



Revista Electrónica "Actualidades  
Investigativas en Educación"  
E-ISSN: 1409-4703  
[revista@inie.ucr.ac.cr](mailto:revista@inie.ucr.ac.cr)  
Universidad de Costa Rica  
Costa Rica

Juniu, Susana; Salazar Salas, Carmen Grace  
SIGNIFICADOS DE LA PALABRA "ESPARCIMIENTO" PARA ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD  
DE COSTA RICA Y DE MONTCLAIR STATE UNIVERSITY  
Revista Electrónica "Actualidades Investigativas en Educación", vol. 10, núm. 1, enero-abril, 2010, pp.  
1-28  
Universidad de Costa Rica  
San Pedro de Montes de Oca, Costa Rica

Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44713068002>

- ▶ Cómo citar el artículo
- ▶ Número completo
- ▶ Más información del artículo
- ▶ Página de la revista en [redalyc.org](http://redalyc.org)

**Actualidades Investigativas en Educación**

Revista Electrónica publicada por el  
Instituto de Investigación en Educación  
Universidad de Costa Rica  
ISSN 1409-4703  
<http://revista.inie.ucr.ac.cr>  
COSTA RICA

**SIGNIFICADOS DE LA PALABRA “ESPARCIMIENTO” PARA  
ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE COSTA RICA Y DE  
MONTCLAIR STATE UNIVERSITY**

THE MEANING OF THE WORD “LEISURE” FOR STUDENTS FROM THE UNIVERSITY OF  
COSTA RICA AND MONTCLAIR STATE UNIVERSITY

Volumen 10, Número 1  
pp. 1-28

Este número se publicó el 30 de abril de 2010

Susana Juniu  
Carmen Grace Salazar Salas

*La revista está indexada en los directorios:*

[LATINDEX](#), [REDALYC](#), [IRESIE](#), [CLASE](#), [DIALNET](#), [DOAJ](#), [E-REVIST@S](#),

*La revista está incluida en los sitios:*

[REDIE](#), [RINACE](#), [OEI](#), [MAESTROTECA](#), [PREAL](#), [HUASCARAN](#), [CLASCO](#)

---

Los contenidos de este artículo están bajo una licencia Creative Commons



## SIGNIFICADOS DE LA PALABRA “ESPARCIMIENTO” PARA ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE COSTA RICA Y DE MONTCLAIR STATE UNIVERSITY

THE MEANING OF THE WORD “LEISURE” FOR STUDENTS FROM THE UNIVERSITY OF COSTA RICA AND MONTCLAIR STATE UNIVERSITY

Susana Juniu<sup>1</sup>  
Carmen Grace Salazar Salas<sup>2</sup>

**Resumen:** El esparcimiento y la recreación frecuentemente se definen de manera individual y, por lo tanto, no se entienden o interpretan universalmente. Los diferentes contextos culturales pueden originar distintas definiciones o significados de esparcimiento. El reto de las personas que estudian el esparcimiento es interpretarlo de tal forma que ayude a las personas a entender acerca de su valor en la calidad de vida. Por consiguiente, este estudio examinó el significado de esparcimiento para estudiantes de un curso de estudios generales de la Universidad de Costa Rica (UCR) y de Montclair State University (MSU), una universidad estatal del noreste de Estados Unidos, en el I ciclo lectivo del 2009. Las personas participantes fueron 388 estudiantes (149 hombres y 240 mujeres, promedio edad = 21 años, DE = 3.3) del curso de Actividad Deportiva, de carreras de grado de ambas universidades. El estudiantado contestó el Inventario de Significados de Esparcimiento (Schulz y Watkins, 2007). Este cuestionario incluye cuatro categorías: pasar el tiempo, escapar de presiones, tomar decisiones y lograr autorrealización. En términos generales, las diferencias estadísticamente significativas entre los grupos universitarios se relacionaron con el concepto de esparcimiento como “pasar el tiempo” y “tomar decisiones”. Las percepciones de esparcimiento como “escapar de presiones” y “lograr autorrealización” sólo fueron el resultado de diferencias estadísticas significativas de casos específicos. Los resultados indican que los estudiantes de MSU tienden más a percibir esparcimiento como “pasar el tiempo” y “tomar decisiones” que la contraparte costarricense.

**Palabras clave:** ESPARCIMIENTO, ACTITUD, PERCEPCIÓN, CREENCIA, RECREACIÓN, TIEMPO LIBRE

**Abstract:** Leisure and recreation are frequently defined personally and individually, and therefore not understood or interpreted universally. Different cultural contexts may result in diverse definitions and meanings of leisure. The challenge for leisure researchers is to interpret leisure in a way that will help an individual understand about the value of leisure in quality of life. Therefore, this study examined the meaning of leisure for students in one class of the general education program from the University of Costa Rica (UCR) and Montclair State University (MSU), a state university in the Northeastern United States, at 2009 Spring Semester. The participants were 388 students (149 males, 240 females; mean age = 21, SD = 3.3) enrolled in undergraduate general physical education courses at both universities. They responded to the Leisure Meaning Inventory (Schulz and Watkins, 2007). The questionnaire included 4 categories: passing time, escaping pressure, exercising choice, and achieving fulfillment. In general, the most significant differences were related to the perception they had about leisure as passing time and as exercising choice. On the other hand, leisure perceptions defined as escaping pressure and achieving fulfillment were found statistically significant different in specific cases. The results revealed that MSU students were more likely to perceive leisure as exercising choice and passing time than their UCR counterparts.

**Keywords:** LEISURE, ATTITUDE, PERCEPTION, BELIEF, RECREATION, FREE TIME

---

<sup>1</sup> Doctora en Educación de la Temple University, USA. Es Directora del Departamento de Ciencias del Ejercicio y Educación Física de la Montclair State University, Nueva Jersey, Estados Unidos.  
Dirección electrónica: [Junius@mail.montclair.edu](mailto:Junius@mail.montclair.edu)

<sup>2</sup> Doctora en Comportamiento del Esparcimiento de la Universidad de Indiana, Bloomington. Labora en la Escuela de Educación Física y Deportes de la Universidad de Costa Rica.  
Dirección electrónica: [carmengrace.salazar@ucr.ac.cr](mailto:carmengrace.salazar@ucr.ac.cr)

**Artículo recibido:** 17 de setiembre, 2009

**Aprobado:** 1º de marzo, 2010

## **1. Introducción**

Las palabras esparcimiento y recreación tienen muchos significados y, a veces, se usan como sinónimos, por lo que no son comprendidas universalmente de igual manera, ni tampoco entre las personas de un mismo idioma. La incoherencia en el significado de estas palabras no es exclusiva para el público general, sino también para las personas investigadoras de la profesión en recreación (Howe y Rancourt, 1990). Estas inconsistencias aumentan cuando se tienen en cuenta distintas traducciones y culturas. La traducción de un término puede crear confusión, así como las interpretaciones de los significados según el género, el ambiente y la clase socio-cultural (Henderson, Ainsworth, Stolarzyck, Hootman y Levin, 1999; Henderson y Juniu, 2001; Juniu, 1999).

La aclaración de términos es una parte esencial de los estudios académicos sobre esparcimiento (Howe y Rancourt, 1990; Shaw, 1985). Desde una perspectiva de comprensión de teoría, el significado connotativo del término proporciona una forma de entender, interpretar y unificar los estudios. Gunter (1987) destacó que la falta de definiciones causa un problema porque es imposible generalizar o verificar, objetivamente, a la hora de interpretar resultados. Debido a que los términos “esparcimiento” y “recreación” han sido ambiguos, Arnold (1991) manifestó que el pensamiento de las personas investigadoras ha sido ilógico y confuso. Además, sugirió que “la viabilidad y respetabilidad de cualquier campo no se encuentra en su designación per se, sino en la especificidad de sus conceptos y la naturaleza concreta de su investigación” (p. 5). Uno de los desafíos emergentes para quienes investigan el esparcimiento y la recreación es intentar entender las vidas cotidianas de las personas y cómo el esparcimiento proporciona un significado a las mismas. Independientemente de cómo piensan los individuos y los grupos sobre sus vidas, las personas investigadoras deben tener las herramientas para evaluar y describir el esparcimiento y la recreación.

El desafío para las personas que investigan la recreación, el esparcimiento y el tiempo libre es tratar con términos tan subjetivos como el de “esparcimiento” e interpretar sus significados de forma que ayuden a entender más sobre el valor de este fenómeno en la calidad de vida de las personas. Arnold (1991) señala que las definiciones, generalmente, no proporcionan el significado de una palabra sino que, por el contrario, ofrecen sinónimos de la misma. Además, al definir términos, las investigadoras o los investigadores pueden ubicar, inadvertidamente, sus propios valores personales o culturales en los conceptos. Por ejemplo, definir esparcimiento como tiempo libre relaciona el esparcimiento con el trabajo y hace que

el trabajo adquiera gran importancia y el esparcimiento sea entendido como el tiempo que sobra (Goodale y Godbey, 1988). Para comprender la naturaleza del esparcimiento, es necesario examinar el significado que tiene el concepto para los individuos y para la sociedad. Las diversas perspectivas conforman el pensamiento de las personas sobre el esparcimiento y sobre cómo lo experimentan.

