



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

ESCUELA NACIONAL DE TRABAJO SOCIAL



---

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN PARA LA SENSIBILIZACIÓN Y CONCIENTIZACIÓN DEL USO  
DEL TIEMPO LIBRE DE LOS JÓVENES DE LA ESCUELA SECUNDARIA TÉCNICA 29

T E S I S  
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE  
LICENCIADA EN TRABAJO SOCIAL PRESENTA:  
LORENA ALMAZO ZÁRATE

DIRECTORA DE TESIS: VERÓNICA MALPICA VALENCIA

MÉXICO D.F.

2004



Universidad Nacional  
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

**Biblioteca Central**



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

## GUSTAVO

A veces las coincidencias suceden cuando menos las esperamos y más las necesitamos. Así te conocí, por coincidencia (y suerte), al encontrar a una persona que no sólo llenara mis expectativas, sino que las sobrepasara. Porque a pesar de tener muchas virtudes, a veces actúas y piensas de una manera que no comparto y eso te hace aun más valioso, porque siempre aprendo algo nuevo de ti y las diferencias hacen que te valore aún más.

Te dedico este pequeño triunfo (que es el primero de muchos que espero compartir contigo y hacerte parte de ellos), porque no sólo me hablas de tu interés y cariño, sino que me lo demuestras de mil maneras y todos los días.

Quise escribirte algo especial, que fuera único y que recordaras  
Busque alguna frase, un poema que dijera lo que quiero expresarte  
Pero no encontré por ningún lado las palabras  
Que abarcaran lo que quiero decirte.

Yo sé que tu comprendes lo que te quiero escribir  
Sabes que aunque buscará en un libro o en el periódico  
No encontraría escrito lo que quiero decir  
Ni podría explicarte con letras el significado  
Y la importancia de que estés a mi lado.

Gracias por tu tiempo, interés y cariño, por preocuparte por lo que hago  
Por hacer todo lo posible para ayudarme a cumplir mis metas  
Y por estar conmigo cuando lo he necesitado  
Por eso te dedico este libro con todas sus páginas.

Espero lo conserves y valores como algo importante  
No por su contenido, sino por su significado.

## DEDICADO A:

**MIS PADRES.** Gracias por su apoyo, por enseñarme a valorar las cosas y por darme un buen ejemplo. Por ser las personas más importantes para mí y por darme la vida.

**MIS HERMANOS:**

**HERIBERTO.** Porque siempre has sido un ejemplo a seguir, me has brindado tu apoyo y te has interesado por mí.

**RAÚL.** Porque al ser tan diferentes me has enseñado a valorarte, quererte y admirarte cada vez más.

**ELIZABETH.** Porque más que una hermana has sido una amiga y cómplice en la que puedo confiar, con quien puedo hablar y apoyarme.

**PILAR, NORMA Y JACOBO.** Por interesarse siempre en lo que hago y ofrecerme su ayuda.

**ANA KAREN, DHILAN, HERIBERTO IVÁN, IRVING, JÉSUS RICARDO, LUIS EDUARDO, MARCOS, LILIANA ELIZABETH, Y RANDI.** Por ser las personitas más importantes para mí, por sus travesuras, por ser quienes me han hecho sonreír en momentos difíciles y me han demostrado el amor más grande y puro. Por ser la inspiración y motivo de este trabajo.

**LA PROFESORA VERÓNICA MALPICA.** Por su tiempo, enseñanzas y porque gracias a ella pude enriquecer y terminar mi tesis.

**MIS AMIGOS:**

**JORGE.** Por ser el mejor amigo, siempre sincero y divertido. Por hacerme sentir especial y demostrarme de mil maneras tu amistad.

**HORTE.** Por ser un ejemplo de superación y por el tiempo compartido en la universidad. Gracias por todos los momentos que pasamos juntas.

**JAVIER.** Por estar siempre conmigo, por preocuparte e interesarte en mi vida. Porque no importa lo que digan los demás siempre serás especial y a pesar de todo creo en ti y en tu cariño sincero.

**ISRA.** Porque me has escuchado y me has ofrecido una amistad sincera y desinteresada, siempre serás importante.

**MARIO.** Por hacerme reír y enseñarme a ver la vida de una manera más sencilla, donde las preocupaciones y problemas pasan a segundo término, porque lo más importante es estar bien. Por ser un gran ser humano, divertido, inteligente y sincero.

**MONI.** Por tus consejos, interés y apoyo.

**MARISOL.** Por tu cariño, confianza y porque no importa la distancia, siempre serás una de mis mejores amigas.

**JACO.** Por ser la más centrada y bondadosa. Por interesarte en lo que hago.

**LEO.** Por brindarme tu amistad, confianza, sinceridad y apoyo.

**MIQUEL ANGEL.** Por enseñarme que correr riesgos a veces es bueno y te ayuda a ser mejor.

**MEMO.** Por tu tiempo, por escucharme y aconsejarme.





UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO  
ESCUELA NACIONAL DE TRABAJO SOCIAL

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN PARA LA  
SENSIBILIZACIÓN Y CONCIENTIZACIÓN DEL USO DEL  
TIEMPO LIBRE DE LOS JÓVENES DE LA ESCUELA  
SECUNDARIA TÉCNICA 29

ALUMNA: ALMAZO ZÁRATE LORENA

ASESORA DE TESIS: VERONICA MALPICA VALENCIA



ÍNDICE	PÁGINA
INTRODUCCIÓN-----	3
<b>CAPÍTULO 1. EL TIEMPO LIBRE Y SU HISTORIA-----</b>	<b>6</b>
1.1. El tiempo libre y su historia-----	7
1.2. Conceptos básicos de tiempo libre-----	10
1.2.1. Ocio-----	13
1.2.2. Recreación-----	14
1.2.3. Administración del tiempo-----	16
1.2.4. Tiempo personal-----	16
<b>CAPÍTULO 2. ADOLESCENCIA Y TIEMPO LIBRE-----</b>	<b>19</b>
2.1. Adolescencia y tiempo libre-----	20
2.2. Formación de la identidad del adolescente-----	23
2.3. Importancia del tiempo libre-----	26
2.4. El tiempo libre y su empleo-----	28
2.5. Problemas en el uso del tiempo libre-----	31
<b>CAPÍTULO 3. ¿QUÉ ES LA SENSIBILIZACIÓN Y LA CONCIENTIZACIÓN?-----</b>	<b>36</b>
3.1. ¿Qué es la sensibilización?-----	37
3.2. ¿Qué es la concientización?-----	43
3.3. Importancia de la sensibilización y Concientización para el uso del tiempo libre de los jóvenes de secundaria-----	49
3.4. Relación de algunas corrientes sociales con el tiempo libre-----	52
3.5. Papel del Trabajador Social en la educación para el uso del tiempo libre-----	59
<b>CAPÍTULO 4. ESTUDIO EXPLORATORIO Y DESCRIPTIVO SOBRE EL USO DEL TIEMPO LIBRE DE LOS JÓVENES DE LA ESCUELA SECUNDARIA TÉCNICA 29 XIHUTECUHTLI "DIOS DEL FUEGO"-----</b>	<b>68</b>
4.1. Investigación en la Escuela Secundaria Técnica 29-----	69
4.2. El Trabajador Social en la Secundaria Técnica 29-----	115
<b>CONCLUSIONES Y SUGERENCIAS-----</b>	<b>119</b>
<b>PROPUESTAS-----</b>	<b>124</b>
• ¿Cómo sensibilizar y concientizar a los jóvenes de secundaria del uso de su tiempo libre?-----	125
• Consejos para una administración eficaz del tiempo libre-----	134
<b>ANEXOS</b>	
• Cuestionario sobre el uso del tiempo libre aplicado a los alumnos de la Escuela Secundaria Técnica 29-----	135
• Formato de entrevista aplicado a la Trabajadora Social de la Escuela Secundaria Técnica 29-----	138
• Croquis de localización de la Escuela Secundaria Técnica 29-----	140
• Gráficas de resultados de la investigación sobre El uso del tiempo libre de los adolescentes de la Secundaria Técnica 29-----	142
<b>BIBLIOGRAFÍA-----</b>	<b>160</b>
<b>GLOSARIO-----</b>	<b>165</b>



## INTRODUCCIÓN

"No tenemos cosa nuestra, sino el  
Tiempo donde vive quien no tiene  
Lugar"  
(Baltasar Gracian)

El tiempo aparece para desaparecer inmediatamente. Así manifiesta su presencia, corriendo tan velozmente que nos sorprende. Con frecuencia decimos aquí no pasa nada, sin darnos cuenta, que a pesar de no ser percibido, el tiempo cumple con su función y transcurre silenciosamente.

El tiempo le pertenece el hombre como un ser individual, con su ciclo de vida propio y siendo un recurso no renovable.

A pesar de que el tiempo de cada persona está condicionado por las características antes mencionadas, existen cinco categorías de la distribución global del tiempo diario, en las que el ser humano participa:

1. Necesidades físicas básicas,
2. Trabajo productivo,
3. Tiempo de estudio,
4. Labores del hogar, y
5. Tiempo Libre. "Siendo aquella porción del tiempo personal que queda después de haber realizado todas nuestras obligaciones, es decir, tiempo ocupado para realizar todas aquellas actividades en las que la libertad domina sobre la necesidad".<sup>1</sup>

El hombre necesita dedicar una parte de su tiempo al descanso y el desarrollo de su persona, un espacio para vivir en plenitud, ya que de lo contrario surgen personalidades frustradas y descontentas con el mundo que les rodea, por eso se considera al tiempo libre valioso, al ser un espacio necesario para el auto-conocimiento, un tiempo para la libertad, la reflexión, el placer y la felicidad, de ahí que sea importante usarlo con sentido, de forma responsable.

Lo anterior no se consigue cuando la orientación educativa no ha sido la adecuada para el uso inteligente del tiempo y la falta de sentido en su utilización puede llevar a la omisión de actividades formativas, a la ocupación en

<sup>1</sup> Fernández, María Mónica. La influencia de los programas culturales en los adolescentes de las zonas suburbanas. P. 25



actividades perjudiciales o actitudes inadecuadas y como consecuencia realización de actividades como la pereza, el desorden, la vagancia, la delincuencia y el consumo de estupefacientes.

En la adolescencia el uso del tiempo libre adquiere una importancia especial por el influjo que su utilización puede tener en la formación de la personalidad del joven y en su integración social.

En la época adolescente los intereses propios del tiempo libre experimentan un cambio muy significativo, los juegos infantiles son sustituidos por diversiones diferentes, como el baile, las computadoras, la asistencia a eventos deportivos y culturales, el cine o el manejo de vehículos de motor. Los jóvenes se identifican con el mundo de la diversión y el espectáculo, donde fácilmente pierden su tiempo, por eso es importante ofrecerles alternativas diferentes, mismas que les permitan conocer y ampliar su panorama cultural y superación personal mediante la utilización adecuada de su tiempo libre.

La finalidad de este trabajo consiste en investigar en qué utilizan su tiempo libre los adolescentes de la secundaria técnica 29 y diseñar una propuesta de sensibilización y concientización para su uso, además de conocer cuánto tiempo disponen a esta actividad.

El presente trabajo, se divide en 4 capítulos de los cuáles los tres primeros se enfocan a elementos teóricos fundamentales sobre el tema del tiempo libre; y el cuarto contiene la metodología y análisis de resultados de la investigación sobre el uso del tiempo libre de los adolescentes de la Secundaria Técnica 29.

El capítulo 1, trata sobre la evolución del tiempo libre, su importancia y los conceptos más importantes (ocio, recreación, administración del tiempo, tiempo personal) relacionados con éste.

El capítulo 2, deja ver la importancia del tiempo libre en la adolescencia, la formación de la identidad del adolescente, los usos del tiempo libre y los riesgos que conlleva el no ser sensibles y conscientes ante las actividades perjudiciales que se pueden realizar durante este espacio.



El capítulo 3, habla sobre la sensibilización y la concientización, en el uso del tiempo libre de los adolescentes y el papel del trabajador social en este ámbito.

El capítulo 4, presenta un estudio exploratorio y descriptivo llevado a cabo en la Escuela Secundaria Técnica 29, donde se investigó el uso que los alumnos de primer y segundo grado de esta escuela dan a su tiempo libre y las acciones realizadas por el trabajador social en esta temática.

Posteriormente se integran las conclusiones generales de este trabajo y las propuestas, con base en los resultados obtenidos en la investigación y enfocados al uso sensible y consciente del tiempo libre de los alumnos de la Secundaria Técnica 29.

Por último, se incluyen los anexos de los instrumentos utilizados para la recolección de información, un croquis de localización de la institución donde se realizó el estudio y las gráficas de resultados.



**CAPÍTULO 1. EL TIEMPO LIBRE Y SU HISTORIA**

"El hombre es un ser que descansa, que crea, que contempla, que goza. Porque solo en el descanso el hombre recobra su libertad y señorío, emprende todas aquellas obras más afines a sus gustos y aptitudes y se encuentra más fácilmente consigo mismo, con la naturaleza y con los demás".

(Frederic, Munne)



### 1.1. EL TIEMPO LIBRE Y SU HISTORIA

A lo largo de la historia el **tiempo libre** se ha estudiado desde diferentes corrientes, y de igual manera para todas ellas, ha sido importante. Su origen más antiguo se da en el siglo VI. AC, donde mantenía una estrecha relación con el ocio, pues durante el tiempo libre se practicaba el ocio.

En la Antigua Grecia del siglo VI. AC, el **tiempo libre** que tenían las personas se usaba para el ocio, el cual se consideraba como algo necesario para que una persona pudiera llegar a ser sabio o filósofo; idealizándose el hecho de estar sólo y predispuesto a la contemplación de los valores más importantes de aquella época: la verdad, la belleza y la bondad. Para lograrlo se necesitaba llevar una vida de ocio, "skholé, siendo este un estado de contemplación creadora en que se sumía el espíritu."<sup>2</sup>

Para Sócrates el contar con **skholé** durante el **tiempo libre** era una de las más grandes riquezas que un hombre podía tener; opinión que Platón compartía.

Aristóteles pensaba que la función principal del **tiempo libre** era practicar el ocio, ya que este era mejor que el trabajo, pues se trabajaba para lograr el ocio y de esta manera abrirle la puerta a la felicidad, mediante la vida contemplativa. Para Epicuro además de estar libre de trabajo, el hombre debía dejar a un lado los placeres (incluso la política), y guardar la serenidad en sí mismo.

Los romanos usaban el **tiempo libre** para practicar el **otium** (ocio) considerando que el fin de este era la diversión masiva, para pasar el rato y esto a su vez era apreciado como uno de los más grandes placeres de que un hombre podía gozar. La Edad Media Cristiana, en busca de la vida contemplativa, durante el **tiempo libre**, mantenía el ocio como una situación ideal para lograr la integración social y religiosa.

En el Renacimiento el **tiempo libre** se consideraba un auxiliar para el cambio social, idea que durante la ilustración se racionaliza y adquiere una dimensión más humana.

<sup>2</sup> Munne, Frederic. Psicosociología del tiempo libre. p.40



En el Oriente el sentido del tiempo libre es parecido a lo que pensaban los griegos. Durante el tiempo libre se practicaba el ocio, considerado un espacio de tiempo inactivo dedicado a la contemplación de la naturaleza y de la belleza mediante la meditación.

Más tarde durante la Edad moderna (siglos XVII y XVIII), aparece como tal el concepto de tiempo libre, contraponiéndose al tiempo de trabajo. "El término tiempo libre es una expresión relativamente reciente. Su aparición está unida a una época y a unos países de industrialización avanzada. Se relaciona con la pérdida del tiempo natural, sustituido por el tiempo del reloj y la realización de trabajos con los que difícilmente llega a dedicarse la persona"<sup>3</sup>. Mediante el ocio se promovía la cultura y la ciencia, además se integra a su concepto el término **descanso**. El ocio pasa a ser visto como **ociosidad**, el no hacer nada (pereza); y se le consideró como un privilegio del que sólo podían disfrutar ciertas clases, por ser un signo de riqueza y poder. Es aquí donde se rompe la estrecha relación entre el tiempo libre y el ocio, dándosele al segundo un sentido negativo.

Al llegar el siglo XX, con la corriente marxista y la Revolución Industrial, el **tiempo libre** pasó a ser visto como un producto que condicionaba el trabajo y la vida del ser humano. Se da el auge de la diversión de masa y la organización de eventos internacionales. Se consolidan el turismo y la industria de la diversión (centros recreativos), el **tiempo libre** se matiza con fines políticos, sociales, culturales y económicos; se estratifica.

En el año de 1948, La Organización de las Naciones Unidas incluyó entre los derechos fundamentales del hombre el derecho al **tiempo libre**: "Artículo 24.- 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".<sup>4</sup>

La inclusión de este artículo entre los derechos humanos del hombre se hizo algo necesario debido a que el tiempo empezó a ser aprovechado a marchas forzadas porque "el tiempo es dinero", como vulgarmente se dice, para el pensamiento del hombre consumista y contemporáneo a quién

<sup>3</sup> Cuenca, Manuel. Educación para el ocio. Actividades escolares. p 16

<sup>4</sup> Declaración Universal de los Derechos Humanos. p.6.





el descanso y las vacaciones equivalen a perder el tiempo, dejar de trabajar, de ganar dinero, pero la realidad ha demostrado que el descanso no es pereza, sino mas bien una necesidad, pues, una vez apartados de las ocupaciones de la vida cotidiana el individuo en descanso entra a otra clase de actividades a las que puede dedicarse libremente, sin ninguna presión externa.

En su tiempo libre, el hombre es un ser que descansa, se divierte, crea, contempla y goza. "Porque sólo en el descanso el hombre recobra su libertad y señoría, emprende todas aquellas obras más afines a sus gustos aptitudes y se encuentra más fácilmente consigo mismo, con la naturaleza y con los demás".<sup>5</sup>

Porque es importante conocer la evolución que ha tenido el tiempo libre históricamente, se presenta la siguiente tabla con las etapas más sobresalientes por las que ha pasado el tiempo libre.

EVOLUCIÓN DEL TIEMPO LIBRE	
ÉPOCA	IMPORTANCIA
Antigua Grecia	Se le asociaba con el ocio. Se usaba para la meditación, era un tiempo personal de <i>skhole</i> , para hacer crecer el espíritu.
Roma	Se le asociaba con el <i>Otium</i> (ocio). Su fin era la diversión masiva para pasar el tiempo.
Edad Media	Su fin era la integración social y religiosa.
Renacimiento	Se le consideró un auxiliar de la cultura y la ciencia.
Siglo XVII	Integraba el concepto de descanso, promovía la ciencia y la socialización.
Siglo XX	Surge la diversión de masa y la organización de eventos internacionales. Se consolida el turismo y la industria de la diversión.

<sup>5</sup> Rodríguez, Mauro. Administración del tiempo. p.58



## 1.2. CONCEPTOS BÁSICOS DEL TIEMPO LIBRE

Es aquél que se emplea en lo que uno quiere (Stanley Parker)

El tiempo libre es considerado como aquél espacio que queda después del trabajo.  
(Soule y Anderson)

Tiempo libre es el que queda libre de las necesidades cotidianas  
(Dumazedier, E. Weber, Giddens)

Tiempo libre es un espacio de libertad para la libertad  
(Frederic Munne)

Tiempo libre es el que queda libre de las necesidades y las obligaciones cotidianas y se emplea en lo que uno quiera.  
(Miller, Robinson)

El tiempo libre es definido como el espacio destinado al desarrollo físico e intelectual del hombre en cuanto fin en sí mismo.  
(Prudenski, Richta, Kaplan, E. Weber, Dumazedier).

Conforme el hombre ha evolucionado, ha ido otorgando un sentido diferente al **tiempo libre**, y por lo tanto ha variado constantemente su concepto. Entre los más sobresalientes se encuentran los siguientes.

- ✓ "El tiempo libre es aquel del que uno dispone para gozar del producto y para desarrollarse **libremente**, he aquí la riqueza real" <sup>6</sup>
- ✓ "Parte del tiempo dedicada por el trabajador a **descansar, superarse y ejercer sus derechos** como hombre, miembro de la familia y ciudadano". <sup>7</sup>
- ✓ "El tiempo libre corresponde a aquella parte del tiempo **no dedicada al trabajo**, sino al **reposo** y al **desarrollo físico e intelectual**". <sup>8</sup>
- ✓ "El ámbito hueco que queda en la vida, en el que el hombre vacía una serie de quehaceres **no impuestos** sino inventados por él mismo: vida inventada que constituye propiamente la vida humana". <sup>9</sup>

<sup>6</sup> Carlos Marx, Manuscritos de 1857-1858. p.199

<sup>7</sup> Lenin. La nueva Ley fabril. p. 299

<sup>8</sup> Munne, Frederic. Op. Cit. p.56

<sup>9</sup> Idem



- ✓ "Porción del tiempo personal que queda después de haber realizado todas nuestras obligaciones, es decir tiempo ocupado para realizar todas aquellas actividades en las que la libertad domina sobre la necesidad".<sup>10</sup>

Sobresalen entre los conceptos anteriormente mencionados los siguientes aspectos:

- ✓ libertad
- ✓ superación
- ✓ descanso
- ✓ derecho
- ✓ no dedicado al trabajo
- ✓ reposo
- ✓ desarrollo
- ✓ no impuesto
- ✓ necesidad

Lo anterior lleva a la conclusión de que el **tiempo libre** es una porción del tiempo personal, un espacio en donde las acciones del ser humano son realizadas sin un impulso u imposición externa, sino, libremente, es decir, la propia persona pone las condiciones para satisfacer una necesidad mediante la libertad y la voluntad con el fin de descansar, recrearse y crear (ocio). Es un tiempo vacío de obligaciones, del que se dispone de manera agradable y honesta si se ha infundido un vivo deseo hacia el respeto y la sensibilidad.

Muchas veces el tiempo libre no lo es con tal plenitud, ya que la libertad es un concepto subjetivo, que si se tuviera al máximo se confundiría con la nada, pues, para que al hombre le sea permitida la libertad, esta debe estar condicionada por reglas y normas sociales que garanticen el respeto a los demás.

Por último, es necesario considerar el término **tiempo libre con sentido** que usaba Ross Weber, para decir que: "mientras no nos **concienticemos** de la importancia de la alegría, del gozo interior, del placer de la contemplación, del gusto por lo sencillo y de tantas cosas similares, muchas veces tan lejanas a su valor monetario, será difícil que

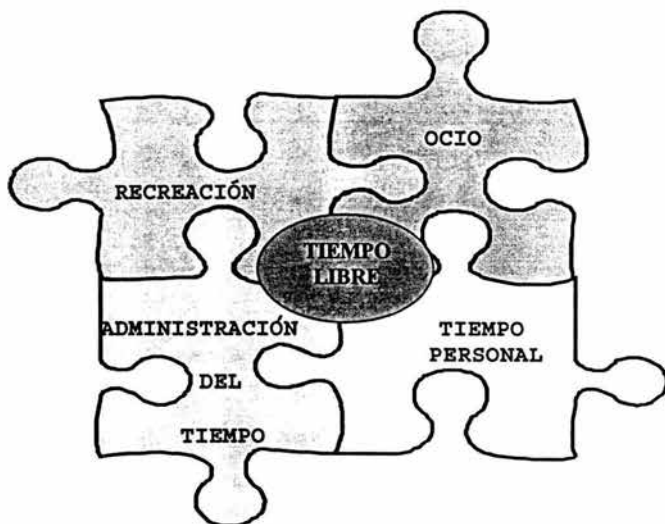
---

<sup>10</sup> Idem



comprendamos y hagamos comprender lo que es el tiempo libre con sentido".<sup>11</sup>

Comúnmente se suele confundir el término tiempo libre, con el de ocio, conceptos que no se oponen, se complementan. El ocio puede llevarse a cabo durante el tiempo libre, pero el tiempo libre no siempre es utilizado para el ocio, como maneja Sebastián de Gracia en su libro Tiempo, trabajo y ocio (p. 29): "el tiempo libre se refiere a una forma concreta de calcular una determinada clase de tiempo; mientras el ocio es una forma de ser". Es decir, cuando el ser humano decide y actúa libremente sobre sus actividades del tiempo libre y obtiene la satisfacción de necesidades personales, como lo es el descanso, la diversión y el desarrollo, se crea una situación de ocio. El ocio mantiene una estrecha relación con el tiempo libre, el tiempo personal, la recreación y la administración del tiempo, pues, todos ellos se complementan y al integrarse ayudan al hombre al buen uso de su tiempo, como se muestra en el siguiente esquema:



<sup>11</sup> Fernández María Mónica. La influencia de los programas culturales en los adolescentes de las zonas suburbanas. P.4



### 1.2.1. OCIO

"Únicamente en el ocio como tiempo funcionalmente libre, la persona puede autoafirmarse objetiva y por ende, subjetivamente"  
(Erich Weber)

Aunque algunos confunden el término ocio con el de tiempo libre, considerándolos como sinónimos es necesario aclarar que el primero es una actividad que forma parte y se realiza durante el segundo, por eso se confunden, al ser complemento. "Lo normal es que el tiempo libre y el ocio sean dos conceptos que van unidos. El tiempo libre que se le ofrece al hombre moderno le permite la realización de su ocio y la realización de sí mismo".<sup>12</sup>

Hoy en día el ocio ya no se puede tomar como sinónimo de tiempo libre, pues actualmente se concibe de acuerdo a la tradición puritana del "no hacer nada" (Ociosidad), pero también como una actividad que resulta de una elección autónoma y libre. "El ocio es un conjunto de ocupaciones a las que el individuo puede entregarse con pleno consentimiento, ya sea para descansar o para convertirse, o para desarrollar su información o su formación desinteresada, su voluntaria participación social o su libre capacidad creadora, cuando se ha liberado de todas sus obligaciones profesionales, familiares y sociales". (Dumazedier)<sup>13</sup>, de esta manera se entiende al tiempo de ocio como la posibilidad de vivir sin trabas, obligaciones o compromisos, es el margen temporal del que se dispone para hacer lo que más agrade. Durante el tiempo de ocio nuestra conducta parece ser más expresión para la personalidad que obligación.

#### Funciones del ocio. (Según Dumazedier)

- a) **Descanso.**- porque libera la fatiga, protege del desgaste y el trastorno físico o nervioso provocado por las tensiones derivadas de las obligaciones cotidianas y en particular del trabajo.
- b) **Diversión.**- Libera principalmente del aburrimiento, de la monotonía de las alienaciones del hombre actual. Por medio de la diversión se rompe el tedio de la vida

<sup>12</sup> Cuenca, Manuel. Op. Cit. p.8.

<sup>13</sup> Frederic, Munne. OP. Cit. p.83



cotidiana. La diversión supone la búsqueda del placer, del bienestar, el encontrarse a gusto con uno mismo.

- c) **Desarrollo de la personalidad.**- "Libera de la ejecución de actos sin participación de la voluntad propia. Permite una participación más amplia y libre y una cultura desinteresada del cuerpo, de la sensibilidad y de la razón"<sup>14</sup>.

Dado que actualmente el ocio es considerado como ociosidad, como pérdida del tiempo, es necesario construir una cultura que contemple al ocio como un tiempo liberador de tensiones, en el que el individuo se enfrente y conozca a sí mismo; mediante el descanso, la diversión y el desarrollo personal, y en **sensibilizar** al hombre sobre la necesidad de ver al ocio más como tiempo libre. Todo esto permitiría al hombre disponer libremente de sí y asumir su propia libertad con **conciencia** y responsabilidad.

Otro concepto relacionado íntimamente con el tiempo libre y el ocio es la recreación. "Todas las actividades recreativas se realizan durante el tiempo libre, pero no todas las actividades del tiempo libre son recreativas".<sup>15</sup>

### 1.2.2. RECREACIÓN

"El aburrimiento es una  
enfermedad del tiempo"  
(Sivador Pad).

Es considerada como una "necesidad humana universal y fundamental, es una herencia común de todos los pueblos, aún cuando su expresión tiene formas diferentes se concibe como cualquier manera de experiencia o actividad a que se dedique un individuo por el goce personal y la satisfacción inmediata que le produce".<sup>16</sup> Se caracteriza por crear sentimientos de logro, goce, alegría y placer reforzando así la imagen positiva que se tenga de sí mismo.

La recreación por tanto tiene características que la identifican como tal, y éstas son:

<sup>14</sup> Munne, Frederic. Op. Cit. P127.

<sup>15</sup> Norbert Elias. Deporte y ocio en el proceso de la civilización. p.121-122.

<sup>16</sup> Fernández María Mónica. Op.Cit. p.43.



- ✓ Poseer un fin en sí misma
- ✓ Es elegida libremente
- ✓ Proporciona sentimientos de goce, alegría y placer de manera inmediata
- ✓ Se da mediante la participación directa del sujeto
- ✓ Se realiza con plena conciencia
- ✓ Da un aprendizaje positivo
- ✓ Se realiza durante el tiempo libre.

**Tipos de recreación, según Frederic Munne en su libro psicosociología del tiempo libre(p.132):**

- ✓ **Pública.**- Donde el objetivo es mejorar la calidad de vida de la comunidad en general, ofreciendo alternativas para el uso del tiempo libre.
- ✓ **Privada.**- Su objetivo es mejorar la calidad de vida de los miembros que se encuentran asociados a determinada institución.
- ✓ **Comercial.**- su fin es satisfacer las demandas del público y ofrecer servicios con un sentido lucrativo.

La recreación es una actividad que se realiza con plena conciencia, ayuda al desenvolvimiento placentero y espontáneo del hombre durante su tiempo libre, deja un aprendizaje positivo con tendencia a satisfacer las necesidades psicológicas y espirituales de descanso, entretenimiento, expresión, aventura y socialización, cuestión que es importante en estos momentos donde el abuso por las diversiones comercializadas se da en grandes proporciones y produce gregarismo, infantilismo mental y falta de reflexión.

La función principal de las actividades recreativas es la relajación que permite liberar a las personas de sus tensiones.

Para poder realizar todas las actividades que se desean, ya sea del trabajo, escuela, hogar, o el tiempo libre, se requiere una organización de esas actividades, cosa que ha interesado a varios estudiosos del tema y le han llamado **administración del tiempo.**



### 1.2.3. ADMINISTRACIÓN DEL TIEMPO

"El mejor generador del tiempo  
es la buena administración"  
(Mauro Rodríguez)

En su sentido más estricto el término administración "proviene del latín **ad-administrare** o **ministrare**, derivado de **minister** y esté a su vez de **manus** que significa mano"<sup>17</sup> administrar es servir con las manos a/ o/ para. El tiempo es "el número, o la medida del movimiento según antes y después" (Aristóteles)<sup>18</sup>.

De ahí que administrar el tiempo signifique: utilizar adecuadamente los recursos que se poseen, incluyendo el tiempo; de tal modo que se puedan alcanzar las metas y objetivos de cada individuo.

La administración del tiempo, es un proceso de planeación, organización, ejecución y control, mediante el manejo adecuado de los recursos de todo orden, ya que no hay una sola cosa que sea ajena o no esté condicionada al tiempo.

La importancia de administrar el tiempo, radica en poder realizar lo que queremos mediante la organización.

Por lo tanto, la administración del tiempo implica una planeación de las actividades a realizar, el organizarlas por prioridad y de esta manera llevarlas a cabo de manera concreta, sin "perder el tiempo".

### 1.2.4. TIEMPO PERSONAL

Para que la administración del tiempo pueda llevarse de una manera más eficiente, necesitamos manejar adecuadamente nuestro tiempo personal, es decir aquel con el que cuenta cada persona de manera individual.

Sin más es aquel que se utiliza para el descanso y la creación, para compensarse y afirmarse individual y socialmente.

<sup>17</sup> Rodríguez, Mauro. Administración del tiempo. p.4.

<sup>18</sup> Rodríguez, Mauro. Op. Cit. p.10





El tiempo personal es aquel que pertenece exclusivamente al hombre (individualmente), aquel en que puede organizarse y llevarlo como el guste.

Cada persona tiene un tiempo diferente considerando que hay a quienes les dura más un día, que a otros. Es la percepción que tiene cada individuo acerca de cómo evoluciona su vida y como organiza sus actividades.

El tiempo personal constituye también un espacio de libertad en el que el hombre decide como organizar sus actividades diarias, ya sea cronometradas por un reloj o medidas por las obligaciones diarias.

Todo individuo organiza y controla de distinta manera su tiempo personal, no maneja ni percibe del mismo modo su día un empresario (sus preocupaciones se enfocan básicamente en el tiempo de trabajo), que un estudiante (por lo general su día se divide en tres actividades: asistir a la escuela, convivir con la familia y compartir experiencias con los amigos) de igual manera existe una gran diferencia en la manera de ver el tiempo para una persona que vive en el medio urbano (acostumbrada a pasar horas en el tráfico y a recorrer grandes distancias para llegar al trabajo, la escuela, los centros recreativos y de vuelta al hogar), a quien vive en el ambiente rural (habitado a levantarse por la madrugada y acostarse a la hora que se oculta el sol, conviviendo con la familia y los amigos y desacostumbrado a las grandes multitudes).

El tiempo personal permite tener en las manos el uso y estructuración del tiempo en general. Esto facilita la posibilidad de flexibilizar los horarios establecidos por el trabajo o la escuela, para tener un momento libre y practicar el ocio.

El tiempo personal cuando está bien organizado da al individuo la oportunidad de realizar todas las actividades que se deben y todas las que se quieren, además de poder planear las actividades diarias para tener más tiempo libre.



Como un resumen de los términos más sobresalientes del capítulo 1, se presenta el siguiente cuadro:

TÉRMINO	CONCEPTO
<b>TIEMPO LIBRE</b>	Porción del tiempo personal, un espacio en donde las acciones del ser humano son realizadas sin imposición externa, sino, libremente, es decir, la propia persona pone las condiciones para satisfacer una necesidad mediante la libertad y la voluntad con el fin de descansar, recrearse y crear (ocio). Es un tiempo sin obligaciones, del que se dispone de manera agradable y honesta si se ha infundido un vivo deseo hacia el respeto y la sensibilidad.
<b>OCIO</b>	Espacio liberador de tensiones, en el que el individuo se enfrenta y conoce a sí mismo; mediante el descanso, la diversión y el desarrollo personal.
<b>RECREACIÓN</b>	Actividad que se realiza con plena conciencia, ayuda al desenvolvimiento placentero y espontáneo del hombre durante su tiempo libre, deja un aprendizaje positivo con tendencia a satisfacer las necesidades psicológicas y espirituales de descanso, entretenimiento, expresión, aventura y socialización
<b>ADMINISTRACIÓN DEL TIEMPO</b>	Proceso de planeación, organización, ejecución y control, mediante el manejo adecuado de los recursos de todo orden, ya que no hay una sola cosa que sea ajena o no este condicionada al tiempo
<b>TIEMPO PERSONAL</b>	Es aquel que pertenece exclusivamente al hombre (individualmente), aquel en que puede organizarse y llevarlo como el guste.



