
Alumna: Aina Roperó Cano
Tutora: Carme Ibáñez Romaguera

Temps d'estudi i temps d'oci. Equilibri imperfecte?

Presentació

A l'hora d'haver de triar el tema sobre el qual faria el meu treball de recerca, vaig pensar en fer-lo d'una temàtica centrada en el medi ambient, més concretament, sobre les tècniques d'empaquetatge (*packaging*) o sobre algun tema històric de la vila on visc. Tot i això, eren uns temes que no m'acabaven de convèncer per dedicar-hi un treball tan important com és el de recerca, que hauria d'estar preparant durant tot un any. Un dia, mentre pensava en un tema que captés prou el meu interès, em va venir a la ment com havia canviat la meua vida d'ençà que era petita i durant la major part del temps solia jugar amb els meus amics i companys de l'escola, fins ara, que dedico la major part del dia a dur a terme les tasques escolars. Va ser en aquest moment que vaig decidir la temàtica definitiva del meu treball: la relació que s'estableix entre l'estudi i l'oci durant l'adolescència, fent èmfasi en aquest segon aspecte. Per a dur a terme el projecte, vaig centrar-me en els adolescents d'ESO i batxillerat com a objectes d'estudi.

Metodologia

Tal com és habitual en la majoria de treballs de recerca, vaig dividir el meu treball entre la part teòrica i la part pràctica. Per una banda, la part teòrica la vaig elaborar



a partir de la recerca a la xarxa, apunts extrets de classe i d'una carpeta i uns fullets informatius lliurats per una institució municipal palamosina dedicada als joves. Per altra banda, la part pràctica la vaig elaborar a partir de:

- Dues enquestes: una destinada als joves (distribuida entre els estudiants d'ESO i batxillerat de l'Escola Vedruna Palamós) i l'altra, a diversos adults. Per a elaborar-les i distribuir-les vaig utilitzar els Formularis de Google, el correu electrònic i el WhatsApp. La principal finalitat d'aquestes enquestes va ser realitzar una comparativa entre els dos segments de població per entendre les diverses concepcions i preferències pel que fa a l'oci i a l'estudi entre generacions.

- Quatre enquestes a psicòlegs i professors. Tres d'aquestes enquestes van ser presencials i una, telemàtica.

- Dos horaris orientatius, destinats a contribuir en la millora de l'organització del temps d'oci i d'estudi entre els joves. Aquests horaris els vaig poder elaborar a través d'un perfil fictici creat a partir de les respostes obtingudes en les enquestes i en les entrevistes.

Cos del treball

Com ja s'ha avançat en l'apartat de la presentació, el meu treball va consistir a definir la relació que s'estableix entre el temps d'oci i el d'estudi durant l'adolescència i esbrinar si una millor qualitat de l'oci influeix en els resultats acadèmics.

Part teòrica

Aquesta primera part del treball la vaig dividir en diversos apartats i subapartats. Primerament vaig fer una introducció, on vaig incloure una presentació explicant la temàtica del meu treball, la metodologia a seguir i els objectius que em plantejava. Seguidament vaig fer un petit recull amb les definicions principals que aniria treballant durant el transcurs de la recerca.

Com que vaig decidir enfocar el treball donant més importància a la vessant de l'oci, vaig haver de definir l'etimologia d'aquesta paraula, explicar la concepció de l'oci en alguns períodes concrets de la història i alguns personatges importants que treballessin aquesta temàtica en les seves obres. Per altra banda, també vaig explicar alguns tipus i modalitats d'oci, conductes de risc que poden dur a terme els adolescents durant el seu temps lliure i el paper que té l'entorn del jove en el seu temps d'oci. Per finalitzar la part teòrica del treball vaig explicar alguns dels beneficis i inconvenients tant del temps d'oci com del d'estudi, vaig intentar definir quant de temps calia dedicar a cadascun d'aquests dos factors i vaig tractar breument algunes qüestions polèmiques com, per exemple, els deures, l'ús de les noves tecnologies a l'escola, el sedentarisme en els adolescents i alguns dels sistemes educatius més reconeguts del món.