El uso de la palabra "esparcimiento" es nuevo. Inició ante la necesidad de emplear un término que denotara un significado positivo en las mentes de las personas al pensar en "ocio". En este artículo y la investigación que él reporta, la palabra "esparcimiento" se usó en vez de la de ocio. No obstante, en la sección de revisión de literatura del presente artículo se mantuvo la palabra ocio, en algunos casos.

## 2. Referente teórico

### 2.1. ¿Qué se entiende por esparcimiento?

#### 2.1.1. Conceptualizaciones del Esparcimiento

La palabra esparcimiento, u ocio, ha sido objeto de gran cantidad de definiciones. A continuación, se resumen algunas de ellas.

1. El ocio ha sido normalmente conceptualizado como: (a) una forma de actividad (Dumazedier, 1967; Kraus, 1984), (b) tiempo sin obligaciones (Kaplan, 1975; Kraus, 1984; Murphy, 1981), o (c) un "estado de ser" (de Grazia, 1964), una experiencia mental.

2. El ocio también ha sido definido como una actividad compensatoria, que el individuo escoge para satisfacer esas necesidades no satisfechas durante el trabajo; contrario a la teoría de expansión, en la cual el ocio es una continuación del trabajo (Wilensky, 1960).

3. La concepción clásica o tradicional vislumbra al ocio como un "estado de ser". Según de Grazia (1964), Aristóteles consideró el ocio como "un estado de estar o ser en el que la actividad es realizada por su propia consideración" (p. 13). Para los griegos, el ocio representó el valor más alto de la vida. La clase alta no necesitaba trabajar, por lo tanto, tenía la libertad de experimentar el ocio al tomar parte en actividades culturales, artísticas e intelectuales (Kraus 1984; Murphy, 1981; Neulinger, 1981). Este concepto clásico deriva del antiguo término "skholé", que significa tiempo de ocio e instrucción, lo que implica un tiempo de libertad para el desarrollo personal (Murphy, 1981).

4. El ocio, definido como una forma de actividad no relacionada con el trabajo, se basa en la actividad en la que el individuo encuentra relajación, entretenimiento y realización personal (Dumazedier, 1967).

5. El ocio, conceptualizado como tiempo cuantitativo y discrecional, consiste en el tiempo sin obligaciones ni actividades necesarias para la existencia (Kaplan, 1975; Kraus, 1984; Murphy, 1981). Esta definición es utilizada comúnmente en la literatura sociológica y también se refiere al ocio como un tiempo residual (Kraus, 1984).

6. El ocio, como instrumento social, es visto como un medio para satisfacer las necesidades de las personas con escasos recursos, ofrecido por agencias de servicios sociales para beneficiar a cada individuo y a la sociedad en general (Murphy, 1981). Un concepto semejante es introducido por Kaplan (1975) que visualiza al ocio como un instrumento con propósitos terapéuticos: de ayuda y rehabilitación.

7. El concepto holístico del ocio es un enfoque psicológico que une aspectos de la vida del individuo con elementos del ocio, expresados en el trabajo y el juego (Murphy, 1981). El propósito es ayudar al individuo a que logre un auto-enriquecimiento.

8. La visión psicológica del ocio examina las experiencias y el estado de ánimo percibidos durante el ocio. Los individuos categorizan la tarea como ocio o no-ocio, basados en la percepción de libertad y de la motivación intrínseca o extrínseca. Esta perspectiva de ocio de Neulinger (1981) se enfoca en la conducta de la persona participante. A pesar de que la elección puede parecer evidente en una actividad, la calidad de la experiencia o la disposición mental hacia ella puede determinar que la actividad sea una actividad de ocio, aunque la actividad propiamente dicha no lo sea. Dentro del marco de la experiencia, no se pueden obviar las dimensiones de tiempo y actividad, por eso, el enfoque en el significado de la experiencia individual del ocio proporciona un marco contextual para integrar ambas dimensiones.

Por ejemplo, Csikszentmihalyi (1975), en su teoría del flujo, se refería al "estado de flujo". Esta teoría establece, entre otras cosas, una relación entre las propias habilidades y el desafío de la tarea. Esta relación puede conducir a un estado que Csikszentmihalyi llama "flujo", o un estado que podría llamársele también "plenitud". En estas situaciones, el individuo recibe placer por la experiencia y se siente motivado intrínsecamente al repetirla. Csikszentmihalyi llama a esta percepción una experiencia "holística", en la que la persona se encuentra completamente absorta en una actividad por su propio placer y disfrute.

9. El enfoque sociológico estudia los factores relacionados con sistemas sociales. En la visión sociológica, el ocio es el tiempo libre que queda después de las obligaciones institucionales como el trabajo y la familia. Según Dumazedier (1967), el ocio cumple tres funciones: relajación, entretenimiento y desarrollo personal.

### 2.1.2. *Esparcimiento: Connotaciones socioculturales*

Las personas investigadoras, especialmente aquellas que han utilizado datos cualitativos (Henderson et al., 1999; Juniu, 1999; Shaw, 1994) han indicado que las definiciones pueden ser ambiguas y complejas y que examinar significados de palabras puede ser más útil que establecer definiciones consistentes. Howe y Rancourt (1990) manifiestan que los significados son determinados por la relación entre el individuo y su entorno. Los significados de ocio tienen un grado común de experiencias comunes en individuos que comparten contextos socio-culturales similares y el resultado de las experiencias de ocio es justificado por las variaciones contextuales (Watkins y Bond, 2007).

Dado que los conceptos de recreación y ocio han cambiado y evolucionado, y han sido percibidos tanto negativa como positivamente dentro de los distintos contextos culturales, estas palabras son frecuentemente mal interpretadas entre las personas de habla hispana. El problema radica en que el significado de ocio, en la vida cotidiana, es complicado y no puede ser definido clara y globalmente con un único concepto o dimensión, pues las conceptualizaciones no son universales (Russell y Stage, 1996).

Esta es otra razón de por qué las definiciones de esparcimiento resultan contradictorias, especialmente cuando se procura hacer investigaciones multiculturales. El concepto y la traducción de la palabra “ocio” son confusos. El empleo de “esparcimiento” como sinónimo de “ocio” es reciente en la profesión de la recreación. Esta acción se debe a que esparcimiento tiene un significado más positivo que ocio. En América Latina, ocio tiene una imagen peyorativa, pero no ocurre lo mismo en Europa (Salazar, 2007). Por ejemplo, en España, la palabra “ocio” se usa más que la de “esparcimiento”. En ese país, “ocio” es definido como tiempo para la relajación o el descanso. Contrariamente, para la mayor parte de las sociedades latinoamericanas, “ocio” tiene una connotación negativa. Significa ociosidad y un tiempo improductivo, mientras que el “tiempo libre” es un término que significa tiempo para uno mismo y para la relajación. Una persona perezosa es conceptualizada como una persona “ociosa”, que pierde el tiempo (Juniu y Henderson, 2001).

Este significado negativo pareciera producirse desde el origen del término. La palabra “negocio” proviene del término latín “negotium” que significa ocupación (Corominas, 1954). Esta definición es la derivación contraria de “otium”. Entonces, “negocio” se traduce como estar ocupado, o hacer negocios, que es lo opuesto a ocio. Actualmente, estos conceptos permanecen imbricados en la visión de ocio de muchos individuos, dado que las responsabilidades laborales tienen un fuerte valor en sus vidas. Por esa razón, en la

investigación que reporta este artículo se utilizó la palabra “esparcimiento”, en vez de la de ocio.

La noción de esparcimiento puede tener dos acepciones: una basada en la definición intelectual y otra en una definición popular del concepto. La visión filosófica o intelectual está ligada a tiempo de relajación y descanso, tiempo para recuperar la energía y tiempo libre de presiones y obligaciones. Esta visión, compartida por diversas personas investigadoras, generalmente, representa la percepción positiva del esparcimiento. Por otro lado, en la definición popular, la palabra utilizada en la vida cotidiana refleja el concepto de pérdida de tiempo que genera una visión negativa. Alonso Martínez de Palencia resume estos pensamientos: “*Si el ocio es vulgar, supone una ofensa, pero si es filosófico proporciona placer*” (citado por Juniu y Henderson, 2002, pp. 111).

El desarrollo y el uso de definiciones y significados comunes son temas mucho más complejos que la contemplación del ocio fuera de sus tradiciones hegemónicas. Munné (1996) destacó que las diferentes apreciaciones del término se basan en diversas tendencias ideológicas, valores morales y visiones políticas de la época, por eso, es importante entender los intereses económicos de los estratos sociales en control.

