

Ocio en la naturaleza como espacio de desarrollo juvenil

Joseba Doistua* y Andrés Ried**

LEISURE IN NATURE AS A SPACE FOR YOUTH DEVELOPMENT

KEYWORDS: Leisure, Nature, Youth development

ABSTRACT: The objective of this article is to describe the positive implications that the practice of leisure activities in nature has in youth development, unlike those activities that take place in other areas. In order to do this, we analysed the main leisure activity of young women and men that are in post compulsory education in the Spanish school system, in relation to aspects linked to the benefits of this leisure experience (physical, emotional, cognitive, behavioural and social) and the level of responsibility and management of this young people, as well as the level of satisfaction and the importance that this practise has on their lives. Besides, we typified this practice, in order to visualise the distinguishing elements in relation to other different activities. All of this has been carried out through a questionnaire designed ad hoc and handed to a sample of 1750 students in the Spanish school system, both state and private schools.

En primer lugar, resulta necesario señalar por qué se entiende que el ocio en la naturaleza supone un espacio de desarrollo humano. Para Cuenca (2011, 2014) lograr que la vivencia de ocio sea una experiencia valiosa implica cambios conceptuales, actitudinales y estructurales, y supone asumir que, frente a un ocio consumo, resulta imprescindible trabajar un ocio experiencial. En este sentido, las experiencias de ocio son fuentes de desarrollo humano individual y social en cuanto generadoras de vivencias que tienden a repetirse y a mejorar la satisfacción que proporcionan. En una línea similar, Stebbins (2008) plantea que el ocio serio puede entenderse como la búsqueda sistemática de una actividad amateur, de voluntariado o un hobby, cuya naturaleza llene al participante y este la encuentre suficientemente sustancial e interesante como para encontrar en ella una carrera centrada en adquirir y expresar la combinación de habilidades, conocimientos y experiencia específicas de la actividad.

Estas ideas no son novedosas en sí mismas, sino que se fundamentan en una serie de estudios de carácter psicosocial que refrendan la idea de que la experiencia de ocio es un referente para el desarrollo humano (Csikszentmihaly, 1997; Driver y Bruns, 1999; Goytia, 2008; Elías y Dunning, 1988; Henderson, Presley, y Bialeschki, 2004; Iso-Ahola, 1980; Max Neef, Elizalde y Hopenhayn, 1986; Monteagudo, 2004; Neulinger, 1980; Tinsley, 2004).

Para Ried (2012, 2014), el espacio natural, en esta realidad de las experiencias de ocio, además de las posibilidades de

conexión con lo estético y natural a través del establecimiento de vínculos con la riqueza y diversidad de la vida (Kellert, 2012; Kellert y Wilson, 1995; Naess, 1988), también provee de condiciones especiales y excepcionales para el desarrollo y obtención de otros beneficios y cubrir ciertas necesidades de ocio. Estas vivencias se caracterizan por percibirse como de una gran importancia personal, de trascendencia y despertar de conciencia (Heintzman, 2009; Louv, 2012).

Por tanto, se puede afirmar que la juventud puede estar interesada en la realización de sus prácticas de ocio en la naturaleza con una doble motivación: por un lado, experimentar sus vivencias de ocio en escenarios bellos, llenos de vida y fuera de los ámbitos construidos por el ser humano, con la intención de vivenciar tranquilidad, sosiego, desafío, aprendizaje, escape de lo cotidiano y encuentro cercano con uno mismo, los otros y lo otro (Ried 2012; Ried y Peñafiel, 2011). Por otro lado, la búsqueda de otro tipo de beneficios que se podrían catalogar de indirectos ligados al mantenimiento o mejora de la condición física, salud, desarrollar destrezas e, incluso, como fuente de inspiración artística, de creatividad y como un escenario propicio para la socialización (Anderson y Fulton, 2008; Brooks, Wallace, y Williams, 2006; Williams, Patterson, Roggenbuck, y Watson, 1992; Wynveen et al., 2010, 2011).

