto no sólo adquirir conocimientos teóricos sino sentirnos más cercanos, ha servido para que se dé ese compañerismo y esa, comunidad de intereses que ha ido creciendo a lo largo de los tres años” (Discurso de Graduación de los alumnos de la VII Promoción). La ayuda mutua, el compartir la experiencia en la realización de trabajos o en el manejo del ordenador son aspectos altamente valiosos para el grupo. En el Discurso de Graduación reconocen lo siguiente: “Queridos profesores, en este curso vosotros habéis puesto la cultura, pero la solidaridad la hemos puesto nosotros. Ayudándonos en todo momento, arropándonos, respetando la opinión de los demás, tratando de ser cuidadosos con nuestros comentarios. Hemos buscado siempre aquello que nos une y no lo que nos separa. Y todo esto aderezado con mucho humor porque sobre todo nos hemos reído muchísimo” (Discurso de Graduación de los alumnos de la VII Promoción).

Por otro lado, el Programa trata de concienciar a

los estudiantes en los diferentes ámbitos de problemas sociales. La sensibilización ante ellos supone para algunos estudiantes un nuevo punto de partida que les impulsa a involucrarse en acciones de voluntariado. Así reconocen: “Todos estos cursos nos han ayudado a ver los caminos que se abren en los diversos campos de la solidaridad y el voluntariado; nos han mostrado la manera de sacar mayor partido a nuestro tiempo libre y sobre todo, a disfrutar de las pequeñas cosas que están a nuestro alcance” (Discurso de Graduación de los alumnos de la VII Promoción).

Todos estos aspectos que hemos señalado se irán integrando en sus vidas, armonizándose con su mundo de valores.

7 REFLEXIONES FINALES

Hemos llegado al final de este trabajo y quisiéramos ahora recoger algunos de los aspectos más sobresalientes. No hemos pretendido esbozar toda la riqueza del Programa *cultura y solidaridad*, sino aquellas notas que destacan su carácter experiencial y que pudieran ser de interés modélico para otras ofertas formativas, orientadas al desarrollo personal y el disfrute. Las concretamos a continuación:

La formación como ocio posibilita experiencias personales satisfactorias. La formación como experiencia de ocio se manifiesta en el doble nivel que hemos comentado, en el aula y diacrónicamente a lo largo del ciclo. Muchas clases son una realización de estas experiencias y el programa la favorece en la medida de

lo posible. Pero también lo es a largo plazo y, en este sentido, el desarrollo de los tres años supone la base de lo que podemos considerar un ocio serio (STEBINS, 1992). La realización educativa de este proyecto es reconocida como gratificante en el proceso y en los resultados. Los participantes confirman la autosuperación individual gozosa, en el marco de un tiempo de tres años que comparten con un grupo. La satisfacción lleva consigo el esfuerzo de superación de dificultades que obviamente vertebran los cursos. El logro se consigue como un fin en sí mismo, no como un medio para la preparación laboral, sino con una orientación autotélica que da valor al cultivo de la persona.

Favorece el desarrollo de valores. El planteamiento experiencial insiste en favorecer un ocio serio, a largo plazo, contrastándolo con el ocio consumista que concluye en su propia vivencia. Se facilitan competencias y actitudes para que puedan disfrutar de productos culturales complejos. Hemos destacado algunos valores que se favorecen en el desarrollo del Programa tales como la integración, la convivencia multigeneracional, el respeto a la heterogeneidad, la solidaridad y el fomento del disfrute del hecho cultural. El programa debe poner las bases para que los participantes puedan gozar de la cultura viviendo experiencias de gran intensidad, así como para que sean sensibles a los problemas sociales.

Requiere una elección personal y un desarrollo. El ocio experiencial destaca el papel fundamental de la persona en la elección y en la perseverancia. Aunque el ocio puede ser una vivencia espontánea sin más, la experiencia de ocio humanista requiere capacitación.

Esta capacitación resulta más evidente cuando se trata de las experiencias de ocio cultural (CUENCA, 2010).

La sociedad moderna ofrece muchas posibilidades para la realización del ocio cultural, pero cada persona puede aprovecharlas de un modo diferente. Cualquiera persona puede observar el incremento de infraestructuras culturales en nuestras ciudades, así como la gran oferta de actividades que se ofrecen. Ahora bien, esto no basta. Es necesaria la decisión del ciudadano y ésta depende, en gran parte, de la educación recibida.

La actitud de la persona, sus intereses y su capacidad de disfrute está más asociada a su formación que a lo que objetivamente se le ofrece. La formación permite el desarrollo de valores, actitudes y destrezas que mejoran la capacidad de disfrute y la calidad de vida de las personas. De ahí que la educación del ocio no se refiera sólo a la infancia, sino que afecte a todas las edades. Un ocio maduro y consciente ayuda a las personas a liberarse de sus barreras, recompensa su existencia de carencias y sinsabores y facilita la salida del ámbito cerrado de la propia cotidianidad.