Juniu (1999) manifestó que los significados del ocio podrían también estar relacionados con las diferencias en las clases sociales. En su estudio conducido con mujeres latinoamericanas, la palabra “ocio” generó diversas respuestas entre las entrevistadas, según su clase social. Las percepciones sobre la libertad y la capacidad de elección eran elementos comunes en las definiciones de ocio entre las inmigrantes de clase media. Para ese grupo, el ocio estaba relacionado con el tiempo para la relajación y el descanso, el tiempo para recuperar energía y un tiempo alejado de presiones y obligaciones. Las percepciones de las mujeres de clase media estaban relacionadas con la concepción clásica o tradicional presentada por Aristóteles, quien veía al ocio como un “estado de ser”, en el cual la actividad se desempeña por su propio valor (de Grazia, 1964). En los tiempos antiguos, el ocio era valorado y visto como la base de la cultura, mientras que, para las sociedades post-industriales, el tiempo de trabajo empieza a tener relevancia y precedencia sobre el ocio. En el estudio de Juniu, la percepción del ocio de la clase obrera estaba más relacionada con visiones post-industriales en las que los individuos conceden un gran valor al trabajo y a las actividades productivas. Cuando se les preguntó sobre ocio a las mujeres de clase trabajadora, su actitud fue más negativa que la de las mujeres de clase media. Según el estudio, las personas inmigrantes de clase trabajadora consideraban que el ocio

significaba “estar de vago” y “perder el tiempo”, por lo tanto, tenía una connotación negativa. Su idea del tiempo libre era independiente de la noción de ocio. El tiempo libre se consideraba como un tiempo sin trabajar, pero utilizado de forma constructiva, creativa y recreativa. No podían relacionar los conceptos de ocio y tiempo libre.

Estos y otros estudios proporcionan ejemplos de las diferentes percepciones y/o lenguaje que existen sobre el concepto del ocio, según perspectivas de género, socioeconómicas y culturales. Estos aspectos pueden actuar independiente o conjuntamente, para generar distintas apreciaciones y significados asociados al ocio.

## **2.2 Esparcimiento Moderno**

Las nociones contemporáneas del esparcimiento han sido configuradas a lo largo de la revolución post-industrial, lo que ha supuesto su vigente naturaleza consumista y lucrativa. El esparcimiento está determinado por las condiciones laborales y constituye una fuente potencial de consumo. El esparcimiento moderno está, a menudo, subordinado al trabajo y no debe interferir en él. El sentido histórico de libertad en el esparcimiento se ha perdido con su naturaleza consumista. El esparcimiento ya no es un momento de crecimiento personal ni de socialización.

La práctica actual del esparcimiento indica un distanciamiento entre lo que representa y su separación del sentido filosófico del “yo” y de la identidad (Fullagar, 2004). El esparcimiento dejó de ser una disposición de la mente, espontánea y genuina. Se transformó en una disposición de la sociedad y se redujo a tiempo vacío. Hoy en día, el individuo vive para trabajar y no trabaja para vivir. Kelly (2000) comenta que el esparcimiento no es más un ideal filosófico sino un grupo de comportamientos, significados, estructuras e ideologías socialmente construidos. El autor sugiere que la definición tradicional de esparcimiento, asociada con libertad, elección y disposición de la mente, no se puede seguir apoyando. El esparcimiento es un concepto contextual que emerge a partir de un proceso social y a partir de la interacción del individuo con el ambiente (Molina, 2005). El sistema social condiciona la manera en la que la gente piensa, experimenta y disfruta el esparcimiento (Sousa, 2000). Por consiguiente, las experiencias del esparcimiento se estructuran socialmente. El individuo se comporta según lo que se espera de él. Las acciones y las maneras se regulan por la mirada de los otros y por la autorreflexión de las personas mismas (Rojek, 1999).

La era moderna ha cambiado el esparcimiento en torno al mercado de la economía y la tecnología. La tendencia materialista de la sociedad actual ha cuantificado la felicidad. La

tecnología ha repercutido en la esencia de la libertad que sugiere el esparcimiento, en el tiempo concebido para la creación de la cultura y en el tiempo para la interacción social. El esparcimiento como contemplación y práctica de reflexión parece haber desaparecido “en el contexto del consumo manifiesto por la auto transformación inmediata” (Fullagar, 2004, p. 15). Definiciones modernas de esparcimiento lo relacionan con el consumo de experiencias y emociones que conlleva al individuo a una necesidad de constante renovación y actualización. El individuo busca nuevas sensaciones como producto de un continuo cambio y con el propósito de satisfacer experiencias novedosas, facilitadas por un consumo impuesto en una sociedad mercantilista (Cuenca Amigo, 2008). Esta es una filosofía de enriquecimiento personal (derecho y libertad de elegir) que asume una visión en que todos los individuos tienen las mismas oportunidades de participar, sin tener en cuenta al menos afortunado. El esparcimiento se convierte en una mercancía de diferente calidad, según el poder adquisitivo de cada individuo.

### **2.3 Marco Conceptual del Esparcimiento**

Watkins y Bond (2007) mencionan que hallar nuevas formas de esparcimiento y comprender sus significados requiere disposición y un proceso de aprendizaje para experimentar formas externas de acoplamiento y la representación intrínseca del esparcimiento. Por lo tanto, esparcimiento es lo que la persona experimenta y siente. El esparcimiento puede jugar un papel compensatorio para algunos individuos que lo experimentan como una necesidad de escape de las presiones de la vida y para sopesar la falta de realización en el trabajo. Para otras personas, el término puede representar tiempo para la auto-reflexión. Alcanzar este complejo estado de esparcimiento implica un proceso gradual de aprendizaje y una disposición evolutiva que va de lo extrínseco a lo intrínseco. Además, al practicar distintas formas de recreación, las personas pueden experimentar diferentes significados de esparcimiento, tales como “pasar el tiempo”, “tomar decisiones” y “escapar de presiones”, antes de ser capaces de “lograr autorrealización”.

El esparcimiento que equivale a “pasar el tiempo” se relaciona con tener tiempo libre para realizar una actividad sedentaria, cuando no hay nada más importante que hacer y en utilizar este tiempo para relajarse y para el auto-entretenimiento. Al visualizar el esparcimiento como “tomar decisiones”, éste se centra en la autonomía de utilizar el tiempo libre para hacer lo que uno quiere hacer y lo que disfruta hacer. El significado de esparcimiento como “escapar de presiones” acentúa el papel de utilizar el esparcimiento para

escapar de las presiones de la vida y relajar la mente. Esparcimiento, como “lograr autorrealización”, consiste en una oportunidad para la reflexión y para sentirse feliz y contento (Schulz y Watkins, 2007). Cada una de estas experiencias contiene seis dimensiones comunes que determinan la calidad de la experiencia: tiempo, contexto, intención, acción, emoción/estado y resultado del esparcimiento. Tal como lo describe la Tabla 1, la forma en que estas dimensiones se manifiestan difiere entre cada categoría y/o experiencia. Por ejemplo, el contexto e intención dentro de la categoría “pasar el tiempo” es llenar el tiempo libre, mientras que el contexto e intención de esparcimiento en la categoría “tomar decisiones” es tomar control de las obligaciones (Schulz y Watkins).

**Tabla 1**  
**Categorías del Significado de Esparcimiento y Características de sus Dimensiones**

Categoría	Contexto	Intención	Dimensión Tiempo	Acto	Emoción/estado	Resultado
Pasar el tiempo	Tiempo Libre	Usar el Tiempo	Tiempo que Sobra	Sedentarismo	Relajación Física y Diversión	Auto Entretenimiento
Tomar decisiones	Obligaciones	Tomar control de las actividades que realiza	Tiempo Libre	Autonomía	Disfrute y Relajación Emocional	Auto Determinación
Escapar de presiones	Presiones	Alejarse de presiones	Tiempo sin presiones	Desenganche	Relajación Mental	Auto Mantenimiento
Lograr autorrealización	Oportunidades	Estar contento	Tiempo sin límites	Reflexión	Felicidad	Auto Actualización

Adaptado de Schulz y Watkins (2007)

Este continuo de experiencias de esparcimiento, desarrollado por Schulz y Watkins (2007), se extiende desde “pasar el tiempo” hasta “lograr autorrealización”, pasando por “tomar decisiones”, “escapar de presiones”. Además, se relaciona temáticamente con la descripción de Neulinger de las actividades de esparcimiento y no esparcimiento, a lo largo de las dimensiones de elección, autorrealización, control y motivación. Este es otro aspecto importante para entender la relación entre esparcimiento y actividades de no esparcimiento. El modelo desarrollado por Neulinger (1981) sugiere que la característica principal que distingue al esparcimiento de las experiencias de no- esparcimiento está ubicada a lo largo de la dimensión de la percepción de libertad y de motivación, determinada por el origen de la satisfacción (intrínseca y extrínseca). Esta perspectiva hace hincapié en el comportamiento de la persona participante, más que en las actividades, y trata al esparcimiento y al trabajo como parte de un continuo, en vez de dos conceptos diferentes.

El fenómeno de esparcimiento es percibido como un sistema combinado de aspectos interrelacionados que determinan los niveles de complejidad de sus significados. La esencia no es sólo analizar cómo las variables individuales o sociales influyen en el significado, sino, además, entender como un grupo particular de individuos forman sus experiencias de esparcimiento (Schulz y Watkins, 2007).

Por consiguiente, ¿qué significa “esparcimiento” para las personas? ¿Ha cambiado la esencia del término “esparcimiento”? Hoy en día, las diferencias respecto a la definición y las interpretaciones subsecuentes siguen suponiendo un desafío para las personas investigadoras del esparcimiento. Es por esta incertidumbre en la conceptualización de la palabra “esparcimiento” que se planteó un proyecto de investigación. La finalidad de ese estudio comparativo fue explorar el significado, las actitudes y las percepciones del término “esparcimiento” en estudiantes de Actividad Deportiva de la Universidad de Costa Rica (UCR) y de Montclair State University (MSU). Este estudio utilizó el modelo conceptual diseñado por Schulz y Watkins (2007), como marco teórico. La investigación fue organizada con base en el siguiente objetivo:

Comparar los significados de la palabra “esparcimiento” para un conjunto de estudiantes de Actividad Deportiva de la UCR con el conjunto de estudiantes de Actividad Deportiva de MSU, según su género, carrera y años de carrera.