La realidad es que entorno natural tiene un gran potencial. Pero en algunos casos se ha visto amenazado por un enfoque demasiado competitivo en ciertas prácticas en la naturaleza, sobre

Correspondencia: Joseba Doistua. Instituto de Estudios de Ocio. Facultad de Ciencias Sociales y Humanas. Universidad de Deusto. Avda. de las Universidades, 24, 48007, Bilbao, Bizkaia, España. Correo electrónico: Joseba.doistua@deusto.es

*Universidad de Deusto

**Pontificia Universidad Católica de Chile

El texto que se presenta se vincula al subproyecto "De los tiempos educativos a los tiempos sociales: Participación de los jóvenes en la creación y gobernanza de sus espacios de ocio como factor de desarrollo personal" (EDU2012-39080-C07-03) incluido dentro del Proyecto de Investigación "De los tiempos educativos a los tiempos sociales: La construcción cotidiana de la condición juvenil en una sociedad de redes. Problemáticas específicas y alternativas pedagógico-sociales" (proyecto coordinado EDU2012-39080-C07-00), cofinanciado en el marco del Plan Nacional I+D+i con cargo a una ayuda del Ministerio de Economía y Competitividad, y por el Fondo Europeo de Desarrollo Regional (FEDER, 2007-2013).

Fecha de recepción: 18-03-2016. Fecha de aceptación: 19-09-2016

todo entre las nuevas generaciones (Landa, 2009; Louv 2012). Sería necesario orientar y formar para que las vivencias de experiencias de ocio en dicho entorno permitan una mejora de la propia actividad, pudiendo beneficiarse de las posibilidades de una convivencia adecuada entre práctica y espacio.

En este trabajo, la juventud es entendida como un espacio social de experimentación individual prolongado, donde conviven una multiplicidad de situaciones (Gil Calvo, 2005; Tejerina, Carbajo y Martínez., 2012). Para este colectivo, se añade el hecho de que el grupo de amistades determina en gran medida su práctica de ocio, así como la experiencia que pueda desarrollar a partir de dichas actividades (Doistua, Cuenca y Ortega, 2014). Asimismo, resulta importante conocer que para el joven, el papel de su grupo de pares es determinante. Estos autores, a partir de los datos de la investigación sobre las prácticas y experiencias de ocio de la juventud en la Comunidad Autónoma de Euskadi, constatan que las actividades de ocio que realizan con sus amistades llegan al 65.3% del total de su práctica de ocio. Y tal y como señalan Rodríguez, Megías y Sánchez (2002) con los amigos se comparte lo malo (lo relacionado con los problemas íntimos) y lo bueno (por ejemplo, la diversión). Por lo tanto, se puede compartir, en parte, las conclusiones que Ortega, Lazcano y Manuel (2015) señalan, al demostrar el papel positivo que juega la autogestión y responsabilidad en la organización de las actividades de ocio por parte de la propia juventud en la mejora de su experiencia y grado de participación e implicación en la actividad. Además, teniendo en cuenta que para este colectivo la importancia otorgada al ocio ha ido aumentando en los últimos años (López, 2010).

Teniendo en cuenta todos estos aspectos, el presente trabajo analiza si la realización de las actividades de ocio en el entorno natural supone cambios significativos en las actividades de ocio que se realizan, la manera de realizarlas, así como los beneficios percibidos, el grado de autogestión de las mismas y la satisfacción general con dicha actividad.

Es por ello que se plantean las siguientes hipótesis de trabajo: en primer lugar, las prácticas realizadas en la naturaleza mejoran los beneficios percibidos de las prácticas de ocio. En segundo lugar, teniendo en cuenta que la autogestión y responsabilidad en el diseño de las prácticas suponen beneficios en la satisfacción de las personas jóvenes respecto a dicha práctica, realizar dichas prácticas en la naturaleza favorece un mayor grado de responsabilidad en las mismas. Y, por último, las prácticas realizadas en la naturaleza tienen unas características propias diferentes del resto de actividades y junto con el grado de responsabilidad y los beneficios percibidos, les otorga una mayor importancia en la vida de las personas jóvenes.

Método

El trabajo de investigación se realiza conjuntamente entre varias universidades del estado español, que colaboran activamente en el diseño del instrumento, así como en el trabajo de campo. A continuación se destacan los aspectos más importantes a este respecto.