---

**CAPÍTULO 2. ADOLESCENCIA Y TIEMPO LIBRE**

"Soy anarquista, soy neonazi, soy un esquinjed y soy ecologista. Soy peronista, soy terrorista, capitalista y también soy pacifista. Soy activista, sindicalista, soy agresivo y muy alternativo.

Soy deportista, politeísta y también soy buen cristiano. Y en las tocadas la neta es el slam pero en mi casa si le meto al tropical... me gusta aventar piedras, me gusta recogerlas, me gusta pintar bardas y después ir a lavarlas".

(Canción popular - Café Tacuba)



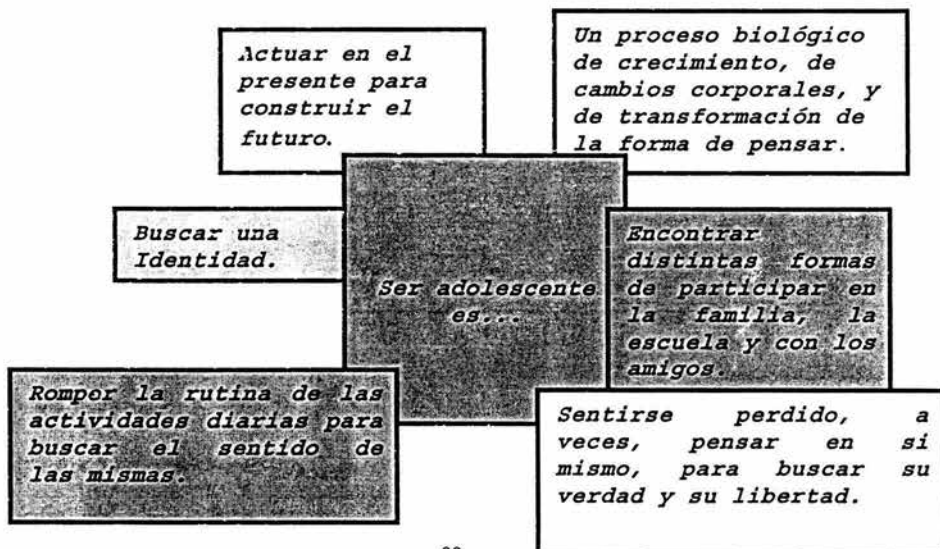
## 2.1. ADOLESCENCIA Y TIEMPO LIBRE

"Siento un golpe en el alma cuando pienso como durante la juventud uno observa a los adultos sentados en el cuarto y escucha el oleaje y los sonidos de sus fantasmales manos mientras hablan sobre el tiempo y la responsabilidad".

(Jack Kerovac)

Según datos del Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (INEGI), "en el año 2000 la población total de México alcanzó una cifra mayor a 97.4 millones de habitantes, de los cuales 33, 613, 437 son jóvenes entre 12 y 29 años de edad, 34.5"<sup>19</sup> de la población total.

Joven "es un menor de edad que no ha cumplido los 21 años"<sup>20</sup>. Para el Instituto Mexicano de la Juventud (IMJ), la población joven, según su Ley de creación, "está determinada por el rango de edad de 12 a 29 años"<sup>21</sup>.



22

<sup>19</sup> Pérez Islas, José. Nuevas Miradas sobre los jóvenes. P.13.

<sup>20</sup> Saavedra, Alfredo. Vocabulario de Trabajo Social. P. 77

<sup>21</sup> Pérez Islas, José. Op. Cit. P. 14.

<sup>22</sup> Margarita Pansza. El estudiante. p.14



Dentro de esa población joven se encuentran los adolescentes ("que están en la adolescencia"<sup>23</sup>)

Siendo la adolescencia "un periodo de cambios rápidos físicos e intelectuales y de cambios ambientales en la naturaleza de las exigencias externas que la sociedad impone en sus miembros en desarrollo".<sup>24</sup>

Considerando los conceptos antes mencionados de joven y adolescente, cuando en este proyecto se haga referencia a los mismos, se estará hablando de aquellos que se encuentran entre los 11 y 16 años de edad y que atraviesan por una etapa de cambios físicos y mentales.

"Los once y doce años traen consigo el inicio de la esta etapa y por consiguiente toda una serie de modificaciones de la conducta y del comportamiento del niño"<sup>25</sup>.

En el origen de la adolescencia se es muy vulnerable, pues se reafirman y buscan aquellos valores que se consideran importantes y que permiten entrar en el mundo de los adultos.

No es extraño que un adolescente sufra de repentinos cambios de humor, pues, es algo típico de esta etapa. Su aspecto físico empieza a cambiar y cada vez se nota más la diferencia entre ambos sexos. Conforme su mente va madurando, también sus gustos y aficiones se definen. Deja algunas de sus aficiones anteriores para ocuparse en aquellas que le permitan socializar con los demás.

El concepto de tiempo libre, ocio, recreación y tiempo personal, para los adolescentes, son factores que intervienen en su desarrollo personal, pues durante estos espacios llevan a cabo todo tipo de actividades, teniendo la posibilidad de elegir y tomar decisiones.

En esta etapa, el tiempo libre adquiere una importancia especial por su influjo en la personalidad del joven y en su integración social; las actividades de ocio le permiten disponer libremente de sí mismo y asumir su propia libertad, posibilitando lograr más rápidamente su autonomía. La libertad que un joven pueda tener en sus actos le da seguridad.

<sup>23</sup> Nuevo Diccionario Enciclopédico Ilustrado a Color. P.11

<sup>24</sup> Conger, John. ADOLESCENCIA: Generación presionada. p. 6

<sup>25</sup> Programa Educativo Visual. Gran Atlas Visual de psicología infantil y juvenil. P. 66.



"El tiempo libre no sólo le sirve de entretenimiento sino, de modulación de su personalidad, de mayor grado de responsabilidad y de adquisición de una pauta de trabajo metódico y organizado"<sup>26</sup>.

En la actualidad el tiempo libre de algunos jóvenes se enfoca a la televisión, los videojuegos, la computadora y las salidas con amigos, pero, otros al no existir espacios a su gusto y en muchas ocasiones por no contar con los medios económicos para asistir a los centros recreativos de "moda", pasan su tiempo libre frente al televisor, al videojuego o a la computadora, descuidando la expresión del toque personal, el afecto, el acercamiento a las personas, han perdido el gusto por estar con la familia y demostrarles su afecto. Producto de la deshumanización donde se da más importancia a las máquinas que al hombre, y a la individualización, donde se ve por uno mismo sin importar el daño a terceros.

Constantemente el adolescente es colocado entre las presiones de tener logros académicos, sociales y económicos y su deseo de rebeldía, lo que ocasiona que se rebele en contra lo que es en su propio bienestar.

El establecimiento de la independencia con el fin de probarse a sí mismo y al mundo de que él es un individuo independiente, orilla al adolescente a menudo a mostrar su independencia de forma exagerada, a veces antisocial, autodestructiva o extravagantemente. Al extremo de llegar a repetir una y otra vez conforme el adolescente trata de probarse que es su propio jefe, actos que le ocasionan conflictos con sus progenitores, con las autoridades de la comunidad o la escuela. Ejemplo de estos actos son el permanecer fuera de su casa hasta altas horas de noche, la vagancia, el alcoholismo, el consumir drogas y el fracaso escolar.

El tratar de ganarse la aprobación y la aceptación de sus compañeros, puede ocasionar que el adolescente participe en actos antisociales para probar su hombría ante el grupo de amigos, por eso es importante ofrecerles alternativas diferentes, mismas que les permitan conocer y ampliar su panorama cultural y de superación personal, donde aprendan la importancia del tiempo libre en su desarrollo.

<sup>26</sup> Programa Educativo Visual. Op. Cit. P. 66.



## 2.2. FORMACIÓN DE LA IDENTIDAD DEL ADOLESCENTE

"La juventud es una tabla rasa en la que nada se ha pintado. Grave y delicada, más que una obra, es aquí la empresa del pintor. Si los jefes del pensamiento y de urgencia más incitadas no han logrado cautivar, mantener a su lado, la juventud, no investigan razones subterráneas, ni argumentos de mano clandestina para explicar el desvío; de ellos y de su cómoda desatención es la culpa más calificada".  
(Aristóteles. Los malos alumnos)

La identidad es "el conjunto de caracteres que diferencian a las personas entre sí".<sup>27</sup>

Es decir, son "las coincidencias de una persona, una formación social, una objetivación cultural o una determinada realidad natural con aquello que realmente es, por tanto, consigo misma (mismidad). La identidad no se da en los individuos a priori, si no que se constituye en el transcurso del proceso de socialización mediante las interacciones con los demás y el aprendizaje de los roles sociales, por lo que es especialmente importante la fase de la adolescencia".<sup>28</sup>

No hay que perder de vista que la adolescencia es una etapa y esta puede ser marcada por las etapas previas al igual que un mal manejo de la misma por parte de los adultos que se encuentran alrededor del joven.

Un factor que genera problemas al adolescente es el solo hecho de dejar la niñez, al existir conflicto entre el deseo de ser adulto y el de seguir siendo niño para continuar recibiendo la protección de sus padres.

El adolescente no tiene una identidad definida, ya que no son adultos ni son niños, quieren o piensan que son independientes pero su realidad les dice otra cosa, lo que les ocasiona conflicto.

Durante la adolescencia e impulsada por los cambios propios de esta etapa, se da la formación de la identidad, es indicar, se definen las características físicas e intelectuales que definen y diferencian a cada individuo como ser único e independiente, pero, también como miembro de un grupo, de una colectividad. Eso da como resultado la existencia de dos tipos de identidades:

<sup>27</sup> Diccionario Larousse Ilustrado. P. 294

<sup>28</sup> Hillman, Kart. Diccionario enciclopédico de sociología. P. 447



- ✓ "Individual. Constituye los rasgos físicos, el carácter, la forma de vida; lo hace diferente a otros jóvenes.
- ✓ Colectiva. Esta formada por las características de un joven como miembro de un grupo, comunidad, nación, sus ventajas son que unifica, proporciona sentido de pertenencia, impulsa la socialización"<sup>29</sup>.

Las características fundamentales de la socialización son:

- ✓ "Reconocimiento mutuo del individuo y de la sociedad
- ✓ Percepción interna y subjetiva de la identidad
- ✓ Continuidad consigo mismo y
- ✓ La identidad es una realidad que se asume y se construye".<sup>30</sup>

Teniendo en cuenta las características y elementos de la identidad, antes mencionados, se puede decir que un adolescente es un individuo que atraviesa por una etapa de cambios:

- ✓ **Físicos.** Debe encararse a una virtual revolución biológica que ocurre en sí mismo: el rápido aumento de peso y estatura, las dimensiones corporales variables, las transformaciones hormonales que producen un fuerte apetito sexual, el desarrollo de las características físicas primarias y secundarias
- ✓ **Intelectuales.** el desarrollo cognoscitivo del adolescente desempeña un papel importante en el surgimiento de su identidad. Se dan cuenta de que puede razonar, formular y modificar suposiciones, considerar alternativas y llegar a conclusiones. Se vuelven más introspectivos y analíticos, se interesan por enigmas filosóficos como el por qué de la vida y la muerte.
- ✓ **En la familia.** Puede comportarse desafiante, a veces exasperante para sus padres. A veces modifican su comportamiento, se pueden volver desobedientes, no cuentan en casa lo que hacen fuera de ella, regresan a horas desacostumbradas, se irritan con facilidad sin motivos suficientes, descuidan o exageran su arreglo personal.
- ✓ **La escuela.** Es uno de los medios más importantes donde los adolescentes se desenvuelven. El clima y la

<sup>29</sup> Hillman, Kart. Op. Cit. P. 448

<sup>30</sup> Lorimier, Jacques. El adolescente: proyecto vital. P. 46





organización de la institución escolar es decisiva para la maduración del joven y por tanto su socialización e integración en la sociedad adulta. Es un lugar donde puede sufrir altibajos emocionales, periodos de desaliento y preocupaciones sobre la aceptación de sus compañeros de clase. Puede experimentar ansiedad antes de un examen importante, arrebatos ocasionales de enojo o rebelión, participación en actos delictivos menores, tristeza por la pérdida del novio(a), o dudas sobre su identidad.

- ✓ **Los amigos.** Durante la adolescencia los amigos pasan a ser los confidentes, con quienes se identifican y a quienes buscan para compartir sus inquietudes y descubrimientos. Con los amigos, por lo regular, las relaciones son más íntimas, honestas y abiertas e implican sentimientos más intensos.
- ✓ **Tiempo libre.** Este espacio puede ser de gran utilidad para su desarrollo mental, si se le utiliza con cuidado, pero si este es absorbido por comportamientos que los perjudiquen, este adolescente puede llegar a tener serios problemas.
- ✓ **En la sociedad.** Buscan definirse como miembros de un grupo con ideales parecidos a otros jóvenes de su edad, pero con ideas propias, son curiosos, le gustan los riesgos, busca su independencia y definir su personalidad.

La identidad individual de los jóvenes se define durante la adolescencia y el tiempo libre es un espacio que bien puede ayudarlos a impulsar actitudes positivas de su personalidad, como la tolerancia y el respeto, con la realización de actividades recreativas, culturales, sociales y deportivas (sin caer en los excesos y evitando las actitudes perjudiciales como la vagancia, delincuencia y el consumo de estupefacientes), durante este tiempo.

El tiempo libre y la formación de la identidad del adolescente guardan una estrecha relación, porque durante el primero, se pueden fomentar nuevos valores (como la prudencia y la libertad) o reforzar aquellos que aprendieron de niños (la honestidad y el respeto) para que tanto el adolescente como quienes lo rodean se beneficien con una convivencia armoniosa donde exista una comunicación directa y respetuosa.



### 2.3. IMPORTANCIA DEL TIEMPO LIBRE

El tiempo le pertenece al hombre como un ser individual, con su ciclo de vida propio y siendo un recurso no renovable. Cuando los adolescentes evolucionan su manera de ver la vida y moldean su carácter, toman decisiones por sí mismos (libre albedrío), buscando ser respetados y aceptados como adultos capaces y responsables en sus decisiones, acerca de cómo usar su tiempo libre.

El que las necesidades (entre ellas por el tiempo libre), de un adolescente sean cubiertas y sus problemas resueltos, ayuda a que este se desarrolle de una manera más integral. El tiempo libre es necesario para el descanso y el desarrollo de la personalidad del joven.

"En la sociedad contemporánea el tiempo libre ha perdido su sentido totalizador y creativo; que el hombre lo posea no implica en sí la responsabilidad de disfrutarlo. A tantas horas de trabajo, se le oponen tantas horas de entretenimientos, pasatiempos, actividades con horarios rígidos, que en una gran mayoría ha ido perdiendo su finalidad cultural y social, y se ha hetero-condicionado, es decir su uso es influencia por elementos externos, como los medios de comunicación y la moda".<sup>31</sup>

La característica más importante de las actividades que se realizan durante el tiempo libre, es que influyen de manera formativa o perjudicial indirecta y facilitada por la recreación, ejercen una acción formativa de índole psicológica y sociológica, que opera basada en la motivación y en las necesidades culturales y recreativas de la población, en sus gustos y preferencias, en los hábitos y tradiciones, en la relación de cada individuo con la clase y los grupos sociales a los cuales pertenece, sus sistemas de valores y su ética específica y, sobre todo, opera basado en la libertad.

En la época adolescente el tiempo libre adquiere una importancia especial por el influjo que su utilización puede tener en la formación y desarrollo de la personalidad del joven y en su integración social: lo que le permite actuar con autonomía y libertad, decidiendo por sí mismo lo que quiere hacer durante ese espacio.

<sup>31</sup> Norbert Elias. Deporte y ocio en el proceso de la civilización. p.117.



La formación cultural, física, ideológica y creativa que se realiza en el tiempo libre es profunda e influyen en el desarrollo personal de cada adolescente porque los prepara para el futuro, ayudan a despertar en ellos el ansia de conocimientos hacia campos imposibles de agotar por los sistemas educativos formales, motivan el uso y el desarrollo de la reflexión y el análisis ante situaciones siempre nuevas, canaliza las energías vitales hacia la creación, la participación social y el cultivo de las potencialidades y capacidades individuales. No tienen fronteras de tiempo o espacio: se llevan a cabo en la casa, en la calle, en las escuelas, en toda la sociedad por múltiples medios como: los libros, las películas, las obras artísticas, los programas de televisión, el radio, las competencias y prácticas de deportes, el entretenimiento, los pasatiempos, las conversaciones, y los grupos de participación y creación.

Para los jóvenes el tiempo libre puede o no importar, todo depende del uso que le den. Para los que lo utilizan adecuadamente importa porque los ayuda a su desarrollo físico e intelectual y para los que no, interesa porque durante ese espacio pueden hacer acto de su rebeldía ("estado de desobediencia y rebelión ante los sistemas establecidos").<sup>32</sup>

"La elección personal de las actividades de tiempo libre en las sociedades más desarrolladas depende de las oportunidades socialmente preconstituidas, y estas actividades son modeladas generalmente por una fuerte necesidad de estimulación social, de sentirse acompañado de manera directa o mimética".<sup>33</sup>

El tiempo libre es importante por ser una fuente continúa de información y experiencias, un espacio para vivir en plenitud, para el auto-conocimiento, el placer y la felicidad, importa por ser un espacio en el que el hombre puede realizarse, por el uso que se le da y por los beneficios o dificultades que surgen a partir de su utilización. No es lo mismo pasar el tiempo libre pensando en como resolver un problema, que creándole problemas a los demás muchas veces mediante la vagancia, o la pereza.

<sup>32</sup> Diccionario Larousse Ilustrado. P. 537

<sup>33</sup> Cuenca, Manuel. Op. Cit. p.132



## 2.4. EL TIEMPO LIBRE Y SU EMPLEO

"El tiempo libre tiene ya la fuerza de un hecho autónomo".  
(Dumazedier)

El uso del tiempo libre del hombre está condicionado durante toda su vida por el tipo de necesidades de cada individuo, de acuerdo a su edad, sexo, madurez, experiencias, conocimientos, capacidades, intereses, nivel socioeconómico, político y cultural en que se encuentra.

Cada persona maneja su tiempo libre en formas diferentes, el hombre capitalista, el perfeccionista, el soñador, el burócrata, el artista, el científico, el empresario, el religiosos, el ama de casa, el adolescente, etc. "De igual manera se maneja el tiempo de formas diversas a los 5 años de edad, a los 15, a los 26 y a los 60 están de por medio los valores de cada individuo: los conscientes y los inconscientes. Estos motivan a actuar y determinan los intereses y gustos de cada individuo"<sup>34</sup>

El uso del tiempo libre es el resultado de miles de pequeñas y grandes decisiones cada día, cada hora, cada minuto, pero ¿de cuánto tiempo libre en un año disponen los jóvenes? Para ponerlo todo en una sola medida: un año tiene 8760 horas:

Las actividades diarias más comunes están divididas en tres grandes actividades:

- Dormir (8 horas) de los 365 días del año que es algo así como 2920 horas.
- Estudiar o trabajar (8 horas) de 38 semanas laborales es una cifra aproximada a las 1520 horas anuales.
- Tiempo libre que se divide en: 104 días por sábado y domingo, 12 semanas de vacaciones, 10 días festivos, más 8 horas diarias de las semanas laborales.

¿De cuánto tiempo libre disponen los jóvenes? Según las cuentas anteriores, se está hablando de la mitad de un año en la vida de un adolescente, eso es mucho como para no estudiarlo más a detalle.

<sup>34</sup> Rodríguez, Mauro. Op. Cit. p. 25.



en la vida de un adolescente, eso es mucho como para no estudiarlo más a detalle.

Entre las actividades preferidas de los jóvenes actuales, durante su tiempo libre (según datos del Instituto de Estudios Profesionales sobre la Administración del Tiempo Libre "IEPATL"), destacan: "hacer deporte, las excursiones, los hobbies, el baile, la lectura, escuchar radio, ir al cine, ver la televisión, los videojuegos y el uso de las computadoras (Internet), la mayoría compartidas con amigos o compañeros de escuela dejando de lado a la familia"<sup>35</sup>.

Otro tipo de actividades que realizan los adolescentes durante el tiempo libre son las recreativas, estas se dividen en:

- ✓ Las actividades **sociales** tal como asistir de invitado a reuniones en cierto modo formales tales como bodas, entierros o banquetes, o a cenar a la casa de un amigo.
- ✓ Participar en actividades relativamente **informales** con un nivel de emotividad franca y cordial, como las reuniones entre amigos.
- ✓ Participar en actividades **organizadas como miembros** de alguna organización, por ejemplo en representaciones teatrales o en algún club de fútbol. La mayoría de las actividades de esta categoría ayudan a la des-rutinización y alivio de las tensiones mediante el movimiento corporal.
- ✓ Participar **como espectador** en actividades **sin formar parte** propiamente de la organización, con participación escasa o nula en la des-rutinización, como por ejemplo asistir a un partido de fútbol o a una obra de teatro.
- ✓ Por último, las actividades **recreativas** menos especializadas, en su mayoría agradable y con frecuencia multifuncionales, como por ejemplo: viajar en vacaciones, comer fuera de casa, quedarse acostado el domingo, tomar el sol o pasear con los amigos o la familia, etcétera.

A pesar de todas estas actividades que los jóvenes pueden realizar, algunos de ellos se sienten hartos, sumergidos en un constante aburrimiento, yendo de un lugar a otro, sin la

<sup>35</sup> Fernández María Mónica. La influencia de los programas culturales en los adolescentes de las zonas suburbanas. P.16



Están en un escenario lleno de aglomeraciones, de carros, donde la gente vive de prisa, utiliza los tranquilizantes, las drogas; no se dan un espacio para pensar, leer o reflexionar; a excepción de los estudiantes quienes lo realizan por obligación. Además de existir el inconveniente que para realizar las actividades de "moda", se requiere de dinero, mismo que no todos los jóvenes poseen. Pero para ellos existen otras opciones, no menos atractivas y que pueden realizarse en diversos lugares como: en casa ( la lectura, convivencia con la familia y amigos, juegos de mesa, baile, escuchar música; entre otras), en la escuela (deportes, talleres), en la comunidad ( juegos de grupo, deportes, reuniones con jóvenes de su edad, fiestas, etcétera).

De esta manera el uso del tiempo libre esta abierto a la elección de cada persona, con el riesgo de inclinarse hacia las actividades perjudiciales para sí y para los demás.

La gama de actividades que se pueden realizar durante el tiempo libre es muy diversa. Por tanto, es necesario ayudar a los jóvenes, respetando la libertad que conlleva, a orientarse hacia aquellas actividades en las cuales pueden obtener el máximo provecho, teniendo en cuenta que no toda actividad divertida y que su impulse su desarrollo, requiere de algún medio económico para realizarlas, todo depende en muchas ocasiones, de la disponibilidad, creatividad y conocimiento de los jóvenes.

"Pero sea como fuere, no es el tipo de actividad lo que más importa, sino que cualquiera de ellas que se realice permita una experiencia en la que cada uno, en la medida que lo posibilite su edad, a la vez que expresa sus valores, los haga compatibles con algún proyecto colectivo. Es decir, haga de la actividad, además de un momento de descanso, diversión o desarrollo, una vivencia totalmente educativa, una vivencia ética de transformación personal y colectiva. Cuando todo ello se produce se habrá dado el contenido ético necesario"<sup>36</sup>

Como decía Luís XVI el Rey Sol, "la decisión supone espíritu de señor"<sup>37</sup>. Esto significa que: se requiere de fuerza de voluntad, conciencia y sensibilidad para involucrarse en actividades valiosas y benéficas, se requiere valor para vencer los temores, resistir a lo fácil

<sup>36</sup> Cuenca, Manuel. *Op. Cit.* p.116

<sup>37</sup> Rodríguez, Mauro. *Op. cit.* p. 26



que tenemos enfrente y renunciar a la satisfacción inmediata a favor de la inutilidad, con los bienes inmediatos.

Según Mauro Rodríguez, en su libro administración del tiempo, el buen uso del tiempo libre es fuente de:

- ✓ Orden, porque ayuda a planificar
- ✓ Serenidad, porque ayuda al desahogo personal
- ✓ Eficiencia, porque se usa en beneficio de o para
- ✓ Seguridad, porque confirma la personalidad
- ✓ Liberación, de conflictos internos, energía, eustress
- ✓ Interés por la vida, mediante la meditación
- ✓ Satisfacción, al ser libres
- ✓ Salud física y mental, al tener todas las anteriores.

Por otro lado, el uso del tiempo libre se presenta como un espacio de búsqueda, de introspección, pero a su vez, de contacto con otras personas, de una manera distinta a las relaciones de la escuela o el trabajo.

Cuando se utiliza el tiempo de forma creativa, desarrollando capacidades, favoreciendo el equilibrio personal, y enriqueciendo la experiencia, se llena de contenido la vida.

## 2.5. PROBLEMAS EN EL USO DEL TIEMPO LIBRE

"La televisión evita la tediosa tarea de pensar, de opinar, de construir un juicio; crea pasividad autocomplaciente".

(Ernesto Vargas)

La libertad, característica principal del uso del tiempo libre, permite elegir las actividades que durante él se realizan, pero, también puede crear problemas en su utilización, un claro ejemplo de ello es el cuando se considera al trabajo como un todo y no se tiene en cuenta la necesidad de descansar y recrearse de una manera sana.

Como lo refleja el libro llamado "Momo", escrito por Michael Ende, donde el personaje principal es: Una niña huérfana de nombre Momo, que tiene el don de saber escuchar y comprender los problemas de los demás, sus amigos Beppo el barrendero, y Gigi un cuenta cuentos, cuidan de ella que vive en un antiguo teatro griego un día aparece en la





ciudad un extraño hombre gris que empieza a comprar el tiempo de la gente, y Momo se va quedando sola, esté hombre pertenece a una agrupación de hombres grises que están haciendo su propio negocio con la gente: **les quitan el tiempo libre a cambio de rentabilizar sus horas.** La gente tiene cada vez menos tiempo libre. Momo es la única que no cae en la trampa y con ayuda de la tortuga Casiopea, el doctor Hora, guardián del tiempo y las flores horarias devuelven el tiempo a toda la gente. Momo marca la dualidad entre dos mundos que conviven y que muchas veces no se comprenden: el mundo sin barreras industriales ni técnica (con su bondad, ingenuidad y tolerancia) y la sociedad industrializada y tecnificada (preocupada únicamente en valores mercantiles y de progreso). Como lo refleja la breve descripción de este texto de Michael Ende, quizá uno de los inconvenientes de esta sociedad deshumanizada es el haber convertido el tiempo libre en consumo y en el no encauzar perspectivas creativas durante este espacio, que favorezcan el desarrollo de la personalidad.

Los medios de comunicación también tienen una alta influencia en el uso del tiempo libre al difundir todo tipo de propaganda sobre eventos recreativos, estos tienen el inconveniente de que muchos de ellos son caros y no toda la población tiene acceso a ellos.

Por otro lado, el medio educativo tiene la capacidad de poder influenciar a los educandos sobre actividades y eventos culturales, deportivos y recreativos, que en ocasiones se realizan dentro de las propias instalaciones de las escuelas, pero es algo que no llama el interés de todos los alumnos.

Por su parte el Estado ha colaborado con la creación de organizaciones como el Instituto Nacional de Bellas Artes, la Federación Mexicana del Deporte, entre otros, pero no todos los jóvenes conocen las ventajas de estos centros y por consiguiente no se integran a ellos y a sus eventos.

Otro problema en la utilización del tiempo libre es la falta de sentido en su uso, lo que puede llevar a la omisión de actividades formativas, a la ocupación en actividades perjudiciales (como reflejan los índices de seguridad el mayor porcentaje de los delincuentes son adolescentes), las cuales tienen como consecuencia la creación de malos hábitos, pereza, desorden, aburrimiento y rebeldía.





Al ser los adolescentes curiosos respecto a su mundo en expansión, se muestran mucho más inclinados, que la mayoría de los adultos, a tomar riesgos, su sentido de aventura los conduce y no creen que les pueda pasar nada. Cada vez es más común encontrar a jóvenes y niños entre los grupos de drogadictos, alcohólicos, fumadores e incluso delincuentes, que se reúnen en las esquinas del barrio o colonia a "pasar el tiempo", en la ociosidad (visto como algo negativo). Durante las horas en que la gente no trabaja o estudia, realiza actividades enfocadas a los placeres de la ociosidad. Otros no administran bien su tiempo, les falta planearlo, organizarlo y tomar decisiones, exponiéndose a los efectos negativos que en general e veces resultan poco visibles en la juventud, pero que al llegar la edad adulta se transforman en insatisfacción y frustración existencial.

Como resultado de no administrar el tiempo se produce el stress y este a su vez puede provocar problemas de salud tales como:

- ✓ "hipertensión
- ✓ úlcera gástrica
- ✓ colitis
- ✓ jaqueca
- ✓ enfermedades cutáneas y,
- ✓ propensión a sufrir infartos".<sup>38</sup>

También tiene efectos en el plano psicológico mediante:

- ✓ "irritabilidad
- ✓ susceptibilidad
- ✓ obsesión,
- ✓ la incapacidad para relajarse
- ✓ incapacidad para disfrutar plenamente del descanso, y
- ✓ la creación durante el tiempo libre".<sup>39</sup>

Los adolescentes necesitan saber que el tiempo libre es un campo expuesto a engaños e ilusiones creadas por el exterior. La mayoría de las personas no saben como administrarlo. De ahí que sea conveniente enseñar a los jóvenes a organizar su tiempo libre, ya que es muy fácil perderlo sin apenas enterarse.

<sup>38</sup> Rodríguez, Mauro. Op. Cit. p. 47

<sup>39</sup> Idem



El buen uso del tiempo libre exige una adecuada administración de este y de la **sensibilización** sobre las actividades que durante él se realizan, teniendo conciencia de que es un tiempo para el desarrollo personal, la felicidad, la imaginación y la libre expresión.

El hombre para ser dueño de su futuro, ha de conocer el pasado, **tomar conciencia** de qué es como ser histórico y conocer el legado cultural que, durante siglos, ha ido acumulando la humanidad. La realización del ocio durante el tiempo libre favorece la creatividad y desarrollo personal. Crea personas libres e invita a tomar decisiones y compensar las carencias y rutinas de la vida cotidiana.

Como conclusión se puede decir que " la mayor parte de los problemas y de las pérdidas de tiempo surgen de actuar sin pensar".<sup>40</sup> El tiempo libre es un espacio que conviene saber **planificarlo** y utilizarlo. Para esto lo primero es **sensibilizarse** ante él, **conscientizarse** de disponer de un tiempo enteramente propio, evitar vivirlo y ocuparlo sin antes **sentirlo y percibirlo** como un espacio disponible para el **desarrollo personal**. Aprender a resistir las programaciones de tiempo impuestas por el exterior, y vincular la duración del tiempo con **libertad** para la realización de actividades deseadas.

<sup>40</sup> Rodríguez, Mauro. Op.cit. p.30



En el siguiente cuadro se presenta la relación de la adolescencia, la formación de la identidad del adolescente, la importancia, uso y problemas en la utilización del tiempo libre, como un resumen al capítulo 2.

<b>TIEMPO LIBRE</b>	
<b>ADOLESCENCIA</b>	En la adolescencia, el tiempo libre adquiere una importancia especial por el influjo de la personalidad del joven y en su integración social. Las actividades de ocio permiten al adolescente disponer libremente de sí mismo y asumir su propia libertad, posibilitando lograr más rápidamente su autonomía. La libertad que un joven pueda tener en sus actos le da seguridad.
<b>FORMACIÓN DE LA IDENTIDAD DEL ADOLESCENTE</b>	El tiempo libre y la formación de la identidad del adolescente guardan una estrecha relación, porque durante el primero, se pueden fomentar nuevos valores (como la tolerancia, la prudencia y la libertad) o reforzar aquellos que aprendieron de niños (la honestidad y el respeto) para que tanto el adolescente como quienes lo rodean se beneficien con una convivencia armoniosa donde exista una comunicación directa y respetuosa.
<b>IMPORTANCIA</b>	Por ser una fuente continúa de información y experiencias, un espacio para vivir en plenitud, para el auto-conocimiento, el placer y la felicidad. Importa por ser un espacio en el que el hombre puede realizarse, por el uso que se le da y por los beneficios o dificultades que surgen a partir de su utilización.
<b>USO</b>	El uso del tiempo libre del hombre está condicionado durante toda su vida por el tipo de necesidades de cada individuo, de acuerdo a su edad, sexo, madurez, experiencias, conocimientos, capacidades, intereses, nivel socioeconómico, político y cultural en que se encuentra. La gama de actividades que se pueden realizar durante él, es muy amplia, por eso es necesario orientar a los jóvenes, respetando la libertad que conlleva a inclinarse hacia aquellas en las que puedan obtener el máximo provecho y no hacia las que los perjudiquen.
<b>PROBLEMAS EN EL USO DEL TIEMPO LIBRE</b>	La falta de sentido en la utilización del tiempo libre, puede llevar a la omisión de actividades formativas y la ocupación en actividades perjudiciales. La falta de organización en las actividades, de sensibilidad y la curiosidad pueden llevar a los jóvenes a tomar riesgos y realizar actividades que los perjudiquen a un corto o largo plazo.



---

**CAPÍTULO 3. ¿QUÉ ES LA SENSIBILIZACIÓN Y LA  
CONCIENTIZACIÓN?**

*"Por sensibilización se entiende  
volverse más humano, más agudo,  
más perceptible de modo de  
poder gozar más"*

*(José David)*



### 3.1. ¿QUÉ ES LA SENSIBILIZACIÓN?

"por lo que sentimos con los sentidos se nos hace  
Habitable el mundo y lo convertimos en morada"  
(Carlos Gurmendez)

La sensibilización se logra, gracias a la sensibilidad que existe en el ser humano para percibir la realidad.

Entre lo sentido y el sentir se encuentra la diferencia que existe entre lo subjetivo de un objeto y lo objetivo de un sujeto. Los sentidos proporcionan al hombre la posibilidad de los sentimientos, porque el hombre vive siempre en tonos sentimentales.

Al realizar una participación conjunta de todos los sentidos de una manera consciente, se sufre, tolera y permite el conocimiento objetivo de la realidad. Este consentimiento deja de ser subjetivo y personal cuando lo que se toma en cuenta es la sensibilidad de los demás. "Tenemos, pues, ese sentido objetivo, natural, que es de todos y un sentir subjetivo que aparece cuando se le da significado a una cosa o cuando esta adquiere un sentido para el individuo".<sup>41</sup>

El mundo no es solamente lo que se tiene a la vista; es también, cuanto oculta su propia evidencia. Y a través de la sensibilidad se puede descubrir lo que se esconde en él. Sin este conocimiento que consiste en recoger todo lo experimentado y hacerlo definitivamente propio para poseerlo, el hombre no se podría sentir ni descubrirse. "...Toda actividad sensible, al ser volitiva, práctica, es materialización de un pensamiento y, a su vez la actividad pensante es resultado de la concentración o pasividad del sentimiento."<sup>42</sup> Por lo tanto, la sensibilidad es una cualidad del hombre en lo que a cambios de actitud y de manera de pensar se refiere.