### **3. Metodología de investigación**

#### **3.1 Población participante y su selección**

La recolección de datos se efectuó con estudiantes matriculados en los cursos de Actividad Deportiva de la UCR ( $N = 175$ ) y MSU ( $N = 213$ ). Los grupos se escogieron del total de cursos de Actividades Deportiva e incluyeron Actividades Aeróbicas, Baile Popular, Entrenamiento contra Resistencia, Karate, Natación y Voleibol. La población estudiantil participó voluntariamente, luego de ser invitada a ser parte del estudio.

#### **3.2 Recolección de información**

El proyecto de investigación realizado fue un estudio de tipo básico y descriptivo, pues examinó percepciones y actitudes de un grupo de estudiantes universitarios mediante el uso de encuestas. La recolección de datos se efectuó en el aula, en la cual cada grupo de estudiantes recibía clases. Luego de solicitar y obtener permiso del personal docente de los cursos, para invitar a toda la población estudiantil a participar en el estudio, se le explicó a

cada grupo seleccionado el objetivo de la investigación y se le entregó una copia del instrumento para completarlo de manera voluntaria y anónima.

### **3.3 Instrumento de medición**

El instrumento que se usó fue el “Inventario de Significados del Esparcimiento”, el cual constaba de dos partes. La primera incluía información demográfica (edad, género, carrera, años de carrera, dedicación al estudio). La segunda parte consistía en 23 ítems, agrupados en cuatro categorías: “pasar el tiempo” (ítems: 1,3, 5, 21), “tomar decisiones” (ítems: 6, 9, 12, 13, 14), “escapar de presiones” (ítems: 2, 8, 10, 15, 16, 19, 20) y “lograr autorrealización” (ítems: 4, 7, 11, 17, 18, 22, 23). El grado de acuerdo o de desacuerdo con estos ítems se señaló con una escala de Likert de cinco puntos, en la cual 1 punto equivalía a “Completamente en desacuerdo” y 5 puntos correspondía a “Completamente de acuerdo”. La confiabilidad interna reportada para esta escala es de 0.81 para los 23 ítems, 0.74 para la categoría “pasar el tiempo”, 0.66 para la categoría “tomar decisiones”, 0.74 para la categoría “escapar de presiones” y 0.69 para “lograr autorrealización” (Schulz y Watkins, 2007) (Ver instrumento en Anexo 1).

La versión en español que se utilizó en este estudio fue traducida del inglés por las investigadoras. Con la finalidad de validar su contenido, esta traducción fue aplicada a tres grupos de estudiantes de Actividad Deportiva de la UCR en el II Ciclo 2008. Se le pidió al alumnado que si no comprendía el contenido de alguna oración, escribiera en el margen de cada ítem la palabra “Confuso”. Posteriormente, se valoraron los ítems que se había indicado que causaban confusión y todos los comentarios brindados a algún ítem para consensuar su redacción.

### **3.4 Análisis de la información**

Los datos obtenidos con la escala se analizaron por medio del paquete estadístico SPSS. Se obtuvo la estadística descriptiva (promedios, desviación estándar y gráficos) y la inferencial, que consistió en análisis de varianza (ANOVA) de una vía (variable independiente años de carrera), análisis de varianza (ANOVA) de dos vías (variables independientes años de carrera y género ) y t-tests de grupos independientes para examinar el significado de la palabra espaciamiento, según la información demográfica (universidad, edad, género, carrera, años de carrera) entre la población estudiantil de la UCR y la de MSU. La prueba

En este estudio, las variables independientes fueron: *universidad (UCR y MSU)*, *edad*, *género* (hombre y mujer), *años de carrera* (estudiante de primer año, segundo año, tercer año y cuarto año) y *carrera*. Las variables dependientes evaluadas en el estudio incluían cuatro subescalas de esparcimiento: “pasar el tiempo”, “tomar decisiones”, “escapar de presiones” y “lograr autorrealización”.

Para hacer el análisis de la variable carrera, se codificaron las respuestas como datos nominales conforme a los siguientes códigos: *AL* (Arte y Letras), *ED* (Educación), *IN* (Ingeniería), *NE* (Negocios), *CB* (Ciencias Básicas), *CS* (Ciencias Sociales), *SA* (Salud) y *OT* (otros),

Para analizar género, se utilizaron los códigos: 1 (mujer) y 2 (hombre). Años de carrera se codificó utilizando los códigos: 1 (primer año), 2 (segundo año), 3 (tercer año), 4 (cuarto año) y 5 (quinto año). Edad se analizó con el número 1 (< 18 años), 2 (18-19 años), 3 (20-21 años), 4 (22-23 años) y 5 (> 23 años).

#### **4. Resultados**

Un total de 388 encuestas debidamente contestadas fueron tabuladas. De las 388 personas participantes entre las edades de 17 y 24 años, el 62% correspondía mujeres y el 38%, a hombres. Su edad media fue de 20 para el estudiantado de la UCR y 22 para el de MSU. De todo el alumnado del estudio, un 45% ( $N = 175$ ) era de la UCR y un 55% ( $N = 213$ ), de MSU. Las estadísticas descriptivas se muestran en la Tabla 2. Solo se reportan los resultados en los cuales se encontraron diferencias estadísticamente significativas.

**Tabla 2**  
**Estadística descriptiva de la información demográfica de las poblaciones estudiantiles de la UCR y MSU**

Variables	N	UCR N = 175	MSU N = 213
<i>Género</i>			
Hombre	149 (38%)	84 (48%)	64 (30%)
Mujer	240 (62%)	91 (52%)	149 (70%)
<i>Dedicación al Estudio</i>			
Dedicación completa	361 (93%)	159 (91%)	202 (95%)
Dedicación parcial	27 (7%)	16 (9%)	11 (5%)
<i>Años de carrera</i>			
Freshman (primer año)	130 (34%)	124 (71%)	6 (3%)
Sophomore (segundo año)	57 (15%)	30 (17%)	27 (13%)
Junior (tercer año)	63 (16%)	9 (5%)	54 (25%)
Senior (cuarto año y quinto años)	138 (35%)	12 (7%)	126 (59%)
<i>Edad</i>			
< 18 años	48 (12,4%)	48 (27%)	0 (0%)
18-19 años	108(27,8%)	89 (51%)	19 (9%)
20-21 años	130 (33,5%)	19 (11%)	111 (52%)
22-23 años	70 (18,0%)	12 (7%)	58 (27%)
> 23 años	32 (8,2%)	7 (4%)	25 (12%)
<i>Carrera</i>			
AL (Arte y Letras)	42 (11%)	4 (2%)	38 (18%)
NE (Negocios)	68 (18%)	42 (24%)	26 (12%)
ED (Educación)	49 (13%)	10 (6%)	39 (18%)
IN (Ingeniería)	48 (12%)	47 (27%)	1 (1%)
SA (Salud)	27 (7%)	19 (11%)	8 (4%)
CB (Ciencias Básicas)	39 (10%)	13 (7%)	26 (12%)
CS (Ciencias Sociales)	105 (27%)	38 (22%)	67 (31%)
OT (otras)	10 (3%)	2 (1%)	8 (4%)

#### **4.1 Diferencia en los significados de la palabra “esparcimiento” entre los grupos de estudiantes de las dos universidades**

En la Tabla 3 se presentan los resultados de las pruebas t para grupos independientes en las variables “pasar el tiempo”, “tomar decisiones”, “escapar de presiones” y “lograr autorrealización”. Como se puede observar, se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre los grupos de estudiantes de la UCR y de MSU en las variables “pasar el tiempo” [ $t$  (386) = 5,498,  $p < 0.01$ ] y “tomar decisiones” [ $t$  (386) = 8,251,  $p < 0.01$ ]. Los resultados indican que el estudiantado de MSU ( $\bar{x} = 3.3333$ ) es más propenso que el

alumnado de la UCR ( $\bar{x} = 2,8629$ ) a percibir al esparcimiento como “pasar el tiempo”. Los resultados también demuestran que la población estudiantil de MSU ( $\bar{x} = 3,6779$ ) tiende más que la de la UCR ( $\bar{x} = 3,0377$ ) a percibir el esparcimiento como “tomar decisiones”. No se observaron diferencias estadísticas en las variables “escapar de presiones” y “lograr autorrealización” en el esparcimiento entre los dos grupos de estudiantes.