Participantes

El universo objeto de estudio lo componían todas las personas jóvenes que estaban cursando Enseñanzas Secundarias Postobligatorias en el estado español. Por ello, el diseño muestral se realizó teniendo en cuenta el tipo de enseñanzas obteniendo la

siguiente distribución final: Bachillerato (58%), Formación Profesional de grado medio (25.5%), Programas de Capacitación de Profesional Inicial (7.8%) y Enseñanzas de régimen especial (4.4%). En el 4,2% de los casos no consta dicha información. Asimismo, se tuvo en cuenta el carácter público (65.6%) o privado (laico, 5.3%; o religioso, 14.7%) del centro de enseñanza (no consta en el 14.3% de los casos). También se realizó una afijación proporcional por comunidad autónoma obteniendo un total de 1764 cuestionarios válidos. En el caso concreto de este texto, al tener en cuenta la actividad principal de ocio de los mismos, no se tendrán en cuenta 14 cuestionarios que no responden a dicha pregunta, por lo que se reduce a 1750 individuos.

Teniendo en cuenta si el lugar de realización de la actividad principal de ocio es la naturaleza o cualquier otro espacio, los participantes son: 247 que realizan la actividad en la naturaleza y 1503 que la realizan en cualquier otro espacio (locales municipales, espacios privados, centros escolares, asociaciones, espacios públicos abiertos, espacios de ocio como centros comerciales, zonas de bares o la propia vivienda). Si bien la muestra general define porcentajes similares de hombres y mujeres, en el caso del ocio en la naturaleza, el porcentaje de mujeres (55%) respecto al de hombres (45%) es ligeramente superior. El resto de variables sociodemográficas o en relación al tipo de centro y tipo de estudios, los porcentajes son similares al de la muestra total.

Instrumento

El instrumento utilizado, se crea para conocer la realidad de la construcción de la condición juvenil, por lo cual, se realizó un cuestionario ad hoc entre diferentes grupos de investigación de universidades ligadas a la red Ociogune en el que se planteaban diferentes cuestiones sobre la vida escolar y de tiempo libre del alumnado de Enseñanzas Secundarias Postobligatorias.

En este caso, se utilizan aquellos bloques relacionados con la descripción del alumnado y el tiempo libre de los mismos. Para poder analizar en profundidad el tiempo libre y las actividades de ocio, se creó una matriz en la que tomando como referencia cinco actividades de ocio, se les preguntaba sobre: características de la práctica (organización, frecuencia, compañía, lugar de realización y TICs). Todas ellas variables dicotómicas. Junto a estas preguntas y siguiendo la matriz, se pregunta en escala de Likert con gradación de cinco intervalos, sobre la percepción de los beneficios de dichas prácticas y sobre su grado de responsabilidad, gestión y satisfacción respecto a las prácticas de ocio indicadas previamente. La escala de Likert referencia el grado de acuerdo con los enunciados planteados (1 = nada, 2 = poco, 3 = algo, 4 = bastante y 5 = mucho). Es importante señalar que de las cinco actividades que señalaban, la primera de ellas debía ser aquella más importante, por lo que será esta la que se tome como referencia para este trabajo.

Procedimiento

Tras un primer contraste entre expertos, se realizó un estudio piloto que permitió definir la mejor estrategia de encuestación, así como una depuración del instrumento. Se definió la necesidad de acudir a los centros formativos por parte de investigadores vinculados al proyecto y conocedores en profundidad del cuestionario. Tras ponerse en contacto con los centros de estudios definidos en el muestreo, se procedió a realizar la encuestación in situ leyendo y explicando todas y cada una de las preguntas al grupo de estudiantes, para poder explicar en profundidad cada

pregunta y resolver cualquier duda que les pudiera surgir. Dicho trabajo de campo se realizó entre los meses de octubre de 2014 y febrero de 2015.