Part pràctica

Aquesta segona part del treball va ser la que vaig considerar més important, ja que em va permetre interactuar molt més amb el meu treball i em va allunyar parcialment del que és la part teòrica, permetent-me incorporar nous coneixements i opinions de la mà dels meus enquestats i entrevistats. Com s'ha dit en l'apartat de la metodologia, per elaborar aquest apartat vaig realitzar dues enquestes, quatre entrevistes i dos horaris orientatius.

Pel que fa a les entrevistes, en vaig elaborar una destinada als adolescents i una altra destinada als adults, per tal de poder realitzar una comparativa entre els dos grups i poder extreure'n unes conclusions. Un cop vaig tenir les respostes, vaig elaborar unes gràfiques de resultats i vaig comentar-los. Pel que fa a les entrevistes, em vaig reunir amb quatre professionals (professors i/o psicòlegs) que tenen un contacte diari amb els adolescents i que, per tant, em van poder aportar unes respostes que vaig poder contrastar perfectament. Finalment vaig elaborar dos horaris destinats a millorar la distribució del temps d'aquests joves.

Conclusions

Un cop finalitzat el treball vaig poder comprovar que havia pogut complir tots els meus objectius, i fins i tot altres de nous que vaig desenvolupar a mesura que anava avançant durant el transcurs de la recerca.

La conclusió més destacable que vaig poder extreure després de l'estudi realitzat, sobretot a partir de les enquestes, va ser que realment no es viu la situació d'una excessiva dedicació al temps d'estudi i una dedicació insuficient al temps d'oci entre els adolescents actuals, sinó que els dos temps conviuen generalment en equilibri. Tot i això, en alguns casos el temps d'oci acostuma a superar el d'estudi, en una hora diària aproximadament.

Des de la perspectiva històrica he pogut comprovar com la concepció de l'oci no sempre ha estat la mateixa, sinó que s'han establert diverses percepcions al respecte. Situant-nos un temps enrere es pot observar com els nens i joves acostumaven a passar la major part del temps lliure al carrer, mentre que ara els adolescents tenen menys contacte amb el seu entorn i se socialitzen principalment a través de les xarxes socials. Pel que fa a les hores que haurien de dedicar a cadascun dels dos factors, no hi ha un temps específic, ja que depèn de la capacitat organitzativa de l'estudiant. Tot i això, alguns dels entrevistats em van afirmar que en les etapes d'ESO i batxillerat els alumnes han de dedicar unes dues hores al temps d'estudi, deixant sempre temps per a l'oci i per a dur a terme altres activitats vitals com, per exemple, menjar o dormir. Per altra banda, tant el temps d'oci com el temps d'estudi tenen els seus avantatges i inconvenients, però és important que durant el seu temps de realització personal els pares no imposin als seus fills les activitats que han de fer.

Finalment, considero que moltes vegades no es té prou determinació pel que fa a l'estudi i a l'oci i crec que des de les escoles s'haurien de fer projectes o tallers que contribuïssin a assolir una millor distribució del temps, i des dels ajuntaments s'haurien d'organitzar activitats per tal d'oferir unes alternatives variades i saludables per gaudir del temps lliure.