**Tabla 3**  
**Diferencia en los significados de la palabra “esparcimiento” entre los grupos de estudiantes de la UCR y MSU**

Variables Dependientes	Universidad	N	$\bar{x}$	SD	Prueba t
Pasar el tiempo	UCR	175	2,8629	$\pm ,77574$	5,948*
	MSU	213	3,3333	$\pm ,775$	
Tomar decisiones	UCR	175	3,0377	$\pm ,89478$	8,251*
	MSU	213	3,6779	$\pm ,62926$	
Escapar de presiones	UCR	175	3,7606	$\pm ,57668$	1,26
	MSU	213	3,6718	$\pm ,807$	
Lograr autorrealización	UCR	175	3,4571	$\pm ,6834$	-0,038
	MSU	213	3,4547	$\pm ,55864$	

Nota. Escala: 5 – Completamente de acuerdo, 4 – de acuerdo, 3 – neutral, 2 – en desacuerdo, 1 – Completamente en desacuerdo  
Nivel de significancia: \* $p < 0,01$

#### **4.2 Diferencia en los significados de la palabra “esparcimiento” entre hombres y mujeres**

Al analizar el significado de esparcimiento según género, las *pruebas t* mostraron diferencias estadísticas significativas entre hombres y mujeres en las variables “pasar el tiempo” [ $t (386) = 3,665$ ,  $p < 0,01$ ], “tomar decisiones” [ $t (386) = 2,038$ ,  $p < 0,05$ ] y “escapar de presiones” [ $t (386) = 2,448$ ,  $p < 0,05$ ]. Tal como se presentan en la Tabla 4, las mujeres tienden más a percibir el esparcimiento como “pasar el tiempo” ( $\bar{x} = 3,2375$ ), “tomar decisiones” ( $\bar{x} = 3,4558$ ) y “escapar de presiones” ( $\bar{x} = 3,7875$ ) que los hombres en esas mismas variables [“pasar el tiempo” ( $\bar{x} = 2,9324$ ), “tomar decisiones” ( $\bar{x} = 3,2811$ ) y “escapar de presiones” ( $\bar{x} = 3,6120$ )]. No se encontraron diferencias estadísticas en la variable “lograr autorrealización”.

**Tabla 4**  
**Diferencia en los significados de la palabra “esparcimiento” entre**  
**hombres y mujeres de las dos Universidades**

Variables	Género	N	$\bar{x}$	SD	Prueba t
Pasar el tiempo	Mujer	240	3,2375	+ ,80131	3,665**
	Hombre	148	2,9324	$\pm$ ,78820	
Tomar decisiones	Mujer	240	3,4558	$\pm$ ,82536	2,038*
	Hombre	148	3,2811	$\pm$ ,81243	
Escapar de presiones	Mujer	240	3,7875	$\pm$ ,69002	2,448*
	Hombre	148	3,6120	$\pm$ ,67994	
Lograr autorrealización	Mujer	240	3,4417	$\pm$ ,61864	-0,575
	Hombre	148	3,4788	$\pm$ ,61628	

Nota: 5 – Completamente de acuerdo, 4 – de acuerdo, 3 – neutral, 2 – en desacuerdo, 1 – Completamente en desacuerdo  
Nivel de significancia: \* p < 0,05; \*\*p < 0,01

#### *4.2.1 Diferencia en los significados de la palabra “esparcimiento” entre mujeres de la UCR y MSU*

Al analizar el significado de esparcimiento según el género mujeres, las pruebas t mostraron diferencias estadísticas significativas entre las mujeres de la UCR y MSU en las variables “pasar el tiempo” [ $t$  (238) = 5,371,  $p < 0,01$ ] y “tomar decisiones” [ $t$  (238) = 6,556,  $p < 0,01$ ]. Tal como se presentan en la Tabla 5, las mujeres de Montclair tienden más a percibir el esparcimiento como “pasar el tiempo” ( $\bar{x} = 3,44$ ) y “tomar decisiones” ( $\bar{x} = 3,6$ ) que las mujeres de la UCR [“pasar el tiempo” ( $\bar{x} = 2,90$ ) y “tomar decisiones” ( $\bar{x} = 3,01$ )]. No se encontraron diferencias estadísticas en las variables “lograr autorrealización” y “escapar de presiones”.

**Tabla 5**  
**Diferencia en los significados de la palabra “esparcimiento” entre las poblaciones estudiantiles de la UCR y MSU, según género**

Variables	Género	N	$\bar{x}$	SD	Prueba t
<i>Mujeres</i>					
Tomar decisiones	UCR	149	3,69	$\pm .677$	6,556*
	MSU	91	3,01	$\pm .925$	
Pasar el tiempo	UCR	149	3,44	$\pm .757$	5,371*
	MSU	91	2,90	$\pm .761$	
<i>Hombres</i>					
Pasar el tiempo	UCR	64	3,08	$\pm .762$	4,037*
	MSU	84	2,82	$\pm .793$	
Tomar decisiones	UCR	64	3,58	$\pm .674$	1,982**
	MSU	84	3,06	$\pm .841$	

Nota: 5 – Completamente de acuerdo, 4 – de acuerdo, 3 – neutral, 2 – en desacuerdo, 1 – Completamente en desacuerdo  
Nivel de significancia: \* p < 0,01; \*\*p < 0,05

#### **4.2.2 Diferencia en los significados de la palabra “esparcimiento” entre hombres de la UCR y MSU**

Al analizar el significado de esparcimiento según el género hombres, las pruebas t mostraron diferencias estadísticas significativas entre los hombres de la UCR y MSU en las variables “pasar el tiempo” [ $t (146) = 1,982$ ,  $p < 0,05$ ] y “tomar decisiones” [ $t (146) = 4,037$ ,  $p < 0,01$ ]. Tal como se presentan en la Tabla 5, los hombres de Montclair tienden más a percibir el esparcimiento como “pasar el tiempo” ( $\bar{x} = 3,08$ ) y “tomar decisiones” ( $\bar{x} = 3,56$ ) que los hombres de la UCR en esas mismas variables “pasar el tiempo” ( $\bar{x} = 2,82$ ) y “tomar decisiones” ( $\bar{x} = 3,06$ ). No se encontraron diferencias estadísticas en la variable “lograr autorrealización” y “escapar de presiones”.

#### **4.3 Diferencia en los significados de la palabra “esparcimiento” entre toda la población participante, según la carrera**

El análisis de varianza entre carrera en cada una de las variables solo reflejó diferencias estadísticamente significativas en “tomar decisiones” [ $F (7, 380) = 2,906$ ,  $p < 0,01$ ]. Los análisis post hoc de Scheffé mostraron diferencias estadísticamente significativas ( $p < 0,05$ ) en la percepción de esparcimiento como “tomar decisiones”. Según los resultados, los grupos de estudiantes de Ciencias Sociales de ambas universidades ( $\bar{x} = 3,47 \pm 0,844$  s)

tienden a percibir el esparcimiento más como “tomar decisiones” que el grupo de estudiantes de Ingeniería ( $\bar{x} = 2,90 \pm 0,91$  s) (ver Tablas 6 y 7).

**Tabla 6**  
**Diferencia en los significados de la palabra “esparcimiento” entre todo el alumnado, según carrera**

Variables Dependientes	Fuente de variación	Suma de Cuadrados	df	Media Cuadrática	F
Pasar el tiempo	Entre Grupos	8,077	7	1,154	1,788
	Dentro de los grupos	245,230	380	,645	
	Total	253,307	387		
Escapar de presiones	Entre Grupos	3,619	7	,517	,907
	Dentro de los grupos	216,472	380	,570	
	Total	220,090	387		
Lograr autorrealización	Entre Grupos	2,585	7	,369	,771
	Dentro de los grupos	181,979	380	,479	
	Total	184,564	387		
Tomar decisiones	Entre Grupos	14,417	7	2,060	2,906*
	Dentro de los grupos	269,364	380	,709	
	Total	283,781	387		

Nota: Nivel de significancia: \*  $p < 0,01$

**Tabla 7**  
**Prueba Post Hoc Scheffé para la diferencia en los significados de la palabra “esparcimiento” entre todo el alumnado, según carrera**

Variables Dependientes	Carrera (I)	Carrera (J)	Diferencia de Promedios (I-J)	Nivel de significancia
Tomar decisiones	Ciencias Sociales	Ingeniería	-,571	,05

*4.3.1 Diferencia en los significados de la palabra “esparcimiento” entre los estudiantes de Negocios de la UCR y MSU*

Al analizar el significado de esparcimiento según la carrera Negocios entre los dos grupos universitarios, las pruebas *t* mostraron diferencias estadísticas significativas entre estidoamtes de la UCR y MSU en las variables “pasar el tiempo” [ $t (66) = 2,412$ ,  $p < 0,05$ ] y “tomar decisiones” [ $t (66) = 1,936$ ,  $p < 0,06$ ]. Tal como se muestra en la Tabla 8, el estudiantado de Negocios de MSU tiende a percibir el esparcimiento como “pasar el tiempo” ( $\bar{x} = 3,35$ ) y “tomar decisiones” ( $\bar{x} = 3,62$ ) más que el alumnado de Negocios de la UCR [“pasar el tiempo” ( $\bar{x} = 2,90$ ) y “tomar decisiones” ( $\bar{x} = 3,29$ )].