Sensibilidad del "latín *sensibilitas*; se refiere a la facultad de sentir, propia del hombre, a dejarse llevar por las emociones y sentimientos".<sup>43</sup>

De la sensibilidad dependen la inteligencia, la salud física, la personalidad y el carácter de cada individuo; y permite, según Kant:

<sup>41</sup> Gurmendez, Carlos. Teoría de los sentimientos. P. 66

<sup>42</sup> Gurmendez, Carlos. Op. cit. P. 70.

<sup>43</sup> Biblioteca de consulta. Microsoft Encarta 2003



- ✓ La conceptualización de la realidad
- ✓ Utilizar esos conceptos como herramientas de conocimiento, con los cuales comprende el mundo y lo que en él acontece.
- ✓ Juzgar y analizar la realidad para proponer cambios".<sup>44</sup>

Durante la adolescencia, la sensibilidad aumenta el interés por los demás y por ende la preocupación por los problemas sociales, esto hace posible enfocar esa sensibilidad hacia el buen uso del tiempo libre, donde las actividades que se realicen ayuden al fortalecimiento de la conciencia.

Todo acto de sensibilización, lleva a la toma de conciencia del mundo exterior y de la propia realidad. Desde sí mismo y con su espíritu comienza el hombre a transformar el mundo, a humanizarlo, actividad que se proyecta en un acto dirigido, intencionado y consciente.

Sensibilizar "proviene del latín *sensibilis* y significa hacer sensible, dotar de sensibilidad o despertar sentimientos morales, estéticos, etcétera."<sup>45</sup>

"La sensibilización hace referencia a toda actividad tendiente a hacer tomar conciencia a un público determinado de la generalidad de una realidad que le concierne. Es un proceso mucho más amplio que el de la información tradicional. Esta consiste generalmente en comunicar cierto número de hechos o datos que han sido seleccionados y formulados según el criterio de quien lo transmite. El desarrollo de la conciencia por medio de la sensibilización se deriva de una concepción de las cosas completamente distintas. Se trata de hacer un llamamiento a la experiencia vivida de un público determinado más bien que a un mensaje doctrinal estructurado por un informador".<sup>46</sup>

Para el Trabajo Social, la sensibilización es una técnica que ayuda al hombre a reconocer su realidad y comprenderla. Mediante ella se inculcan valores positivos como la tolerancia, el respeto, y la libertad.

Mediante la sensibilización se pueden cambiar hábitos. Las acciones de esta técnica, comprenden la necesidad de contar

<sup>44</sup> Bennet, Jonathan. La crítica de la razón pura de Kant. P. 70

<sup>45</sup> Biblioteca de consulta. Op. Cit.

<sup>46</sup> Ander, Egg Ezequiel. Metodología y práctica del desarrollo de la comunidad. P. 286.



con información confiable, objetiva y actualizada hasta prácticas concretas de una formación sólida que busque como objetivo concreto y explícito el conocimiento de la realidad.

La educación es un elemento indispensable en todo proceso de sensibilización, pues debe contemplarse antes, durante y después de los problemas sociales, como una especie de práctica pedagógica preventiva contra los conflictos. Preocupado por esto el psicólogo Mauco Georges plantea 4 etapas básicas para lograr la sensibilización:

- ✓ "Despertar el interés por el tema. Para que el individuo descubra la problemática
- ✓ Guiar al individuo hacia un objetivo concreto.
- ✓ Instruir al individuo sobre el tema, para que tenga conocimiento de la realidad concreta (función formativa)
- ✓ Motivar al individuo, hacia la acción, para lograr que esté, colabore y participe".<sup>47</sup>

Al aplicar estas etapas al uso del tiempo libre de los adolescentes de secundaria se obtiene que:

- ✓ Hablar con los jóvenes sobre el tiempo libre, investigar si saben lo qué es, la importancia que tiene para su desarrollo y los problemas que causa un mal uso de ese tiempo.
- ✓ Enseñar a los alumnos, el concepto de tiempo libre, las palabras que se relacionan con el término y su importancia real.
- ✓ Hacer ver al adolescente que lo importante es usar su tiempo libre con libertad, pero también con responsabilidad, evitando así los riesgos de caer en actividades perjudiciales, como la vagancia, las adicciones y la delincuencia.
- ✓ Realizar una retroalimentación con los alumnos, tomando en cuenta todas las opiniones, resolver las dudas e inducirlos a tomar la mejor decisión para hacer uso de su tiempo libre, realizando actividades formativas, que los ayuden a su desarrollo y a la afirmación de su personalidad. Informarles a su vez, los riesgos que se corren al hacer mal uso del tiempo libre y sus consecuencias.

<sup>47</sup> Mauco, Georges. Educación para la sensibilidad del niño. P.37



Al llevar a cabo estas etapas y lograr la sensibilización se obtienen las siguientes ventajas:

- ✓ Favorecen el aprendizaje, la aceptación de opiniones y cooperación en proyectos.
- ✓ Propician la participación.
- ✓ Crea sentimientos de libertad e igualdad.
- ✓ Potencian la socialización
- ✓ Generan hábitos saludables para la ocupación del tiempo libre
- ✓ Derivan en la toma de conciencia, mediante el análisis de la problemática.

Estas cuatro etapas son necesarias para realizar la sensibilización, pero no es la única referencia que se conoce acerca de este tema, pues el Dr. Stephen R. Covey ha diseñado una propuesta para alcanzar la sensibilización, a lo que llamó:

Modelo de sensibilización al logro de resultados: "trata sobre los diversos patrones de conducta que son tan obvios que frecuentemente son ignorados hasta que:

- a) Sucede algo grave.
- b) Se necesita algo importante.
- c) Alguien lo comunica.

Su objetivo es conocer esos patrones o ideas para identificarlos y usarlos, con la finalidad de corregirlos y poder cumplir los objetivos fijados, ya sean:

- 1) Rutinarios.
- 2) De solución de problemas.
- 3) De desarrollo personal.
- 4) Para la generación de cambios en el entorno".<sup>48</sup>

Covey refiere que "todos los seres humanos tienen 7 dones asociados a hábitos que llevan a ser mejores y lograr transformaciones y objetivos deseados, estos son:

- ✓ El ser pro-activo, proporciona auto-conocimiento y auto-conciencia, habilidad para elegir, capacidad para responder a cualquier condición, creatividad y autodeterminación.

---

<sup>48</sup> www. Stephen. Covey. Modelo de sensibilización.





- ✓ El tener objetivos claros da: imaginación y conciencia. Que permite pasar de la inutilidad y viejos hábitos a alcanzar la seguridad interior.
- ✓ El hacer primero la primero da: fuerza de voluntad para sacar adelante las cosas y pasar de una vida inconsciente e indecisa a una vida concentrada en actividades vitales no necesariamente vigentes.
- ✓ El primero comprender y después ser comprendido proporciona: valentía equilibrada con respeto, para alcanzar una comunicación madura con los demás aumentando así la habilidad y la actitud de empatía.
- ✓ El pensar yo gano- tu ganas, da una mentalidad de abundancia para compartir conocimiento y poder con los demás.
- ✓ La sinergia proporciona: creación para alejarse de una posición personal y no asumir dos posiciones antagónicas pasando de las comunicaciones defensivas a las transacciones y así lograr alternativas y transformaciones sinérgicas.
- ✓ El mantenerse activos, da perfeccionamiento y auto-renovación, para el cambio constante que lleve hacia el perfeccionamiento, la innovación y el mejoramiento constantes.

Si aplicamos estos siete dones al uso del tiempo libre de los adolescentes de secundaria tenemos que:

- ✓ El ser pro-activos, ayudaría a la introspección a aprender a conocerse y a tomar decisiones.
- ✓ Fijarse metas, ayuda a sobresalir, ser creativos, cambiar actitudes negativas y hacer lo posible por lograr sus objetivos.
- ✓ El hacer primero lo primero, facilita el priorizar actividades, proporciona orden y tiempo para realizar otras cosas, más tiempo libre.
- ✓ El primero comprender y después ser comprendido, da la capacidad para entender las situaciones, visión más amplia del mundo. Entender a los demás.
- ✓ El pensar yo gano- tu ganas, ayuda a pasar de la individualidad al compartir, no ser egocéntricos, pensar en los demás, ser sensibles.
- ✓ La sinergia da la posibilidad de considerar varias alternativas, de opinar y de consultar a los expertos en el tema.
- ✓ El mantenerse activos da la seguridad de crear cambios verdaderos y útiles.



Contempladas dentro de este modelo de sensibilización, Covey refiere que existen (básicamente 3) fuerzas restrictivas que actúan sobre la vida del hombre y que pueden representar un obstáculo para los cambios, pero deben ser superadas adoptando las siguientes alternativas:

FUERZAS RESTRICTIVAS	RESOLUCIONES
Apetitos y pasiones	Ejercitar autodisciplina y la auto negación
Orgullos y pretensiones	Mejorar el carácter y competencia
Aspiración y ambición desenfrenada	Prestar servicio a los demás

Es importante tener presente estas fuerzas restrictivas pues así como existen jóvenes que conocen la importancia del tiempo libre y el influjo de este en su desarrollo, existen otros que no lo saben o hacen mal uso de él, al utilizarlo en actividades perjudiciales como la delincuencia, las adicciones, la vagancia y un sin fin de acciones que en vez de ayudarlos a su integración social como seres sanos e inteligentes, los perjudica a ellos y a su familia. Es por esa razón es necesario el sensibilizarlos acerca de la importancia y el uso que el tiempo libre tiene en sus vidas.

Y así como es importante la sensibilización, lo es también la concientización, pues las dos se complementan; es usar la sensibilidad y la conciencia para conocer la realidad de una manera objetiva y equilibrada entre los sentimientos y la razón.



### 3.2. ¿QUÉ ES LA CONCIENTIZACIÓN?

"La pedagogía de la libertad implica el germen de la revuelta, a medida que se da el pasaje de la conciencia mágica a la conciencia ingenua, de esta a la conciencia crítica y de esta a la conciencia política, no puede decirse que sea ese objetivo oculto o declarado del educador. Es el resultado natural de la toma de conciencia que se opera en el hombre y que despierta a las múltiples formas de contradicción y de opresión que hay en nuestras actuales sociedades".

(Paulo Freire)

La palabra concientización fue creada por un equipo de profesores (entre ellos el filósofo Álvaro Pinto y el profesor Guerreiro), del Instituto Superior de Estudios del Brasil, en el año de 1964, pero a quién se le atribuye su difusión y práctica es el Brasileño Paulo Reglus Neves Freire.

"La concientización es la mirada más crítica posible de la realidad, que "des-vela" para conocerla y para conocer los mitos que engañan y que ayudan a mantener la realidad de la estructura dominante".<sup>49</sup>

Conscientizarse implica no sólo ver la realidad, si no, tener una actitud crítica siendo sujeto de acción y no objeto de las circunstancias. Para ello, es necesario que exista la acción y la reflexión en la búsqueda de libertad.

"Conscientizarse es tomar posesión de la realidad"<sup>50</sup>

Una de las características principales del hombre es actuar conscientemente sobre la realidad. Es decir, tiene la capacidad de actuar y reflexionar sobre el mundo. Y al hacerlo, también piensa, critica, conoce, actúa y propone, por eso, la concientización debe ser algo continuo, perdurable que debe mantenerse con el fin de rehacer al mundo, de ser libres y de lograr cambios.

Mientras más grande sea el grado de concientización, aumenta la capacidad para informar y actuar sobre los problemas sociales y lograr cambios.

Las diferencias de opinión en la forma de ver la vida y los problemas que conlleva, permiten al ser humano llegar a la

<sup>49</sup>Freire, Paulo. Concientización. Teoría y práctica de la liberación. p.33

<sup>50</sup>Freire, Paulo. Op. Cit. p.32.



transformación permanente de la realidad; hacer a un lado las injusticias y por consiguiente lograr una mayor equidad.

Los contrastes en la manera de pensar representan lo que Freire llamó situaciones límite, las cuales "implican la existencia de personas que son servidas directa o indirectamente por esas situaciones, y otras para las cuales ellas tienen un carácter negativo y domesticado. Cuando estas últimas perciben tales situaciones como la frontera entre ser y ser más humano, más bien que la frontera entre ser y no ser, empiezan a obrar de manera más y más crítica para alcanzar el posible no experimentado contenido en esta percepción".<sup>51</sup>

Por eso es necesario sobrepasar esas situaciones límite, es decir, ir de lo abstracto a lo concreto, para poder llegar a un nivel crítico de conocimiento. Al llegar esto, se puede comprender a los hombres, su realidad y a la problemática social en que se encuentran.

Para traspasar las situaciones límite, se necesita de la educación liberadora que busca la concientización y se basa en la reflexión y análisis fundamentados en la conciencia de la realidad cotidianamente vivida. La concientización tiene como finalidad la transformar la ideología del ser humano para conquistar una sociedad más justa y humanitaria, a través de la participación y la autogestión.

Ser conscientes y por lo tanto libres, se logra según Freire pasando por tres estados de conciencia:

- 1) Conciencia semi-intransitiva. Para que una acción educativa sea válida y tenga el efecto deseado debe tenerse en cuenta el medio, la forma de vida y el contexto en que se desarrolla el individuo.
- 2) Conciencia ingenua- transitiva. Después de tener en cuenta el medio donde la persona se desenvuelve, se busca que esta reflexione y adquiera una actitud crítica. "En la relación sujeto-objeto, el sujeto adquiere la capacidad de captar en forma crítica, la unidad dialéctica entre el yo y el objeto"<sup>52</sup>

<sup>51</sup> Freire, Paulo. Concientización teoría y práctica de la liberación. P.33

<sup>52</sup> Cuadernos de pedagogía. 15 personajes en busca de otra escuela. p.47.



- 3) Conciencia crítica. El hombre por ser hombre, es capaz de reconocer que existen realidades que son exteriores a él. Descubre que no esta solamente en la realidad, si no con ella, es decir, que esta consciente de que los cambios externos producen cambios en él y, que sus actitudes también afectan a los demás y por ello debe ser prudente en su manera de actuar. "Ser consciente no es una simple fórmula, ni un mero slogan sino, una manera fundamental de ser, propia de los seres humanos, quienes a la par que hacen un mundo que no hicieron, hacen el suyo y, en este hacer y rehacer las cosas, se rehacen a sí mismos"<sup>53</sup>

Aplicando estas etapas al uso de41 tiempo libre de los adolescentes se puede decir que:

- 1) Conciencia semi- intransitiva. Enseñar y hacer creer al adolescente de la posibilidad que tiene de jugar un papel importante en la sociedad y de las funciones que puede y debe desarrollar en el uso de su tiempo libre. Debe tener en cuenta que para hacer uso de su tiempo libre, debe considerar no solo sus preferencias, sino, también lo que pasa fuera de él como individuo, su contexto. Debe saber que el tiempo libre implica no sólo libertad, sino que contrae responsabilidades al usarlo de una manera inadecuada, que de la variedad de actividades que se pueden realizar durante este espacio, debe elegir las que fomenten su desarrollo y que existen acciones perjudiciales que pueden traer graves consecuencias para él.
- 2) Conciencia ingenua- transitiva. El adolescente debe considerar todas las actividades que puede realizar durante su tiempo libre, ser considerar que puede transformar su conciencia en idea, hacer propuestas, dar opiniones con la libertad de que estás le serán respetadas y tomadas en cuenta. Todo joven tiene derecho a elegir las actividades a realizar durante su tiempo libre, pero, también debe asumir las consecuencias de sus actos.
- 3) Conciencia crítica. Los adolescentes deben usar su tiempo libre, con base a sus preferencias, pero, sin dejarse manipular por otros (medios de comunicación, amigos), debe tener la capacidad de elegir con responsabilidad, de considerar todas las opiniones,

<sup>53</sup> Torres Novoa, Carlos. Entrevistas con Paulo freire. p. 107.



pero, al final, tomar la decisión de usar su tiempo libre, en lo que a él más le convenga, esto se deriva de un examen de conciencia, de la introspección y esto a su vez aumenta su independencia y autonomía, pasa de conocer los problemas del uso del tiempo libre a hacer algo para solucionarlo.

La importancia de estos tres estados en el uso del tiempo libre de los adolescentes, implica que estos hagan uso con sentido de ese espacio, donde primeramente aprendan su significado, lo que implica, las actividades que en él puedan realizar y los beneficios que pueden obtener a través de él; reflexionen acerca de su utilidad y por último actúen, es decir, que lleven su análisis a la práctica para obtener el beneficio de su tiempo libre con sentido, como un apoyo a su desarrollo físico e intelectual como seres humanos insertos en una sociedad que demanda miembros sanos e independientes ante una sociedad compleja y enferma de problemas sociales, políticos, económicos y culturales.

Como apoyo a estos 3 estados, para lograr la concientización, freire menciona 6 ideas fuerza:

- 1) "Para ser válido, toda educación, toda acción educativa, debe necesariamente estar precedida de una reflexión sobre el hombre y un análisis del medio de vida concreta del individuo concreto a quien se concientice. Cada hombre está situado, en el espacio y en el tiempo, en el sentido de que vive en una época precisa, en un lugar preciso, en un contexto social y cultural preciso: el hombre es un ser de raíces espacio-temporales. Para ser instrumento válido, la educación debe ayudar al hombre, a partir de todo lo que constituye su vida, a llegar a ser sujeto.
- 2) El hombre llega a ser sujeto por una reflexión sobre su situación, sobre su ambiente concreto. Mientras más reflexiona sobre la realidad, sobre su situación concreta, más "emerge", plenamente consciente comprometido, listo a intervenir respecto a la realidad para cambiarla, y para esto necesita de una educación que busque desarrollar la toma de conciencia y la actitud crítica, gracias a la cual el hombre escoge y decide, libera al hombre en lugar de someterlo.



- 3) En la medida en que el hombre, integrado en su contexto, reflexiona sobre este y se compromete, se construye a sí mismo y llega a ser sujeto. Esta idea fuerza puede ser descompuesta en dos afirmaciones:
  - a. El hombre, precisamente por ser hombre, es capaz de reconocer que existen realidades que son exteriores a él. No esta solamente en la realidad, sino con ella. El hombre es capaz de reconocer que no vive en un eterno presente, sino en un tiempo hecho de ayer, de hoy, de mañana. Esta toma de conciencia de su temporalidad permite al hombre tomar conciencia de su realidad.
  - b. El hombre, poniendo en práctica su capacidad de discernir, se descubre frente a la realidad que lo desafía y lo provoca. La respuesta que el hombre da un desafío, no cambia sólo la realidad que se enfrenta: la respuesta cambia al hombre mismo, cada vez un poco más y siempre diferente.
- 4) En la medida en que el hombre, integrándose en las condiciones de su contexto de vida, reflexiona sobre ellas y aporta respuestas a los desafíos que le plantean, el hombre crea cultura. Cultura es todo el resultado de la actividad humana, del esfuerzo creador del hombre, de su trabajo por transformar y establecer relaciones dialógicas con los otros hombres.
- 5) El hombre es hacedor de historia. En la medida en que el ser humano crea y decide, las épocas se van formando y reformando. Hace historia cuando al surgir los nuevos temas, al buscarse valores inéditos, el hombre sugiere una nueva formulación, un cambio en la manera de ser y de obrar, en las actitudes y en los comportamientos.
- 6) Es preciso que la educación esté adaptada al fin que se persigue: permitir al hombre llegar a ser sujeto, construirse como persona, transformar el mundo, entablar con los otros hombres relaciones de reciprocidad, hacer cultura y la historia."<sup>54</sup>

Por lo anterior, podemos ver que la sensibilización y la concientización son dos conceptos que van unidos, se complementan, porque de nada sirve ser sensibles ante una situación determinada y no actuar sobre ella. Como tampoco

<sup>54</sup>Freire, Paulo. Op. cit. P.39-42



seria adecuado el tener conciencia y actuar sobre la realidad sino se tiene la sensibilidad ante los valores fundamentales al actuar y de esta manera no afectar a otros con una acción inadecuada.

"Es preciso por tanto, hacer de esa toma de conciencia el objetivo primero de toda educación: ante todo, hace falta provocar una actitud crítica, de reflexión, que comprometa en la acción".<sup>55</sup>

El siguiente esquema, explica la relación entre sensibilización y concientización:



<sup>55</sup> Idem





### 3.3. IMPORTANCIA DE LA SENSIBILIZACIÓN Y CONCIENTIZACIÓN PARA EL USO DEL TIEMPO LIBRE DE LOS JÓVENES DE LA SECUNDARIA TÉCNICA 29

"Parece más realista y razonable entender que, como toda realidad en un mundo de contradicciones, el tiempo libre es también eso, una realidad contradictoria"  
(Joume)

El tiempo libre de un adolescente puede y debe actuar como compensación y equilibrio frente a las insuficiencias, fracasos y debilidades a que están sometidos en la vida cotidiana. Hasta hace algunos siglos la educación tenía un fin humanista, se daba prioridad a la formación personal y se preparaba a los alumnos para una vida sabia y feliz "una educación poco utilitaria, pero que en cambio quería preparar para una vida sabia. Estos objetivos fueron degradándose y convirtiendo la educación en una disciplina formalista, memorista, carente de sentido e inútil tanto para la colectividad como para la propia persona, que no veía en ella nada aprovechable"<sup>56</sup>

Las instituciones educativas controlan buena parte del tiempo de los adolescentes. En ellas los jóvenes pueden vivir momentos del tiempo libre. La escuela puede preparar a los alumnos para disfrutar del tiempo libre que tienen y tendrán en el futuro fuera de la escuela.

A pesar de su carácter obligatorio, el trabajo escolar puede ser plenamente aceptado por los jóvenes, pueden verle sentido y en consecuencia, mantener con plena libertad una actitud de cooperación y creatividad.

Desde principios del siglo XX, se ha generado una amplia tradición de experiencias y actividades del tiempo libre dirigidas fundamentalmente a los jóvenes, que se han traducido en diferentes movimientos educativos como son el scout o los centros y/o clubes deportivos y culturales.

La educación en el tiempo libre, no es más que la propia educación en el sentido más amplio de la palabra, desarrollada a través de la opción libre, la vivencia personal, la comunicación interpersonal, la socialización la experimentación de la realidad y la autonomía personal.

<sup>56</sup> Joseph, Marír. Ed. Alt. La pedagogía del ocio. p. 147.



De esta manera "se entiende por tiempo libre escolar aquellos ratos que dentro de un horario escolar no están ocupados por el trabajo principalmente formativo o instructivo".<sup>57</sup> Son aquellos tiempos no ocupados por clases, espacios entre clase y clase, el recreo. Son momentos para el descanso y la recuperación de energías.

Otro tipo de actividades relacionadas íntimamente con el tiempo libre son las extraescolares, están organizadas para completar la tarea escolar. Respecto al tipo de actividades extraescolares, la gama puede ser muy amplia. Entre las más usuales se encuentran las visitas a la biblioteca, las excursiones, campamentos, deportes, asistencia al cine, teatro, museos y todo tipo de eventos culturales.

En países como España, las actividades extraescolares están en manos de un *Club Escolar*, el cual es un "organismo formado dentro de la propia institución escolar, que se dedica a organizar actividades de tiempo libre, con finalidades coincidentes o complementarias con respecto a las de la escuela. Un Club suele tener un reglamento, unos miembros, algún responsable y está ubicado en un local a propósito para realizar las actividades que organiza".<sup>58</sup>

Durante el tiempo libre escolar los jóvenes tienen la posibilidad de vivir un importante aprendizaje de libre decisión y organización individual o colectiva de sus juegos, al relacionarse y actuar con libertad. Más específicamente la educación para el tiempo libre dentro del medio escolar, puede tener dos funciones:

- ✓ Ofrecer a los alumnos la oportunidad de la afirmación personal, permitiéndoles hacer lo que realmente les gusta.
- ✓ Abrirles fronteras, dándoles una formación sólida para llegar a un aprovechamiento personal y con sentido de su tiempo libre.

En otras palabras, "la justa valoración de ese tiempo libre, para que no sea nunca un espacio vacío e inútil. El tiempo libre debe convertirse en un tiempo donde se realicen los objetivos particulares de perfeccionamiento personal. Sin imposición, sin sustituir su libre elección,

<sup>57</sup> Joseph, Marír. Ed. alt. *Op. cit.* p. 147.

<sup>58</sup> *Ídem.*



ayudando y favoreciendo simplemente sus inclinaciones y gustos".<sup>59</sup>

La mejor manera de conseguir lo anterior, es enseñar a los alumnos a disfrutar con las creaciones humanas, a comprenderlas, apreciarles, saber pasar ratos con ellas y finalmente, saber prolongarlas con aportaciones personales.

La educación en el tiempo libre "viene a considerarse como una acción educativa que tiende a intervenir en los momentos, espacios e instituciones y en un tiempo libre entendido no únicamente como oposición al trabajo, los estudios o las obligaciones familiares, sino como un tiempo para un trabajo y unas relaciones diferentes, deseadas y a las que se ha adoptado personalmente".<sup>60</sup>

Las escuelas e instituciones superiores convencionales, aunque capaces de compensar determinadas e importantes necesidades de aprendizaje, de los jóvenes en edad escolar, a veces no alcanzan a satisfacer todo la gama de necesidades de aprendizaje que se presentan a lo largo de toda la vida de cada individuo.

A partir de este reconocimiento, se han producido infinidad de reflexiones sobre el tema. Por ejemplo: "Ucar (1992) resumió de manera muy acertada los argumentos que llevan a esta inclusión a partir de las siguientes características de la animación sociocultural en el tiempo libre:

- ✓ Es un proceso intencional, crítico, creador y contextualizados
- ✓ Se centra en las necesidades de los destinatarios
- ✓ Hace uso de metodologías activas y participativas
- ✓ Para participar en ella, no son necesarios requisitos académicos ni tampoco administrativos
- ✓ No existen limitaciones temporales ni espaciales para su realización".<sup>61</sup>

Se trata de una práctica educativa no reglamentada, donde las acciones y actividades se basan en la educación no formal.

<sup>59</sup> Cuenca, Manuel. Educación para el ocio. Actividades escolares. p.8.

<sup>60</sup> Calvo, Ana. La animación sociocultural: Una estrategia educativa para la participación. P. 71-72

<sup>61</sup> Calvo, Ana. Op. cit. P.73



La escuela debe y puede contribuir a formar jóvenes críticos con respecto a su realidad y a actuar sobre ella, asando su tiempo libre son actividades que les deje un beneficio, para su desarrollo integral y con conocimiento de la importancia que para su vida tiene el tiempo libre.

Interesa que los jóvenes de secundaria se sensibilicen y tomen conciencia de su tiempo libre porque esto les ayudara a reafirmar su libertad e independencia con responsabilidad.

Por eso, es importante educarlos sobre el uso del tiempo libre, pues, el exceso de individualismo ha provocado un los jóvenes una notable crisis de valores. "Se necesita de una enseñanza que ayude a recuperar el gusto por el estudio gratuito. Cualidades que no tienen por qué negar ni oponerse a la formación más técnica y/o profesional".<sup>62</sup>

### 3.4. RELACIÓN DE ALGUNAS CORRIENTES SOCIALES CON EL TIEMPO LIBRE

A lo largo de la vida del hombre, el tiempo libre ha sido estudiado por diversas corrientes sociales, pero las más sobresalientes son el marxismo y el funcionalismo.

Considerando la relación del marxismo con el tiempo libre enfocado básicamente el tiempo de trabajo, se toma a esta corriente sólo como referencia en su relación con este tema, pues no todos los alumnos de secundaria trabajan; por eso la teoría que se aplicará en este proyecto es el funcionalismo.

El **marxismo** es una "doctrina que sirve en forma directa a la educación y organización de la clase de vanguardia de la sociedad moderna, que señala las tareas de esa clase y demuestra la sustitución inevitable -en virtud del desarrollo económico- del régimen actual por un nuevo orden, el cual haya debido luchar por conquistar cada uno de sus pasos".<sup>63</sup>

<sup>62</sup> Rovira, Joseph. La pedagogía del ocio. P. 150.

<sup>63</sup> V.I. Lenin. Carlos Marx y Federico Engels. P 13



Características principales del marxismo:

- ✓ "Explica además del funcionamiento de la sociedad de las instituciones, su surgimiento, desarrollo y transformación con la visión totalizadora, como paso previo para las comprensión de las partes que integran el todo social.
- ✓ El análisis de todo social se realiza tomando en cuenta la jerarquía que guardan las partes. Se destaca el factor económico, señalando la autonomía de la superestructura y la interacción entre ambos.
- ✓ El conocimiento científico está dirigido a la clase trabajadora. El interés de clase determina en gran medida el tipo de problemas, su forma de abordarlos, las sugerencias. Está presente la ideología del proletariado.
- ✓ Las normas, los valores, instituciones, están históricamente determinadas.
- ✓ Se interesa por el cambio del sistema capitalista, por la eliminación de la propiedad privada sobre los medios de producción.
- ✓ El análisis de los fenómenos se basa en la contradicción inherente a las clases sociales
- ✓ Las relaciones sociales de los individuos se enfocan a nivel de la producción, e implican la explotación de unas clases sobre otras.
- ✓ El cambio social implica una transformación de la sociedad en la base, para que los medios de producción sean propiedad de las clases trabajadoras.
- ✓ Prevalece el análisis diacrónico. Se interesa por el análisis sincrónico, pero se está vinculando a un análisis del proceso, del problema social, en el transcurso del tiempo.
- ✓ Las categorías del materialismo histórico permiten analizar la realidad en movimiento con forma de existencia de todos los procesos. Le interesa conocer sus causas, establecer leyes.
- ✓ Le interesa el aspecto cuantitativo como una forma de pasar a los cambios cualitativos. Utiliza las técnicas como apoyo de la metodología científica.
- ✓ Las investigaciones empíricas se utilizan para un análisis que permita el conocimiento de la realidad social para su transformación a través de la práctica".<sup>64</sup>

<sup>64</sup> Rojas Soriano, Raúl. El proceso de la investigación científica. P. 134-135



Desde el punto de vista marxista el tiempo libre es un elemento necesario para el descanso, después de la jornada de trabajo; y en la mayoría de los casos es un lujo del cual sólo pueden disponer los burgueses, aquellos que cuentan con los medios económicos necesarios para realizar todo tipo de actividades durante este. Además el tiempo de trabajo de los burgueses es mucho menor en comparación con el proletariado, quien escasamente cuenta con el suficiente tiempo libre para descansar, y mucho menos para su desarrollo personal o, para divertirse. Para Marx, el tiempo libre "es un fenómeno transformador del trabajo y por los mismo, del hombre. En dicho tiempo se basa la posibilidad de un trabajador libre, del hombre nuevo del comunismo".<sup>65</sup>

El tiempo libre "es el tiempo de que uno dispone para gozar del producto y para desarrollarse libremente, he aquí la riqueza real".<sup>66</sup> Ese tiempo libre sirve al desarrollo completo del individuo, transforma de una manera natural a quien disfrute del mismo.

A pesar de que el marxismo es una corriente que ha estudiado íntimamente el tema del tiempo libre, pero lo analiza basándose en el tiempo de trabajo (actividad que no todos los alumnos de secundaria realizan), por eso, la teoría social que se adapta al tema ya mencionado, es el funcionalismo, al postular que los hechos sociales se explican con base a la función que cumplen dentro de la estructura social, y considerando que la escuela secundaria es una parte del todo (sistema educativo nacional), y que para funcionar se necesita que quienes la integren (profesores, personal administrativo, alumnado), cumplan con su función para que este sistema marche bien.

El **funcionalismo** "es una orientación teórica de las ciencias sociales que consiste en explicar los hechos sociales por su función, es decir, por el papel que juega en el sistema cultural global, por el modo en que se relacionan los unos con los otros en dicho sistema".<sup>67</sup>

Dentro de los estudiosos que han analizado al tiempo libre desde un punto de vista funcionalista, se encuentran:

<sup>65</sup> Munne, Frederic. Psicosociología del tiempo libre. P. 28

<sup>66</sup> Marx y Engels. Gesamtausgabe. P. 264.

<sup>67</sup> Jean, Cazenauve. Guía del estudiante. P. 32.



- ✓ Dumazedier (1980), quien se basa primordialmente en el ocio, como actividad desarrollada dentro del tiempo libre y del cual señala tres funciones principales:
  - o Descanso. El cual libera del cansancio.
  - o Diversión. Que ayuda al sano esparcimiento.
  - o Desarrollo personal. Fomenta la sensibilización y el uso de la razón.
- o
- ✓ Erich Weber, plantea 3 funciones del tiempo libre:
  - o Regeneración. Es decir, la recuperación física y anímica del cansancio.
  - o Compensación. Comprende la superación de los problemas.
  - o Idealización. Se funda en combinar sensibilidad y/o espíritu y razón y/o idea.

Según Weber el tiempo libre sólo tiene sentido cuando además de apoyar la autorrealización, fomenta los valores éticos.

- ✓ "Filicová y Jéstrab establecen las funciones del ocio en el tiempo libre:
  - o Cultural. Porqué fomenta el conocimiento.
  - o Psicológica. Por sus beneficios personales y espirituales.
  - o Social. Ayuda a la socialización, la convivencia y la cooperación.
  - o Económica. Permite el desarrollo y creación de actividades que tengan una remuneración".<sup>68</sup>
- ✓ Parker refiere que para saber cual es la función del tiempo libre se debe realizar la siguiente pregunta: ¿Cómo le sirve el ocio a la sociedad?, y de la respuesta se desprenden las siguientes funciones:
  - o Ayuda a comprender como desempeñarse en el trabajo y el estudio mediante la socialización.
  - o Ayuda a conseguir los objetivos sociales, mediante la función creativa que alienta a los trabajadores frente a la fatiga y el aburrimiento.
  - o Ayuda a la integración social, promoviendo la solidaridad".<sup>69</sup>

<sup>68</sup> idem.

<sup>69</sup> idem.



La mayoría de los personajes que se han preocupado por establecer las funciones del tiempo libre, se enfocan principalmente al ocio y de ahí establecen, en su mayoría tres funciones (diversión, descanso y desarrollo personal).

Para aplicar el funcionalismo al uso del tiempo libre de los adolescentes de secundaria, primeramente se necesita conocer las peculiaridades de esta corriente social.