Análisis de datos

En todo el análisis se utilizó el software estadístico para las ciencias sociales, SPSS Statistics 22. Se depuró la base de datos para contar con la muestra que contuviera los datos necesarios que permitieran el análisis presentado. A partir de ella, se tomó la variable que hace referencia al lugar de realización de la práctica de ocio como variable independiente, diferenciando dos grupos: aquellos que practican la actividad en la naturaleza y, aquellos que la practican en cualquier otro espacio. Realizada dicha división y reconvertida la variable en dicotómica, a través de la prueba T de Student para muestras independientes, se contrastaron las diferencias entre ambos grupos en relación a los beneficios percibidos, el grado de responsabilidad, gestión y satisfacción. Asimismo, se realizaron los cruces necesarios para describir las posibles diferencias en cuanto a las características principales de dichas prácticas.

Resultados

Los resultados se agrupan en función de los objetivos planteados, por lo tanto, en primer lugar se presentan los datos en relación a la percepción de beneficios; en segundo lugar, el grado de responsabilidad y gestión, y, en tercer lugar, la satisfacción. Finalmente se realiza una descripción de las principales características de las actividades de ocio de ambos grupos.

Beneficios de la práctica de ocio

En relación a la percepción de los beneficios de realizar prácticas de ocio en la naturaleza o en cualquier otro espacio, el

cuestionario plantea cinco afirmaciones sobre las cuales tiene que posicionarse, relativas a diferentes tipos de beneficios (físicos, emocionales, cognitivos, conductuales y sociales).

En la tabla 1 se puede apreciar que en todos los casos las medias de los beneficios percibidos por el alumnado son superiores entre aquellos que realizan la práctica principal de ocio en el naturaleza, frente a los que la realizan en otros espacios, si bien los resultados de la prueba T de Student indican que son significativos ($p < .05$) en el caso de los beneficios físicos (estar más en forma, controlar mejor los movimientos, mantener o mejorar la condición física, etc.), los beneficios de carácter emocional (sentirse más satisfecho, disfrute, diversión, etc.) y los beneficios cognitivos (creatividad, adquisición de conocimientos, aprendizaje, etc.). En cambio, en el caso de los beneficios conductuales y los beneficios de carácter social, las diferencias no llegan a tener un nivel de significación suficiente. Por lo tanto, el realizar las actividades de ocio en la naturaleza tiene un efecto significativo en los beneficios percibidos de la práctica de ocio al menos en tres de los cinco beneficios analizados.

Responsabilidad y gestión de las prácticas de ocio

El grado de responsabilidad, así como la gestión que realizan de las prácticas de ocio forman un conjunto de afirmaciones sobre las cuales los encuestados deben posicionarse a través de una escala de Likert entre uno y cinco (ver Tabla 2)..

Si bien las diferencias entre realizar la práctica principal de ocio en la naturaleza o en otro espacio no guarda diferencias significativas en el caso de disfrutar más de la actividad cuando se asume un mayor protagonismo en su organización, sí que se aprecian diferencias significativas en el caso de las otras tres variables analizadas ($p < .005$), si bien los valores medios obtenidos en todos los casos no son elevados. Estas tres variables hacen referencia a tener una mayor responsabilidad

	Naturaleza (n=247)		Otros espacios (n=1503)		Total (n = 1750)		F	g.l.	p
	M	DE	M	DE	M	DE			
1. Beneficios físicos: <i>Estar más en forma.</i>	3.43	1.492	2.98	1.661	3.04	1.645	12.925	1.397	.000
2. Beneficios emocional: <i>Satisfacción y disfrute.</i>	4.64	0.694	4.50	0.867	4.52	0.845	5.228	11.442	.022
3. Beneficios cognitivos: <i>Creatividad y conocimiento.</i>	3.80	1.242	3.60	1.286	3.63	1.281	4.108	11.419	.043
4. Beneficios conductual: <i>Destrezas y habilidades.</i>	3.35	1.423	3.12	1.563	3.15	1.546	3.564	1.393	.059
5. Beneficios sociales: <i>Relación con otras personas.</i>	3.98	1.331	3.81	1.414	3.83	1.403	2.620	11.418	.106

Nota. M = media; DE = desviación estándar; F = F de Snedecor; g.l. = grados de libertad; p = nivel de significación

Tabla 1. Percepción del Alumnado Sobre los Beneficios Percibidos al Realizar Actividades de Ocio en Función del Lugar de Realización: Naturaleza u Otros Espacios: Comparación de medias.