**Tabla 8**  
**Diferencia en los significados de la palabra “esparcimiento” entre los grupos de estudiantes de la UCR y MSU, según carrera**

Variables Dependientes	Universidad	N	$\bar{x}$	SD	Prueba t	df	Nivel de significancia
<i>Negocios</i>							
Pasar el tiempo	MSU	26	3,35	$\pm ,629$	2,412	66	,019**
	UCR	42	2,90	$\pm ,790$			
Tomar decisiones	MSU	26	3,62	$\pm ,496$	1,936	66	,057***
	UCR	42	3,29	$\pm ,774$			
<i>Educación</i>							
Pasar el tiempo	MSU	39	3,67	$\pm ,701$	4,688	47	,000*
	UCR	10	2,50	$\pm ,707$			
Lograr autorrealización	MSU	39	3,44	$\pm ,641$	-2,465	47	,017**
	UCR	10	4,00	$\pm ,667$			
Tomar decisiones	MSU	39	3,62	$\pm ,673$	2,370	47	,022**
	UCR	10	3,00	$\pm ,943$			
<i>Ciencias Sociales</i>							
Pasar el tiempo	MSU	67	3,30	$\pm ,905$	2,291	103	,024**
	UCR	38	2,89	$\pm ,798$			
Tomar decisiones	MSU	67	3,70	$\pm ,718$	4,056	103	,000*
	UCR	38	3,05	$\pm ,899$			

*Ciencias Básicas*

Pasar el tiempo	MSU	26	3,35	$\pm .745$	3,623	37	,001*
	UCR	13	2,46	$\pm .660$			
Tomar decisiones	MSU	26	3,65	$\pm 1,018$	2,285	37	,028**
	UCR	13	2,92	$\pm .760$			

---

Nota: 5 – Completamente de acuerdo, 4 – de acuerdo, 3 – neutral, 2 – en desacuerdo, 1 – Completamente en desacuerdo  
Nivel de significancia: \* p < 0,01; \*\*p < 0,05, \*\*\*p<,10

*4.3.2 Diferencia en los significados de la palabra “esparcimiento” entre los estudiantes de Educación de la UCR y MSU*

Las pruebas *t* mostraron diferencias estadísticas significativas entre el alumnado de Educación de la UCR y el estudiantado de la misma carrera de MSU en las variables “pasar el tiempo” [ $t (47) = 4,688$ ,  $p < 0,01$ ] y “lograr autorrealización” [ $t (47) = -2,466$ ,  $p < 0,05$ ] y tomar decisiones [ $t (47) = 2,370$ ,  $p < 0,05$ ]. Tal como se presenta en la Tabla 8, el estudiantado de Educación de MSU tiende a percibir el esparcimiento como “pasar el tiempo” ( $\bar{x} = 3,67$ ) y “tomar decisiones” ( $\bar{x} = 3,62$ ) más de lo que lo hace la población estudiantil de la UCR [“pasar el tiempo” ( $\bar{x} = 2,50$ ) y “tomar decisiones” ( $\bar{x} = 3,00$ )]. Por otro lado, el estudiantado de UCR tiende más a percibir el esparcimiento como “lograr autorrealización” que el alumnado de MSU.

*4.3.3 Diferencia en los significados de la palabra “esparcimiento” entre los estudiantes de Ciencias Sociales de la UCR y MSU*

Al analizar el significado de esparcimiento según la carrera de Ciencias Sociales, las pruebas *t* también mostraron diferencias estadísticas significativas entre la población estudiantil de la UCR y MSU en las variables “pasar el tiempo” [ $t (103) = 2,291$ ,  $p < 0,05$ ] y “tomar decisiones” [ $t (103) = 4,056$ ,  $p < 0,01$ ]. Tal como se presenta en la Tabla 8, el alumnado de MSU tiende más a percibir el esparcimiento como “pasar el tiempo” ( $\bar{x} = 3,30$ ) y “tomar decisiones” ( $\bar{x} = 3,70$ ) que la población estudiantil de Ciencias Sociales de la UCR [“pasar el tiempo” ( $\bar{x} = 2,89$ ) y “tomar decisiones” ( $\bar{x} = 3,05$ )].

#### *4.3.4 Diferencia en los significados de la palabra “esparcimiento” entre los estudiantes de Ciencias Básicas de la UCR y MSU*

Los resultados de las pruebas *t* mostraron diferencias estadísticas significativas entre los grupos de estudiantes de Ciencias Básicas de la UCR y MSU en las variables “pasar el tiempo” [ $t (37) = 3,623, p < 0,01$ ] y “tomar decisiones” [ $t (37) = 2,285, p < 0,05$ ]. Tal como se presenta en la Tabla 8, el alumnado de MSU tiende más a percibir el esparcimiento como “pasar el tiempo” ( $\bar{x} = 3,35$ ) y “tomar decisiones” ( $\bar{x} = 3,65$ ) que el estudiantado de Ciencias Básicas de la UCR [“pasar el tiempo” ( $\bar{x} = 2,46$ ) y “tomar decisiones” ( $\bar{x} = 2,92$ )].

#### **4.4 Diferencia en los significados de la palabra “esparcimiento” entre toda la población participante, según la cantidad de años de carrera**

El análisis de varianza entre años de carrera en cada una de las variables reflejó diferencias estadísticamente significativas en “pasar el tiempo” [ $F (4, 383) = 3,626, p < 0,05$ ]. Los análisis *post hoc* de Scheffé mostraron diferencias estadísticamente significativas ( $p < 0,05$ ) en la percepción de esparcimiento como “pasar el tiempo” entre los grupos de estudiantes de primer año ( $\bar{x} = 2,92 \pm 0,80$  s) y los de 3er año ( $\bar{x} = 3,27 \pm 0,83$  s) y entre los estudiantes de primer año ( $\bar{x} = 2,92 \pm 0,80$  s) y los de 4to año ( $\bar{x} = 3,26 \pm 0,77$  s).

Otro hallazgo revela una diferencia estadística significativa [ $F (4, 383) = 9,612, p < 0,01$ ] en “tomar decisiones” entre las poblaciones estudiantiles de primer año, de segundo año, de tercer año y de cuarto año. Según los resultados *post hoc*, el grupo de primer año ( $\bar{x} = 3,08 \pm 0,924$  s), en general, perciben en menor proporción el esparcimiento como “tomar decisiones” que el grupo de estudiantes de tercer año ( $\bar{x} = 3,70 \pm 0,77$  s) y el de cuarto año ( $\bar{x} = 3,55 \pm 0,72$  s) (ver Tablas 9 y 10).

**Tabla 9**  
**Diferencia en los significados de la palabra “esparcimiento” entre todo el alumnado, según los años de carrera**

Variables Dependientes	Fuente de variación	Suma de Cuadrados	df	Media Cuadrática	F
Pasar el tiempo	Entre Grupos	9,244	4	2,311	3,626*
	Dentro de los grupos	244,063	383	,637	
	Total	253,307	387		
	Entre Grupos	2,374	4	,594	
Escapar de presiones	Dentro de los grupos	182,202	383	,476	1,248
	Total	184,577	387		
	Entre Grupos	4,429	4	1,107	
	Dentro de los grupos	142,997	383	,373	
Lograr Autorrealización	Total	147,426	387		2,966
	Entre Grupos	23,960	4	5,990	
	Dentro de los grupos	238,674	383	,623	
	Total	262,635	387		

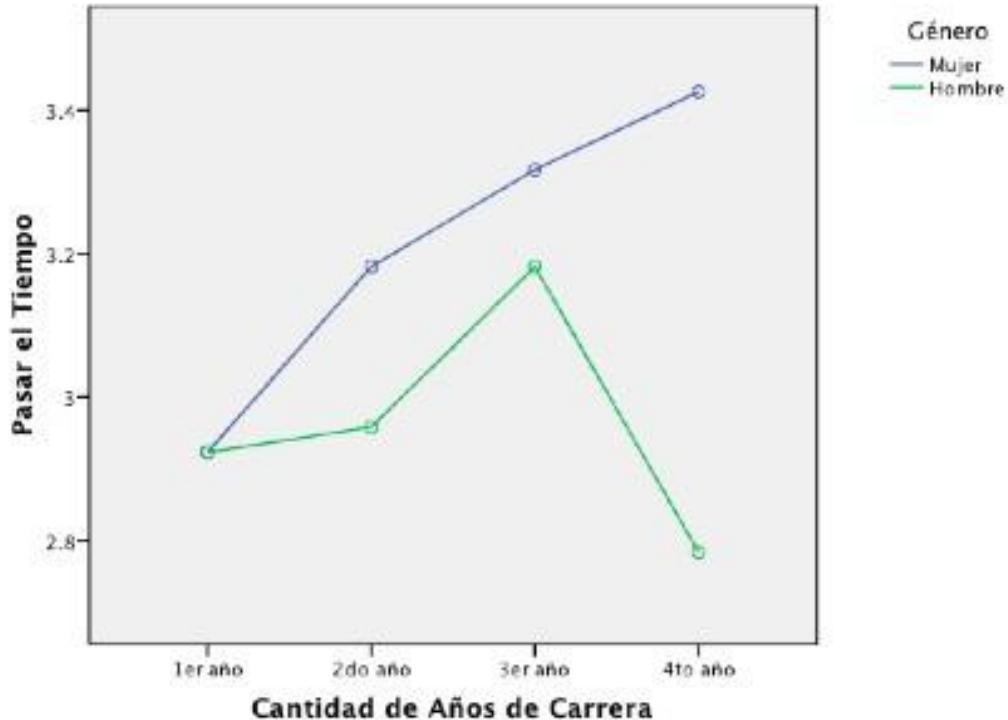
Nota: Nivel de significancia: \* p < 0,05; \*\*p < 0,01