Las características generales del funcionalismo son:

- ✓ "Explica el funcionamiento de la sociedad, de los grupos sociales e instituciones como parte de la misma, que se hallan funcionalmente relacionadas con los demás elementos del conjunto social, eludiendo el análisis global o totalizador de la sociedad.
  - ✓ En el análisis de la interdependencia de las partes no hay jerarquía o el predominio de una parte sobre las otras.
  - ✓ Neutralidad valorativa en el conocimiento científico. El análisis de los fenómenos debe estar exentos de juicios de valor. El científico social no debe tomar posición frente al fenómeno que estudia.
  - ✓ Los valores, normas, etc., aparecen totalmente desvinculados de su dimensión temporal y espacial.
  - ✓ Se interesa por mantenimiento del orden del sistema, por la defensa del status quo. El análisis de los elementos sociales se centra en torno a su importancia funcional para el sistema en cuanto tiende a la conservación del mismo.
  - ✓ Niega la existencia de intereses antagónicos, las tensiones entre los grupos sociales son vistas como fortuitas.
  - ✓ Las relaciones sociales tienen su base en la función que cumple el papel de los individuos dentro de los sociedad; cada una de las actividades o papeles son totalmente necesarias en esa medida son funcionales para el desarrollo y funcionamiento de la sociedad.
  - ✓ El cambio social se contempla a nivel de status, de movilidad social en la estructura social. De esta forma los individuos tienen oportunidad de ascender en la escala social.
  - ✓ Prevalece el análisis sincrónico. Analiza un proceso social. Una institución o grupo social en un período histórico determinado.
-





- ✓ Las categorías del funcionalismo permiten analizar el sistema social en su dimensión, en situaciones normales. Lo que se sale de lo "normal" son las disfunciones del sistema (delincuencia, vagancia).
- ✓ Estudia lo fenoménico, las manifestaciones externas del los procesos. Se interesa fundamentalmente por describirlos. Establece regularidades empíricas.
- ✓ Le interesa el aspecto cuantitativo. Hace un amplio uso, en su mayoría indiscriminado, de las técnicas cuantitativas de recopilación y análisis de datos.
- ✓ Las investigaciones empíricas sirven para un análisis teórico del equilibrio, para mostrar el funcionamiento y preservación del sistema".<sup>70</sup>

Teniendo en cuenta estas características y aplicándolas al uso del tiempo libre de los adolescentes de secundaria tenemos que: el todo está formado por el sistema educativo, la secundaria es una de las partes, es decir, un subsistema, el cual tiene que funcionar adecuadamente para que el sistema educativo se encuentre estable. Para que una secundaria funcione necesita de profesores, personal administrativo y alumnos, dónde cada uno tiene su función y todos son igualmente importantes, como le explica el siguiente esquema:



<sup>70</sup> Rojas Soriano, Raúl. Op. Cit. P. 134-135.



Para cada una de las partes que forman el Sistema Educativo, es importante el tiempo libre. La Secretaría de Educación Pública es el organismo que regula todo el Sistema Educativo y las funciones de este. La escuela es el lugar dónde se imparte la educación formal. Los profesores son quienes enseñan y transmiten su experiencia. Y los alumnos son los beneficiarios que reciben el conocimiento.

Dentro de la sociedad, en ocasiones, el tener acceso a la educación, es una oportunidad para ascender profesionalmente, para tener un mejor modo de vida y por lo tanto contar con más tiempo libre, que le permita al individuo un mayor conocimiento de sí.

Desde épocas antiguas el tiempo libre ha sido importante, es y lo será mientras el hombre exista, pues forma parte de las necesidades básicas para alcanzar un mínimo de bienestar (en los adolescentes ayuda el desarrollo personal y la formación del carácter).

El tiempo libre es importante para los jóvenes porque es el espacio en el que pueden actuar con libertad, tomar decisiones y realizar las actividades que prefieran, sin embargo, al tener esa capacidad de elección y sí no está consciente de los efectos negativos que las actividades como la vagancia, la pereza y la delincuencia tienen en su persona, pueden caer en la realización de éstas. Para que esto no suceda, las personas que se encuentran alrededor del joven (padres, maestros, amigos, etc.), deben ocuparse en sensibilizarlo acerca del uso de su tiempo libre.

De manera particular y retomando las funciones que Dumazedier da al tiempo libre: descanso, diversión y desarrollo personal, estas deberían de ser las que ayudaran a la formación de los adolescentes como sujetos críticos y felices ante una sociedad habida y necesitada de individuos sanos (desde un punto de vista físico y mental).



### 3.5. PAPEL DEL TRABAJADOR SOCIAL EN LA EDUCACIÓN PARA EL USO DEL TIEMPO LIBRE

Un papel fundamental para la sensibilización y utilización del tiempo libre de los jóvenes de secundaria lo juega el Trabajador Social al intervenir en la institución escolar y ser uno de los encargados de resolver las demandas y problemas sociales que surgen con el alumnado.

Dentro de la escuela secundaria el Trabajador Social forma parte de un equipo multidisciplinario (psicología, pedagogía, trabajo social), que atiende las necesidades que se presentan en el ámbito escolar. El objetivo del Trabajo Social en la educación es buscar y lograr cambios de actitud y comportamiento en los alumnos.

#### SECTORES DE INTERVENCIÓN

- ✓ "Bienestar social de la familia
- ✓ **Promoción del bienestar para la infancia y la adolescencia**
- ✓ Servicios de asistencia y apoyo para la tercera edad
- ✓ Actuaciones en situaciones de emergencia social o de catástrofe,
- ✓ Promoción de la mujer, para la igualdad en el ámbito de la vida doméstica y de la vida pública
- ✓ **Servicios para la juventud**
- ✓ **Prevención de la delincuencia juvenil**
- ✓ Rehabilitación, reinserción e integración de disminuidos físicos, psíquicos y sensoriales
- ✓ Inserción social de marginados y/o grupos con necesidades especiales: ex-reclusos, enfermos mentales, alcohólicos, drogadictos, transeúntes, colectivos en situación de alto riesgo, etcétera<sup>71</sup>".

Los sectores señalados en letras negras, son en los que se pretende intervenir con el tema: propuesta de sensibilización y concientización para el uso del tiempo libre de los adolescentes de la Secundaria Técnica 29.

El **área de actuación** en que un trabajador social interviene con este tema, es la **educación**.

"Generalmente los trabajadores sociales ocupados en esta área \_ que suele denominarse como "**trabajo social escolar**"-

<sup>71</sup> Ander- Egg, Ezequiel. Introducción al Trabajo Social. P. 17-18.



se integran en equipos interprofesionales de carácter psicopedagógico. Normalmente desempeñan funciones-puente entre el niño, la familia, la escuela y la comunidad dentro de actividades que interrelacionan con el medio y como apoyo a la situación de niños-problema"<sup>72</sup>.

Los Trabajadores Sociales dentro del medio escolar actúan básicamente en tres niveles:

1. **Primario.** Proporciona al alumnado la orientación adecuada ante las dudas y actitudes indisciplinadas de los alumnos.
2. **Secundario.** Detecta de forma temprana las causas que pueden dificultar el desarrollo integral de todos los alumnos.
3. **Terciario.** Cuando algún alumno tiene necesidades educativas especiales, se elaboran proyectos que apoyen a la solución del problema".<sup>73</sup>

"Las actuaciones que desarrollan consisten básicamente en establecer y fortalecer las relaciones entre la escuela y los padres, integrar en la escuela a los niños con problemas de adaptación a la vida escolar, ofrecer a los docentes información sobre el entorno social en el que desarrollan su vida y que condicionan la tarea educativa y, como una propuesta altamente deseable, la inserción de los centros educativos en le entorno, como centros de animación sociocultural o centros de acción comunitaria"<sup>74</sup>.

Su **objetivo** es conocer el medio social y familiar donde se desenvuelven los alumnos. "El desarrollo de este objetivo, implica, ante el planteamiento de una demanda, conocer el ámbito familiar en el que vive el sujeto necesitado de atención, la situación establecida en el grupo familiar y la relación con el contexto social en el que desenvuelve. Se requiere conocer las relaciones y problemática que desde el mismo grupo se generan, hecho que permite la categorización adecuada, precisa y jerarquizada del orden de prioridades a desarrollar en la intervención".<sup>75</sup> Aunque a

<sup>72</sup> Ander- Egg, Ezequiel. Op. Cit. P. 19.

<sup>73</sup> Idem

<sup>74</sup> Ibidem.

<sup>75</sup> González, González, Eugenio. El Trabajador Social en los servicios de apoyo de la educación. Colección de Trabajo Social. p.103



veces estas actividades no son realizadas, pues los lineamientos del sistema escolar son muy rígidos.

Las **tareas** que un trabajador social realiza en esta área son:

- ✓ "Trabajo con familias de niños en situaciones problemáticas, tareas de orientación de los padres en relación a sus hijos y a su formación en la escuela: potenciar su participación en las asociaciones de padres.
- ✓ Estudio y tratamiento del absentismo y deserción escolar.
- ✓ Promover y asesorar asociaciones de padres o cooperadoras escolares, no sólo para que aporten al mantenimiento de la escuela y para que estén informados acerca de sus hijos, sino también para crear ámbitos de reflexión de padres y maestros para tratar los problemas de educación de los hijos.
- ✓ Facilitar información sobre recursos educativos y sociales a los que se puede acceder: becas, servicios de apoyo y refuerzo, y servicios similares.
- ✓ Administrar y gestionar los departamentos de bienestar estudiantil a nivel universitario y la prestación de servicios sociales en residencias estudiantiles"<sup>76</sup>.

Participan con otros profesionales en actividades como:

- ✓ Gabinetes de orientación psicopedagógica, en los que uno de los principales aportes suele consistir en el estudio sociofamiliar de los alumnos que presentan algunos problemas.
- ✓ Desarrollo de programas formativos para padres de los alumnos con vistas a que comprendan y asuman sus responsabilidades en la educación de sus hijos.
- ✓ Educación compensatoria a través de programas de desarrollo individual que se elaboran con la participación de padres y docentes.
- ✓ Actividades extraescolares o de extensión<sup>77</sup>.

Dependiendo de las demandas de la población estudiantil, son elaborados los programas o proyectos con los que interviene el departamento de Trabajo Social. Los proyectos

---

<sup>76</sup> Íbidem.

<sup>77</sup> Ander- Egg, Ezequiel. Op. Cit. P. 19-20



pueden ser enfocados a la prevención, la integración de los alumnos con necesidades especiales al medio escolar, la orientación a los adolescentes y la orientación a los familiares.

Otras acciones en las que también participa el Trabajador Social en el área de la educación son: la alfabetización para adultos y en programas de educación popular.

#### **FUNCIONES DEL TRABAJADOR SOCIAL**

Existen según Ezequiel Ander-Egg, en su libro: "introducción al Trabajo Social", dos tipos de funciones:

- ✓ **Compartidas.** "Se trata de funciones que también realizan otros profesionales. No son exclusivas o específicas del trabajo social, aunque muchos las realicen. Hay trabajos o servicios que demandan la actuación de profesionales de diferentes disciplinas para el tratamiento de una misma situación"<sup>78</sup>.

Las funciones compartidas son de dos tipos:

- **Implementador de políticas sociales.** "Su acción comprende la realización de actividades en la presentación de servicios sociales específicos que benefician a los ciudadanos. Se trata de medios e instrumentos que dispone la sociedad y que, a través de los organismos públicos y entidades privadas, se canalizan para la atención de las necesidades individuales, grupales y comunitarias. Esto se hace mediante la distribución y prestación de bienes y servicios con fines de asistencia, prevención, rehabilitación y/o promoción, pero es necesario concretar, realizar e implementar en contacto y trabajo directo con la gente"<sup>79</sup>.
- **Educador social informal y animador promotor.** "Lo sustancial de esta función consiste e impulsar y generar acciones que potencien el desarrollo de individuos, grupos y comunidades, tendiendo a facilitar las condiciones para la participación activa de la gente en la solución de sus problemas. De lo que se trata es de desatar un

<sup>78</sup> Ander- Egg, Ezequiel. Op. Cit. P. 35

<sup>79</sup> Idem



proceso de dinamización para el autodesarrollo, bien sea individual, grupal o comunitario"<sup>80</sup>.

✓ **Específicas**, podrían resumirse en las siguientes:

- "Consultor-asesor-orientador-consejero social,
- Proveedor de servicios sociales,
- Informador-agente de remisión de recursos y servicios,
- Gestor-intermediario entre usuarios e instituciones, entre recursos e instituciones,
- Investigador y diagnosticador de problemas sociales,
- Planificador-programador de tratamientos, intervenciones y proyectos sociales para mejorar la calidad de vida,
- Administrador de programas y servicios sociales,
- Movilizador de recursos humanos, institucionales, técnicos, materiales y financieros,
- Ejecutor de programas, proyectos sociales y actividades de atención, ayuda y apoyo,
- Evaluador de necesidades, servicios y programas y de su propia intervención social,
- Reformador de instituciones- activista social,
- **Educador social** informal
- Animador-facilitador-movilizador-**concientizador**"<sup>81</sup>.

El trabajador Social es un sujeto integrado a un equipo y como tal constituye un todo, de ahí que su intervención ante determinado problema, exige que incluya a todos los elementos de su grupo.

Lo anterior deja ver la diversidad de acciones que un trabajador social realiza en el ámbito escolar, donde labora con los alumnos de manera individual (trabajo de caso), o en grupo.

Respecto al uso del tiempo libre de los alumnos de secundaria, el Trabajador Social interviene directamente **mediante la asignación de tareas o aplicación de proyectos en beneficio de los adolescentes**. Y aunque en México no se tiene una referencia concreta acerca de la puesta en marcha

<sup>80</sup> **Ídem**

<sup>81</sup> Ander- Egg, Ezequiel. Op. Cit. P. 36



de un proyecto sobre el uso del tiempo libre de los alumnos, la intervención del Trabajador Social es importante, pues, puede llevar a cabo acciones enfocadas a la utilización de ese tiempo. Es común que el profesional en Trabajo Social se enfoque únicamente a las tareas designadas por sus superiores, pero eso no lo excluye de la capacidad y facilidad para llevar a cabo y elaborar un proyecto que ayude al alumnado a manejar con una orientación positiva su tiempo libre con sentido.

La intervención del trabajador social en el tema del tiempo libre y la recreación, comenzó a hacerse presente con el surgimiento del trabajo con grupos. En el Distrito Federal no existe el antecedente de algún proyecto sobre el uso del tiempo libre de los alumnos de secundaria.

La referencia más cercana proviene de España, donde existen varias fundaciones dedicadas a impulsar la educación en el tiempo libre de niños y niñas, jóvenes y adultos así como el desarrollo asociativo. "Existen 110 centros de educación del tiempo libre, 2, 300 voluntarios y profesionales trabajan en ellos, 300, 000 alumnos de primaria y 150, 000 de secundaria participan en programas preventivos. Tienen más de 25 años de experiencia en acciones de trabajo social educativas de atención a la infancia y juventud en Cataluña y el País Vasco"<sup>82</sup>

Las asociaciones más importantes son:

- ✓ La Fundación Catalana de l'Esplai. "Fundación que integra centros de educación infantil y juvenil en el tiempo libre, equipamientos de colonias y educación ambiental, y entidades de servicios de formación y gestión que trabajan, desde hace más de treinta años, en proyectos educativos y en el impulso del movimiento asociativo".<sup>83</sup>
- ✓ Edex de Bilbao "Con una dilatada trayectoria de casi treinta años en el campo educativo, social y de gestión, EDEX es hoy un referente en trabajo comunitario, con énfasis en la prevención de drogodependencias y la prestación de servicios a la juventud". EDEX diseña y dirige programas y actividades de carácter educativo para niños y jóvenes, forma a educadores y realiza estudios socio sanitarios, educativos y sobre juventud. Entre sus

<sup>82</sup> Fundación Catalana de l'Esplai. Educación en el tiempo libre de los niños y jóvenes.

<sup>83</sup> Idem





programas destacan La Aventura de la Vida y Órdago, orientados a impulsar hábitos saludables y a reforzar a niños y jóvenes ante los riesgos de las drogodependencias, con la complicidad de la familia y los educadores. Dichos programas se aplican en 13 países de Latinoamérica así como en la mayoría de Comunidades Autónomas".<sup>84</sup>

- ✓ El CRAC de Cádiz." El Centro de Recursos Asociativos de Cádiz y la Bahía (CRAC) es una asociación que apoya el movimiento asociativo de la Bahía de Cádiz en las áreas de la dinamización, la formación y la gestión asociativa. Vincula un conjunto de 40 asociaciones de naturaleza muy distinta que trabajan en el campo social, comunitario, de derechos humanos y sociales en general".<sup>85</sup>

Dentro de estas asociaciones, el papel de los Trabajadores Sociales es muy importante, pues, son los encargados de:

- ✓ **"Impulsar una red confederativa.** Estimular la creación, desarrollo y consolidación de movimientos y federaciones territoriales y/o autónomas de educación en el tiempo libre de niños y jóvenes.
- ✓ **Prestar servicios.** Impulsar y desarrollar servicios para reforzar pedagógicamente y en el área de la gestión los proyectos educativos y sociales. Generar recursos humanos, económicos y patrimoniales para apoyar de la mejor manera posible los proyectos.
- ✓ **Reflexionar y formar.** Propiciar la reflexión y la producción teórica en el campo de la educación, el tiempo libre y la prevención de las drogodependencias
- ✓ **Interlocución y presencia social.** Alcanzar un mayor reconocimiento y presencia social del sector, así como de la problemática que afronta. Conseguir un nivel de interlocución, tanto en relación a los medios de comunicación como ante las Administraciones públicas, las iniciativas sociales y las instancias de creación de opinión de la sociedad.
- ✓ **Cooperación entre sectores.** Incrementar la confianza y el entendimiento para una buena cooperación entre las Administraciones Públicas, el sector empresarial y las iniciativas sociales, desarrollando un trabajo en red que implique a todos en favor de la comunidad.

<sup>84</sup> Idem

<sup>85</sup> Idem



- ✓ **Educación en el tiempo libre de niños y jóvenes.** La educación en el tiempo libre es una necesidad y un derecho de niños, niñas y jóvenes. Es un marco educativo de educación de valores y un espacio de integración social, aprendizaje democrático y desarrollo personal.
- ✓ **Prevención de las drogodependencias.** Se trata de educar la autoestima, las habilidades sociales, y el conocimiento sobre las drogas, así como la capacidad crítica de los niños y jóvenes. Trabaja en la promoción de hábitos y actitudes de vida saludables, diseñando programas de prevención de drogodependencias y elaborando materiales didácticos para su aplicación en el ámbito educativo". <sup>86</sup>

Todas estas acciones se llevan a cabo en otro país y en el la situación general de los jóvenes es diferente, pero, permite tener una visión más amplia sobre la importancia de la intervención del Trabajador Social en un proyecto sobre el uso del tiempo libre, donde se apliquen elementos como la sensibilización, concientización y recreación.

---

<sup>86</sup> ídem



El siguiente cuadro presenta un breve resumen de lo más importante en el capítulo 3, así como la relación de los subtemas con el tiempo libre.

TÉRMINO	CONCEPTO	RELACIÓN CON EL TIEMPO LIBRE DE LOS ADOLESCENTES
SENSIBILIZACIÓN	"La sensibilización hace referencia a toda actividad tendiente a hacer tomar conciencia a un público determinado de la generalidad de una realidad que le concierne. Es un proceso mucho más amplio que el de la información tradicional. Esta consiste generalmente en comunicar cierto número de hechos o datos que han sido seleccionados y formulados según el criterio de quien lo transmite. El desarrollo de la conciencia por medio de la sensibilización se deriva de una concepción de las cosas completamente distintas. Se trata de hacer un llamamiento a la experiencia vivida de un público determinado más bien que a un mensaje doctrinal estructurado por un informador". <sup>87</sup>	Es importante tener presente estas fuerzas restrictivas pues así como existen jóvenes que conocen la importancia del tiempo libre y el influjo de este en su desarrollo, existen otros que no lo saben o hacen mal uso de él, al utilizarlo en actividades perjudiciales como la delincuencia, las adicciones, la vagancia y un sin fin de acciones que en vez de ayudarlos a su integración social como seres sanos e inteligentes, los perjudica. Es por esa razón necesario sensibilizarlos acerca de la importancia y el uso que el tiempo libre tiene en sus vidas.
CONCIENTIZACIÓN	"La concientización es la mirada más crítica posible de la realidad, que "des-vela" para conocerla y para conocer los mitos que engañan y que ayudan a mantener la realidad de la estructura dominante". <sup>88</sup>	La concientización provoca en los jóvenes la reflexión, el análisis y la elección de actividades que fomenten su desarrollo físico e intelectual. Además les ayuda a reafirmar su libertad e independencia con responsabilidad.
MARXISMO	"Doctrina que sirve en forma directa a la educación y organización de la clase de vanguardia de la sociedad moderna, que señala las tareas de esa clase y demuestra la sustitución inevitable -en virtud del desarrollo económico- del régimen actual por un nuevo orden, el cual haya debido luchar por conquistar cada uno de sus pasos". <sup>89</sup>	Desde el punto de vista marxista el tiempo libre es un elemento necesario para el descanso después de la jornada de trabajo; y en la mayoría de los casos un lujo del cual sólo pueden disponer los burgueses, pues cuentan con los medios económicos para poder realizar todo tipo de actividades durante ese espacio.
FUNCIONALISMO	"Es una orientación teórica de las ciencias sociales que consiste en explicar los hechos sociales por su función, es decir, por el papel que juega en el sistema cultural global, por el modo en que se relacionan los unos con los otros en dicho sistema". <sup>90</sup>	De manera particular y retomando las funciones que Dumazedier da al tiempo libre: descanso, diversión y desarrollo personal, estas deberían de ser las que ayudaran a la formación de los adolescentes como sujetos críticos y felices ante una sociedad habida y necesitada de individuos sanos (desde un punto de vista físico y mental).

<sup>87</sup> Ander Egg, Ezequiel. Op.cit. P. 286.

<sup>88</sup> Freire, Paulo. Concientización. Teoría y práctica de la liberación. p.33

<sup>89</sup> V.I. Lenin. Carlos Marx y Federico Engels. P 13

<sup>90</sup> Jean, Cazenave. Guía del estudiante. P. 32.



**CAPÍTULO 4. ESTUDIO EXPLORATORIO DESCRIPTIVO  
SOBRE EL USO DEL TIEMPO LIBRE DE LOS JÓVENES  
DE LA ESCUELA SECUNDARIA TÉCNICA NÚMERO 29  
XIHUTECUHTLI "DIOS DEL FUEGO"**

ESCUELAS SECUNDARIAS TÉCNICAS

Autora: Carmelita Molina y Rivero

**H I M N O**

(coro)

Escuelas Secundarias Técnicas  
Juventud entusiasta y febril  
el deporte, el estudio y el trabajo  
son las metas que hemos de seguir

Escuelas Secundarias Técnicas  
Semilleros de porvenir  
en tus aulas forjas los técnicos  
que engrandecen a nuestro país

El deporte en nuestra vida  
es salud y bienestar  
en competencias la alegría  
es paz, amor y hermandad.

Marchemos Secundarias Técnicas  
estudiando con dedicación  
en el trabajo está el progreso  
en el deporte la salud

(Coro hablando)

¡Escuelas Secundarias Técnicas!  
¡Por la Superación de México...México...México...!



## 4.1. INVESTIGACIÓN EN LA ESCUELA SECUNDARIA TÉCNICA NÚMERO 29

"En el arte, nada que merezca la pena se puede hacer sin genio; en ciencia incluso una capacidad muy modesta puede contribuir a un logro supremo"  
(Bertrand Russell)

"Las atribuciones generales de la Dirección General de Educación Secundaria Técnica (DGEST), tienen su base legal en el Reglamento Interior de la Secretaría de Educación Pública (SEP), publicado en el Diario Oficial de la Federación el 20/12/2002. El desglose de estas atribuciones se encuentra señalado por una parte, en el Manual General de Organización de la Secretaría de Educación Pública emitido el 16 de diciembre de 1994 y por otra, en el Manual de Organización de la Dirección General de Educación Secundaria Técnica autorizado en agosto de 1997"<sup>1</sup>.

### LOGOTIPO



"El elemento central contiene las siglas EST, de escuelas secundarias técnicas. En la composición artística se combinaron las letras con la efigie de un alumno sentado, letra S; el banco que es la letra E, y el restirador es la letra T.

El engrane que lo rodea, es el símbolo del trabajo y del progreso tecnológico, que representa el área industrial de las escuelas con estas actividades; el ancla, es representativa del mar, de los productos pesqueros y de las actividades marinas; simboliza las escuelas de dicha área; el hexágono representa las actividades agropecuarias, como celdilla de un panal de abejas, tomadas como prototipos de trabajo, organización y ayuda mutua. Las líneas verticales que componen el engrane representan los surcos de la tierra arada que a su vez son característicos del área agropecuaria"<sup>2</sup>.

<sup>1</sup> Portalsep. <http://www.sep.gob.mx/wb2>

<sup>2</sup> ídem



## MASCOTA



"Como mascota de las Escuelas Secundarias Técnicas fue seleccionado un venado, que las representa por su dinamismo, agilidad, aguda visión y percepción del entorno, en la búsqueda de la superación"<sup>3</sup>.

Dentro de esta dinámica de respeto e identidad con sus símbolos representativos, se encuentran 119 secundarias técnicas. Una de ellas es la Escuela Secundaria Técnica 29, que se localiza entre dos vías de transporte: la avenida Ermita Iztapalapa y la avenida Javier Rojo Gómez (Número 27), en la colonia Barrio de San Miguel. Cercana a esta se encuentran dos Secundarias Diurnas, en las que se concentra la mayoría de los jóvenes de la comunidad. Por eso, la Secundaria Técnica 29, tiene alumnos, no sólo de la comunidad, sino de otras regiones cercanas a la escuela.

La Secundaria Técnica 29, cuenta con una biblioteca que fue fundada en el año de 1967, su especialidad es General, y su acervo es de: 4000 libros, 30 mapas-planos y 15 videocasetes. Su horario de atención es de lunes a viernes de 8:00 a 21:00 horas y tienen acceso a ella todos los alumnos y profesores de la institución. Su préstamo es a sala.

Los talleres impartidos en esta institución son:

- ✓ Dibujo técnico industrial
- ✓ Máquinas y herramientas
- ✓ Taquimecanografía
- ✓ Corte y confección
- ✓ Electricidad, y
- ✓ Electrónica.

Su director se llama: Escalona Espejel José Antonio durante el ciclo escolar 2002-2003, sus alumnos ascendieron a 1056.

<sup>3</sup> <http://www.sep.gob.mx/wb2>. Portalsep.



### PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La utilización del tiempo libre es importante, pues, en él se dan el descanso y la reflexión y durante la adolescencia se visualiza como la piedra angular que ayuda al desarrollo y al fomento o afirmación de nuevos valores.

Siendo la adolescencia una etapa que comienza entre los 11 y 12 años de edad, se deduce que quienes atraviesan por esta etapa se encuentran (al menos una gran parte de esta población), insertos en el nivel medio básico, es decir en secundaria.

Los problemas y necesidades que surgen en la escuela secundaria son muchos, pero los que principalmente se atienden se enfocan al control de la disciplina, a la deserción y al rendimiento escolar, de los alumnos. Pero un tema del que (por lo menos en el Distrito Federal), no se tienen antecedentes de un proyecto destinado a su estudio es el uso del tiempo libre de los adolescentes de secundaria.

Por ello se pretende realizar una investigación sobre el tema, mediante un estudio "exploratorio y descriptivo"<sup>4</sup> en la Secundaria Técnica 29. Planteando las siguientes interrogantes:

- ✓ ¿Sabían los jóvenes de la Secundaria Técnica 29, qué es el tiempo libre y su importancia?
- ✓ ¿De cuánto tiempo libre disponen los alumnos de la Secundaria Técnica 29?
- ✓ ¿Cómo usan los alumnos de la Secundaria Técnica 29 su tiempo libre?
- ✓ ¿De qué manera repercute el adecuado uso del tiempo libre en el desarrollo de la personalidad de los adolescentes de secundaria?

<sup>4</sup> Pérez Islas, José. Nuevas miradas sobre los jóvenes. P.13



## JUSTIFICACIÓN

"La escuela se organiza en base a un reglamento. Alumnos y maestros tienen distintas funciones en el ámbito escolar. La escuela debe contar con recursos para brindar una mejor educación".  
(E. López)

Del total de población de adolescentes que viven en nuestro país, una gran parte de ellos asisten a la Secundaria. "Según estadísticas de la Secretaría de Educación Pública (2004), el total de Escuelas Secundarias en el Distrito Federal es de 1, 352; el personal docente que en ellas labora asciende a 34, 854 y los alumnos a 484, 724; estos números demuestran que cualquier acción dirigida a este sector, repercute en gran parte de la población total de la Ciudad de México"<sup>5</sup>.

La educación media básica se brinda en la Escuela Secundaria, siendo de dos tipos: general y técnicas, estas son parecidas a las generales, pero en ellas al mismo tiempo de seguir el plan de estudios, se les procura capacitar para el trabajo, brindándoles talleres como: taquimecanografía, auxiliar de contabilidad, dibujo técnico industrial, electrónica, corte y confección, etcétera.

En la secundaria, los alumnos, profesores, personal administrativo tienen una función, dentro de la sociedad: El director (a) es el encargado de supervisar el trabajo de quienes laboran en la escuela, coordinar las actividades, manejar el historial académico de los alumnos, y se encarga de resolver cualquier problema surgido en la institución.

Los profesores imparten clases y supervisan e impulsan el aprovechamiento escolar de los alumnos.

El personal administrativo, lleva a cabo los trámites escolares, maneja archivos, el control escolar de los alumnos, expedientes de maestros, etcétera.

Los prefectos son los encargados de mantener el orden dentro de la escuela.

El personal de intendencia se ocupa de mantener limpia la escuela.

"El personal especializado está formado por:

---

<sup>5</sup> [www.INEGI.gob.mx](http://www.INEGI.gob.mx)





- ✓ Médico, quien cuida la salud de los alumnos,
- ✓ Orientadores, quienes aconsejan a los alumnos sobre su futuro ocupacional o sobre problemas de aprovechamiento,
- ✓ **Trabajadores Sociales**, que realizan investigaciones convenientes de los problemas del alumnado, para que en forma conjunta con las autoridades de la escuela, los maestros y el personal especializado, busquen posibles soluciones".<sup>6</sup>

Teniendo los trabajadores sociales, en la secundaria la posibilidad de aplicar proyectos que beneficien al alumnado, y considerando que el tiempo libre es necesario para el descanso y el desarrollo de la personalidad; por ser un espacio para vivir en plenitud, para el autoconocimiento, la libertad, la reflexión, el placer y la felicidad, la finalidad de este trabajo consiste en investigar en que utilizan su tiempo libre los jóvenes de la Secundaria Técnica 29 y concientizarlos para que aprendan a saber beneficiarse de las propiedades de éste, a saber administrarlo, evitando a la vez sus riesgos.

El tiempo libre es una fuente continúa de información y experiencias por eso, es necesario coordinar las influencias que los alumnos de secundaria reciben en la escuela formal, con las que llegan de la educación informal: la familia, la calle, los amigos, los medios de comunicación, etcétera.

Se pretende trabajar con jóvenes de secundaria, porque es en este medio donde comienzan la etapa adolescente y es durante ella, cuando la ocupación del tiempo libre debe adquirir un significado positivo, que los ayude al desarrollo físico y mental de su persona. "Una educación del uso del tiempo libre consiste fundamentalmente en enseñar a los jóvenes a saber beneficiarse de las posibilidades del tiempo libre, evitando sus riesgos".<sup>7</sup>

Por lo anteriormente expuesto surgió la idea de realizar una investigación sobre el uso del tiempo libre de los adolescentes de secundaria. Esta se llevó a cabo en la Escuela Secundaria Técnica 29 (ubicada entre la Avenida Javier Rojo Gómez y la calzada Ermita Iztapalapa \_ANEXO No3), por las siguientes razones:

<sup>6</sup> López Betancourt, Eduardo. Guía didáctica para el primer curso de civismo. p. 103-104

<sup>7</sup> Castillo, Gerardo. Los adolescentes y sus problemas. P.186



- ✓ Dicha escuela se localiza dentro de la delegación Iztapalapa, la cual es señalada como una de las zonas con mayor índice delictivo donde gran parte de los delitos son cometidos por adolescentes ("Del 1 de marzo del 2002 al 28 de febrero de 2003, se logró asegurar a 274 bandas y se consignaron a 1, 116 delincuentes, por el robo de vehículos, robo a negocio y robo a cuenta habientes. Destaco que 9 de estas organizaciones estaban integradas en su totalidad por menores de edad, lo que equivale a 3.333% del total de gavillas desmembradas, destacándose que del total de 1, 116 personas integrantes de grupos delictivos, 133 fueron menores de edad, representando el 11.92%"<sup>8</sup>. "En el transcurso del 2002, el número de bandas delictivas que operan en el Distrito Federal aumentaron en 200 por ciento, mientras que los índices de delincuencia en las 10 colonias más peligrosas, creció, en promedio, 15 por ciento. Las bandas se han especializado principalmente, en robo de vehículos, casa-habitación, negocio a persona, venta de droga en parques, afuera de escuelas y en cines y robo a transporte, robo a cuentas habientes, pasajeros de microbuses y taxis y secuestros exprés o inmediatos. Una característica más de las bandas delictivas es que cada vez son más violentas. La delegación Cuauhtémoc es donde se tiene detectado el mayor numero de bandas delictivas, le siguen Iztapalapa, Gustavo A. Madero, Benito Juárez y Venustiano Carranza").
  
- ✓ En contraposición es considerada como una de las escuelas con el mejor nivel educativo y disciplinario de la zona, según la propia comunidad y los padres de familia de los niños que asisten a esta institución.
  
- ✓ El acceso a la institución y la aplicación de los instrumentos de investigación fue facilitada por la orientadora de la escuela, con quien se tuvo el primer contacto, a quien se le presentó el proyecto de investigación.

#### OBJETIVO GENERAL:

- ✓ Diseñar una propuesta de sensibilización y concientización para el uso del tiempo libre de los adolescentes de la Secundaria Técnica 29.

<sup>8</sup> Palacios, José Luis. Baja poco la criminalidad en la ciudad. Menores ya integran bandas delictivas. [www.lacrisis.com.mx](http://www.lacrisis.com.mx).



**OBJETIVOS ESPECÍFICOS:**

- ✓ Investigar de qué manera utilizan el tiempo libre los adolescentes de secundaria
- ✓ Conocer de cuánto tiempo libre disponen los alumnos de secundaria

**HIPÓTESIS:**

1. Si los adolescentes de secundaria no saben lo que es el tiempo libre, entonces no lo consideran importante.

**Variable independiente.** ¿Qué es el tiempo libre?

**Indicadores:** Concepto de tiempo libre

**Variable dependiente.** Lo consideran importante

**Indicadores:**

- ✓ Si
- ✓ No

2. Si los jóvenes de secundaria hacen buen uso de su tiempo libre, entonces esto se verá reflejado en su desarrollo personal.