	Naturaleza (n=247)		Otros espacios (n=1503)		Total (n = 1750)		F	g.l.	p
	M	DE	M	DE	M	DE			
1. Responsabilidad en la organización.	3.79	1.281	3.49	1.425	3.53	1.408	8.442	11.443	.004
2. Mayor disfrute a mayor protagonismo en la organización.	2.28	1.366	2.15	1.286	2.17	1.299	1.783	11.406	.182
3. Relación entre la organización del espacio y beneficios percibidos.	3.15	1.500	2.71	1.461	2.78	1.474	15.620	11.384	.000
4. Grado de participación en espacios autogestionados.	3.01	1.561	2.59	1.562	2.65	1.568	12.937	11.404	.000

Nota. M = media; DE = desviación estándar; F = F de Snedecor; g.l. = grados de libertad; p = nivel de significación

Tabla 2. Grado de Responsabilidad y Gestión en las Actividades de Ocio en Función del Lugar de Realización: Naturaleza u Otros Espacios: Comparación de Medias.

en la organización de la actividad, a que participar en mayor medida en la organización del espacio supone un mayor beneficio o que se practica la actividad en espacios que la misma persona organiza.

Grado de satisfacción con las actividades de ocio

El grado de satisfacción, así como la importancia que tiene la actividad para su vida, se recogen dentro de un conjunto de preguntas junto a las anteriores sobre responsabilidad y gestión con el mismo formato de Likert (ver Tabla 3)..

En relación al grado de satisfacción con la práctica y la importancia de la misma en la vida de los individuos, la T de Student, señala que la práctica de la actividad principal de ocio en la naturaleza supone una mayor importancia de la misma en su vida (4.40), frente a aquellas prácticas que se realizan en otros espacios (4.13), de manera significativa (p = .001).

Principales características de las actividades de ocio

Dentro de los resultados obtenidos, utilizando las variables relativas a la caracterización de las actividades de ocio, se obtiene información relativa al tipo de actividad, así como su tipo de organización, frecuencia, compañía, dispositivos utilizados en la práctica, uso de redes sociales y si realizan algún tipo de competición.

Analizando de manera conjunta por grupos de actividades resulta que las diferencias no son muy elevadas excepto, en el caso de aquellas actividades vinculadas a la televisión, la radio o el ocio digital y principalmente se limitan a la realización de actividades en las que se usan medios digitales y que además de realizarlo en otros espacios, también lo realizan en el medio natural (ver Tabla 4).

Los modos de organización tampoco varían en relación con la práctica en la naturaleza o en otros espacios, siendo similares en ambos casos, tanto para la práctica de manera libre, organizada a través de una asociación o club o de ambas maneras. La frecuencia sí que presenta datos ligeramente diferentes, ya que la práctica en la naturaleza se realiza de manera algo más esporádica, teniendo porcentajes superiores en el caso de sólo una o dos veces al mes (4.5% frente al 2.3%), periodos vacacionales (6.1% frente al 2.5%) e inferior en el caso de realizar la práctica todas las semanas (83.8% frente al 87.2%). También existen diferencias respecto a la compañía con la que realizan la práctica, ya que los que realizan la

práctica en la naturaleza lo hacen más en familia (24.7% frente al 12%) y con gente de su edad (58.3% frente al 48.5%).

Por último, señalar que se utilizan más dispositivos digitales en el caso de las prácticas de ocio en la naturaleza (57.5%) que en las prácticas que se realizan en otros lugares (43.6%) y, además, comparten y/o difunden la actividad a través de redes sociales y/o foros sociales más en el caso de las prácticas realizadas en el medio natural (50.6%) que en el resto de prácticas (41.7%).