Webgrafia

Entre les pàgines web consultades, destaquen les següents:

<http://www.informajoven.org/info/tiempolibre/E_1_1.asp> Autor no especificat. *Definiciones del Ocio y Tiempo Libre*. Múrcia. Informa joven, any no especificat – <<http://blogs.elcomercio.es/psicologo-de-cabecera/2011/09/18/estudiar-en-exceso/>> SILVEIRA, Miguel. *Estudiar en exceso*. Gijón. Blogs: Psicólogo de cabecera. El comercio, 2011 – <<http://noticias.universia.es/en-portada/noticia/2013/05/27/1025994/beneficios-ocio.html>> Universia España. *Los beneficios del ocio*. Ciutat de publicació no especificada. Universia España, 2013 – <<http://revistas.ucm.es/index.php/RCED/article/viewFile/RCED9393120069A/17970>> LOPEZ, Eloísa. *El ocio. Prespectiva pedagógica*. Madrid. Revista complutense de Educación, Vol. 4. Universidad Complutense, 1993 – <<http://kidshealth.org/es/parents/homework-esp.html>> GABOR, Eric J. *Los diez mejores consejos sobre los deberes escolares*. Ciutat de publicació no especificada. KidsHealth, 2015 – <<http://consultorioterapiacognitivoconductual.blogspot.com.es/2016/07/el-ocio-beneficios-ventajas-y.html>> Autor no especificat. *El ocio: Beneficios, ventajas y desventajas*. Ciutat de publicació no especificada. Consultorio de terapia cognitivo conductual a.c., 2016 – <<http://www.raco.cat/index.php/papers/article/viewFile/25488/25321>> RULLÁN, Gaspar. *Del ocio al negocio... y otra vez al ocio*. Ciutat de publicació no especificada. Raco, 1997 – <<https://eudoxa.mx/2010/07/12/elogio-del-ocio/>> FRIAS, Elisabeth. *G. Elogio del ocio*. Ciutat de publicació no especificada. Eudoxa, 2010 – <<http://www.abc.es/familia-educacion/20150401/abci-tiempo-dedicado-alosdeberes-201503311353.html>> PÉREZ, M. J. *¿Sabes cuánto tiempo recomiendan cada día para hacer deberes?*. Ciutat de publicació no especificada. ABC, 2015 – <http://www.elperiodicoextremadura.com/noticias/caceres/mitad-adolescentes-beben-alcohol-35-consumen-tabaco_76661.html> Universidad de Extremadura. *La mitad de los adolescentes beben alcohol y un 35% consumen tabaco*. Ciutat de publicació no especificada. El Periódico, 2003 – <<http://www.youngmarketing.co/cuales-son-los-modelos-educativos-mas-sobresalientes-del-mundo/>> ORTEGA, Camila Alicia. *Los 9 modelos educativos más destacados del mundo*. Ciutat de publicació no especificada. Youngmarketing, 2017 – <<https://didactalia.net/comunidad/materialeducativo/debate/cuantas-horas-debe-pasar-un-alumno-en-clase-es/41ef49c7-cc0c-42a6-8afc-d83bbe19bbd5>> Equipo Didactalia. *¿Cuántas horas debe pasar un alumno en clase? ¿Es mejor la educación de un alum-*