**Tabla 10**  
**Prueba Post Hoc Scheffé para la diferencia en los significados de la palabra “esparcimiento” entre todo el alumnado, según años de carrera**

Variables Dependientes	Años de carrera (I)	Años de carrera (J)	Diferencia de Promedios (I-J)	Nivel de significancia
Tomar de decisiones	1 Año	3 Año	-,64535*	,000
		4 Año	-,48423*	,000
Pasar el tiempo	1 Año	4 Año	-,33812*	,020

#### 4.5 Interacción entre género y la cantidad de años de carrera de toda la población participante en los significados de la palabra “esparcimiento”

El ANOVA de dos vías reveló un efecto principal significativo, según género [ $F(1,380) = 7,822, p<.01$ ] y según la cantidad de años de carrera [ $F(3,380) = 2,568, p<.05$ ]. Los resultados también indican una interacción significativa [ $F(3,380) = 3,484, p<.05$ ] entre género y la cantidad de años de carrera. Esto sugiere que la diferencia de criterios por género, en cuanto al significado de esparcimiento, depende de la cantidad de años de carrera (primer año, segundo año, tercer año, cuarto año y quinto año). Tal como lo describe la Figura 1, los resultados indican que el estudiantado femenino con más años de carrera es más propenso que el alumnado masculino a percibir el esparcimiento como “pasar el tiempo”.



**Figura 1:** Diferencias en los significados de la palabra “esparcimiento”, según género y cantidad de años de carrera de toda la población participante

## **5. Conclusiones**

El propósito de este estudio era comparar los significados de la palabra “esparcimiento” para un conjunto de estudiantes de Actividad Deportiva de la UCR con el conjunto de estudiantes de Actividad Deportiva de MSU, según su género, carrera y años de carrera. En términos generales, la mayoría de las diferencias estadísticamente significativas que se halló en la investigación se centró en las percepciones que tenían las poblaciones estudiantiles universitarias de ambas universidades acerca del concepto de esparcimiento como “pasar el tiempo” y “tomar decisiones”. Las percepciones de esparcimiento como “escapar de presiones” y “lograr autorrealización” sólo fueron el resultado de diferencias estadísticas significativas de casos específicos.

Los resultados demuestran una diferencia entre los estudiantes costarricenses y estadounidenses con respecto a sus percepciones de esparcimiento. El hecho de que la población estudiantil costarricense perciba menormente el esparcimiento como “pasar el tiempo” y “tomar decisiones” refleja la circunstancia de que en Costa Rica el término esparcimiento es poco usado y comprendido. Más bien, la palabra esparcimiento brinda la sensación de algo que se disfruta o vivencia, más que algo de lo cual se puede tomar una decisión. Por el contrario, en Estados Unidos, el esparcimiento se puede relacionar como actividad, lo cual proporciona la opción de escoger lo que se desea hacer, es decir, de “tomar decisiones” acerca de la actividad que se realizará.

De acuerdo a los datos analizados, las mujeres de ambas universidades percibieron el esparcimiento como “pasar el tiempo”, como medio para “tomar decisiones” y un “escapar de presiones”, más de que lo que hicieron los hombres. Las conclusiones sugieren que género determina la forma cómo el individuo experimenta el esparcimiento. Las mujeres dan menos prioridad al esparcimiento, pues, para ellas, es la respuesta a actividades asociadas con la presión y el estrés. Los resultados también demuestran que el estudiantado femenino con más años de carrera es más propenso que el alumnado masculino a percibir el esparcimiento como “pasar el tiempo”. Esta situación podría ser el resultado de que las mujeres se enfocan más en la carrera profesional y no en recrearse como lo hacen los hombres.

A su vez, las mujeres con más años en la carrera perciben el esparcimiento como “pasar el tiempo” más que los hombres con más años en la carrera. Esta percepción podría deberse a que la población estudiantil con más años en la carrera tiene más edad y mayor madurez que el alumnado que está iniciando la carrera. Su formación académica y el

ambiente cultural podrían haber influido más en ellos para valorizar el esparcimiento de esa manera.

La razón de que las mujeres perciban al esparcimiento como “pasar el tiempo”, “tomar decisiones” y “escapar de presiones” más que los hombres podría deberse a que para algunas de las mujeres el esparcimiento no tiene una finalidad específica ni brinda beneficios, es decir, no tiene valor y por eso es visualizado como simplemente “pasar el tiempo”. El concebir el esparcimiento como “tomar decisiones” podría relacionarse con la opción que tienen varias mujeres para escoger qué hacer para realizarlo sola o en compañía de alguien más. El esparcimiento visto como “escapar de presiones” implica que, para el grupo femenino, es un medio para liberar la tensión que acumulan diariamente. Contrariamente, los hombres parecieran percibir al esparcimiento como más que sólo pasar el tiempo o una mera oportunidad de tomar decisiones y no es una forma de catarsis.

Las diferencias entre percepciones de los dos grupos de mujeres hacia el esparcimiento como “pasar el tiempo” y “tomar decisiones” podría reflejar la influencia del contexto. Se debe tener presente que en Costa Rica, el relacionar “pasar el tiempo” y “tomar decisiones” con esparcimiento no es común porque el poco uso de esta palabra no permite asociarla con estas dos acciones. El esparcimiento no está arraigado en el ambiente socio-cultural de Costa Rica, pues no se comprende, al igual que el de recreación, y por ello ninguno se ejerce como se debería. Esta situación pareciera ser opuesta en Estados Unidos, donde las personas están más conscientes del término esparcimiento y su repercusión en sus vidas.

Al igual que las mujeres costarricenses, los hombres de Costa Rica no están claros con el concepto de esparcimiento y sus ámbitos. Por ello, se les dificulta relacionar el “pasar el tiempo” y el “tomar decisiones” con ese concepto. A diferencia de los costarricenses, los hombres estadounidenses están más acostumbrados al término y a vivenciarlo.

El análisis de varianza en este estudio reveló que las personas de las carreras de Ciencias Sociales suelen ser proactivas, acostumbradas a participar en actividades, a decidir cuál posición adoptar en algún tema. Tal vez ésta sea la razón por la cual este grupo de estudiantes percibió el esparcimiento como un medio en el cual se puede “tomar decisiones” y llevarlas a cabo. La influencia del ambiente cultural (conocimiento o desconocimiento del término “esparcimiento” y su uso o no uso) también podría reflejarse en las percepciones de la población estudiantil de distintas carreras, en los dos países. En la mayoría de los casos que se reportan a continuación, el alumnado de las carreras de Negocios, Educación,

Ciencias Sociales y Ciencias Básicas de MSU percibió el esparcimiento como “pasar el tiempo” y “tomar decisiones”. Quizá por su conocimiento y uso del término “esparcimiento”, este alumnado valoró estas características en mayor proporción que el estudiantado de la UCR. Un caso interesante para un posterior análisis fue el de la percepción de la población costarricense que estudiaba Educación, pues percibió el esparcimiento como un medio para “lograr autorrealización” en mayor medida que su contraparte estadounidense.

Las diferencias culturales entre los dos grupos quedaron reflejadas en el hecho de que, generalmente, la población estudiantil estadounidense tenía una percepción más clara de la palabra esparcimiento que la población costarricense. Los valores de los promedios del alumnado costarricense fueron usualmente más bajos. Estos resultados concuerdan con la percepción de Russell & Sage (1996) en que las diferencias en los significados de esparcimiento son específicas a los individuos y a sus culturas.

Es necesario profundizar acerca de por qué las personas en Costa Rica y Estados Unidos perciben el esparcimiento mayormente como “pasar el tiempo” y “tomar decisiones” y no lo conceptúan en los otros niveles del modelo de Schulz y Watkins (2007). Por lo tanto, sería conveniente realizar otras investigaciones que ayuden a esclarecer este tema. Además, como en Costa Rica el uso de la palabra esparcimiento es reciente, sería prudente indagar cuál es la percepción que de este término tiene la población costarricense y ver si coincide con lo propuesto por Schulz y Watkins, ya que ese modelo fue construido con base en estudiantes universitarios australianos. De igual manera, un estudio similar podría llevarse a cabo en Estados Unidos, pues aunque en ese país y Australia se habla el idioma inglés, el contexto socio-cultural es diferente y él influye en el pensar y el sentir de las personas, como lo indican Kelly (2000), Molina (2005), Rojek (1999) y Sousa (2000).

En futuras investigaciones, se podría considerar la utilización de otras metodologías que ayuden a obtener resultados más consistentes, ya sean en una misma población, para determinar la confiabilidad del instrumento en el idioma español, o de técnicas cualitativas que permitan indagar cuál es el concepto de la palabra esparcimiento para personas de habla española o de habla inglesa en países, aparte de Australia, pues como señalan Schulz y Watkins (2007), el concepto de esparcimiento contiene elementos emocionales que deben ser identificados y analizados por ser un constructo experiencial.