Discusión

Tras el análisis realizado, se puede concluir, en base a las hipótesis planteadas, que la realización de la principal actividad de ocio en la naturaleza tiene una influencia significativa en algunos de los aspectos analizados, tal y como señala Heintzman (2009). Asimismo, teniendo en cuenta que todos los valores en escala de Likert, vinculados a beneficios o satisfacción derivada de la práctica principal de ocio, son elevados, se corroboran las teorías que señalan a las experiencias de ocio como fuentes de desarrollo personal y social (Cuenca, 2014; Stebbins, 2008), ya sea en la naturaleza o ya sea en cualquier otro tipo de espacios.

En concreto, en relación a los beneficios, si bien todas las medias son superiores en el caso de las actividades practicadas en la naturaleza, resultan significativas aquellas relacionadas con los beneficios físicos, emocionales y cognitivos, concordando con el reciente estudio de Bratman, Daily, Levy y Gross (2015). Los beneficios físicos parecen ir ligados al propio espacio natural, pero no resulta tan obvio en el caso de ser fuente de inspiración creativa o como espacio de diversión. Con lo cual cobran sentido los estudios como el de Wallace y Williams (2006) o Anderson y Fulton (2008) que definen las prácticas de ocio también como facilitadoras de inspiración artística, favorecedoras de la creatividad, etc. En relación al resto de beneficios también se percibe la influencia positiva del espacio natural, si bien no resulta significativo.

Además, el grado de responsabilidad del joven en la organización de dichas actividades es significativamente mayor en el caso de aquellas que se realizan en la naturaleza, lo que permite señalar una posible mejora en su experiencia y grado de participación con dicha actividad, tal y como señalan Ortega,

	Naturaleza (n=247)		Otros espacios (n=1503)		Total (n = 1750)		F	g.l.	p
	M	DE	M	DE	M	DE			
1. Satisfacción con la actividad.	4.63	.770	4.54	.799	4.55	.795	2022	11429	.155
2. Importancia de la actividad en su vida.	4.40	.995	4.13	1133	4.17	1117	10378	11429	.001

Nota. M = media; DE = desviación estándar; F = F de Snedecor; g.l. = grados de libertad; p = nivel de significación
 Tabla 3. Grado de Satisfacción con las Actividades de Ocio en Función del Lugar de Realización: Naturaleza u Otros Espacios: Comparación de Medias.

	Tv, radio y digital	Deporte y excursionismo	Cultura	Fiestas y celebracio-	Otras actividades
Ocio en naturaleza	7.7%	40.9%	17.4%	18.2%	15.8%
Ocio en otros espacios	18.8%	34.0%	17.6%	17.0%	12.7%
Total	17.2%	35.0%	17.5%	17.1%	13.1%

Tabla 4. Clasificación de las Actividades de Ocio en Función del Lugar de Realización: Naturaleza u Otros Espacios.

Lazcano y Manuel (2014). Tal es así que el grado de participación en los espacios y la relación entre la organización del espacio y los beneficios percibidos es también mayor en el caso de las actividades vinculadas a la naturaleza, frente a aquellas que no tienen el espacio natural como lugar de referencia. Si bien, en los modos de organización analizados de las actividades de ocio en la naturaleza no se observan valores diferentes que en el caso de las actividades de ocio en otros espacios.

Si bien la satisfacción con la actividad no guarda relación con su práctica en un espacio natural o en otro lugar, no es así en el caso de la importancia que dicha actividad tiene en su vida. Esta importancia del ocio en general (López, 2010) y, del ocio vinculado a la naturaleza en particular (Heintzman, 2009), es una variable de gran interés en el estudio y que indica el potencial que el ocio en la naturaleza tiene para el desarrollo de las personas jóvenes y su bienestar, estos resultados concuerdan con los presentados por Chawla (2015), en una investigación que revisa estudios con niños desde el año 1970. Todo esto pese a que la práctica en naturaleza resulta más esporádica que las prácticas realizadas en otros espacios.

En relación a las características de las actividades de ocio en la naturaleza, indicar que no sólo tienen un carácter deportivo o excursionista, sino que dicho entorno tiene presencia en otras muchas actividades de ocio (culturales, festivas, etc.) ya que el espacio natural favorece otros beneficios ligados tradicionalmente a otro tipo de actividades, tal y como ya se ha señalado. Asimismo, existen diferencias respecto a la compañía con la que realizan la práctica, ya que tiene más presencia la familia y la gente de su edad, algo relacionado con la autogestión de dichas prácticas. Por último, resaltar como también son superiores en las prácticas realizadas en la naturaleza el uso de dispositivos digitales y el compartir y/o difundir sus actividades a través de redes sociales.