no que está más horas en el aula?. Ciutat de publicació no especificada. Didactalia, 2012 – <<http://xestiondeocio.com/index.php/noticias/diferencia-entre-ocio-y-tiempo-libre/>> RIVEIRA, Uxía. *Diferencia entre ocio y tiempo libre*. La Corunya. Xestion de ocio, 2015 – <<http://espasa.planetasaber.com/theworld/monographics/secciones/cards/default.asp?pk=3197&art=39>> Autor no especificat. *De las grandes masas a los juegos privados*. Ciutat de publicació no especificada. Espasa, any de publicació no especificat – <http://www.cuentayrazon.org/revista/pdf/114/Num114_005.pdf> ANSÓN, Rafael. *El cambio de vigencia en las formas de ocio durante el siglo XX*. Ciutat de publicació no especificada. Cuentayrazón, any de publicació no especificat – <<http://rodin.uca.es/xmlui/bitstream/handle/10498/14962/Ocio.%20historia%20y%20funciones.pdf?sequence=1>> RIBÓN, María Antonia. *El ocio y sus funciones a través de la historia*. Cádiz. UCA, 2002-2003 – <<https://blogs.deusto.es/EstudiosOcio/¿una-civilizacion-del-ocio-o-una-sociedad-del-espectaculo/>> Edaguil. *¿Una civilización del ocio o una sociedad del espectáculo?* Ciutat de publicació no especificada. Estudios de ocio, 2008 – <<http://www1.ucol.mx/FCE-CA/docs/epuno/uno/2InvestOcio.pdf>> HERNÁNDEZ, Antonio / MORALES, Verónica. *Ocio, tiempo libre y animación sociocultural*. Ciutat de publicació no especificada. UCOL, any de publicació no especificat – <<https://teteatete.es/edicion%2310/seneca.html>> GONZÁLEZ, Norman. *Séneca y el ocio como actividad social*. Ciutat de publicació no especificada. Teteatete, any de publicació no especificat – <<http://filosofiapuntes.blogspot.com.es/2016/09/lucio-anneo-seneca-sobre-el-ocio-50-d-c.html>> Autor no especificat. *Sobre el ocio*. Ciutat de publicació no especificada. Filosofía Apuntes, 2016 – <<http://revistatarantula.com/sobre-la-brevedad-de-la-vida-el-ocio-y-la-felicidad/>> GONZÁLEZ, Carlos Javier. *Sobre la brevedad de la vida, el ocio y la felicidad. Sobre cómo leer a Séneca*. Ciutat de publicació no especificada. Tarántula, 2013 – <<http://blogequipo1hospedaje.blogspot.com.es/2015/04/tiempo-libre-y-ocio.html>> Autor no especificat. *Tiempo libre, Ocio y Recreación*. Ciutat de publicació no especificada. Blog Equipo Hospedaje, any no especificat – <<http://www.hiru.eus/tiempo-libre/tipos-de-ocio>> Autor no especificat. *Tipos de ocio*. Ciutat de publicació no especificada. Hiru.eus, any de publicació no especificat – <<http://wwwrecreatefacilcom.blogspot.com.es/2011/04/que-es-el-ocio-y-sus-tipos.html>> ALATORRE, Ariel. *¿Qué es el ocio y sus tipos?*. Ciutat de publicació no especificada. Recreatefácil, 2011 – <<https://neuronados.wordpress.com/2016/05/13/botellon-y-consumo-de-drogas-en-adolescentes/>> NeuronaDos. *Botellón y consumo de drogas en adolescentes*. Ciutat de publicació no especificada. NeuronaDos, 2016 – <<http://noticias.universia.com.ar/vida-universitaria/noticia/2009/03/20/361429/beber-alcohol-afecta-rendimiento-academico.html>> Autor no especificat. *Beber alcohol afecta el rendimiento académico*. Ciutat de publicació no especificada. Universia Argentina, 2009 – <<https://www.bluebbva.com/2016/01/como-el-sueno-influye-en-tu-rendimiento-en-los-examenes.asp>> Equipo bluemaga-

zine. *Cómo el sueño influye en tu rendimiento en los exámenes*. Ciutat de publicació no especificada. Bluebbva, 2016 — <<http://aladecolibri.blogia.com/temas/el-ocio-en-la-adolescencia.php>> Publicació conjunta (entre diverses persones). *El ocio en la adolescencia*. Ciutat de publicació no especificada. Aladecolibri, 2010 — <<http://www.aulafacil.com/cursos/16161/salud/educacion/desarrollo-del-adolescente/ocio-y-adolescentes>> CRESPO, M. Eugenia. *Ocio y adolescentes*. Ciutat de publicació no especificada. AulaFacil, any de publicació no especificat — <<http://salamancartvaldia.es/not/44667/la-importancia-del-ocio-y-tiempo-libre-en-la-adolescencia>> GARROTE, Jesús. *La importancia del ocio y tiempo libre en la adolescencia*. Ciutat de publicació no especificada. Salamanca al día, 2014