Todo ello está en el horizonte del programa *Cultura y solidaridad*, constituyendo el ideal que impulsó a su implementación y que se mantiene vivo en su desarrollo a lo largo de estos años.

REFERENCIAS

AMIGO, M. L. **El arte como vivencia de ocio.** Bilbao: Universidad de Deusto, 2000. (Colección de Documentos de Estudios de Ocio, 13.).

ANUARIO DEL GRADUADO UNIVERSITARIO EN CULTURA Y SOLIDARIDAD, 2001 a 2010. Bilbao: Universidad de Deusto, [200-].

BARRET, N. S. **The theory of microeconomics policy.** Lexington: Heeath, 1974.

CSIKSZENTMIHALYI, I. S. **Experiencia óptima.** Estudios psicológicos del flujo de la conciencia. Bilbao: Desclée De Brouwer, 1998.

_____.; CUENCA, M.; BUARQUE, C.; TRIGO, V. et al. **Ocio y desarrollo.** Potencialidades del ocio para el desarrollo humano. Bilbao: Universidad de Deusto. 2001. (Colección de Documentos de Estudios de Ocio, 18.).

CUENCA CABEZA, M. **Ocio humanista.** Dimensiones y manifestaciones actuales del ocio. Bilbao: Universidad de Deusto. 2000. (Colección de Documentos de Estudios de Ocio, 16.).

_____. **Pedagogía del ocio:** Modelos y propuestas. Bilbao: Universidad de Deusto. 2004.

_____. **Ocio solidario.** La experiencia en grupos de jóvenes y jubilados. Bilbao: Universidad de Deusto. 2005. Colección de Documentos de Estudios de Ocio, 29.).

_____. **Aproximación a las experiencias culturales desde los planteamientos del ocio humanista:** pautas para una profundización cualitativa. 2010. En prensa.

DEWEY, J. **El arte como experiencia.** México, D.F.: Fondo de Cultura Económica, 1949.

ELIAS, N.; DUNNING, E. El Ocio en el espectro del tiempo libre. In: ELIAS, N.; DUNNING, E. (Ed.). **Deporte y ocio en el proceso de civilización.** México, D.F.: Fondo de Cultura Económica, 1988.

FERICGLA, J. M. Cultura y emociones. Manifiesto por una Antropología de las emociones. In: SEMINARIO SOBRE ESTADOS MODIFICADOS DE LA CONSCIENCIA Y CULTURA, 3., Manizales. **Conferencia inaugural...** Manizales (Colombia): Universidad de Caldas, 2000. Recuperado el 20 de julio de 2010, de <<http://www.etnopsico.org/index.php>>.

_____. **Los chamanismos a revisión.** Barcelona: Kairós, 1989.

FIERRO, A. **Sobre la vida feliz.** Archidona: Ediciones Algibe, 2000.

GÓMEZ, I.; MARTÍNEZ, S. Educación del ocio en la edad adulta: el graduado universitario. In: DE LA CRUZ AYUSO, C. (Ed.). **Educación el ocio.** Propuestas internacionales. Bilbao: Universidad de Deusto, 2002. (Colección de Documentos de Estudios de Ocio, 23.).

LARROSA, J. Sobre la experiencia. **Aloma. Revista de Psicología, Filosofía de l'Educació i l'Esporte,** [¿Barcelona?], nº 19, p. 87-112, 2006.

LÁZARO FERNÁNDEZ, Y. Equiparación de oportunidades, no discriminación y derecho al ocio. **Boletín ADOZ**, Logroño, nº 28, p. 33-38, 2004. Anual.

MASLOW, A. **El hombre autorrealizado**. Hacia una psicología del ser. 10. ed. Barcelona: Kairós, 1993.

PINE II, B. J.; GILMORE, J. H. **La economía de la experiencia**. Barcelona: Granica, 2000.

STEBBINS, R. A. **Serious leisure**: a perspective for our time. New Brunswick: Transaction, 2008.

_____. Extending the serious leisure perspective. In: S. ELKINGTON; JONES, I.; LAWRENCE, L. **Serious leisure**: extensions and applications. Eastbourne: Leisure Studies Association, 2006.

_____. **New directions in the theory and research of serious leisure**. Lewiston: Edwin Mellen, 2001.

_____. **Amateurs, professionals and serious leisure**. Montreal: McGill-Queen's University Press, 1992.

TINSLEY, H. E. A.; TINSLEY, D. J. A theory of the attributes, benefits and causes of leisure experience. **Leisure Sciences**, London, v. 8, no. 1, p.1-45, 1986.

Recebido em outubro de 2010.

Aprovado em abril de 2011.