A modo de conclusión, señalar que la realización de las actividades de ocio en la naturaleza tiene un impacto positivo en los beneficios percibidos de dicha práctica y resultan, pese a tener una menor frecuencia, ser más importantes en la vida de las personas jóvenes. Además, dicha importancia se acompaña de una mayor autogestión y de la compañía de la familia y su grupo de pares.

OCIO EN LA NATURALEZA COMO ESPACIO DE DESARROLLO JUVENIL

PALABRAS CLAVE: Ocio, naturaleza, desarrollo juvenil.

RESUMEN: El objetivo del artículo consiste en describir las implicaciones positivas que la realización de actividades de ocio en la naturaleza tiene en el desarrollo de la juventud, frente a aquellas actividades que se realizan en otros espacios. Para ello se analiza la principal actividad de ocio de los jóvenes (hombres y mujeres) que cursan estudios secundarios postobligatorios en el estado español, en relación con aspectos vinculados a los beneficios percibidos de su experiencia de ocio (físicos, emocionales, cognitivos, conductuales y sociales), el grado de responsabilidad y gestión por parte de los jóvenes de dicha práctica y, el grado de satisfacción y la importancia en su vida de esa práctica principal de ocio. Además, se caracterizan dichas prácticas, para poder visualizar los aspectos diferenciadores respecto a otro tipo de prácticas. Todo ello se realiza a través de la explotación de un cuestionario diseñado ad hoc, con una muestra de 1750 jóvenes de todo el estado español, tanto de diferentes tipos de enseñanza, como de instituciones de carácter público y privado.

Referencias

- Anderson, D. H. y Fulton, D. C. (2008). Experience references as mediators of the wildlife related recreation participation: Place attachment relationship. *Human Dimensions of Wildlife*, 13(2), 73–88.
- Bratman G., Daily G., Levy B., y Gross J., (2015). The benefits of nature experience: Improved affect and cognition. *Landscape and Urban Planning*, 138, 41–50.
- Brooks, J., Wallace, G., y Williams, D. (2006). Place as relationship partner: An alternative metaphor for understanding the quality of visitor experience in a backcountry setting. *Leisure Sciences*, 28(4), 331–349.
- Chawla, L. (2015). Benefits of nature contact for children. *Journal of Planning Literature*, 30, 433–452.
- Csikszentmihalyi, M. (1997). *Fluir: Una psicología de la felicidad*. Barcelona: Kairós.
- Cuenca, M. (2011). Aproximación a las experiencias culturales desde los planteamientos del Ocio Humanista: pautas para una profundización cualitativa. En C. Ortega (Ed.), *Nuevos desafíos de los observatorios culturales* (pp. 19–48). Bilbao: Documentos de Estudios de Ocio – Universidad de Deusto.
- Cuenca, M. (2014). *Ocio valioso*. Bilbao: Documentos de Estudios de Ocio – Universidad de Deusto.
- Doistua, J., Cuenca, M., y Ortega, C. (2014). Prácticas y experiencia de ocio en los jóvenes de la Comunidad Autónoma de Euskadi. En G. Pérez y A. De-Juanas (Eds.), *Educación y jóvenes en tiempos de cambio* (pp. 375–386). Madrid: UNED.
- Driver, B. y Bruns, D. H. (1999). Concepts and uses of the benefits approach to leisure. En E. L. Jackson y T. L. Burton (Eds.), *Leisure studies: prospects for the twenty-first century* (pp. 349–369). Venture, State College, PA: Venture Publish.
- Elías, N. y Dunning, E. (1988). El ocio en el espectro del tiempo libre. En N. Elías y E. Dunning (Eds.), *Deporte y ocio en el proceso de civilización* (pp. 117–156). México: Fondo de Cultura Económica.
- Gil Calvo, E. (2005). El envejecimiento de la juventud. *Revista de Estudios de Juventud*, 71, 9–11.
- Goytia, A. (2008). Ocio y calidad de vida. *Agathos*, 8, 4–13.
- Heintzman, P. (2009). Nature-based recreation and spirituality: A complex relationship. *Leisure Sciences*, 32(1), 72–89.