**Variable independiente.** Buen uso del tiempo libre

**Indicadores:**

- ✓ Si
- ✓ No

**Variable dependiente.** Desarrollo personal

**Indicadores:** Actividades que lo fomentan:

- ✓ Leer
- ✓ Meditar
- ✓ Ver televisión
- ✓ Platicar
- ✓ Caminar
- ✓ Conocer lugares
- ✓ Escuchar música



- ✓ Usar la computadora
- ✓ Usar videojuegos
- ✓ Bailar
- ✓ Ir al cine
- ✓ Actividades deportivas
- ✓ Actividades culturales
- ✓ Actividades recreativas
- ✓ Actividades sociales
- ✓ Pasatiempos

3. Si los adolescentes de secundaria hacen mal uso de su tiempo libre, entonces pueden caer en la omisión de actividades y la ocupación en acciones perjudiciales.

**Variable Independiente:** Mal uso del tiempo libre

**Indicadores:**

- ✓ Si
- ✓ No

**Variable Dependiente:** Omisión de actividades y la ocupación en acciones perjudiciales.

**Indicadores:**

- ✓ Si
- ✓ No

4. Cuando los jóvenes de secundaria no saben lo que es la administración del tiempo, por consiguiente no tienen un horario personal de actividades.

**Variable Independiente:** Administración del tiempo.

**Indicadores:**

- ✓ Si saben lo que es
- ✓ No saben lo que es

**Variable Dependiente:** Horario personal de actividades.

**Indicadores:**

- ✓ Si lo tienen
- ✓ No lo tienen



## METODOLOGÍA

La metodología utilizada abarca básicamente la etapa de investigación, pues el uso del tiempo libre de los adolescentes de secundaria del Distrito Federal, es un tema escasamente estudiado, y por lo tanto el primer paso es investigar y conocer acerca del tema, describirlo para después analizar la información y proponer algunas actividades formativas que los jóvenes puedan realizar durante su tiempo libre.

### ETAPA 1- CONOCIMIENTO

#### Actividades:

- ✓ Investigación exploratoria-descriptiva
- ✓ Investigación documental
- ✓ Elaboración de marco teórico
- ✓ Análisis de contenido

#### Técnicas.

- ✓ Recolección de datos
- ✓ Observación
- ✓ Diseño de instrumentos
- ✓ Entrevistas
- ✓ Muestreo
- ✓ Elaboración de propuestas

#### Instrumentos.

- ✓ Fuentes bibliográficas y hemerográficas
- ✓ Fichas de registro
- ✓ Cuaderno de notas
- ✓ Documentos de registro de datos
- ✓ Cuestionario
- ✓ Gráficas de resultados
- ✓ Informe

### TIPO DE ESTUDIO.

Para efectuar la investigación, se realizó un estudio **exploratorio y descriptivo**, donde el eje principal fue el uso del tiempo libre de los alumnos de la Secundaria Técnica 29.



Debido a que no existen antecedentes sobre el tema del uso del tiempo libre de los alumnos de esta secundaria, lo primero fue investigar si la población objetivo conocía el tema, su importancia y las actividades que realizan durante este espacio, para ello se utilizaron técnicas como la observación la entrevista y el cuestionario, mismas que permitieron analizar y organizar los datos y el cálculo de índices numéricos que resumen los resultados y así presentar la información más relevante de la investigación; por último, enfocándose en los resultados, se sugieren una serie de propuestas a la Secundaria Técnica 29, para que las apliquen a sus alumnos, por eso, se dice que es un estudio exploratorio y descriptivo.

#### POBLACIÓN OBJETIVO

La población motivo de estudio está integrada por los alumnos inscritos en la secundaria antes mencionada, de ambos sexos, insertos en el primero y segundo grado y del turno matutino y vespertino. (No se consideró a los alumnos de tercer grado porque ya terminaba el ciclo escolar y estos pasan a otro nivel y la finalidad era proponer a nivel medio básico, a demás de que este sector de alumnos se encontraba muy ocupado con sus clases y preparativos para su próximo ingreso al bachillerato).

#### DISEÑO DE TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

Para recabar la información del estudio descriptivo, se utilizó:

- ✓ Observación. Con la finalidad de obtener información acerca del funcionamiento de la institución, el comportamiento de los alumnos, su lenguaje, la relación con sus superiores (profesores, orientadora, trabajadora social), y las actividades recreativas (incluido el descanso) que realizan. Esta técnica se llevó a cabo durante el recreo de los alumnos y durante la aplicación de los cuestionarios.
- ✓ Cuestionario. (Anexo 1) Este instrumento se aplicó a alumnos de 1° y 2° grado. Para su diseño se utilizaron preguntas abiertas para tener una visión más amplia sobre el concepto que los alumnos manejan sobre el tiempo libre, y preguntas cerradas, que permitieron la elección de un número determinado de opciones a los encuestados,



y con lo que se conocieron las actividades que estos realizan durante su tiempo libre.

En total el instrumento se integró de 17 preguntas, que se enfocaron a 5 ejes principales (los cuales se derivan de las hipótesis del proyecto. Ver anexo en página 122).

- ✓ Datos generales (edad, sexo, grado escolar). Este rubro permite conocer si en realidad los alumnos encuestados se encuentran en la etapa adolescente, el sexo, abrió la posibilidad de saber que género predomina entre los estudiantes de secundaria y fue posible que la muestra obtenida no fuera de un sólo grado escolar.
- ✓ Actividades generales diarias que realiza un joven y el tiempo que dedica a ellas. Estos aspectos permiten conocer si consideraban dentro de sus actividades diarias la recreación y mediante cuales actividades, pues, forman parte del tiempo libre.
- ✓ Tiempo libre (concepto, tiempo y dinero ocupado en él). La finalidad de incluir estos aspectos es tener una visión general de cómo se ven y cuánto invierten actualmente los jóvenes en su tiempo libre.
- ✓ Ocio. (concepto). Como se demuestra teóricamente en el primer capítulo de este trabajo, el término ocio se relaciona íntimamente con el tiempo libre y es percibido (en su concepto original), como una actividad que fomenta el descanso, la diversión y el desarrollo personal. Por ello fue necesario preguntar a los alumnos el concepto que tienen de él.
- ✓ Problemas en el uso del tiempo libre. Actividades realizadas durante un tiempo vacío, la pertenencia a grupo o banda juvenil y las actividades realizadas
- ✓ Administración del tiempo (si tienen un horario personal, su importancia, qué es la administración del tiempo y su por qué es importante).

Obtener los datos anteriores permitió conocer el eje central de nuestra investigación, que es: saber lo que hacen los jóvenes de secundaria durante su tiempo libre.

**ESTA TESIS NO SALE  
DE LA BIBLIOTECA**



## MUESTREO

Se utilizó la técnica de muestreo aleatorio simple sin reemplazo, esto quiere decir que del total de la población objetivo, se tomó una muestra representativa, en la cuál todos tuvieron la misma oportunidad de aparecer y sin la posibilidad de participar más de una vez. Además este tipo de muestreo tiene las ventajas de ser de bajo costo, rápido y permite una visión general del tema de investigación.

### CÁLCULO DEL TAMAÑO DE LA MUESTRA

Para realizar este cálculo, se uso la ecuación de muestreo cuando se conoce el tamaño de la población objetivo, que en este caso es de: 1056 alumnos que asisten a la Escuela Secundaria Técnica 29.

$$n = \frac{Z^2 P Q N}{NE^2 + Z^2 pq}$$

n= tamaño de la muestra  
 Z= nivel de confianza  
 P= variabilidad positiva  
 Q= variabilidad negativa  
 N= tamaño de la población objetivo  
 E= precisión o error  
 n= ¿?  
 Z= 90% = 1.65  
 P= .50  
 Q= .50  
 N= 1056  
 E= .07

$$n = \frac{(1.65)^2 (.5) (.5) (1056)}{(1056) (.07)^2 + (1.65)^2 (.5) (.5)} = \frac{(2.7225) (0.25) (1056)}{(1056) (0.0049) + (2.7225) (0.25)}$$

$$= \frac{718.74}{5.1744 + .630625} = \frac{718.74}{5.855025} = 122.13874$$

Para redondear la muestra, que en total sería de 122 instrumentos, se optó por redondear el número a 130 cuestionarios.





**ANÁLISIS DE LOS DATOS. VALIDACIÓN DE HIPÓTESIS**

**Hipótesis 1.**

**HI.** Si los adolescentes de secundaria no saben lo que es el tiempo libre, entonces no lo consideran importante.

**Ho.** Si los adolescentes de secundaria saben lo que es el tiempo libre, entonces si lo consideran importante.

**Variable independiente:** ¿Qué es el tiempo libre?

**Indicadores.** Concepto de tiempo libre.

**Variable dependiente:** Lo consideran importante.

**Indicadores:**

- ✓ Si
- ✓ No

	INDICADORES	FRECUENCIA	TOTAL
A	Si saben qué es el tiempo libre	***** ***** *****	98
B	No saben qué es el tiempo libre	*****	32
C	Si lo consideran importante	*****	35
D	No lo consideran importante	***** ***** *****	95

**FRECUENCIA ESPERADA.**

$$Fe = \frac{TR (TC)}{TT}$$

- Fo = Frecuencia observada
- Fe = Frecuencia esperada
- TR = Total de renglón
- TC = Total de columna
- TT = Total de totales



Saben qué es

Si

No

Lo consideran Importante	Si	<b>A</b> FO=97	<b>B</b> FO=32	TR = 130	
	No	<b>C</b> FO=35	<b>D</b> FO=95	TR = 30	TC = 127
				TC = 133	TT = 260

$$Fe (A) = \frac{130 (133)}{260} = 66.5$$

$$Fe (B) = \frac{130 (127)}{260} = 63.5$$

$$Fe (C) = \frac{130 (133)}{260} = 66.5$$

$$Fe (D) = \frac{130 (127)}{260} = 63.5$$

### ESTADÍSTICO DE PRUEBA

En esta hipótesis se aplica  $Q = \text{Kendall}$ , porque sus variables son nominales, dicotómicas y sus respuestas excluyentes (si, no).

$$Q = \frac{AD - BC}{AD + BC}$$

### REGLA DE DECISIÓN

- ✓ Aceptar  $H_0$ , si  $Q$  es  $< 0.9$ , esto es igual al 90% de confianza en el tamaño de la muestra.
- ✓ No aceptar  $H_0$ , si  $Q$  es  $> 0.9$ , esto es igual al 90% de confianza en el tamaño de la muestra.

**DESARROLLO DE LA PRUEBA**

$$Q = \frac{98 (95) - 32 (35)}{98 (95) + 32 (35)} = \frac{9310 - 1120}{9310 + 1120} = \frac{8190}{10430} =$$

0.78

El resultado demuestra que las variables si se relacionan, por lo tanto, la hipótesis de investigación es verdadera.

**Hipótesis 2.**

**HI.** Los adolescentes de secundaria no hacen buen uso de su tiempo libre, por lo tanto no practican ninguna actividad que les ayude a su desarrollo personal.

**Ho.** Los adolescentes de secundaria hacen buen uso de su tiempo libre, por lo tanto practican alguna actividad que les ayude a su desarrollo personal.

**Variable independiente.** Buen uso del tiempo libre

**Indicadores:**

- ✓ Si
- ✓ No

**Variable dependiente.** Actividades que les ayudan a su desarrollo personal

**Indicadores:**

- ✓ Leen,
- ✓ Meditan,
- ✓ Ven televisión,
- ✓ Platican,
- ✓ Caminan,
- ✓ Conocen lugares,
- ✓ Escuchan música,
- ✓ Usan la computadora,
- ✓ Usan videojuegos,
- ✓ Bailan,
- ✓ Van al cine,
- ✓ Realizan actividades deportivas,
- ✓ Realizan actividades culturales,
- ✓ Realizan actividades recreativas,
- ✓ Realizan actividades sociales,
- ✓ Tienen pasatiempos.
- ✓

USO DEL TIEMPO LIBRE DE LOS ADOLESCENTES DE SECUNDARIA



A	Indicadores	Frecuencia	Total
B	Si Leen	*****	50
C	no Leen	***** ****	80
D	Si Meditan	*****	34
E	no Meditan	*****	96
F	Si Ven TV.	*****	97
G	No ven T. V	*****	33
H	Si Platican	*****	61
I	No platican	*****	69
J	Si Caminan,	*****	17
K	No caminan	*****	113
L	Si Conocen lugares	*****	10
M	No conocen lugares	*****	120
N	Si Escuchan música	*****	103
Ñ	No escuchan música	*****	27
O	Si Usan la computadora	*****	54
P	No usan la computadora	*****	76
Q	Si Usan videojuegos	*****	55
R	No usan videojuegos	*****	75
S	Sí bailan	*****	17
T	No bailan	*****	113
U	Si Van al cine	*****	38
V	No van al cine	*****	92
W	Si realizan actividades deportivas,	*****	115
X	No realizan actividades deportivas	*****	15
Y	Si Realizan actividades culturales	*****	118
Z	No realizan actividades culturales	*****	12
A1	Si Realizan actividades recreativas	*****	103
B1	No realizan actividades recreativas	*****	27
C1	Si Realizan actividades	*****	125

USO DEL TIEMPO LIBRE DE LOS ADOLESCENTES DE SECUNDARIA



	sociales	.....	
D1	No realizan actividades sociales	.....	5
E1	Si tienen pasatiempos	.....	59
F1	No tienen pasatiempos	.....	71

ESTADÍSTICO DE PRUEBA

En esta hipótesis se utilizó C = Coeficiente de contingencia, pues sus variables son nominales y con más de 2 categorías.

C =

$$\sqrt{\frac{X^2}{X^2 + N}}$$

REGLA DE DECISIÓN.

- ✓ Aceptar  $H_0$ , si Q es < 0.9, esto es igual al 90% de confianza en el tamaño de la muestra.
- ✓ No aceptar  $H_0$ , si Q es > 0.9, esto es igual al 90% de confianza en el tamaño de la muestra.

ACTIVIDADES QUE AYUDAN AL DESARROLLO PERSONAL

A	C	E	G	I	K	M	Ñ	P	R	T	V	X	Z	B1	D1	TR
Fo	Fo	Fo	Fo	Fo	Fo	Fo	Fo	Fo	Fo	Fo	Fo	Fo	Fo	Fo	Fo	
=	=	=	=	=	=	=	=	=	=	=	=	=	=	=	=	
50	34	97	61	17	10	103	54	55	17	38	115	118	103	125	59	1056
B	D	F	H	J	L	N	O	Q	S	U	W	Y	A1	C1	E1	TR
Fo	Fo	Fo	Fo	Fo	Fo	Fo	Fo	Fo	Fo	Fo	Fo	Fo	Fo	Fo	Fo	
=	=	=	=	=	=	=	=	=	=	=	=	=	=	=	=	
80	96	33	69	113	120	27	76	75	113	92	15	12	27	5	71	1024
TC	TC	TC	TC	TC	TC	TC	TC	TC	TC	TC	TC	TC	TC	TC	TC	TT
130	130	130	130	130	130	130	130	130	130	130	130	130	130	130	130	2080

FRECUENCIA ESPERADA

$$Fe (A) = \frac{1056 (130)}{2080} = \frac{137280}{2080} = 66$$



$$\text{Fe (B)} = \frac{1024 (130)}{2080} = \frac{133120}{2080} = 64$$

$$\text{Fe (C)} = \frac{1056 (130)}{2081} = \frac{137280}{2080} = 66$$

$$\text{Fe (D)} = \frac{1024 (130)}{2080} = \frac{133120}{2080} = 64$$

$$\text{Fe (E)} = \frac{1056 (130)}{2082} = \frac{137280}{2080} = 66$$

$$\text{Fe (F)} = \frac{1024 (130)}{2080} = \frac{133120}{2080} = 64$$

$$\text{Fe (G)} = \frac{1056 (130)}{2083} = \frac{137280}{2080} = 66$$

$$\text{Fe (H)} = \frac{1024 (130)}{2080} = \frac{133120}{2080} = 64$$

$$\text{Fe (A)} = \frac{1056 (130)}{2084} = \frac{137280}{2080} = 66$$

$$\text{Fe (B)} = \frac{1024 (130)}{2080} = \frac{133120}{2080} = 64$$

$$\text{Fe (I)} = \frac{1056 (130)}{2085} = \frac{137280}{2080} = 66$$

$$\text{Fe (J)} = \frac{1024 (130)}{2080} = \frac{133120}{2080} = 64$$

$$\text{Fe (K)} = \frac{1056 (130)}{2086} = \frac{137280}{2080} = 66$$



$$\text{Fe (L)} = \frac{1024 (130)}{2080} = \frac{133120}{2080} = 64$$

$$\text{Fe (M)} = \frac{1056 (130)}{2087} = \frac{137280}{2080} = 66$$

$$\text{Fe (N)} = \frac{1024 (130)}{2080} = \frac{133120}{2080} = 64$$

$$\text{Fe (Ñ)} = \frac{1056 (130)}{2088} = \frac{137280}{2080} = 66$$

$$\text{Fe (O)} = \frac{1024 (130)}{2080} = \frac{133120}{2080} = 64$$

$$\text{Fe (P)} = \frac{1056 (130)}{2089} = \frac{137280}{2080} = 66$$

$$\text{Fe (Q)} = \frac{1024 (130)}{2080} = \frac{133120}{2080} = 64$$

$$\text{Fe (R)} = \frac{1056 (130)}{2090} = \frac{137280}{2080} = 66$$

$$\text{Fe (S)} = \frac{1024 (130)}{2080} = \frac{133120}{2080} = 64$$

$$\text{Fe (T)} = \frac{1056 (130)}{2091} = \frac{137280}{2080} = 66$$

$$\text{Fe (U)} = \frac{1024 (130)}{2080} = \frac{133120}{2080} = 64$$

$$\text{Fe (V)} = \frac{1056 (130)}{2092} = \frac{137280}{2080} = 66$$

$$\text{Fe (W)} = \frac{1024 (130)}{2080} = \frac{133120}{2080} = 64$$



$$Fe (X) = \frac{1056 (130)}{2093} = \frac{137280}{2080} = 66$$

$$Fe (Y) = \frac{1024 (130)}{2080} = \frac{133120}{2080} = 64$$

$$Fe (Z) = \frac{1056 (130)}{2094} = \frac{137280}{2080} = 66$$

$$Fe (A1) = \frac{1024 (130)}{2080} = \frac{133120}{2080} = 64$$

$$Fe (B1) = \frac{1056 (130)}{2095} = \frac{137280}{2080} = 66$$

$$Fe (C1) = \frac{1024 (130)}{2080} = \frac{133120}{2080} = 64$$

$$Fe (D1) = \frac{1056 (130)}{2096} = \frac{137280}{2080} = 66$$

$$Fe (E1) = \frac{1024 (130)}{2080} = \frac{133120}{2080} = 64$$

#### CHI CUADRADA

X<sup>2</sup> = Chi cuadrada

Z = Sumatoria de los productos de las casillas

F<sub>o</sub> = Frecuencia observada

F<sub>e</sub> = Frecuencia esperada





Indicador	Fo - fe	( fo - fe) <sup>2</sup>	( fo - fe) <sup>2</sup> / fe
A	50-56	(-6) <sup>2</sup>	12/56=0.21428557
B	80-64	(16) <sup>2</sup>	256/64=4
C	34-66	(-32) <sup>2</sup>	-64/66=0.9696969
D	96-64	(32) <sup>2</sup>	1024/64 =16
E	97-66	(31) <sup>2</sup>	961/66=14.560606
F	33-64	(-31) <sup>2</sup>	62/64=0.96875
G	61-66	(-5) <sup>2</sup>	-10/66=0.1515151
H	69-64	(5) <sup>2</sup>	25/64=0.390625
I	17-66	(-49) <sup>2</sup>	-98/66=1.4848484
J	113-64	(49) <sup>2</sup>	2401/64=37.515625
K	10-66	(-56) <sup>2</sup>	-112/66=1.6969696
L	120-64	(56) <sup>2</sup>	31361/64=49
M	103-66	(37) <sup>2</sup>	1369/66=20.742424
N	27-64	(-37) <sup>2</sup>	-74/64=1.15625
Ñ	54-66	(-12) <sup>2</sup>	-24/66=0.3636363
O	76-64	(12) <sup>2</sup>	144/64=2.25
P	55-66	(-11) <sup>2</sup>	-22/66=0.3333333
Q	75-64	(11) <sup>2</sup>	121/64=1.890625
R	17-66	(-49) <sup>2</sup>	-98/66=-1.4848484
S	113-64	(49) <sup>2</sup>	2401/64=37.515625
T	38-66	(-28) <sup>2</sup>	-56/66=0.8484848
U	92-64	(28) <sup>2</sup>	784/64=12.25
V	115-66	(49) <sup>2</sup>	2401/66=36.378787
W	15-64	(-49) <sup>2</sup>	-98/64=-1.53125
X	118-66	(52) <sup>2</sup>	2704/66=40.969696
Y	12-64	(-52) <sup>2</sup>	-104/64=1.625
Z	103-66	(37) <sup>2</sup>	1369/66=20.742424
A1	27-64	(-37) <sup>2</sup>	-74/64=1.15625
B1	125-66	(59) <sup>2</sup>	3481/66=52.742424
C1	5-64	(-59) <sup>2</sup>	-118/64=1.84375
D1	59-66	(-7) <sup>2</sup>	-14/66=-0.2121212
E1	71-64	(7) <sup>2</sup>	49/64=0.765625

$$Z = 352.08876$$

$$X^2 = 352.08876$$

### COEFICIENTE DE CONTINGENCIA

$$C =$$

$$\sqrt{\frac{X^2}{X^2 + N}}$$



C = Coeficiente de contingencia  
 X<sup>2</sup> = Chi cuadrada  
 N = Total de frecuencias o casos

C =

$$\sqrt{\frac{0.85460}{352.08876 + 130}} = \frac{352.08876}{482.08876} = 0.7303411 \quad 16$$

**C = 0.86460**

El resultado obtenido es menor a lo señalado en la regla de decisión, por lo tanto la H<sub>1</sub> es verdadera, lo que quiere decir que sus variables tienen relación. Esto es que la mayoría de los alumnos encuestados realizan durante su tiempo libre, alguna actividad que les ayuda a su desarrollo personal. El buen uso del tiempo libre tiene que ver con la realización de alguna actividad que les ayude a su desarrollo personal.

### Hipótesis 3

**H<sub>1</sub>.** Si los adolescentes de secundaria hacen mal uso de su tiempo libre, entonces pueden caer en la omisión de actividades y la ocupación en acciones perjudiciales.

**H<sub>0</sub>.** Si los adolescentes de secundaria no hacen mal uso de su tiempo libre, entonces no pueden caer en la omisión de actividades y la ocupación en acciones perjudiciales.

**Variable Independiente:** Mal uso del tiempo libre

**Indicadores:**

- ✓ SI
- ✓ NO

**Variable Dependiente:** Omisión de actividades y la ocupación en acciones perjudiciales.

**Indicadores:**

- ✓ Alcohol
- ✓ Tabaco
- ✓ Drogas
- ✓ Pertenencia a bandas juveniles.

A	INDICADORES	FRECUENCIA	TOTAL
B	Si toman	*****	9
C	No toman	***** ***** *****	121
D	Si fuman	****	5
E	No fuman	***** ***** *****	125
F	Si se drogan		0
G	No se drogan	***** ***** *****	130
H	Si pertenecen a una agrupación o banda juvenil	*****	30
I	No pertenecen a una agrupación o banda juvenil	***** *****	100

**ESTADÍSTICO DE PRUEBA**

Para esta hipótesis se aplico C = Coeficiente de contingencia, pues sus variables se dividen en más de dos categorías.

C =

$$\sqrt{\frac{x_2}{x_2 + N}}$$



**REGLA DE DECISIÓN**

- ✓ Aceptar  $H_0$ , si  $Q$  es  $< 0.9$ , esto es igual al 90% de confianza en el tamaño de la muestra.
- ✓ No aceptar  $H_0$ , si  $Q$  es  $> 0.9$ , esto es igual al 90% de confianza en el tamaño de la muestra.

**MAL USO DEL TIEMPO LIBRE**

	SI	NO	
<b>ACTIVIDADES</b>			
	A Fo =9	B Fo =121	TR = 130
ALCOHOL			
	C Fo =5	D Fo =125	TR = 130
TABACO			
	E Fo =0	F Fo =130	TR= 130
DROGAS			
	G Fo =30	H Fo =100	TR= 130
BANDAS J.			
PERJUDICIALES	TC = 44	TC = 476	TT = 520

**FRECUENCIA ESPERADA**

$$Fe = \frac{TR (TC)}{TT}$$

$$Fe (A) = \frac{130 (44)}{520} = 11$$

$$Fe (B) = \frac{130 (44)}{520} = 11$$

$$Fe (C) = \frac{130 (476)}{520} = 119$$

$$Fe (D) = \frac{130 (44)}{520} = 11$$



$$Fe (E) = \frac{130 (476)}{520} = 119$$

$$Fe (F) = \frac{130 (44)}{520} = 11$$

$$Fe (G) = \frac{130 (476)}{520} = 119$$

$$Fe (H) = \frac{130 (44)}{520} = 11$$

**CHI CUADRADA**

$$X^2 = Z \frac{(Fo - Fe)}{Fe}$$

INDICADORES	Fo--Fe	(Fo - Fe)2	(Fo-Fe)2/Fe
A	9-11	(-2)2	-4/11=0.3636363
B	121-119	(2)2	4/119=0.0336134
C	5-11	(-6)2	-12/11=-1.090909
D	125-119	(6)2	36/119=0.302521
E	0-11	(-11)2	-22/11=-2
F	130-119	(11)2	121/119=1.0168067
G	30-11	(19)2	361/11=32.818181
H	100-119	(-19)2	-38/119=-0.3193277

$$Z = 30.39725$$

$X^2 = 30.39725$ --- -- . . . . .
-----------------------------------------

**COEFICIENTE DE CONTINGENCIA**

C =

$$\sqrt{\frac{X^2}{X^2 + N}}$$

C =

$\sqrt{\frac{30.39725}{30.39725 + 130}} = \frac{30.39725}{160.39725} = 0.1895122$	$\frac{0.4}{16}$
-----------------------------------------------------------------------------------	------------------



Según el resultado del coeficiente de correlación y con base a la regla de decisión, las variables de la hipótesis tienen relación, por lo tanto los jóvenes de la escuela secundaria técnica 29, realizan actividades perjudiciales para su salud y desarrollo personal.

#### Hipótesis 4

HI. Cuando los jóvenes de secundaria no saben lo que es la administración del tiempo, por consiguiente no tienen un horario personal de actividades.

Ho. Cuando los jóvenes de secundaria saben lo que es la administración del tiempo, por consiguiente tienen un horario personal de actividades.

**Variable Independiente:** Administración del tiempo.

**Indicadores:**

- ✓ SI
- ✓ NO

**Variable Dependiente:** Horario personal de actividades.

**Indicadores:**

- ✓ SI
- ✓ NO

	indicadores	frecuencia	total
A	Si administran su tiempo	***** ***** *****	99
B	No administran su tiempo	*****	31
C	Si tienen horario personal	***** ****	56
D	No tienen horario personal	***** *****	74



H  
O  
R  
A  
R  
I  
O  
  
P  
E  
R  
S  
O  
N  
A  
L

		ADMINISTRACIÓN DEL TIEMPO		
		SI	NO	
SI	A	Fo = 99	B	130
	B	Fo = 31		
NO 130	C	Fo = 56	D	260
	D	Fo = 74		
		130	130	

#### ESTADÍSTICO DE PRUEBA

Para está hipótesis se utilizó  $Q = \text{kendall}$ , por ser sus variables nominales y excluyentes.

$$Q = \frac{AD-BC}{AD+BC}$$

#### REGLA DE DECISIÓN

- ✓ Aceptar  $H_0$ , si  $Q$  es  $< 0.9$ , esto es igual al 90% de confianza en el tamaño de la muestra.
- ✓ No aceptar  $H_0$ , si  $Q$  es  $> 0.9$ , esto es igual al 90% de confianza en el tamaño de la muestra.

#### FRECUENCIA ESPERADA

$$Fe = \frac{TR (TC)}{TT}$$

$$Fe (A) = \frac{130(155)}{260} = \frac{20150}{260} = 77.5$$

$$Fe (B) = \frac{130(105)}{260} = \frac{13650}{260} = 52.5$$

$$Fe (c) = \frac{130(155)}{260} = \frac{20150}{260} = 77.5$$



$$F_e (D) = \frac{130(105)}{260} = \frac{13650}{260} = 52.5$$

$$Q = \frac{AD-BC}{AD+BC} = \frac{99(74) - 31(56)}{7326 + 1736} = \frac{5590}{9062} = 0.6$$

<b>X<sup>2</sup> = 30.39725</b>
---------------------------------

Según el resultado y tomando en cuenta la regla de decisión, Ho es verdadera, lo que quiere decir que sus variables se relacionan y que el saber sobre la administración del tiempo influye en los jóvenes de secundaria para que estos tengan un horario personal donde organicen sus actividades.

De las cuatro hipótesis de investigación planteadas, ninguna resultado falsa, por lo que se puede decir que:

- ✓ Pocos alumnos manejan un concepto adecuado del tiempo libre (lo consideran un tiempo de descanso, diversión y como un factor de apoyo en el desarrollo personal), pero la mayoría (54.5%), no conoce lo que es ni su importancia, incluso entre estos hay quienes piensan que no importa (18.4%), porque durante él no se hace nada.
- ✓ No todos realizan actividades que los ayudan a su desarrollo personal y son pocos los alumnos que mencionan realizar alguna actividad deportiva, cultural, recreativa y social e incluso hay quienes no llevan a cabo ninguna de estas actividades (9.2%).
- ✓ Algunos alumnos en ocasiones no cumplen con las tareas escolares y realizan actividades perjudiciales, utilizando su tiempo libre para fumar o beber, sobre todo en fiestas o reuniones con los amigos.
- ✓ Más de la mitad no manejan un concepto adecuado de la administración del tiempo ni tienen un horario personal que los ayude a organizar sus actividades, y por ende a contar con más tiempo libre.





## DESCRIPCIÓN DE RESULTADOS

Respecto a los **datos generales** de los 130 instrumentos aplicados el 59% fue contestado por alumnos de 11 a 13 años y el 41% por jóvenes de 14 a 16 años de **edad**, por consiguiente fue mayor el número de alumnos de primer grado en comparación con los de segundo. Lo que indica que se encuentran en la etapa de la adolescencia, y es en este periodo donde se busca la afirmación de la personalidad y la adquisición de nuevos valores, uno de los métodos es la realización de actividades que fomenten su desarrollo físico e intelectual, durante el tiempo libre

En tanto al **género** de los alumnos que contestaron el instrumento, se obtuvo que la mayoría fueron mujeres (55.3%, mientras el resto hombres (44.6%). En recientes encuestas realizadas por la Secretaría de Educación Pública se obtuvo que más del 55% de los estudiantes (de todos los niveles) pertenecen al sexo femenino,<sup>1</sup> lo que confirma los datos arrojados por el instrumento de tiempo libre.

En cuanto al **grado** que cursan los encuestados: el 46.1% fueron de primero y el 53.8% de segundo; tanto los porcentajes como el hecho de que existan más grupos de 1° que de 2°, deja ver la deserción escolar de quienes no aprueban el primer año o simplemente no continúan con el siguiente grado, esto provoca la reducción de los grupos. Estos datos apoyan el hecho de que en el primer año de secundaria existen 12 grupos (considerando turno matutino y vespertino), mientras que para el segundo sólo 10.

Para conocer las **actividades que** estos jóvenes de primero y segundo **realizan diariamente**, se les aplicó una pregunta abierta que pedía explicaran de manera general lo que hacían durante un día normal.

Las respuestas se agruparon en 4 rangos, según quienes:

- ✓ Realizan actividades domésticas, atienden su higiene personal, asisten a la escuela, dan atención a sus necesidades básicas, realizan algún deporte y juegan (51.5%). Esto refleja que la mayoría de los adolescentes ayudan con las tareas del hogar (los adultos delegan responsabilidades sobre ellos, parte del desarrollo), por otro lado, consideran importante

<sup>1</sup> El Universal. Nacional. P. 32-33



el hacer deporte y jugar; actividades propias del tiempo libre.

- ✓ Otro grupo de alumnos (32.3%) refieren estudiar, hacer la tarea, jugar, ver la televisión, usar la computadora y escuchar música. Estos no ayudan en los quehaceres del hogar, ni trabajan, por lo tanto usan una porción más de su tiempo personal para utilizar aparatos tecnológicos, mediante los que se divierten.
- ✓ El 12.3% de los encuestados mencionó que durante un día normal conviven con su familia, asisten a la escuela y realizan actividades que los divierten. En este aspecto sobresale la importancia que dan a la convivencia familiar, a pesar de no ayudar a las tareas del hogar, otro aspecto que estos jóvenes mencionaron es la diversión (una de las funciones del ocio), la cual realizan durante su tiempo libre.
- ✓ Por último, sólo el 3.8% contestó que entre sus actividades diarias, a parte de ir a la escuela el ser los encargados de cuidar a sus hermanos menores y hacer de comer, o trabajar. Este grupo de jóvenes fueron los únicos que no mencionaron el jugar, hacer deporte o convivir con la familia, pues suplen el tiempo que se dedica a estas actividades con el trabajo.

Lo anterior deja ver que la mayoría de los adolescentes no tienen más responsabilidad que el asistir a la escuela y ayudar en el hogar y por otro lado, el jugar o divertirse lo ven como una actividad diaria e importante. El juego es un factor decisivo para la socialización del adolescente, le permite conocer a otras personas, divertirse y recrearse.

Un día de un adolescente, transcurre entre el hogar y la escuela (lugar donde convive con sus amigos), donde por lo regular (cuando no salen temprano), pasan cerca de 7 horas, casi la tercera parte de un día.

Para conocer parte de las **actividades diarias** que un alumno de secundaria realiza, el tiempo que en ellas invierten, se les preguntó de cuánto tiempo disponen para:

- ✓ Aseo personal. A lo que la mayoría (44.6%) indicó usar de 30 minutos a una hora; a pesar de ser una característica de los adolescentes el pasar mucho tiempo frente al espejo, buscando su seguridad en el aspecto físico y en ocasiones se piensa que en la



adolescencia se invierte mucho tiempo en el arreglo personal, (los cambios ocurridos durante esta etapa, hacen a los adolescentes ya sea más vanidosos o inconformes con su aspecto) los resultados obtenidos demuestran que el tiempo usado es, relativamente un lapso de tiempo normal que cualquier individuo de cualquier edad puede invertir en esta acción.