## 6. Referencias

- Arnold, Serena. (1991). The dilemma of meaning. En Thomas Goodale y Peter Witt (Eds.). **Issues in an era of change** (3era. ed.) (pp. 5-20). State College, PA: Venture Publishing.
- Csikszentmihalyim, Mihaly. (1975). **Beyond boredom and anxiety**. San Francisco: Jossey-Bass.
- Corominas, Joan. (1954). **Diccionario crítico etimológico de la lengua castellana**. Madrid: Gredos.
- Cuenca Amigo, Jaime. (2008). El ocio líquido: Un nuevo paradigma de experiencia. In María Jesús Monteagudo Sánchez (Ed.), **La experiencia de ocio: Una mirada científica desde los estudios de ocio**. Documentos de Estudios de Ocio N° 35, (pp. 17-41). España: Instituto de Estudios Ocio, Universidad de Deusto.
- de Grazia, Sebastian. (1964). **Of time, work and leisure**. New York: Anchor Books.
- Dumazedier, Joffre. (1967). **Toward a society of leisure**. New York: Free Press.
- Fullagar, Simone. (2004). Towards an etho-politics of everyday leisure practices. **World Leisure Journal**, 1(46), 14-22.
- Goodale, Thomas, y Godbey, Geoffrey. (1988). **The evolution of leisure**. State College, PA: Venture Publishing.
- Grinberg, León, y Grinberg, Rebeca. (1996). **Migración y exilio: Estudio psicoanalítico**. Madrid: Editorial Biblioteca Nueva.
- Henderson, Karla A., Ainsworth, Barbara E., Stolarzyck, Lisa, Hootman, Jennifer M., y Levin, Sarah. (1999). Notes on linking qualitative and quantitative data: The cross cultural physical activity participation study. **Leisure Sciences**, 21(3), 247-255.
- Howe, Christine Z., y Rancourt, Ann M. (1990). The importance of definitions of selected concepts for leisure inquiry. **Leisure Sciences**, 12(4), 395-406.
- Juniu, Susana. (1999). Leisure experience of Latino women immigrants. In National Recreation and Parks Association (Ed.), **Abstracts from the 1999 Symposium on leisure research** (p. 47). Nashville, TE: National Recreation and Parks Association.
- Juniu, Susana y Henderson, Karla (2002). Los problemas a la hora de describir e investigar el ocio y las mujeres: Perspectivas multiculturales. In M. L. Setién & A. López Marugán (Eds.), **Mujeres y ocio: Nuevas redes de espacios y tiempo**. Documentos de Estudios de Ocio N°19. Spain: Instituto del Ocio of Leisure Studies at the University of Deusto.
- Kaplan, Max. (1975). **Leisure: Theory and policy**. New York: John Wiley and Sons.

- Kelly, John R. (2000). Issues at the millennium: A global perspective. En Manuel Cuenca Cabeza (Ed.) **Leisure and human development. Proposals for the 6<sup>th</sup> World Leisure Congress** (pp. 51-57). Bilbao: University of Deusto.
- Kraus, Richard. (1984). **Recreation and leisure in modern society**. Glenview: Scott, Foresman and Company.
- Molina, German. (1998). **Leisure meanings in a rural community of Costa Rica**. Tesis de doctorado sin publicar, Universidad de Illinois, Urbana-Champaign, Estados Unidos.
- Molina, German. (2005). Recreación y esparcimiento. En Maestría Profesional en Recreación, Escuela de Educación Física y Deportes, Universidad de Costa Rica (Ed.), **Memoria del I Encuentro en Recreación, Espacamiento y Tiempo Libre “Recreación: Más que juego y deporte”** (p. 2). San José, Costa Rica: autor.
- Munné, Frederic. (1992). **Psicosociología del tiempo libre: Un enfoque crítico**. México: Editorial Trillas.
- Murphy, James F. (1981). **Concepts of leisure (2da. ed.)**. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Neulinger, John. (1981). **The psychology of leisure**. Springfield: Charles C. Thomas.
- Rojek, Chris. (1999). Deviant leisure: The dark side of free-time activity. En Edgar Lionel Jackson y Thomas L. Burton (Eds.), **Leisure studies: Prospects for the twenty-first century** (pp. 81-95). State College, PA: Venture Publishing.
- Russell, Ruth Virginia, y Stage, Frances K. (1996). Leisure as burden: Sudanese refugee women. **Journal of Leisure Research**, 28(2), 108-121.
- Salazar, Carmen Grace. (2007). **Recreación**. San José, Costa Rica: Editorial Universidad de Costa Rica.
- Schulz, John, y Watkins, Michael. (2007). The development of the leisure meanings inventory. **Journal of Leisure Research**, 39(3), 477-497.
- Shaw, Susan M. (1994). Gender, leisure, and constraint: Towards a framework for the analysis of women's leisure. **Journal of Leisure Research**, 26, 8-22.
- Sousa, Antón A. (2000). Leisure and later life. A forecast for the future. En Manuel Cuenca Cabeza (Ed.) **Leisure and human development. Proposals for the 6<sup>th</sup> World Leisure Congress** (pp. 135-143). Bilbao: University of Deusto.
- Watkins, Michael, y Bond, Carol. (2007). Ways of experiencing leisure. **Leisure Sciences**, 29(3), 287-307.
- Wilensky, Harold L. (1960). Work, careers and social integration. **International Social Science Journal**, 12, 543-560.

## Anexo 1 Encuesta

### **INVENTARIO DEL SIGNIFICADO DE LA PALABRA "ESPARCIMIENTO"**

La señora Carmen Grace Salazar Salas, profesora de la Universidad de Costa Rica, y la señora Susana Juniu, profesora de Montclair State University, están realizando un proyecto de investigación que tiene como propósito identificar los significados de la palabra "esparcimiento" para un grupo de estudiantes de la Universidad de Costa Rica que haya matriculado un curso de Actividad Deportiva durante el I Ciclo 2009. Su participación es completamente voluntaria y anónima. Si desea participar en este estudio, por favor complete la siguiente encuesta. Gracias por su colaboración.

### **I PARTE: INFORMACIÓN DEMOGRÁFICA**

Por favor, responda las siguientes preguntas o marque la alternativa respectiva.

1. Edad: \_\_\_\_\_ años

2. Género: \_\_\_\_\_ femenino      \_\_\_\_\_ masculino

3. Dedicación al estudio: \_\_\_\_\_ tiempo completo      \_\_\_\_\_ tiempo parcial

4. Carrera: \_\_\_\_\_

5. Año en la carrera: \_\_\_\_\_

### **II PARTE: ESCALA**

En las siguientes oraciones, marque su grado de acuerdo o desacuerdo con ellas. El puntaje "1" equivale a "completamente en desacuerdo" y el puntaje "5" corresponde a "completamente de acuerdo".

Nº	ÍTEM	Completa mente en desacuerdo				Completa mente de acuerdo
1	Para mí, esparcimiento es algo espontáneo que ocurre después de que mis obligaciones son satisfechas.	1	2	3	4	5
2	Esparcimiento para mí es escapar de la presión de la rutina diaria.	1	2	3	4	5
3	Esparcimiento es el tiempo excedente cuando todo en mi vida está completo.	1	2	3	4	5
4	Esparcimiento ocurre en todos los aspectos de mi vida y puede manifestarse en cualquier momento.	1	2	3	4	5
5	La mayor parte de mi esparcimiento usualmente implica no hacer nada o realizar actividades pasivas.	1	2	3	4	5
6	Para mí, el esparcimiento deja de serlo cuando necesito satisfacer las expectativas de otras personas.	1	2	3	4	5
7	Para mí, las experiencias de esparcimiento inician de manera espontánea.	1	2	3	4	5
8	Esparcimiento para mí es un receso, un cambio de la rutina de vida.	1	2	3	4	5
9	Esparcimiento es el tiempo cuando puedo tener control y no tengo que satisfacer las expectativas de los demás.	1	2	3	4	5
10	El esparcimiento me proporciona la oportunidad de rejuvenecer.	1	2	3	4	5
11	Algunas veces, durante mi esparcimiento me concentro tanto en la actividad que no percibo el paso del tiempo.	1	2	3	4	5
12	Para mí, el esparcimiento termina cuando las otras personas me presionan a realizar alguna actividad.	1	2	3	4	5
13	Fuera del esparcimiento, me gustaría obtener un beneficio como el sentimiento de logro o de realización.	1	2	3	4	5
14	El esparcimiento brinda la oportunidad de ignorar lo que los demás piensan y disfrutar a solas.	1	2	3	4	5
15	Esparcimiento es el tiempo cuando me desconecto de la vida normal.	1	2	3	4	5
16	El esparcimiento se da cuando logro tener tiempo libre y alejarme de mi rutina diaria.	1	2	3	4	5
17	Algunas veces, tengo tanta concentración en lo que hago que me olvido del tiempo y de mí.	1	2	3	4	5
18	A veces, me parece que esparcimiento es el tiempo para reflexionar acerca de la vida y descubrir mucho de mí.	1	2	3	4	5
19	Esparcimiento es una manera de despejar mi mente y no tener que pensar en nada.	1	2	3	4	5
20	Esparcimiento es cuando puedo sentarme y relajarme.	1	2	3	4	5
21	El esparcimiento sirve para llenar el tiempo extra de mi vida.	1	2	3	4	5
22	A veces, experimento una relajación casi espiritual durante mi esparcimiento y eso es satisfactorio.	1	2	3	4	5
23	El esparcimiento me permite conectarme con algo fuera de mí.	1	2	3	4	5