- Henderson, K., Bialeschski, D., Hemingway, J., Hodges, J., Kivel, B., y Sessoms Souglas, H. (2001). *Introduction to recreation and leisure service*. Palo Alto, CA: Venture Publishing.
- Iso-Ahola, S. E. (1980). *The social psychology of leisure and recreation*. Dubuque, IA: W.C. Brown.
- Kellert, S. y Wilson, E. W. (1995). *The biophilia hypothesis*. Washington, DC: Island Press.
- Kellert, S. (2012). *Birthright: People and nature in the modern world*. New Haven, CT: Yale University Press.
- Landa, A. (2009). Alpinismo, escuela de vida. *Revista Desnivel*, 279, 83–85.
- Louv, R. (2012). *Volver a la naturaleza*. Barcelona: RBA Libros.
- Max Neef, M., Elizalde, A., y Hopenhayn, M. (1986). *Desarrollo a escala humana*. Santiago: CEPUR.
- López, J. A. (2010). Ocio, consumo y medios de comunicación. En J. González-Anleo, y P. González (dir./coord.), *Jóvenes españoles 2010* (pp. 229–298). Madrid: Fundación SM.
- Monteagudo, M. J. (2004). Los beneficios del ocio ¿qué son y para qué sirven? *Adoz: Revista de Estudios de Ocio*, 28, 63–72.
- Naess, A. (1988). *Thinking like a mountain, toward a council of all beings*. Philadelphia, PA: New Society Publishers.
- Neulinger, J. (1980). *The psychology of leisure*. Springfield, IL: Charles C. Thomas.
- Ried, A. y Peñafiel, R. (2011). Una aproximación a la experiencia de ocio humanista en la naturaleza: hacia una nueva relación ser humano naturaleza. En R. Ahedo y F. Bayón (Eds.), *Ocio e innovación social: hacia un ocio comprometido con el desarrollo humano*. Bilbao: Universidad de Deusto.
- Ried, A. (2012). *El ocio al aire libre en contacto con la naturaleza*. Universidad de Deusto, Bilbao, España.
- Ried, A. (2014). La experiencia de ocio en la naturaleza como fundamento de la construcción de sentido del lugar: el caso del Parque Natural de Urkiola, Bizkaia, Euskadi, España. *Norte Grande*, 60, 215–237.
- Ortega, C., Lazcano, I., y Manuel, M. (2015). Espacios de ocio para jóvenes, de la monitorización a la autogestión. *Pedagogía Social. Revista Interuniversitaria*, 25, 69–89.
- Rodríguez, E., Megjas, I., y Sánchez, E. (2002). *Jóvenes y relaciones grupales*. Madrid: FAD, Injuve, Obra Social de Caja Madrid.
- Stebbins, R. A. (2008). *Serious leisure: a perspective for our time*. New Brunswick: Transaction.
- Tejerina, B., Carbajo, D., y Martínez, M. (2012). *El fenómeno de las lonjas juveniles. Nuevos espacios de ocio y sociabilidad en Vitoria-Gasteiz*. Informes del CEIC, 004.
- Tinsley, H. (2004). Los Beneficios del Ocio. *Adoz: Revista de Estudios de Ocio*, 28, 55–62.
- Williams, D. R., Patterson, M. E., Roggenbuck, J. W., y Watson, A. E. (1992). Beyond the commodity metaphor: Examining emotional and symbolic attachment to place. *Leisure Sciences*, 14(1), 29–46.
- Wynveen, C., Kyle, G., y Sutton, S. (2010). Place meanings ascribed to marine settings: The case of the Great Barrier Reef Marine Park. *Leisure Science*, 32, 270–287.
- Wynveen, C., Kyle, G., Absher, J., y Theodori, G. (2011). The meanings associated with varying degrees of attachment to a natural landscape. *Journal of Leisure Research*, 43, 290–311.