- ✓ Comidas. Más de la mitad (51.5%) declaró tardar 45 minutos en su alimentación. Esto demuestra que a pesar de ser un aspecto importante para la supervivencia humana, no se requiere mucho tiempo para llevarlo a cabo. Este aspecto es importante porque durante la edad adolescente se tiende más a los trastornos alimenticios, sobre todo en las jovencitas que pretenden (estar a la moda), mantenerse muy delgadas y esto puede traer consecuencias en su salud, como desnutrición y la anemia, o hablando en casos más graves, la anorexia y la bulimia. Aunque por otro lado, existen quienes también comen mucho y sufren problemas de obesidad.
- ✓ Actividades domésticas. La mayoría (39.2%) usa de 1 a 2 horas en esta tarea, mientras que otra parte (el 9.2%) no realiza este tipo de labores. La inversión del tiempo de los jóvenes en esta área depende en su mayoría de que los adultos (padres, hermanos, familiares), cercanos a ellos, las asignen, como un método para hacerlos responsables. Para que ayuden como los demás miembros de la familia, se reparten las tareas del hogar. Y el resto menciona realizar este tipo de actividades esporádicamente y no saber el tiempo que invierten en ellas.
- ✓ Actividades extraescolares. Casi la mitad (43.7%) de los adolescentes mencionaron dedicar más de 2 horas en esta labor (algunos asisten a cursos de computación o inglés) esto les permite ampliar su conocimiento y reforzar el que reciben en la escuela secundaria, y sólo la minoría (9.2%) dijo no realizar ninguna actividad extraescolar, lo que les da más tiempo para otras acciones
- ✓ Transporte. Gran parte (68.4%) de los alumnos de la escuela donde se realizó la investigación viven cerca de esta, si bien algo de lo que los capitalinos nos quejamos constantemente es el tiempo que tardamos en el transporte, la mayoría de los adolescentes de la



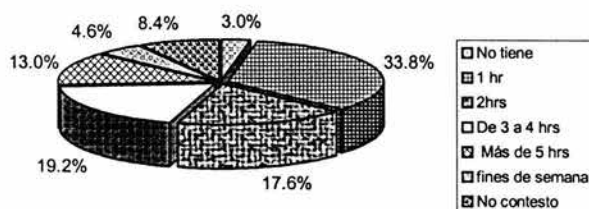
Secundaria Técnica Número 29 sólo pasan de 0 a 20 minutos en este rango. Esto quiere decir que viven cerca, en la misma delegación, donde se encuentra la secundaria. Sin embargo una pequeña porción (8%), mencionó tardar más de una hora en llegar de su casa a la escuela. El vivir en una ciudad tan poblada y con las vías de comunicación tan congestionadas hace más tardado el traslado de un lugar a otro. Es muy común observar en los medios de transporte públicos (metro, camiones, microbuses) a estudiantes, ocupando el tiempo de su traslado de un lugar a otro, en leer o realizar tareas propias de la escuela.

- ✓ Convivencia familiar. A pesar de que el 40.7% de los adolescentes dicen dedicar más de 4 horas diarias a la familia, el 6.1% sólo lo hace durante los fines de semana, debido a que tanto sus actividades escolares como el trabajo de sus padres, no les permiten convivir entre semana. Una porción igual (6.1%), dijo no compartir tiempo con sus familiares e incluso algunos de ellos agregaron no mantener una buena relación con ellos, ni interesarles el compartirles su tiempo, sus inquietudes o preocupaciones, prefiriendo estar con sus amigos. Es importante el tener en cuenta este pequeño porcentaje de jóvenes que tienen una mala relación con su núcleo familiar, pues esto puede incidir tanto en problemas disciplinarios, como en el mal uso de su tiempo libre, si no se les da una adecuada orientación. Incluso puede derivar en problemas complejos como la vagancia, el consumo de estupefacientes y la delincuencia. El núcleo familiar sigue siendo importante para la mayoría, porque el mejor apoyo en problemas existenciales que puede recibir un joven, proviene de la familia.
- ✓ Convivencia con los amigos. La etapa adolescente se caracteriza por dar gran importancia y dedicar buena parte del tiempo a los amigos. El 74.6% de la población encuestada convive más de 3 horas con sus amigos, quienes en su mayoría son de la misma escuela y esto les facilita el pasar más tiempo juntos. Sobresale que el 1.5% de los alumnos, mencionó no convivir con amigos e incluso no tenerlos. Esto habla sobre lo ermitaños que pueden ser los adolescentes, cuando sus cambios de carácter no les permite identificarse o integrarse a un grupo de amigos.



- ✓ **Tiempo libre.** Para este aspecto el 33.8% de los jóvenes usan 1 hora de su tiempo y el 19.2% de 3 a 4 horas. Siendo esta porción, considerable para poder realizar en ella actividades que ayuden a su formación tanto física como mental. Otro 3% mencionó no tener tiempo libre y este porcentaje coincide con quienes declararon trabajar o ayudar a cuidar a sus hermanos.

#### TIEMPO LIBRE



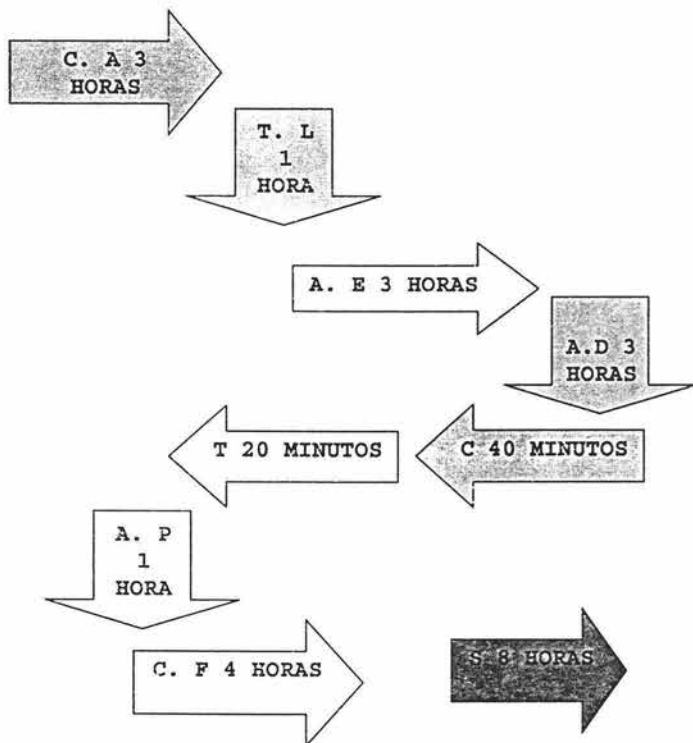
De las ocho actividades mencionadas anteriormente, se tomó el mayor porcentaje de cada una y según el tiempo mencionado, se creó el siguiente esquema que proyecta más concretamente como distribuye su día un adolescente de secundaria.

**Nota: Las letras representan las siguientes actividades:**

- S = sueño,
- C. F = convivencia familiar,
- C. A = convivencia con amigos,
- A. P = aseo personal,
- T. L tiempo libre,
- A. D = actividades domésticas,
- A. E = actividades extraescolares,
- T = transporte,
- C = comidas.



DISTRIBUCIÓN EN HORAS DEL TIEMPO LIBRE DE UN ADOLESCENTE



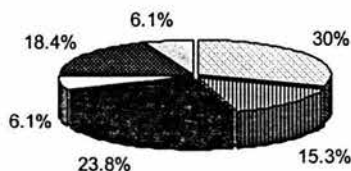
Entre la convivencia con los amigos, la convivencia familiar y las actividades extraescolares, se encuentra la asistencia a la escuela.

Por su parte, aquellos que **trabajan**, realizan esta actividad ya sea en negocios familiares o como empacadores de tiendas comerciales invirtiendo de 2 (25%), a 3 horas (75%) en esto.



Respecto al tiempo libre, su concepto e importancia, se realizó la siguiente pregunta:

**¿QUÉ ES EL TIEMPO LIBRE Y QUÉ IMPORTANCIA TIENE EN TU VIDA?**



- a) Convivencia, diversión, desaburrir, distracción, libertad, juego
- b) Expresión, desarrollo personal, solución de problemas, reflexión
- c) Relajación, desestresarse, descanso, meditación, gusto
- d) Ajeno al estudio y las obligaciones
- e) Nada que hacer, no importa
- f) No contesto

La mayoría de las respuestas coinciden con el concepto manejado por los griegos, (estado necesario de contemplación y predisposición a los valores más importantes: verdad, belleza de espíritu y bondad) también mencionan, aunque de manera separada, las 3 funciones del ocio (desarrollo personal, descanso y diversión)

Anteriormente en las escuelas se daba una educación humanista, para la formación que se adquiría a través del cuidado del cuerpo y el espíritu, por medio de la contemplación y la meditación. En la actualidad se preocupa por crear profesionales en diversas áreas, no dando importancia al cultivo del espíritu.

El tiempo libre, se ve como uno de los aspectos a los que dedican menos tiempo. Dentro de las preguntas del cuestionario aplicado, se encontraba la pregunta: ¿qué es el tiempo libre y cuál es su importancia? Al leer esto algunos



los alumnos se quedaban pensando por un buen rato y después de vacilar un poco contestaban, incluso hubo quienes prefirieron no contestar (6.1%).

Las concepciones que tienen del tiempo libre, no dista mucho de la realidad, pues, casi todos (con excepción del 18%), lo considera como un espacio importante en el que pueden convivir con la familia o los amigos; divertirse (forma parte de las funciones del ocio, según Dumazedier), desaburrirse, distraerse, ser libres y jugar; mientras que hay quienes (23.8%), se apegan más al concepto griego, de considerarlo como un espacio para la relajación, el descanso y la meditación, mientras que otros (15.3%), lo consideran como un medio para la expresión, el desarrollo personal (función del ocio), la solución de problemas personales y la reflexión.

Resulta interesante que aunque existan jóvenes a quienes no les importa el tiempo libre, ni lo que en el pueden lograr; los que lo consideran importante tienen una noción muy cercana a la real, esto interesa porque ayuda a la sensibilización de las actividades que pueden realizar durante él.

Al saber la idea que los adolescentes tienen del tiempo libre, y al ser el ocio una de las actividades más benéficas, que se pueden realizar durante este espacio, resultó importante preguntarles si sabían lo que era, pues si se es bien enfocado y no se concibe como "ociosidad", permite el desarrollo personal, la diversión y el descanso.

El 73% respondió no saber lo que era y del 26% que dijo si saber, el 19% lo ve como algo negativo, herencia de la concepción creada de este término, desde la revolución industrial; como una actividad perjudicial, ociosidad, el no hacer nada, el flojear, la vagancia. Un dato curioso es que el 6% restante asoció el ocio con la ansiedad. Ningún joven conoce su sentido positivo, y por ende, desconoce sus tres funciones (descanso, diversión y desarrollo personal).

A parte de las actividades enunciadas anteriormente, existen otras que no se encuentran dentro de estos rangos y que también se realizan durante el tiempo libre y para eso se preguntó a los jóvenes, qué hacen cuando tienen un tiempo vacío, a lo que respondieron

- ✓ Escuchar música (79.2%), está acción la llevan a cabo personas de todas las edades, pero durante la





adolescencia adquiere una importancia mayor; se escucha la radio a un nivel muy alto de volumen, y gran parte de los jóvenes se identifican con sus canciones favoritas e incluso intentan imitar a sus artistas favoritos. No escuchar la misma música que sus padres, sino, la que esta de moda.

- ✓ Ver la televisión. Una cantidad considerable (74.6%), de los adolescentes pasan sus tardes o mañanas frente al televisor, el cual ha pasado de ser un simple objeto de entretenimiento para convertirse en el encargado de transmitir lo que se debe de comer, vestir, a donde divertirse, ahorra la fastidiosa acción de pensar, de reflexionar, es uno de los medios masivos de comunicación más importantes. Y aunque su uso es positivo en la medida que cumple su función de comunicar, si no se le mira con una conciencia crítica, en el momento que una persona se enajena y pasa a tomar decisiones por lo que se dice en la televisión, sin antes pensar si son buenas o malas, se convierte en un problema, pues, no se toman decisiones por sí mismo.
- ✓ Platicar con amigos (46.9%). Acción necesaria para ampliar horizontes de socialización del joven, permite intercambiar y compartir opiniones con individuos de su misma edad. Un problema frecuente de esta acción es dar más importancia a lo que dicen los amigos, que a lo que dice la familia, sin importar si esta bien o mal.
- ✓ Videojuegos (42.3%). Desde el siglo anterior, este aparato electrónico adquirió gran importancia entre los niños y adolescentes, su uso adecuado gran importancia entre los niños y adolescentes, su uso adecuado y moderado ayuda al desarrollo del intelecto. (habilidades, capacidad de concentración, destrezas, habilidad de pensamiento rápido y eficaz), peor también cuando se excede su uso puede provocar problemas de salud (principalmente visuales).
- ✓ Uso de computadora (41.5%). A pesar de la rapidez que ofrece para realizar trabajos escolares o de investigación, se tiende a un uso excesivo de ella (Internet) debido a toda información que se puede encontrar en ella. La industria de la computación avanza a pasos agigantados y cada día presenta más novedades, por ello se necesita estar en contacto con ella.



- ✓ Leer un libro (38.4%). Es una de las actividades que aporta mayores beneficios, pues, permite el desarrollo de la imaginación, la concentración y amplía el conocimiento en diversas áreas. En la escuela Secundaria Técnica Número 29,, se lleva a cabo ( por parte del departamento de trabajo social), un proyecto de fomento a la lectura.
- ✓ Ir al cine (29.2%). Esta es una actividad positiva, que puede fomentar el pensamiento crítico, pero que también invita al consumismo innecesario.
- ✓ Aburrirse (26.1%). Cuando un joven tiene "demasiado" tiempo libre y no sabe como usarlo o desconoce la diversidad de actividades que durante el pueden realizarse, tienden a aburrirse.
- ✓ No hago nada (22.3%). Una de las facultades del tiempo libre es que durante el se puede hacer lo que se quiera, como el descansar, pero uno de los problemas es que cuando no se hace nada, bien se podría usar en realizar alguna actividad recreativa.
- ✓ Meditar (14.6%). Es considerable el número de jóvenes que meditan durante un tiempo vacío. Esta acción ayuda al desarrollo intelectual, permite la resolución de problemas existenciales y permite la introspección.
- ✓ Caminar (13%). Actividad que apoya el desarrollo físico del joven, le permite conocer nuevas personas y lugares. En ocasiones es utilizado como un medio para controlar el mal humor típico de la adolescencia.
- ✓ Conocer lugares (7.6%), esta actividad esta muy relacionada con el caminar. Permite al adolescente ampliar su horizonte de conocimientos, descubrir cosas nuevas y en cierto modo saciar su curiosidad.
- ✓ Dormir (1.5%) también es una característica de la pubertad y es benéfico para la salud, en el grado que permite descansar de las tareas de la vida cotidiana.

Como se ha visto la gama de actividades que se pueden realizar durante el tiempo libre, es muy diversa, lo único que se debe de hacer es enfocarla hacia el desarrollo humano, no cayendo en excesos y respetando a los demás mientras se realizan, por eso es importante dar a conocer a



los adolescentes los beneficios que tiene el realizar actividades que los ayuden a su desarrollo físico y mental.

Hay otras acciones que se llevan a cabo dentro del tiempo libre y que ayudan al desarrollo personal del adolescente, entre ellas se encuentran las siguientes:

- ✓ Actividades deportivas. De estas, las preferidas de los jóvenes son: el voleibol (40%), aeróbicos (27.9%), fútbol soccer (26.1%), ciclismo (21.5%), natación (10.7%), atletismo (10%), básquetbol (9.2%), y el fútbol americano. Pero hay quienes no realizan ninguna actividad deportiva (5.3%), a parte de la clase deportes en la escuela.

Los deportes ayudan al desarrollo psicomótriz de adolescente, a la oxigenación de la sangre y por tanto al buen funcionamiento del cuerpo.

- ✓ Actividades culturales. Entre las que más realizan se encuentran. La música (51.5%), la lectura (33%), la asistencia a eventos culturales (30%), la pintura (15.3%), el teatro (9.2%) y la danza (5.3 5). A pesar de la diversidad de actividades culturales que se pueden realizar, existen algunos (9.2%), que no llevan a cabo ninguna de ellas.

Las actividades culturales fomentan el intelecto y ayudan al desarrollo humano.

- ✓ Actividades recreativas. Las más nombradas fueron: el dibujo (57.6%), la asistencia a museos (23.8%), la asistencia a eventos deportivos (16.9%), el balón-pie (0.7%), el Rut-bool. (0.7%), la escritura y composición (0.7%). Resulta interesante que el 29.7% de los alumnos encuestados mencionaron no realizar ninguna actividad recreativa, mientras que otros (0.7%), consideran el chatear en Internet, los videojuegos y los graffitis como recreativas; y por una parte tienen razón, pues, estas son realizadas con plena conciencia, se efectúan durante el tiempo libre. Dejan un aprendizaje positivo, entretienen, y mediante ellas se expresa y se puede tener un sentido de aventura al efectuarlas, pero, en el momento que mediante ellas (por ejemplo los graffiti), se transgrede la integridad de otros dejan de ser recreativas para pasar a ser delitos, así como este hay muchos ejemplos en los que hay que enseñar a los jóvenes los límites entre las acciones que con



libertad realizan, para que estas no tengan un efecto negativo en ellos, ni en los que rodean; y de esta manera ejerzan su libertad con respeto hacia los demás.

- ✓ Actividades sociales. Particularmente estas actividades se realizan en grupo y su finalidad es la convivencia, el intercambio de opiniones (ideas) y la diversión. De entre estas actividades las favoritas de los jóvenes son el compartir y convivir con la familia (72.3%), esto refleja la importancia que para ellos tiene la familia y la comunicación con ella, el núcleo familiar, a pesar de haber sufrido muchos cambios en su composición original, constituye la institución más antigua e importante y uno de los pilares fundamentales para el apoyo y desarrollo, emocional y moral de todo ser humano.

Así mismo el 61.5% respondió el compartir y convivir con los amigos, quienes durante la adolescencia se convierten en cómplices, en una red de ayuda cuando se tienen algún problema, se identifican con ellos por tener las mismas inquietudes, por sufrir los mismos cambios (físicos e intelectuales), porque se entienden, hablan con los mismos modismos.

El 53.3%, asiste a fiestas, donde conoce y convive con todo tipo de personas, el riesgo de esta actividad se encuentra en que durante ella, se tiene acceso al alcohol, los cigarrillos y las drogas y caer en excesos el consumir cualquiera de ellos, puede traer graves consecuencias (de salud, principalmente), para quienes lo hacen. Y aunque no sólo durante esta actividad realizan acciones perjudiciales, si es una en la que es mas frecuente.

De manera especial, en las actividades sociales, hubo dos jóvenes (un hombre y una mujer), que mencionaron prestar servicio en alguna institución, más específicamente uno de ellos ayuda a la organización de eventos y pláticas a comunidades indígenas y el otro, cuida y atiende a personas de la tercera edad. Estos jóvenes son dignos de una mención especial, por ser un ejemplo de que no por ser adolescentes no saben lo que quieren o no son responsables, sino, que son bastante conscientes y sensibles acerca de los problemas sociales actuales y de que pueden hacer mucho para solucionarlos. Los adolescentes son la fuerza más grande del país y si todos ellos se preocuparan y ocuparan como estos dos adolescentes en hacer algo por los demás en ocupar "tan



bien" su tiempo libre, se lograría un verdadero equilibrio social.

Por otro lado, existen acciones que dañan a los jóvenes, como son el consumo de **alcohol**, 6.9% de los encuestados aceptan tomar alguna bebida alcohólica durante su tiempo libre. Fue importante hacer esta pregunta, porque es una de las actividades perjudiciales en el tiempo libre. Aunque es bueno saber que casi el total de los jóvenes no consumen alcohol, no es menos importante el porcentaje que si lo hace y más sobresaliente es que de estos, el mismo número pertenece al sexo femenino, y al masculino.

Sobre el **consumo de drogas** (el 100%, manifestó no consumir ninguna a pesar de que en recientes estudios la Secretaría de Educación Pública, identifica que en 180 escuelas del Distrito Federal se propicia el narcotráfico, sobre todo en las delegaciones Cuáhuhtemoc, Gustavo A. Madero e Iztapalapa).

La secundaria donde se realizó la investigación, está dentro del programa escuela segura, que se enfoca a la prevención y combate de la farmacodependencia.

"Escuela Segura - Sendero Seguro

Objetivo Constituir y mantener un ambiente de seguridad y convivencia dentro y fuera de la escuela para garantizar el cumplimiento de los fines y propósitos educativos

#### **Autoridades Involucradas**

- Sector educativo.
- Autoridades delegacionales.

#### **Funciones de las Autoridades Involucradas**

**Sector educativo:** le compete el desarrollo de las acciones dentro de la escuela, tales como:

- Reforzar los contenidos escolares en educación cívica y ética.
- Proporcionar actualización a los docentes en educación cívica y ética.
- Fomentar la educación física y artística, con actividades recreativas para los alumnos y los maestros.



- Fortalecer los programas de protección civil y emergencia escolar.
- Desarrollar cursos y seminarios de prevención del delito y las adicciones, dirigidos a la comunidad escolar.
- Definir estrategias integrales para atender adicciones y violencia.
- Revisar las mochilas de los alumnos a través de una comisión formada por padres de familia y personal docente.
- Explicar a los alumnos cuáles son las conductas antisociales, cuáles son las circunstancias que las propician y como evitar los riesgos.

**Autoridades delegacionales y policiales:** les corresponde realizar las actividades fuera de las escuelas, entre las que destacan:

- Vigilar la entrada y salida de estudiantes, especialmente en el turno vespertino y en las escuelas ubicadas en zonas con alto índice delictivo. Incluyendo los Programas "Código Águila" y "Protoescolar" del Subcomité de Seguridad Escolar.
- Atender emergencias durante la jornada escolar, en caso de que así lo soliciten las autoridades de la escuela.
- Determinar e identificar caminos denominados "sendero seguro" (entrada y salida de alumnos).
- Mejorar la infraestructura urbana en los senderos seguros y vigilarlos.
- Ordenar el comercio ambulante fuera de las escuelas.
- Clausurar establecimientos nocivos cercanos a las escuelas.
- Impartir cursos y seminarios de prevención del delito y adicciones a la comunidad escolar.

**A la fecha, el programa "Escuela Segura - Sendero Seguro" ha realizado las siguientes**

Dirección Territorial	No. de	
Escuelas	Población Beneficiada	No. de Conferencias
Aculco	18 22,700	40
Centro	20 34,800	24
Cabeza de Juárez	21 58,307	48
Ermita-Zaragoza	31 46,755	67
Paraje San Juan	20 18,199	45
San Lorenzo Tezonco	21	29,22047
Santa Catarina	17 26,300	39
<b>Total</b>	<b>152 236,281</b>	<b>340</b>



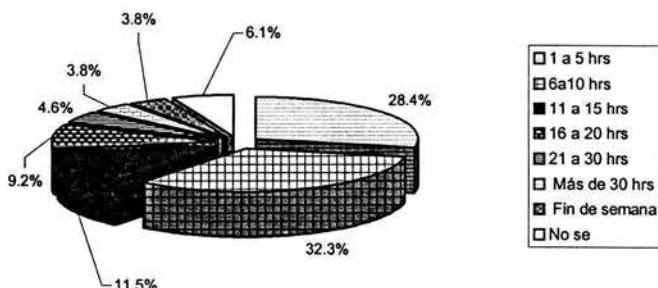
**RESPONSABLE** Subsecretaría de Participación Ciudadana y Prevención del Delito

**INFORMES** Prof. Leonardo Fonseca Paz y Puente 52-42-51-00 Ext. 5293"<sup>2</sup>

Sobre el **fumar** (3.8% aceptó realizar esta acción), aunque ese tres por ciento sea un número muy bajo, es de tomarse en cuenta, considerando que las enfermedades que produce esta acción es una de las primeras causas de muerte en nuestro país.

Al ser importante lo que se hace durante el tiempo libre, resulta trascendental las **horas que se dedican** (semanalmente), a esté. El 32% de los jóvenes usan de 6 a 10 horas de su tiempo semanal **al tiempo libre**, el 28.4% dedica de 1 a 5 horas, el 11.5% de 11 a 15 horas y el 21. 2% cuentan con más de 16 horas para este aspecto, sin embargo, el 3.8% declaró tener tiempo libre sólo durante los fines de semana, este porcentaje coincide con aquellos alumnos que mencionaron trabajar, además de atender a sus actividades escolares, se puede decir que por lo tanto esa sea la razón de que su tiempo libre se límite a los fines de semana.

**¿CUÁNTO TIEMPO EN HORAS DEDICAS A LAS ACTIVIDADES DE TIEMPO LIBRE, SEMANALMENTE?**



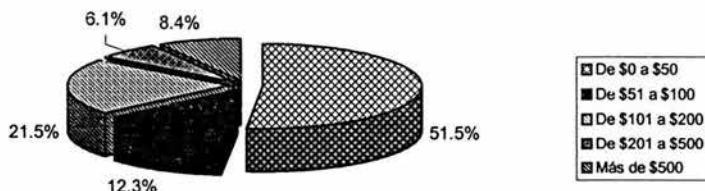
<sup>2</sup> Coordinación General de Seguridad Pública en Iztapalapa. [www.sspdf.gob.mx](http://www.sspdf.gob.mx). Secretaría de Seguridad Pública del Distrito Federal.



Es importante saber la **cantidad de horas que se enfocan al tiempo libre** pues cuando se tiene el suficiente para realizar todo lo que se desee y sobra tiempo, se puede caer en el aburrimiento, la pereza o en la realización de actividades perjudiciales como la vagancia y la delincuencia. Para los adolescentes la pertenencia a un grupo, donde busca ser aceptado, buscan identificarse con un grupo de iguales, esto puede desembocar en el peor de los casos en la formación de bandas de delincuentes (no siendo esta la única causa de la formación de bandas juveniles, también intervienen la situación familiar, económica, política, social, y cultural en donde se desenvuelven estos adolescentes).

Esta en los adultos (profesores y padres), enseñar a los adolescentes la diversidad de actividades recreativas, sociales, culturales y deportivas que pueden realizar durante ese tiempo y para los cuales (casi todas), no se necesita invertir una gran cantidad de **dinero**. Esto se comprobó al contestar el 51.5% que en su **tiempo libre** no gastan más de \$50 pesos y sólo el 8.4% mencionó utilizar más de \$500 semanalmente para la realización de actividades del tiempo libre.

#### ¿CUÁNTO DINERO INVIERTES SEMANALMENTE EN LA REALIZACIÓN DE ACTIVIDADES DE TIEMPO LIBRE?



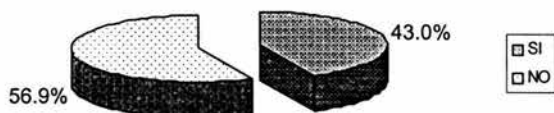
El último aspecto que se investigó, fue acerca de la **administración del tiempo** y para conocer como se concibe este tema lo primero fue preguntar si cuentan con un horario personal de actividades. A lo que el 43% respondió positivamente, mientras que la mayoría (pero no por mucho) contestó que no, pareciera que a pesar de esa negatividad hacia la organización que tienen algunos adolescentes, ni siquiera saben porque responden que no a las cosas o no les dan la debida importancia. Los que lo justifican dicen que





es por no darle importancia y sólo la minoría menciona la variación de actividades.

#### ¿CUENTAS CON UN HORARIO PERSONAL DE ACTIVIDADES?



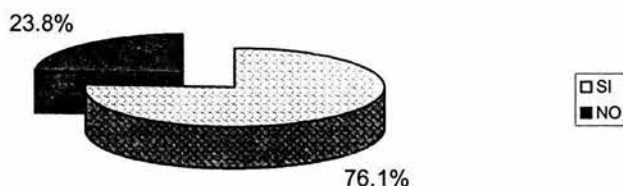
Del 100% de encuestados, el 82.3% considera que el tener un **horario personal** es importante porque proporciona orden y proyecta organización (30.7%), porque da tiempo para conocerse y tener el control de su vida (10.7%), para hacer lo que quieran y el día les rinda más, sin presiones (29.2%) y para tener más tiempo libre. Al ser una pregunta abierta, permitió tener una visión más completa y el que mencionen que es importante para tener más tiempo libre.

Del 17.6% que contestó que **no era importante** tener un **horario de actividades**, el 8.4%, no supieron explicar el por qué, el 3% dijo que porque no le daban importancia, el 3.8% no contestó y el resto (2.3%, porque sus actividades varían). El sólo hecho de saber en que se emplea el tiempo y cuánto tarda en hacer las cosas, ayuda al joven a planear mejor su día.

Una actividad que ayuda a tener más tiempo libre y a organizarlo mejor es la **administración del tiempo**, por ello, se preguntó si sabían lo que era y su importancia. La mayoría (76.1%) contestó que sí y sólo el 23.8%, dijo que no.



## ¿SABES QUÉ ES LA ADMINISTRACIÓN DEL TIEMPO?



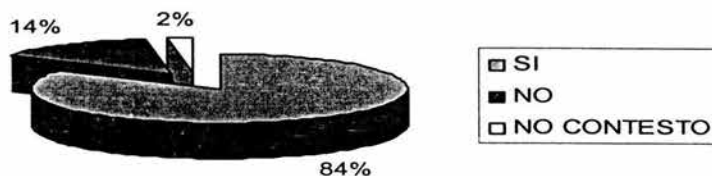
La tendencia marca que los jóvenes de la Secundaria Técnica Número 29, consideran importante la administración del tiempo, porque les ayuda a organizar sus actividades y tener el control de su vida, rango característico de la adolescencia, donde se busca la libertad y autonomía en los actos. La concepción que manejan es muy parecida a la original. Hacen mención al tiempo libre, lo que proyecta que con la aplicación del cuestionario, se logró lo consideraran importante. En la adolescencia se producen cambios y por eso hay quienes buscan tener el control de su vida. En cuanto a quienes consideran importante el practicar la administración del tiempo casi todos (80%), mencionó que sí lo era porque ayuda a organizar y tener control sobre las acciones de la vida cotidiana (37.6%), ayuda a saber cuanto tiempo se tiene y a usarlo en lo que más les gusta (16.1%), mediante ella, rinde más el tiempo y se pueden hacer más cosas (10.7%), y una pequeña parte (6.9%) dijo que su utilidad es para tener más tiempo libre.

Lo anterior coincide con las respuestas obtenidas en lo referente a un horario personal de actividades, El cual es una herramienta de la administración del tiempo y conforma un patrón con el cual se pueden medir los progresos en el uso eficaz del tiempo personal.

El que se mencione al tiempo libre con la administración del tiempo, refiere la relación que existe entre ellos, y para confirmarlo se preguntó si la administración del tiempo influye en la utilización y disposición del tiempo libre. El 83.8%, dijo que sí mientras que el resto considera que no.



**¿CREES QUE LA ADMINISTRACIÓN DEL TIEMPO INFLUYE EN LA DISPOSICIÓN DEL TIEMPO LIBRE?**



Si se planean las actividades diarias, esto permite tener un mejor control del tiempo y por lo tanto se puede ampliar un espacio para realizar lo que se prefiera.

La información obtenida de la investigación permite ver que los jóvenes con quienes se realizó no tienen un concepto certero del tiempo libre, así mismo, desconocen su sentido positivo y el uso del ocio. Algunas de las actividades que realizan durante su tiempo libre, son benéficas para su salud, a pesar de que algunos no realizan ninguna actividad y prefieren aburrirse o no hacer nada durante este espacio. De los jóvenes que confesaron tomar alguna bebida alcohólica o fumar, son el mismo porcentaje de hombres que de mujeres. Y por último, aunque mencionaron que les gusta tener el control de su vida, son pocos los que hacen uso de algún horario personal, no teniendo claro lo que significa administrar el tiempo y sus beneficios.

**4.4. EL TRABAJADOR SOCIAL EN LA ESCUELA SECUNDARIA TÉCNICA NÚMERO 29.**

Para conocer el papel del trabajador social se aplicó una entrevista estructurada (ANEXO NÚMERO 2), a la persona que se encuentra en dicho cargo dentro de la institución, manejando preguntas como:



- ✓ Datos generales (profesión y tiempo de laborar en la escuela)
- ✓ Cuáles son sus actividades diarias
- ✓ La posibilidad de aplicar algún proyecto
- ✓ Y si existen antecedentes sobre algún proyecto del uso del tiempo libre de los alumnos

Para conocer la función del Trabajador Social en la escuela secundaria y las actividades que realiza, se aplicó una entrevista formal y estructurada (ANEXO 3), con la persona encargada del departamento de Trabajo Social y de una manera informal con la orientadora del plantel.

La persona que se encuentra en el puesto de Trabajo Social tiene 31 años, pertenece al sexo femenino, es Licenciada en Psicología y lleva 6 años trabajando en la institución y forma parte de un equipo multidisciplinario (Orientadora, Psicóloga, Académicos, Trabajador Social.).

La razón de que sea una psicóloga la encargada de las actividades de Trabajo Social, es porque desde hace algunos meses el puesto está vacante y alguien tenía que cubrirlo, pero, desde hace más de seis meses solicitaron a la Escuela Nacional de Trabajo Social, un prestador de servicio social, el cuál termino su ciclo dos semanas antes de iniciar el mes de Julio.

Las funciones y actividades que se realizan diariamente en Trabajo Social, son:

#### **FUNCIONES**

- ✓ Investigación. Formación de expediente por alumno, al cual se integra el estudio socio familiar de los estudiantes que presentan algunos problemas, seguimiento de reportes y citatorios.
- ✓ Planeación. Se lleva a cabo el proyecto e fomento a la lectura.
- ✓ Educación social. Se atiende a los padres de familia que llegan a pedir informes sobre la educación y disciplina de sus hijos.



### ACTIVIDADES

- ✓ Pasar lista diario a todos los alumnos
- ✓ Entrega de libros que presta la Secretaría de Educación Pública a los estudiantes de bajos recursos económicos
- ✓ Realización de justificantes, pases de salida, circulares y citatorios.

Normalmente también se desempeñan funciones (como la investigación de los problemas de los alumnos y la programación y ejecución de talleres), entre el alumno, la familia, la escuela y la comunidad, esto consiste en establecer relaciones entre la escuela y los padres, integrar en el plantel a los niños con problemas de adaptación y trabajar con padres de niños problemáticos.

Además se tiene la posibilidad de aplicar cualquier proyecto en beneficio de la institución.

Los proyectos que han llevado a cabo son:

- ✓ Taller de padres. Los orienta en relación con sus hijos y su formación en la escuela.
- ✓ Pláticas con adolescentes, sobre temas que les inquietan y como medida preventiva de adicciones y mala conducta.

No ha existido ningún proyecto sobre el uso del tiempo libre de los alumnos, por eso cuando se presentó a la orientadora del plantel, la investigación que se pretendía realizar en la institución sobre el uso del tiempo libre, le pareció algo innovador e interesante.

Cuando los alumnos tienen una hora libre, la encargada del departamento de Trabajo Social, aplica el proyecto de fomento a la lectura, trabaja con ellos elaborando ejercicios de la clase que no tuvieron o se dan pláticas de prevención de adicciones.

Se observó que cuando los alumnos se encuentran en receso, algunos de ellos asisten al departamento de Orientación y Trabajo Social, para resolver algunas dudas o para platicar sobre alguna de sus inquietudes. La relación que mantienen los alumnos con sus superiores es de cordialidad y respeto.



---

En tanto el Trabajador social tiene la posibilidad de realizar proyectos educativos, juega un papel importante en el uso del tiempo libre de los adolescentes de secundaria. Lo anterior demuestra que el Trabajador social desempeña un papel primordial durante el tiempo libre escolar de los adolescentes, a lo que es recomendable para la institución tener un profesional de dicha carrera en su lugar.

Algunos alumnos saben lo qué es el tiempo libre (44%), pero no manejan un concepto exacto, además de que tienen un manejo negativo del ocio, pues lo ven como ociosidad. No todos realizan alguna actividad que les ayude a su desarrollo personal, incluso algunos no hacen nada o se aburren durante este espacio de tiempo.

Cabe aclarar que esta es una visión muy general, por lo tanto sería recomendable ampliar la investigación hacia todos los alumnos de la escuela y de otras instancias educativas de otras delegaciones, para poder tener un panorama más completo y certero sobre cómo usan su tiempo libre los adolescentes de secundaria del Distrito Federal.



# CONCLUSIONES Y SUGERENCIAS



## CONCLUSIONES

El tiempo libre es un espacio necesario para todo ser humano, porque en él descansa, se divierte y desarrolla sus capacidades, pero, para los adolescentes se vislumbra como un factor de apoyo en su desarrollo intelectual al poder hacer uso de su imaginación y creatividad; y físico cuando realizan algún deporte, además de ser un espacio necesario para el fomento y afirmación de valores.

La gama de actividades que se pueden realizar durante él, es muy diversa, por eso, se debe orientar a los jóvenes hacia aquellas que les proporcionen algún beneficio en su desarrollo, sin caer en actividades perjudiciales como lo son el consumo de estupefacientes, la vagancia y la delincuencia.

El Distrito Federal es una de las entidades más pobladas del mundo, lo que provoca la falta de servicios, el desempleo y el aumento de la inseguridad (entre otros problemas sociales). Dentro de esta entidad, según datos de la Secretaría de Seguridad Pública, una de las zonas con mayor índice delictivo es la delegación Iztapalapa, donde la mayoría de los delinquentes son adolescentes.

La escuela debe ser un medio por el que se inculquen y se afirmen valores que los adolescentes debieron aprender en el seno familiar, como el respeto, la tolerancia y la honestidad, necesarios para la convivencia armoniosa de la sociedad y mismos que pueden ser fomentados durante el tiempo libre.

De ahí surgió la idea de hacer una exploración y descripción sobre este tema, y delimitando el universo de trabajo se efectuó en la Secundaria Técnica 29, localizada en la Delegación Iztapalapa, siendo el objetivo general, diseñar una propuesta de sensibilización y concientización sobre el uso del tiempo libre de los adolescentes de secundaria (presentada en páginas posteriores). Para ello se realizó una investigación exploratoria descriptiva, teniendo como base las siguientes hipótesis:

1. Si los adolescentes de secundaria no saben lo que es el tiempo libre, entonces no lo consideran importante
2. Si los jóvenes de secundaria hacen buen uso de su tiempo libre, entonces esto se verá reflejado en su desarrollo personal





3. Si los adolescentes de secundaria hacen mal uso de su tiempo libre, entonces pueden caer en la omisión de actividades y la ocupación en acciones perjudiciales
4. Cuando los jóvenes de secundaria no saben lo que es la administración del tiempo, por consiguiente no tienen un horario personal de actividades.

De las cuatro hipótesis planteadas, ninguna resultó falsa, por lo que se puede decir que pocos alumnos manejan una noción adecuada del tiempo libre, sin embargo, los que lo que si saben que es, tienen un buen manejo de su concepto y lo creen importante; mencionando palabras que se relacionan íntimamente con él (recreación, diversión, descanso), algunos incluso consideran que es necesario para el cuidado del cuerpo y espíritu, por medio del autoconocimiento y la meditación (criterio que los griegos juzgaban importante en el tiempo libre).

Para completar la respuesta a esta hipótesis (en el instrumento aplicado), se incluyó la pregunta: ¿Qué es el ocio?, a lo que la mayoría contestó verlo como "ociosidad", conservando la idea surgida durante la Revolución Industrial, donde se veía al ocio como algo negativo, como una actividad que se realiza para perder el tiempo y que no tiene beneficio. Por ello es necesario re-educar a los jóvenes sobre este concepto, enseñándoles que es una actividad benéfica que se puede cumplir durante el tiempo libre y sus funciones son (según Dumazedier), el descanso, la diversión y el desarrollo personal.

Con lo anterior se concluye que los alumnos de la Secundaria Técnica 29, no manejan un concepto exacto de tiempo libre, ni lo consideran importante. Por eso es conveniente mostrarles a estos jóvenes la diversidad de actividades que se pueden efectuar durante este espacio y los beneficios en su desarrollo físico e intelectual que conlleva el realizarlas.

No todos practican actividades que los ayudan a su desarrollo personal (deportivas, culturales, recreativas y sociales), algunos porque les da flojera, no saben donde realizarlas, no les gustan o no conocen todo lo que pueden hacer en este tiempo. Por eso es necesario investigar y dar a conocer todas las actividades que pueden realizar, puesto que no se limitan a lo ya conocido, hay para todos los gustos, necesidades y posibilidades.



En este aspecto sobresale que durante la investigación se detectó a dos adolescentes que prestan servicio voluntario: uno en la organización de actividades para indígenas y otro en la ayuda a personas de la tercera edad. Estos jóvenes son un ejemplo para los demás alumnos. Posiblemente el realizar este servicio social, les sirva en un futuro para decidir que profesión desean estudiar y también para la formación de una actitud más crítica, es decir, **consciente** en cuanto a su realidad.

Sin embargo, hay quienes realizan actividades perjudiciales, como el fumar y el consumo de alcohol, resaltando que ya no se diferencian entre géneros (como en otras épocas, donde la actitud de la mayoría de las féminas era más recatada), ya que según los resultados de la investigación, casi la misma cantidad de hombres y mujeres consumen alcohol o fuman. Esto es de tomarse en cuenta y alertar no sólo a las autoridades de la escuela, si no a los padres de familia, para que hablen con los jóvenes sobre las consecuencias de estas acciones, antes que se conviertan en adicciones y pueden causarles daños irreversibles en su salud física y emocional.

Otro punto retomado en la investigación fue la administración del tiempo, donde la mayoría no saben a ciencia cierta lo que implica este concepto ni tienen un horario personal donde organicen sus actividades. Surgiendo de aquí la idea de fomentar esta acción en quienes no hacen uso de este método y dándoles a conocer sus beneficios.

A grandes rasgos, se puede decir que la mayoría de los alumnos de esta escuela son jóvenes sanos que saben los beneficios que les proporciona el buen uso de su tiempo libre.

Por último, cabe mencionar que los objetivos de la investigación se cumplieron al obtener datos sobre las actividades que los alumnos de esta escuela realizan durante su tiempo libre y las horas que dedican a este espacio.



**SUGERENCIAS:**

El papel del Trabajador Social ante el tema es muy importante, pues, se encuentra en contacto directo con los alumnos. Y tiene la posibilidad de realizar proyectos educativos que beneficien a los estudiantes, esto permitiría aplicar un proyecto sobre el uso del tiempo libre, desempeñando actividades preventivas ante factores de riesgo (como el inicio en el consumo de drogas - incluyendo el cigarro y el alcohol-, la delincuencia y la vagancia), es decir, realizando actos enfocados a encaminarlos a ocupar su tiempo libre en actividades que les proporcionen un beneficio (físico o mental), en su desarrollo, y así evitar que estos jóvenes (en un futuro), cometan acciones perjudiciales como la vagancia, la delincuencia y el consumo de estupefacientes. E incluso pudiendo impedir que las actividades que estos jóvenes realizan hoy, puedan desembocar en grandes problemas sociales como el aumento de la delincuencia y la inseguridad.

Lo anterior demuestra que el Trabajador social desempeña un papel primordial durante el tiempo libre escolar de los adolescentes, a lo que es recomendable para la institución tener un profesional de dicha carrera en ese puesto.

Con base en los resultados obtenidos en la investigación sobre el uso del tiempo libre de los alumnos de la Secundaria Técnica 29, se diseñó una propuesta, misma que se presenta a continuación.



# PROPUESTAS

*“Una lucecita por más pequeña  
que sea nunca es de despreciar  
por más brillante que sea el sol”  
(Bertrand Russell)*



## **CÓMO SENSIBILIZAR Y CONCIENTIZAR A LOS JÓVENES DE SECUNDARIA SOBRE EL USO ADECUADO DE SU TIEMPO LIBRE**

Los resultados más sobresalientes de la investigación sobre el uso del tiempo libre de los alumnos de secundaria son:

- ✓ El 54.1% de los adolescentes encuestados consideran que el tiempo libre no es importante, pues durante él no se hace nada y es ajeno a las obligaciones; mientras el 45.9%, lo relacionan con conceptos como descanso, diversión, libertad, juego y desarrollo personal.
- ✓ El 73% no sabe que es el ocio.
- ✓ El 19% consideran al ocio como algo negativo.
- ✓ El 33.8% dedican una hora semanal a su tiempo libre.
- ✓ El 19.2% usan de 3 a 4 horas semanales en su tiempo libre.
- ✓ El 6.9% consume alcohol.
- ✓ El 3.8% fuma.
- ✓ El 26.1% se aburren y el 22.3% no hacen nada durante su tiempo libre.
- ✓ El 27.6% pertenece a una agrupación o banda juvenil en su comunidad (cabe mencionar, que por un error en el cuestionario aplicado, no se hizo la separación entre lo que es una agrupación y una banda juvenil, siendo que son diferentes), realizando actividades como jugar, platicar, pasear o pintar graffitis.

Con base a lo anterior y a las etapas para la sensibilización y concientización (vistas en el capítulo 3), se realizan las propuestas dirigidas a los alumnos de la Secundaria Técnica 29, sobre la importancia que tiene el tiempo libre y el ocio, en sus vidas; también se enlistan varias actividades que pueden realizar durante su tiempo libre y que les ayudaran a su desarrollo personal.

Primeramente, se aplica la sensibilización con una propuesta de talleres educativos, cuya finalidad es informar y sensibilizar a los alumnos sobre el uso de su tiempo libre.

Posteriormente, sigue la concientización, la cual se pretende lograr mediante la creación de un club juvenil, que sirva a los adolescentes, para la reflexión, el



análisis y realización de acciones durante el tiempo libre escolar.

Por último, se presenta como una sugerencia la creación de un horario personal, como un método de organización y planeación de actividades.

Las etapas a seguir para lograr la **sensibilización** en los jóvenes de secundaria acerca del uso del tiempo libre son:

- ✓ Enseñar a los jóvenes el concepto de tiempo libre, las palabras que se relacionan con el término y su importancia real. Proporcionarles información general sobre el tema.
- ✓ Dar a conocer a los alumnos la diversidad de actividades que se pueden realizar durante el tiempo libre y sus beneficios.
- ✓ Hacer ver al adolescente que lo importante es usar su tiempo libre con libertad, pero, también con responsabilidad, evitando así los riesgos de caer en actividades perjudiciales como la vagancia, las adicciones y la delincuencia.
- ✓ Realizar una retroalimentación con los alumnos teniendo en cuenta todas las opiniones resolviendo las dudas e inducirlos a tomar la mejor decisión para el uso del tiempo libre, realizando actividades formativas, que los ayuden a su desarrollo y a la afirmación de su personalidad. Informarles a su vez los riesgos que se corren la hacer mal uso del tiempo libre y sus consecuencias.

Para llevar a cabo estas etapas se propone realizar, mediante la modalidad de **talleres** ("Es una estructura grupal personalizada de acción, orientada por la experiencia de enseñanza-aprendizaje, que incluye al alumno y al docente como sujetos de educación en una co-gestión participatoria, libre, responsable y placentera"<sup>1</sup>).

### SESIONES EDUCATIVAS

**Objetivo General:** Sensibilizar a los adolescentes sobre el uso, positivo del tiempo libre y por ende, de ocio, recreación y administración del tiempo. Y motivarlos hacia la acción, para lograr que colaboren y participen.

<sup>1</sup> Lespada, Juan Carlos. Aprender haciendo. Talleres en la escuela. P .36.



**Espacio Físico:** Se propone realizar las sesiones dentro de los mismos salones de clase cuando los alumnos tengan una hora libre.

Se plantean **siete sesiones** básicas, cuyo contenido es el siguiente:

SESIÓN	TEMA	OBJETIVO	TÉCNICAS SUGERIDAS
1	PRESENTACIÓN	Lograr el conocimiento, comunicación y atención entre los miembros del grupo	"Cadena de nombres". <sup>2</sup> Comienza cualquier integrante del grupo diciendo su nombre, la persona de la derecha dice el suyo y repite el de la izquierda y así sucesivamente. Si alguien se equivoca se le hace una pregunta sobre lo que le gusta hacer en su tiempo libre
2	¿QUÉ ES EL TIEMPO LIBRE Y EL OCIO?	Favorecer la aparición de actitudes de ocio y ayudar a darle un contenido educativo a las actividades que se realizan durante el tiempo libre	"Lluvia de ideas". <sup>3</sup> <u>Objetivo:</u> Su finalidad es plantear una conclusión del tema visto, de una manera rápida y con la participación de todos los integrantes del grupo. <u>Desarrollo:</u> En el orden que el coordinador de la sesión elija, todos y cada uno de los miembros del grupo dan una idea acerca del tema visto y se anota en el pizarrón. Cuando todos los integrantes hallan participado, se hace una conclusión general
3	IMPORTANCIA DEL TIEMPO LIBRE Y EL OCIO	Promover la acción del ocio durante el tiempo libre desde la visión que esté sirve para hacer y crear.	"Collage". <sup>4</sup> <u>Objetivo:</u> Sensibilizar a los alumnos, mediante la libre expresión del tema. <u>Material:</u> Tijeras, papel de colores, pegamento, cartulina, revistas, dibujos, lápices de colores. <u>Desarrollo:</u> Se divide el grupo en círculos de no más de seis personas y se les dice que respondan ¿por qué es importante el tiempo libre?, y sus usos, mediante recortes pegados en la cartulina. Cada círculo explica su collage ya terminado y se realiza una conclusión general

<sup>2</sup> José David. Juegos y Trabajo Social. Un auxiliar en la práctica. p. 27.

<sup>3</sup> José David. Op. Cit. p. 136.

<sup>4</sup> José David. Op.Cit. p. 27.



SESIÓN	TEMA	OBJETIVO	TÉCNICAS SUGERIDAS
4	USOS DEL TIEMPO LIBRE	Impulsar el manejo de un concepto activo y positivo del tiempo libre que favorezca el desarrollo personal y la creatividad de los alumnos	"Lluvia de ideas". <sup>5</sup>
5	RIESGOS EN EL USO DEL TIEMPO LIBRE	Sensibilizar a los alumnos sobre su forma de vida, el uso que dan a su tiempo libre, el cómo influye el lugar dónde viven, los adultos, los amigos, la familia, los medios de comunicación y la escuela en sus elecciones	<p><b>Cuestionario de vida.</b>  <b>Objetivo:</b> Que el alumno realice una introspección sobre sus preferencias, sentimientos y acciones.  <b>Desarrollo:</b> Contestar el siguiente cuestionario de manera individual, sin ponerle nombre. Una vez contestados los instrumentos, se regresan al coordinador y esté a su vez los vuelve a distribuir entre los alumnos, sin que a nadie le vuelva a tocar el suyo. Por último se comentan las respuestas ante el grupo.</p> <p><b>CUESTIONARIO</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Cuando pienso en el futuro, yo me veo</li> <li>2. Cuando algo me preocupa, yo</li> <li>3. Las reglas y normas sociales me hacen sentir</li> <li>4. Estoy más feliz cuando</li> <li>5. Las cosas que más me descontrolan son</li> <li>6. Cuando soy rechazado generalmente</li> <li>7. Para mi pertenecer es</li> <li>8. Romper reglas me hace sentir</li> <li>9. Me gusta ser seguidor de alguien cuando</li> <li>10. Las cosas que me hacen enojar son</li> <li>11. Cuando estoy solo, generalmente</li> <li>12. Soy rebelde cuando</li> <li>13. La emoción que más difícil puedo controlar es</li> <li>14. Mi punto débil es</li> <li>15. Tengo miedo de</li> <li>16. Creo en</li> <li>17. Lo que más me da alegría es</li> <li>18. Me desespera que</li> <li>19. Mi mayor esperanza es</li> <li>20. Durante mi tiempo libre yo</li> <li>21. Mis metas son</li> </ol>

**NOTA:** El instrumento se creó a partir de la investigación documental y por su amplitud, se sugiere aplicar sólo las preguntas que el coordinador de las sesiones considere más relevantes.

<sup>5</sup> José David. Op.Cit. p.27





SESIÓN	TEMA	OBJETIVO	TÉCNICAS SUGERIDAS												
6	ACTIVIDADES FORMATIVAS QUE SE PUEDEN REALIZAR DURANTE EL TIEMPO LIBRE	Invitar a que los integrantes del grupo conozcan todas las actividades que pueden realizar durante su tiempo libre y lo transmitan a los que viven a su alrededor. Todo lo anterior en un ambiente de respeto y dando libertad de opinión a los alumnos.	<p>Hacer una lista de actividades. Teniendo en cuenta la siguiente lista:</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>ACTIVIDAD</th> <th>VENTAJA</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td><b>Pasatiempos</b></td> <td>Entretención</td> </tr> <tr> <td><b>Culturales:</b> Danza Lectura Música Teatro Pintura Cine</td> <td>Impulsa el desarrollo intelectual de los jóvenes</td> </tr> <tr> <td><b>Deportivas:</b> Atletismo Natación Ciclismo Put ball soccer Put ball americano Voleiball Aeróbicos Basketball Pesas Tenis</td> <td>Ayuda al desarrollo de las capacidades físicas</td> </tr> <tr> <td><b>Recreativas:</b> Dibujo Asistencia a museos Asistencia a eventos culturales y deportivos Excursiones</td> <td>Amplia la diversión y el conocimiento</td> </tr> <tr> <td><b>Sociales:</b> Convivencia con los amigos o la familia Prestación de servicio en alguna institución de asistencia social Formación de CLUBES JUVENILES.</td> <td>Fomenta la socialización y el formar parte de grupos sanos de convivencia.</td> </tr> </tbody> </table>	ACTIVIDAD	VENTAJA	<b>Pasatiempos</b>	Entretención	<b>Culturales:</b> Danza Lectura Música Teatro Pintura Cine	Impulsa el desarrollo intelectual de los jóvenes	<b>Deportivas:</b> Atletismo Natación Ciclismo Put ball soccer Put ball americano Voleiball Aeróbicos Basketball Pesas Tenis	Ayuda al desarrollo de las capacidades físicas	<b>Recreativas:</b> Dibujo Asistencia a museos Asistencia a eventos culturales y deportivos Excursiones	Amplia la diversión y el conocimiento	<b>Sociales:</b> Convivencia con los amigos o la familia Prestación de servicio en alguna institución de asistencia social Formación de CLUBES JUVENILES.	Fomenta la socialización y el formar parte de grupos sanos de convivencia.
ACTIVIDAD	VENTAJA														
<b>Pasatiempos</b>	Entretención														
<b>Culturales:</b> Danza Lectura Música Teatro Pintura Cine	Impulsa el desarrollo intelectual de los jóvenes														
<b>Deportivas:</b> Atletismo Natación Ciclismo Put ball soccer Put ball americano Voleiball Aeróbicos Basketball Pesas Tenis	Ayuda al desarrollo de las capacidades físicas														
<b>Recreativas:</b> Dibujo Asistencia a museos Asistencia a eventos culturales y deportivos Excursiones	Amplia la diversión y el conocimiento														
<b>Sociales:</b> Convivencia con los amigos o la familia Prestación de servicio en alguna institución de asistencia social Formación de CLUBES JUVENILES.	Fomenta la socialización y el formar parte de grupos sanos de convivencia.														
7	CIERRE	Dar un repaso general a los temas vistos en las sesiones anteriores, definir compromisos personales y grupales	"Lluvia de ideas" <sup>6</sup>												

<sup>6</sup> ídem



Concluidas las sesiones y para comprobar que se logró sensibilizar a los alumnos sobre el uso de su tiempo libre, es necesario realizar una evaluación que permita conocer si se cumplió con el objetivo planteado.

Mediante una evaluación se puede observar los errores y aciertos que se tuvieron y permite realizar cambios o ajustes con el fin de mejorar. Esto se aplica tanto a la estructura de las sesiones como al desempeño del coordinador de las sesiones.

**FORMATO DE HOJA DE EVALUACIÓN SOBRE LAS SESIONES INFORMATIVAS.**

1. Los objetivos fueron claros: Si ( ) No ( )
2. El contenido de las sesiones fue: Completo ( ) Medio Completo ( ) incompleto ( )
3. La participación en las sesiones fue: Buena ( ) Mala ( ) Muy Buena ( )
4. La información dada es interesante: Si ( ) No ( )
5. Tuviste oportunidad de tener experiencias de crecimiento personal: Si ( ) No ( )
6. ¿Qué te gustó de las sesiones y por qué?-----
7. ¿Qué no te gustó y por qué?-----
8. ¿Cómo clasificarías las sesiones? Palomea la respuesta.

Sin valor    1    2    3    4    5    6    7    8    9    10    Valioso  
 Malo    Mediocre    Aceptable    Bueno    Excelente

9. Crees que lo aprendido en las sesiones te servirá y podrás aplicarlo en un futuro, porque-----
10. ¿Qué cambios propones para las sesiones?-----
11. Recomendarías estas sesiones a alumnos de otras escuelas: Si ( ) No ( )
12. Comentarios-----

Debido a que durante la investigación bibliográfica y documental no se encontró registro de ningún documento o actividad para evaluar la sensibilización, surgió la idea de diseñar el cuestionario anterior, como una forma de evaluar esta técnica. Considerando que si sólo se aplicará el siguiente cuestionario, la evaluación estaría incompleta, se sugiere realizar una evaluación continua, que contemple el cambio de actitudes de los alumnos.

Después de haber realizado las sesiones informativas sobre el tiempo libre, de que los alumnos manejen adecuadamente los conceptos básicos del tema y los utilicen para analizar su forma de vida, se debe impulsarlos a que realicen un cambio a que no se queden sólo con la teoría, sino, que



lleven sus conocimientos a la praxis, es decir, se **concienticen**.

Para lograr esto, se necesita pasar por tres etapas básicas:

1. Conciencia semi- intransitiva. Enseñar y hacer creer al adolescente de la posibilidad que tiene de jugar un papel importante en la sociedad y de las funciones que puede y debe desarrollar en el uso de su tiempo libre, debe considerar no sólo sus preferencias, sino, también lo que pasa fuera de él como individuo, su contexto. Debe saber que el tiempo libre implica no sólo libertad, sino, que contrae responsabilidades el usarlo de una manera inadecuada, que de la variedad de actividades que se pueden realizar durante este espacio, debe elegir las que fomenten su desarrollo y que existen acciones perjudiciales que pueden traer graves consecuencias para él. Un ejemplo, sería cuando un joven utiliza su tiempo libre para consumir fármacos, esto, a la larga le provocará problemas de salud y si continúa en esa actividad podría incluso morir.
2. Conciencia ingenua- transitiva. Los adolescentes de secundaria deben considerar todas las actividades que pueden realizar durante su tiempo libre, es una etapa en la que pueden transformar su conciencia en idea, hacer propuestas, dar opiniones con la libertad de que estas le serán respetadas y tomadas en cuenta. Todo adolescente tiene derecho a elegir las actividades a realizar durante su tiempo libre, pero, también debe asumir las consecuencias de sus actos.
3. Conciencia crítica. Los alumnos deben usar su tiempo libre, en base a sus preferencias, pero, sin dejarse manipular por otros (medios de comunicación, amigos, compañeros, etc.), deben tener la capacidad de elegir con responsabilidad, de considerar todas las opiniones, pero al final, tomar la decisión de usar su tiempo libre, en lo que el mas le convenga, esto se deriva de un examen de conciencia, de la introspección y esto a su vez aumenta su independencia y autonomía, pasa de conocer los problemas del uso del tiempo libre a considerarlo importante y hacer algo para solucionarlo.



En base a estas etapas y con el fin de lograr la concientización sobre el uso del tiempo libre en los alumnos de secundaria, se propone la formación de un: **CLUB JUVENIL**.

**Espacio Físico.** Se sugiere como lugar de reunión de los miembros del club la biblioteca.

#### CLUB JUVENIL

QUÉ ES	ESTRUCTURA	TIPOS	BENEFICIOS
Un club juvenil "está formado por un grupo de jóvenes que buscan dar respuesta a sus inquietudes" <sup>7</sup>	Debe contar con: Coordinador Presidente Secretario Asistentes en general Reglamento	<p><u>De múltiples opciones.</u> Se llama así porque en él se realizan todo tipo de actividades.</p> <p><u>De juegos.</u> Fomentan las habilidades motrices.</p> <p><u>De inventos y experimentos.</u> Pueden apoyar a las materias de física y química.</p> <p><u>De ecología.</u> Se considera un apoyo para la materia de biología.</p> <p><u>De coleccionismo.</u> Apoya la concentración y el interés en algo positivo.</p> <p><u>De pasatiempos.</u> En él se pueden realizar crucigramas, sopa de letras, chistes.</p> <p><u>De manualidades.</u> En el se fomentan las destrezas, la atención, la constancia y sensibilidad.</p> <p><u>Sorpresa.</u> Los miembros no saben lo que harán hasta llegar ahí. Se mezclan algunas actividades de interés con otras de poco.</p> <p><u>De excursiones.</u> El fin de este club es impulsar la convivencia con los amigos, la familia y los profesores. De visitas a museos.</p>	<p>Con la formación de algún club de los antes mencionados se pretende no sólo informar, sino, también hacer participes y considerar agentes de cambio a los propios alumnos, sobre la cantidad innumerable de actividades positivas que pueden realizar durante su tiempo libre, que los ayudan a su desarrollo físico e intelectual y son divertidas.</p> <p>Se recomienda una evaluación participativa y permanente para revisar el funcionamiento del club juvenil.</p>

<sup>7</sup> Cuenca, Manuel. Educación para el ocio. Actividades escolares. Editorial cincel. España, 1983. P82



TIPOS	
	<p><b><u>De medios de comunicación</u></b></p> <p>-Video -Radio</p> <p><b>-PRENSA.</b> Se sugiere este club en especial, porque además de fomentar en los jóvenes el desarrollo de talentos como la lectura, la redacción y la creatividad también les permite la expresión de las inquietudes. La manera más económica y sencilla de lograrlo sería mediante la creación de una revista estudiantil, hecha por los alumnos, asesorada por los maestros, padres y la trabajadora social de la escuela. Un ejemplo sería que en ella se mencionaran temas como: datos complementarios a las clases, un cuadro con las fechas de los periodos de exámenes, notas curiosas y todas las inquietudes que surjan en los alumnos; permitiendo a todos, incluso los que no asistan al club, la aportación de textos para la revista.</p> <p><b><u>DE CONVIVENCIA FAMILIAR.</u></b> Este tipo de club es otro que en particular se recomienda para los alumnos de esta escuela, pues un alto porcentaje de los encuestados (31.5%), mencionaron casi no convivir con la familia, incluso algunos de ellos comentaron tener una mala relación con sus padres. Se propone la organización de eventos quincenales o mensuales, los fines de semana, coordinados por una autoridad del plantel; que van desde el festejo de cumpleaños de los alumnos, kermesses, grupos de discusión sobre temas que inquieten a los padres y a los alumnos, juegos de mesa, etc.</p> <p><b><u>DE PADRES Y MAESTROS.</u></b> Este club es muy importante para impulsar la convivencia positiva, la cohesión y la comunicación entre los alumnos, sus padres y maestros. También permite compatibilizar los valores entre la familia y la escuela. Este tipo de club, es algo muy parecido a los llamados talleres de padres, con la única diferencia que en este se da una retroalimentación y las dos partes participan informando y compartiendo dudas sobre los alumnos. Si se logra una buena relación entre padres y maestros, los dos pueden entonces ofrecer información y sugerencias adecuadas para que las decisiones de los alumnos estén bien orientadas y documentadas.</p>

Se recomienda una evaluación participativa y permanente para revisar el funcionamiento del club juvenil.



## CONSEJOS PARA UNA ADMINISTRACIÓN EFICAZ DEL TIEMPO

Esta propuesta surgió cuando se observó que casi la mitad de los alumnos encuestados, tienen un horario personal de actividades, por lo tanto, es importante informar y hacer ver a quienes no lo acostumbran, su importancia.

### FORMACIÓN DE UN HORARIO PERSONAL

IMPORTANCIA	OBJETIVO	PRINCIPIOS PARA LA FORMACIÓN DE UN HORARIO PERSONAL
No resulta fácil organizar las actividades de la vida diaria. Por un lado el aburrimiento que puede causar la rutina y de la comodidad empuja a repeticiones y despistes y, por otro lado, la apatía y conformismo inducen a la pasividad, apartando al joven de perspectivas tan saludables como hacer uso de la imaginación y desarrollar las capacidades creativas	Organizar y planear las actividades diarias, permitiendo el goce de más tiempo libre	-Enlistar las actividades a realizar. -Considerar el tiempo aproximado que se usará en cada actividad. -Priorizar actividades por orden de importancia. -Considerar dentro de las actividades la convivencia con la familia, la elaboración de tareas escolares y el tiempo libre

### FORMATO DE HORARIO PROPUESTO

DÍA	HORA	ACTIVIDADES ESCOLARES	ACTIVIDADES FAMILIARES	ACTIVIDADES DE TIEMPO LIBRE	ACTIVIDADES URGENTES

ANEXO NO. 1  
CUESTIONARIO  
APLICADO A LOS  
ALUMNOS DE LA  
ESCUELA  
SECUNDARIA  
TÉCNICA 29, SOBRE  
EL USO DEL TIEMPO



# UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

## ESCUELA NACIONAL DE TRABAJO SOCIAL



**Objetivo:** Conocer el uso que los jóvenes de 1° y 2° de la Escuela Secundaria Técnica número 29 "Xihuhtecuhli"; dan a su tiempo libre.

**Instrucciones:** Lee cuidadosamente el cuestionario y contesta sinceramente y con seriedad a las preguntas que se te hacen. Por tu participación ¡Gracias!

Edad \_\_\_\_\_ Sexo \_\_\_\_\_ Grado Escolar \_\_\_\_\_ Turno \_\_\_\_\_

1. Menciona de manera general las actividades que realizas durante el día (en horas y/o minutos) \_\_\_\_\_

2. Indica de cuánto tiempo dispones para:

Aseo personal \_\_\_\_\_ Transporte \_\_\_\_\_ Comidas \_\_\_\_\_

Actividades domésticas \_\_\_\_\_ Actividades extraescolares \_\_\_\_\_

Convivencia con la familia \_\_\_\_\_ Convivencia con los amigos \_\_\_\_\_

Tiempo libre \_\_\_\_\_

3. ¿Trabajas? SI NO \_\_\_\_\_

4. Si trabajas, ¿cuántas horas dedicas a esta actividad? \_\_\_\_\_ hrs.

5. Para ti, ¿qué es el tiempo libre y que importancia tiene en tu vida? \_\_\_\_\_

6. ¿Sabes que es el ocio? SI \_\_\_\_\_ NO \_\_\_\_\_ ¿qué es? \_\_\_\_\_

7. De manera general que haces cuando tienes un tiempo vacío, muerto, es decir, un tiempo en el que no tienes nada que hacer. (Marca con una √)

Leo un libro \_\_\_\_\_ Me aburro \_\_\_\_\_ Medito \_\_\_\_\_ Platico con amigos \_\_\_\_\_

Camino \_\_\_\_\_ Conozco nuevos lugares \_\_\_\_\_ Escucho música \_\_\_\_\_

Veo T.V \_\_\_\_\_ Uso la computadora \_\_\_\_\_ Videojuegos \_\_\_\_\_

Salgo a bailar \_\_\_\_\_ Voy al cine \_\_\_\_\_ No hago nada \_\_\_\_\_ Otra (específica) \_\_\_\_\_

8. Marca con una X las actividades que realizas durante tu tiempo libre:

Actividades deportivas	Actividades culturales	Actividades recreativas	Actividades sociales
Atletismo _____	Danza _____	Dibujo _____	Asistir a Fiestas _____
Natación _____	Lectura _____	Asistencia a Museos _____	Compartir y convivir con la familia _____
Ciclismo _____	Música _____	_____	Convivir con amigos _____
Futbol Soccer _____	Teatro _____	_____	_____
Voleiball _____	Pintura _____	Asistencia a eventos deportivos _____	Prestar servicio en alguna institución _____
Aeróbicas _____	Asistencia a eventos (conciertos, teatro, danza, música) _____	Otra (específica) _____	_____
Futbol Americano _____	_____	_____	_____
Basketball _____	_____	_____	_____
Otra (específica) _____	Otra (específica) _____	_____	_____



9. Durante la realización de estas actividades:

Consumes alcohol \_\_\_\_ Fumas \_\_\_\_ Consumes drogas \_\_\_\_

10. ¿Pertenece a alguna agrupación o banda de jóvenes en tu colonia o escuela? **SI** **NO** \_\_\_\_  
Si la respuesta es **SI** que haces durante el tiempo que pasan juntos: \_\_\_\_\_

11. ¿Tienes algún hobby o pasatiempo?

**¿Cuál?** \_\_\_\_\_

12. ¿Cuánto **tiempo en horas** dedicas a las actividades de tiempo libre semanalmente?  
\_\_\_\_\_ hrs.

13. ¿Cuánto **dinero** inviertes semanalmente en la realización de esas actividades?  
\$ \_\_\_\_\_ °°

14. ¿Cuentas con un horario personal de actividades? **SI** \_\_\_\_ **NO** \_\_\_\_

15. ¿Consideras que el tener un horario personal de actividades es importante?  
**SI** \_\_\_\_ **NO** \_\_\_\_ **¿por qué?** \_\_\_\_\_

16. ¿Sabes lo que es la administración del tiempo libre? **SI** \_\_\_\_ **NO** \_\_\_\_

Es importante **SI** \_\_\_\_ **NO** \_\_\_\_ **¿por qué?** \_\_\_\_\_

17. Crees que la administración del **tiempo** influye en la utilización y disposición de tu **tiempo libre**

**SI** \_\_\_\_\_ **NO** \_\_\_\_\_

**NOTA:** La información que aquí escribas será de USO CONFIDENCIAL. Nuevamente gracias por tu cooperación.

ANEXO NO. 2  
FORMATO DE  
ENTREVISTA  
APLICADA A LA  
TRABAJADORA  
SOCIAL DE LA  
ESCUELA  
SECUNDARIA  
TÉCNICA 29



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO  
 ESCUELA NACIONAL DE TRABAJO SOCIAL



Objetivo: Conocer las actividades que realiza un trabajador social en la Escuela Secundaria Técnica número 29 "Xiuhtecuhtl".

Instrucciones: Lea cuidadosamente el cuestionario y conteste sinceramente y con seriedad a las preguntas que se hacen. Por su participación ¡Gracias!

Edad \_\_\_\_\_ Sexo \_\_\_\_\_ Grado Escolar \_\_\_\_\_ Antigüedad \_\_\_\_\_

- ¿Qué actividades realiza como trabajadora social de esta escuela?  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_
- ¿Tiene la posibilidad de aplicar algún tipo de proyecto?  
 SI \_\_\_\_\_ NO \_\_\_\_\_
- ¿Ha realizado y puesto en práctica algún proyecto hacia los alumnos, cuáles?  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_
- ¿Existe o ha existido algún proyecto sobre el uso del tiempo libre de los alumnos?  
 Especificar \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_
- ¿Qué se hace cuando los alumnos tienen una hora libre?  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

NOTA: La información que aquí escribió será de USO CONFIDENCIAL. Nuevamente gracias por su cooperación.

ANEXO NO. 3  
LOCALIZACIÓN  
DE LA ESCUELA  
SECUNDARIA  
TÉCNICA 29

DOMICILIO.

Avenida Javier Rojo Gómez # 27

Colonia. Barrio San Miguel

CP. 9360

**AVENIDA ERMITA IZTAPALAPA**

**SECUNDARIA  
TÉCNICA 29**

**AV.  
J  
A  
V  
I  
E  
R  
  
R  
O  
J  
O  
  
G  
Ó  
M  
E  
Z**



# ANEXO NO. 4 GRÁFICAS DE RESULTADOS



## EDAD



Los alumnos que contestaron el cuestionario tienen entre 11 y 16 años de edad, de estos, la gran mayoría se encuentra entre los 13 y 14 años, edad que va de acuerdo a su grado escolar, como se presenta en la gráfica número 3, lo que indica que se encuentran en la etapa adolescente y en este periodo se busca la autoafirmación de la personalidad y uno de los métodos es la realización de actividades que fomenten su desarrollo físico e intelectual, durante su tiempo libre.

## GRADO ESCOLAR



La mayor parte de los encuestados pertenece al segundo grado, es por ello, que en la grafica 1, el mayor porcentaje de alumnos va de los 13 a 14 años de edad. la investigación se aplicó a los de primero porque van entrando a este medio escolar y es para algunos difícil el adaptarse a su nueva escuela. y a los de segundo porque se encuentran más desahogados sin la expectativa de los de primero ni la apuración por salir de los de tercero.



## SEXO



La gráfica evidencia que la mayoría de los encuestados fueron del sexo femenino, esto demuestra, que más de la mitad de la población estudiantil, por lo menos en la secundaria técnica 29, son mujeres. En recientes investigaciones por parte de la secretaria de educación pública, se informa que más del 55% de la población total estudiantil, pertenece al sexo femenino.

## TURNO



La gran parte de los encuestados fueron del turno vespertino debido al tiempo y acceso a los grupos, por parte de las autoridades y profesores de la institución. Antiguamente se tenía la creencia de que los alumnos más rebeldes y con menos rendimiento escolar estaban en el turno vespertino, por eso la porción de alumnos de la tarde, que contestaron el cuestionario es más grande.





### QUÉ ACTIVIDADES REALIZAS DURANTE EL DÍA



- Estudiar, hacer la tarea, jugar, ver televisión
- Usar la computadora, escuchar música
- Cuidar hermanos, ayudar en el trabajo familiar, trabajar, ir a la escuela
- Realizar actividades domésticas, higiene personal
- Ir a la escuela, necesidades básicas, deporte, jugar, convivir con la familia

La mayoría de los jóvenes que contestaron el cuestionario no tienen otra obligación que asistir a la escuela, lo que les da más tiempo libre, sin embargo, existe un mínimo, pero no menos importante que trabaja o tienen la obligación de cuidar a sus hermanos. Manejan el juego como algo importante, otros el ver televisión, escuchar música y practicar algún deporte, estas son las actividades más frecuentes durante el tiempo libre, como se confirma en la gráfica # 19.

### ASEO PERSONAL



- 30 minutos
- De 30 minutos a 1 hora
- Más de 1 hora

La mayoría utiliza para este rango poco tiempo (de 30 minutos a 1 hora). A pesar de ser una característica de los adolescentes el pasar mucho tiempo frente al espejo, buscando su seguridad en el aspecto físico.



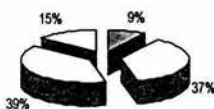
## COMIDAS



- De 0 a 45 minutos
- De 1 hr. A 1 1/2
- Más de 1 1/2

El mayor porcentaje sólo usa de una hora a una hora y media para sus comidas. Este aspecto es importante porque durante la edad adolescente se tiende más a los trastornos alimenticios, sobre todo en las jovencitas que por seguir la moda, quieren mantenerse muy delgadas y esto puede traer consecuencias en su salud como desnutrición y la anemia, o hablando de casos más severos, la anorexia y la bulimia. Aunque por otro lado, existen quienes comen demasiado y sufren problemas de obesidad.

## ACTIVIDADES DOMÉSTICAS

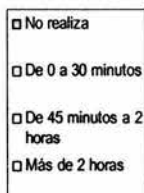


- No realiza
- De 0 a 45 minutos
- De 1 a 2 horas
- Más de 2 horas

Aunque una parte de la población estudiantil no realiza actividades domésticas, los que sí lo hacen usan poco tiempo para ello. Esta actividad es un método de delegar responsabilidades en los adolescentes. Para que ayuden como los demás miembros de la familia, se reparten las tareas del hogar.

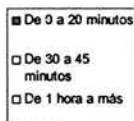
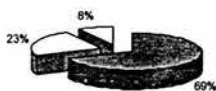


## ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES



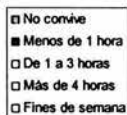
Gran parte de los entrevistados usan más de 2 horas de su tiempo diario para las actividades extraescolares, sin embargo, sobresale el hecho de que por lo menos el 9.2% no realiza ninguna de estas actividades. Las más frecuentes son los cursos de computación e inglés, esto les permite ampliar su conocimiento y reforzar el que reciben en la escuela secundaria.

## TRANSPORTE



Si bien una cosa de la que los capitalinos nos quejamos constantemente es el tiempo que tardamos en el transporte. La mayoría de los adolescentes encuestados solo pasan de 0 a 20 minutos en este rango, esto quiere decir que viven cerca, en la misma delegación donde se encuentra la escuela.

## CONVIVENCIA FAMILIAR



Sobresale el hecho de que a pesar de la crisis familiar que vivimos constantemente, el 40% de los jóvenes encuestados pasan gran parte de su tiempo diario conviviendo en el medio familiar. El núcleo familiar sigue siendo importante para la mayoría, es bueno porque el mejor apoyo en problemas existenciales que puede recibir un joven, proviene de la familia.

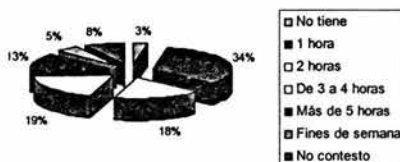


## CONVIVENCIA CON LOS AMIGOS



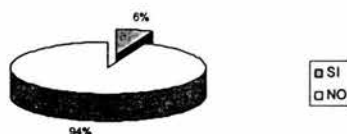
En este aspecto los resultados son que los adolescentes pasan casi 8 horas con sus amigos, al acudir a la escuela, que es donde se encuentran y conviven.

## TIEMPO LIBRE



A pesar de que el tiempo libre es considerado un espacio importante por los encuestados, el 3% considera no contar con él, aquí sobresale el hecho de que los jóvenes que responden esto son aquellos que trabajan o cuidan a sus hermanos, como se ve en la gráfica # 6. Sin embargo, de los que contestaron que si cuentan con este tiempo, la mayoría dice darle 1 hora.

## ¿TRABAJAS?



El grueso de los encuestados no trabaja, pues sólo se dedican a las actividades escolares y domésticas, como se presenta en la gráfica 6. del 6.1% de los que trabajan, comentaron que es por la decadente situación económica familiar, para tener más responsabilidades, porque quieren tomar decisiones por sí mismos, para conocer más gente y tener su propio dinero. El problema es que pueden verse deslumbrados por el dinero y después desertan de la escuela.



## SI TRABAJAS, CUÁNTO TIEMPO DEDICAS A ESTA ACTIVIDAD



Los jóvenes que trabajan lo hacen menos de 4 horas, debido su minoría de edad y al tiempo que dedican a su estudio. Casi todos trabajan como empacadores de las tiendas comerciales.

## ¿QUÉ ES EL TIEMPO LIBRE Y QUÉ IMPORTANCIA TIENE EN TU VIDA



La mayoría consideran importante su tiempo libre porque lo ven como un espacio para la relajación, el descanso y la meditación. Sin embargo, el 27% consideran que no tienen importancia, pues, en él no se tiene nada que hacer. La mayoría de las respuestas coinciden con el concepto manejado por los griegos, también mencionan, aunque de manera separada, las tres funciones del ocio. Anteriormente en las escuelas se daba una educación humanista, para la formación que se adquiría a través del cuidado del cuerpo y el espíritu, por medio de la contemplación y la meditación.

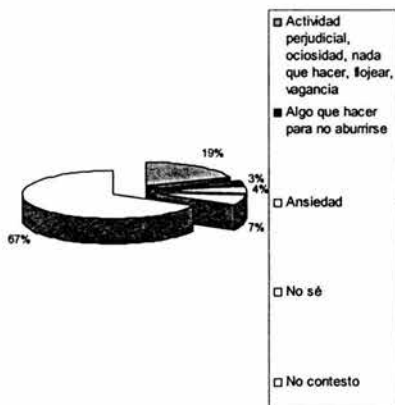


### ¿SABES QUE ES EL OCIO?



La gran parte de los estudiantes desconocen lo que es el ocio, sin embargo, quienes dicen conocer su concepto, lo manejan como algo negativo, como ociosidad, una actividad perjudicial. Como se muestra en la gráfica siguiente. Esto es herencia de la Revolución Industrial, donde lo más importante era el trabajo, los bienes materiales y se descuidaba el aspecto personal, la introspección; lo que provoca el desconocimiento de sí mismo.

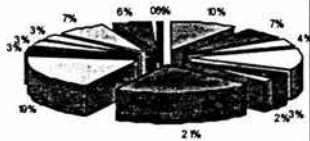
### ¿QUÉ ES EL OCIO?



A pesar de que la mayoría considere el ocio como algo negativo, este tiene en su sentido positivo tres funciones: diversión, descanso y desarrollo personal.



## DE MANERA GENERAL QUÉ HACES CUANDO TIENES UN TIEMPO VACIO



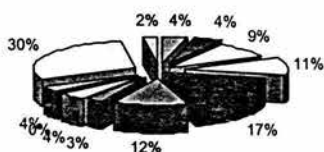
- Leo un libro
- Me aburro
- Medito
- Platico con amigos
- Camino
- Conozco nuevos lugares
- Escucho música
- Veo Televisión
- Uso la computadora
- Videjuegos
- Salgo a bailar con amigos
- Voy al cine
- no hago nada
- Otra
- Dormir

Para confirmar lo que hacen los adolescentes durante su tiempo libre, se aplicó esta pregunta. La música es algo de gran importancia para los jóvenes; además del ver televisión, platicar con los amigos, los videojuegos, el uso de la computadora. Mientras que otros se aburren, y aunque solo sea un 26%, demuestra que cuando no saben utilizar su tiempo se aburren. Esto confirma lo expresado en el capítulo 2, acerca del uso del tiempo libre.



## ACTIVIDADES QUE REALIZAS DURANTE TU TIEMPO LIBRE

### A) DEPORTIVAS



- Atletismo
- Natación
- Ciclismo
- Fútbol soccer
- Voleibol
- Aeróbicos
- Fútbol americano
- Otra
- Básquetbol
- Tenis
- Patinar
- Ninguna

Entre los deportes más practicados por los jóvenes están el voleibol, el fútbol soccer, los aeróbicos y el atletismo. En la escuela tienen clase de deportes y esto les impulsa a realizar este tipo de actividades.

### B) CULTURALES



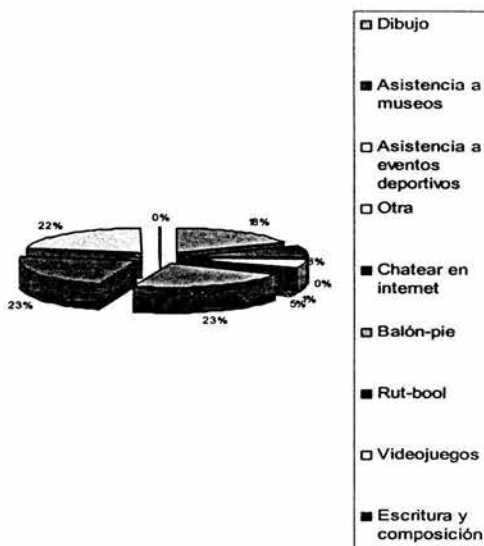
- Danza
- Lectura
- Música
- Teatro
- Pintura
- Asistencia a eventos culturales
- Otra
- Bailar

Gran parte de los adolescentes practican el dibujo, la música y la lectura. Sobresale el hecho de que 9% de ellos no realiza ninguna actividad cultural. La variedad en este tipo de actividades es muy amplia, pero, desafortunadamente se les da poca difusión.



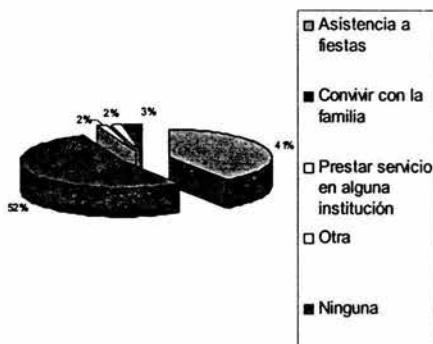


### c) RECREATIVAS



De entre todas las actividades recreativas, las que prefieren son: el dibujo, la asistencia a eventos deportivos y la asistencia a museos. Hay quienes mencionan no realizar ninguna actividad recreativa, siendo que este tipo de actividades les proporcionan un aprendizaje positivo, son divertidas y hacen crecer la imaginación.

### D) SOCIALES

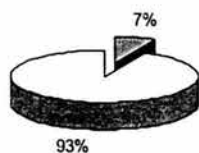


Contrario a la idea que se tiene de las nuevas generaciones, la mayoría de los alumnos encuestados prefiere estar con la familia o los amigos, que ir a fiestas. Por otro lado es muy interesante que haya quienes prestan servicio en alguna institución.



## DURANTE LA REALIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES ANTES MENCIONADAS:

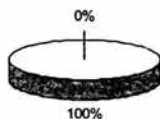
### A) CONSUMES ALCOHOL



■ Si  
□ No

Fue importante hacer esta pregunta, porque es una de las actividades perjudiciales que se realizan durante el tiempo libre. Aunque es bueno saber que casi el total de los jóvenes no consumen alcohol, no es menos importante es 6% que si lo hace y más sobresaliente es que de estos, el mismo número pertenece al sexo femenino, que al masculino

### B) CONSUMES DROGAS



■ Si  
□ No

Es importante saber que ninguno de los encuestados consume drogas, o al menos no lo admiten. La secundaria donde se realizó la investigación esta dentro del programa Escuela Segura, que se enfoca a la prevención y combate de la farmacodependencia.

### C) FUMAS

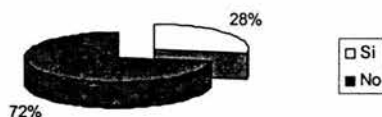


■ Si  
□ No

Aunque ese tres por ciento sea un número muy bajo, es de tomarse en cuenta, considerando que las enfermedades que produce el fumar es una de las primeras causas de muerte en nuestro país.



## PERTENECES A ALGUNA BANDA O AGRUPACIÓN DE JOVENES EN TU COLONIA



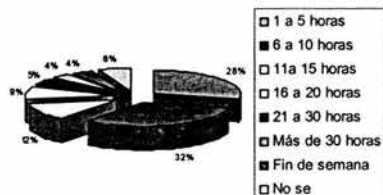
Este aspecto demuestra la importancia que tiene para los adolescentes la pertenencia a un grupo, donde buscan ser aceptados, e identificarse.

## SI LA RESPUESTA FUE SI, ¿QUÉ HACEN DURANTE EL TIE4MPO QUE PERMANECEN JUNTOS?



Como se muestra en la gráfica, el juego aún en la adolescencia sigue siendo una actividad importante, sin dejar de lado la comunicación entre jóvenes de la misma edad y el salir a pasear. Cabe mencionar que en la gráfica 19, mencionan los graffittis como un juego.

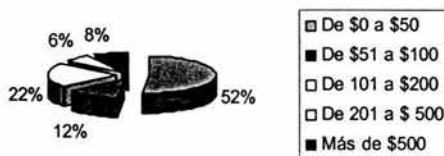
## CUÁNTO TIEMPO EN HORAS DEDICAS A LAS ACTIVIDADES DE TIEMPO LIBRE, SEMANALMENTE



La tendencia es de 6 a 10 o más de 30 horas que los jóvenes de la Secundaria Técnica 29, dan a su tiempo libre, un espacio nada despreciable, para inculcar en ellos el desarrollo de actividades recreativas, que los ayuden a su desarrollo personal.



### CUÁNTO TIEMPO EN HORAS DEDICAS A LAS ACTIVIDADES DE TIEMPO LIBRE, SEMANALMENTE



Esta gráfica demuestra que no se necesita de mucho dinero para hacer buen uso del tiempo libre, solo se necesita un poco de creatividad y orientación hacia las actividades que se realizan durante él.

### CUÁNTO TIEMPO EN HORAS DEDICAS A LAS ACTIVIDADES DE TIEMPO LIBRE, SEMANALMENTE



Esta gráfica representa que casi la mitad (43.0%) de los jóvenes encuestados si organiza su tiempo.

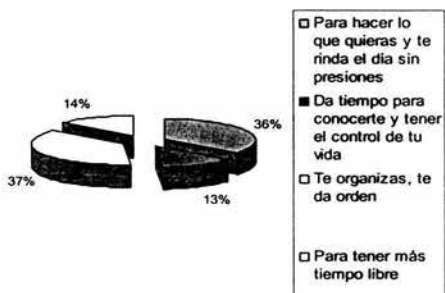
### ES IMPORTANTE TENER UN HORARIO PERSONAL



Esta pregunta se realizó para comparar la información de la gráfica 10 (acerca del horario personal). El que la mayoría considere que es importante tener un horario, es porque algunos de ellos lo usan, además les gusta tener orden y control en su vida.

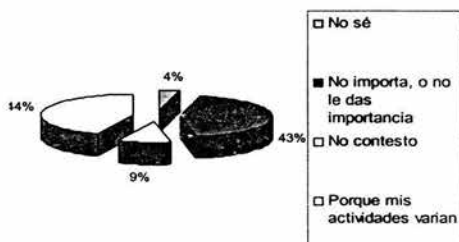


SI



Del 82% que considera importante tener un horario personal, el 30% menciona que era porque mediante él se organizan y da orden a su vida. Muy importante es que dentro de sus respuestas mencionan al tiempo libre.

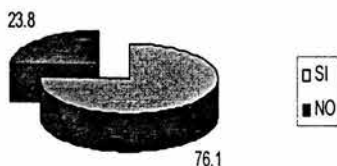
NO



Pareciera que a pesar de esa negatividad hacia la organización que tienen algunos adolescentes, ni siquiera saben porque responden que nos a las cosas o no les dan importancia.



## ¿SABES QUE ES LA ADMINISTRACIÓN DEL TIEMPO?



Como se ve en la gráfica II, al organizar su tiempo, más de la mitad de los alumnos de la Secundaria Técnica Número 29, saben que es la administración del tiempo y lo consideran importante como se nota en la siguiente gráfica.

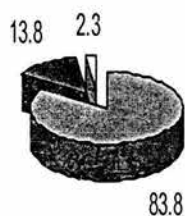
## ES IMPORTANTE



El 80% de los jóvenes encuestados consideran que la administración del tiempo no es importante, esto se relaciona con que casi la mitad de ellos no cuentan con un horario de actividades.



## CREES QUE LA ADMINISTRACIÓN DEL TIEMPO INFLUYE EN LA DISPOSICIÓN DEL TIEMPO LIBRE



La gran parte de los encuestados consideran que la administración del tiempo si influye en la disposición del tiempo libre, cosa que les importa, porque en ese espacio tienen la libertad de hacer lo que quieran. Confirma las gráficas 12b y 13<sup>a</sup>, donde lo mencionan en una de sus respuestas.



# BIBLIOGRAFIA





- ✓ Ander-Egg, Ezequiel. Diccionario del Trabajo Social. Editorial Lumen. Buenos Aires, Argentina, 1995
- ✓ Ander-Egg, Ezequiel. Introducción al Trabajo Social. Editorial El Ateneo. México, 1993
- ✓ Ander-Egg, Ezequiel. Metodología del trabajo Social. Editorial El Ateneo. México, 1994
- ✓ Ander-Egg, Ezequiel. Metodología y práctica del desarrollo de la comunidad. Editorial Hvmnitas. México, DF
- ✓ Barrington Kaye Irving, Rogers. Trabajo en las escuelas secundarias. Editorial. El ateneo. Buenos Aires, 1972
- ✓ Bernet, Jonathan. La crítica de la razón pura de Kant. Editorial Alianza. Madrid, 1970
- ✓ Calvo, Ana. La animación sociocultural. Una estrategia educativa para la participación. Editorial Alianza, S. A; Madrid, 2002
- ✓ Castillo, Gerardo. Los adolescentes y sus problemas. Editorial Minos, S. A de C. V. México, DF. 1997
- ✓ Cazenauve, Jean. Guía del estudiante de sociología. Editorial Península. México
- ✓ Conger, John. Adolescencia. Generación presionada. Editorial Tierra Firme, S.A. de C. V. México, 1980
- ✓ Correa, Esperanza. La escuela media y la orientación del adolescente. Editorial Hvmnitas. Buenos Aires
- ✓ Cuenca, Manuel. Educación para el ocio. Actividades escolares. Editorial cincel. Madrid, 1984
- ✓ Fernández María Mónica. La influencia de los programas culturales en los adolescentes en las zonas suburbanas. Tesis. Instituto de Estudios profesionales sobre la Administración del Tiempo Libre. México, DF, 1996
- ✓ Ferrer, Jack. Administración del tiempo como recurso. Editorial Limusa. México, 1980



- ✓ Freire, Paulo. Concientización. Teoría y Práctica de la liberación. Ediciones Búsqueda, Buenos Aires, 1974
- ✓ García Ferrado, Manuel. Tiempo libre y actividades deportivas de la juventud en España. 1ª edición. Editorial. A. G. Grupo. España, 1993
- ✓ González, González, Eugenio. El trabajador social en los servicios de apoyo a la educación. Colección de trabajo social. Siglo XXI, de España editores, S.A. Madrid, 1993
- ✓ Grinder, Roberto. Adolescencia. Editorial Limusa. México, 1998
- ✓ Guevara Castro, Adela. Presupuesto y tiempo libre de los estudiantes del Instituto de Estudios Profesionales sobre la Administración del Tiempo Libre. Escuela superior de Educación Física. México, DF
- ✓ Gurméndez, Carlos. El tiempo y la dialéctica. Editorial Siglo XXI de España editores, S. A, España, 1971
- ✓ Haynes, Mairón. Administración del tiempo. Manuales didácticos de administración. Editorial trillas. México, DF, 1991
- ✓ Lenin. La nueva ley fabril. Obras Completas
- ✓ Lespada, J. Carlos. Aprender haciendo. Los talleres en la escuela. Editorial Hvmnitas. Buenos Aires, Argentina, 1989
- ✓ Margullis, Mario. La juventud es más que una palabra. Editorial Biblos. Buenos Aires, 2000
- ✓ Marx y Engels. Getsamtausgabe. Tomo 26. Parte 3
- ✓ Marx, Carlos. Manuscritos de 1957-1858
- ✓ Mauco, Georges. Educación para la sensibilidad. Ensayo sobre la evolución de la vida afectiva del niño. Editorial Madrid. 1964
- ✓ Medina Carrasco, Gabriel (compilador). Aproximaciones a la diversidad juvenil. Editorial El Colegio de México. México, DF, 2000



- ✓ Munne, Frederic. Psicosociología del tiempo libre. Editorial Trillas. México, 1990
- ✓ Norbert Elías, Eric Dunning. Deporte y ocio en el proceso de la civilización. Editorial Fondo de Cultura Económica. México, DF, 1995
- ✓ Nuevo Diccionario Enciclopédico Ilustrado a color. Ediciones Nauta. Santafé de Bogotá, Colombia, 2000
- ✓ Pansza Margarita, Sergio Hernández. El estudiante. Editorial Trillas. México. DF, 1990
- ✓ Pérez Islas, José. Nuevas miradas sobre los jóvenes. Instituto Mexicano de la Juventud. México, 2003
- ✓ Programa educativo Visual. Gran Atlas visual de psicología infantil y juvenil. Tomo 3, México, 1995
- ✓ Rodríguez, Mauro. Administración del tiempo. Editorial El Manual Moderno, S.A. de C. V. M
- ✓ Rojas Soriano, Raúl. El proceso de la investigación científica. Editorial Trillas. México, 1984
- ✓ Rovira, Joseph Puig. Ed. Alt. La pedagogía del ocio. Editorial Alertes, S.A. de Ediciones. Barcelona, 1987
- ✓ Saavedra, Alfredo. Vocabulario de Trabajo Social. Editorial Estela, S. A. México, 1968
- ✓ Shelmes, S. Problemas y retos de la Educación básica en México. Cambio estructural Y modernización educativa. COMECO. UPN. UAM. México, 1991
- ✓ Torres Novoa, Carlos. Entrevistas con Paulo Freire. 4ª edición. Ediciones Gernika. México, DF, 1983
- ✓ Trilla Bernet, Jaime. Otras educaciones. Animación sociocultural, formación de adultos y ciudad educativa. Editorial. Antrhopos. Barcelona-México, 1993
- ✓ V. I. Lenin. Carlos Marx y Federico Engels. Ediciones en Lenguas Extranjeras Pekín. Impreso en la República popular China. 1997



---

#### DOCUMENTOS OFICIALES

- ✓ ONU. Declaración Universal de los Derechos Humanos. 1° de Diciembre de 1948

#### DISCOGRAFÍA

- ✓ Warner Music. Café Tacuba. 1994

#### CONSULTAS ELECTRÓNICAS

- ✓ Fundación Catalana de l'Espai. Educación en el tiempo libre de los niños y jóvenes. [www.fundacioncatalana.com](http://www.fundacioncatalana.com) España, 2003
- ✓ Biblioteca de consulta Microsoft Encarta. 2003. Microsoft Corporation
- ✓ Batiz270303.htm.[www.lacrisis.com.mx](http://www.lacrisis.com.mx)
- ✓ Censo INEGI, 1995 [www.inegi.gob.mx](http://www.inegi.gob.mx)
- ✓ Menores Infractores [www.ssp.df.gob.mx](http://www.ssp.df.gob.mx)

#### HEMEROGRAFÍA

- ✓ Cuadernos de pedagogía. 15 personajes en busca de otra escuela. Editorial Laia. Barcelona, 1982
- ✓ Luna, Rafael. Aumentaron 200% bandas delictivas en DF. crecen los índices de violencia en 10 colonias más peligrosas: Excelsior. Sección. Metropolitana. 4 de enero de 2003.



# GLOSARIO



**ADOLESCENCIA.** (Latín, *adolescentia*). De adolecer o crecer. Etapa que sucede a la niñez, que empieza con los primeros signos de la pubertad y que termina en la madurez.

**ADMINISTRACIÓN DEL TIEMPO.** Proviene del latín *ad-ministrare* o *ministrare*, derivado de *minister* y *esté* a su vez de *manus* que *minister* y *esté* a su vez de *manus* que significa *mano*<sup>1</sup> administrar es servir con las manos a/ o/ para.

**ALCOHOLISMO.** Predisposición a ingerir bebidas alcohólicas o etílicas.

**ANIMACIÓN SOCIOCULTURAL.** Metodología de intervención social, a la vez que una de las formas de acción dentro de la política cultural que se desarrollo a fines de los años 60, como una forma de promoción de actividades destinadas a llenar creativamente el tiempo libre.

**BANDA.** Forma de agrupación parcialmente marginal a veces surgida como reacción contra el medio ambiente y que presenta comportamientos característicos. Se trata de un grupo primario, más o menos espontáneo, que llega a ciertas formas de organización y a una solidaridad real como consecuencia de su reacción a veces inconsciente, con el medio ambiente. Tiene ordinariamente un jefe, un dirigente, a quien los demás reconocen.

**CLUB.** Forma de asociación voluntaria en la cual los miembros se agrupan para algún fin, propósito o actividad común, y en torno a ciertos objetivos específicos, de carácter recreativo, deportivo o cultural.

**CONCIENTIZACIÓN.** Proceso que busca elevar el nivel de la conciencia de una persona mediante el tránsito de un estado de conciencia mágica y pasiva a estados superiores de conciencia crítica y política. Esto implica la capacidad de comprender en forma objetiva la ubicación que se tiene en la naturaleza y en la sociedad y la voluntad de actuar con la finalidad de transformarlas.

**DELINCUENCIA.** En sentido corriente, hace referencia a la infracción o comisión de un delito.

**DIACRÓNICO.** Observación de los acontecimientos y hechos en su evolución y desarrollo de acuerdo con el transcurso del tiempo.

---

<sup>1</sup> Rodríguez, Mauro. Administración del tiempo. p.4.



**EDUCACIÓN.** Acto o acción intencional sistemática y metódica que el educador realiza sobre el educando.

**EDUCACIÓN FORMAL.** Educación estructurada institucionalmente con un programa de estudio planificado y dirigido al reconocimiento oficial del logro de ciertos objetivos educativos, tales como créditos, diplomas, grados académicos o capacitación profesional.

**EDUCACIÓN INFORMAL.** Proceso educativo no organizado que transcurre a lo largo de la vida de una persona, proveniente de las influencias educativas de la vida diaria y el medio ambiente.

**EDUCACIÓN NO FORMAL.** Educación estructurada cuya finalidad esencial no es la obtención de un reconocimiento oficial como crédito, diploma, grado académico o capacitación profesional.

**EUSTRESS.** El nivel óptimo de stress (denominado eustress por el Profesor Selye) es definido como la fase en la que aumenta el stress mientras que también se incrementan el rendimiento y la salud. Es la fase positiva del stress. El estado de afiliación ("détresse") o "distress" (palabra inglesa que significa dolor, aflicción y desesperación) comienza cuando el stress sigue aumentando en tanto la salud y el rendimiento disminuyen. Se trata aquí de la fase negativa del stress. (M. Michal. © 1992 Ediciones Roche. F. Hoffman-La Roche SA, Bale, Suize)

**ESQUINJED.** La cultura Skinhead nació a finales de los 60 en el Reino Unido, mas bien el Londres, cuando los 'Hard mods', (Jóvenes blancos ingleses obsesionados por la moda y que escuchaban música Pop, Modern Jazz y R&B de la época, una importante banda fue The Who, también eran grandes amantes de las motos Scooters tipo Vespa o Lambretta verse una imagen abajo) empezaron a relacionarse con los 'Rudeboys', (Jóvenes negros inmigrantes jamaicanos que aportaron sus raíces musicales del Ska y el Reggae y que usaban un traje a dos tonos blanco y negro y de tres botones junto a un sombrero imitando a los gánsteres de las películas americanas, verse una imagen abajo), por lo tanto cualquier persona con media neurona comprendería que los skinheads no pueden ser racistas si son una fusión de culturas blanca y negra. En sus principios eran simplemente bandas urbanas de barrios obreros, donde generalmente había gente de color, que compartían sus gustos por los ritmos Ska y Reggae y de ideología contraria a la hippie. Estética: Cabeza rapada (en analogía a los negros, botas con punta de acero y tirantes en analogía al obrero),



etc... Eran gente muy joven y engrosaban sus filas trepidantemente, hasta que la violencia llegó al fútbol (Tras la victoria de Inglaterra en el mundial de 1966) que hizo que acudieran a los estadios de los equipos de sus ciudades, se hicieron famosas las peleas entre seguidores de distintos equipos y con la policía, naciendo así el termino "Hooligan", hasta que estos enfrentamientos diarios acabaron por movilizar a la policía, a los jueces, y a la sociedad civil, que hicieron un circulo tan estrecho que acabaron ahogándolos.

**FUNCIONALISMO.** Corriente de la sociología y de la antropología que, como modo de análisis, explica los fenómenos sociales y culturales atendiendo a las funciones que desempeñan. Considera la sociedad como un sistema, es decir, como un conjunto de partes relacionadas y mutuamente independientes.

**JUEGO.** Comportamiento individual o en grupo que se desarrolla según una secuencia libre, diferente y hasta contradictoria de los comportamientos formales. El juego tiene una gran importancia en la vida humana, en el desarrollo de la personalidad y en la historia de la cultura.

**LIBERTAD.** Condición de actuar de manera libre, estado de un ser que tiene en sí mismo las razones de sus elecciones y de sus actos.

**MARXISMO.** Teoría formulada inicialmente por Marx y Engels, que constituye un sistema íntegro de concepciones filosóficas, económicas, sociales, políticas, etcétera. La evolución de las sociedades humanas no escapa a estas leyes; las fuerzas productivas tienen una importancia histórica fundamental al construir el basamento del ser social del hombre. Cuando el desarrollo de las fuerzas productivas permite la división del trabajo, aparece la propiedad privada de los bienes de producción y las clases sociales.

**MIMETISMO.** Propiedad que poseen algunos animales y plantas de imitar aspectos y colores propios del medio en que viven, a fin de pasar inadvertidos de sus enemigos.

**MUESTREO.** Datos proporcionales, que se recaudan sin necesidad de investigar la total frecuencia numérica de todos los factores y que se investigan al azar.

**OCIO.** Se refiere a la desocupación, puede ser por voluntad propia o impuesta por cualquier otra circunstancia que obliga a no ocupar el tiempo.





---

**REBELDE:** persona que no se adapta ni se ajusta y que protesta descontenta de las circunstancias que la rodean.

**RECREACIÓN.** Necesidad humana universal y fundamental, es una herencia común de todos los pueblos, aún cuando su expresión tiene formas diferentes se concibe como cualquier manera de experiencia o actividad a que se dedique un individuo por el goce personal y la satisfacción inmediata que le produce.

**TIEMPO.** Es el número, o la medida del movimiento según antes y después" (Aristóteles).

**TIEMPO LIBRE.** Porción del tiempo personal que queda después de haber realizado todas nuestras obligaciones, es decir tiempo ocupado para realizar todas aquellas actividades en las que la libertad domina sobre la necesidad.