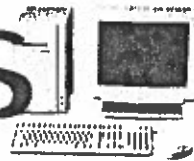




# ...Y así nos distraemos



Tiempo libre... pero, ¿libre de qué? El concepto del tiempo libre está asociado al trabajo, es un tiempo que dedicamos a hacer lo que nos plazca, para reponernos de la actividad laboral, sea por trabajo remunerado o el que invertimos estudiando. Nuestras vidas están divididas en tres grandes actividades:



- Dormir, que es algo así como el 33% de nuestro tiempo.
- Estudiar o trabajar, que equivale al 17% de nuestro tiempo.
- Tiempo libre, que representa el 50% de nuestro tiempo.

## Actividades de esparcimiento electrónico

La vida urbana es prácticamente carente de espacios verdes, lugares donde poder convivir con la naturaleza. Las calles están diseñadas pensando en el automóvil más que en el hombre. A eso se añade que las normas de construcción permiten espacios cada vez más pequeños en donde viviendas uniformes,<sup>1</sup> mal diseñadas y estrechas, hacen que la única opción sea el uso de medios masivos de comunicación como entretenimiento. De ellos, obviamente el más poderoso es la televisión, que nos ha llevado a ser espectadores de la vida y no actores de ella. Pasamos horas frente al televisor, almacenando en nuestra mente todo lo que productores y anunciantes<sup>2</sup> quieren transmitirnos.

Se sabe que el gusto por ver televisión desciende al incrementarse el nivel de estudios, y esto nos habla de la enorme influencia que está jugando la televisión en la formación<sup>3</sup> de los jóvenes y en sus estados de ánimo,<sup>4</sup> principalmente entre los 13 y 15 años.



- Para ti, ¿qué quiere decir tiempo libre?
- ¿Qué te gusta hacer en tu tiempo libre? ¿Prefieres estar solo o con mucha gente?
- ¿Cómo se define el tiempo libre según el texto? ¿Es diferente de tu definición? Explica.
- Según el texto, ¿cómo se distribuye el tiempo de las personas, en general?
- ¿Por qué se utilizan los medios de comunicación como entretenimiento?
  
- ¿Cómo se relaciona la preferencia por la televisión con el nivel de estudios?

<sup>1</sup> iguales, muy parecidas <sup>2</sup> quienes crean o transmiten los anuncios publicitarios <sup>3</sup> educación, desarrollo <sup>4</sup> lo que se siente, el deseo de hacer algo, nivel de energía



G. ¿Cuáles son las ventajas e inconvenientes de Internet?

H. ¿Qué piensan los adultos de los videojuegos?

I. ¿Por qué el índice de preferencia de los videojuegos es menor?

J. ¿Qué programas de radio escuchan los jóvenes?

K. ¿Cuál es el entretenimiento más costoso?

L. ¿Qué se aprende a través de las actividades sociales?

La computadora como medio de entretenimiento se usa para jugar, chatear o consultar páginas de interés. No olvidemos que Internet nos abre la posibilidad de comunicación mundial y los beneficios de tener el conocimiento del planeta entero en tu casa, pero también lleva consigo el riesgo que implica acceder a información agresiva o inmoral. El videojuego es un pasatiempo que los adultos no entendemos. El tiempo empleado en éste es visto en detrimento del dedicado al estudio y como inhibidor<sup>1</sup> de otras actividades de recreo más positivas y «educativas». Al igual que con la televisión, la práctica de esta rama de entretenimiento desciende aun más cuando se incrementa la edad de los jóvenes. En general, su índice de preferencia es menor debido a que es un pasatiempo que no es del todo del agrado<sup>2</sup> del sexo femenino.

El gusto de los jóvenes por la radio es por la música y los comentarios de locutores jóvenes. No parecen ser radioescuchas activos de noticieros radiofónicos.

Una compañía imprescindible en la vida del joven es la música, y para escucharla, cualquier lugar es bueno y entre más alto el volumen, mejor. La población joven es el mercado más importante de compra de audiocasetes y CD.

El cine es desde luego el entretenimiento más costoso y por ello también su mayor frecuencia está en relación directa con el nivel de estudios de los jóvenes, además de la propia temática de las películas, porque no todas son del agrado de jóvenes entre 13 y 15 años.

#### **Actividades sociales de esparcimiento**

Son todas aquellas que promueven la comunicación y la interrelación entre los jóvenes y el mundo que les rodea. A través de ellas será como lleguen a apreciar la amistad, la solidaridad,<sup>3</sup> a valorar diferencias y similitudes de pensamiento. Podrán compartir vivencias y aprenderán a llevar una relación madura<sup>4</sup> con otro ser humano distinto a su familia. Entre las actividades sociales se encuentran: estar con amigos, pasar tiempo con la familia, conversar, ir a un restaurante o a una discoteca.



1 que no permite o que impide hacer otras cosas 2 no les gusta del todo, no le gusta demasiado 3 preocupación por otros, apoyo 4 sería, responsable

### Actividades físicas de esparcimiento

La actividad física es considerada como una de las más importantes opciones para conservar la salud. El deporte, como pocas actividades, da al joven la oportunidad de desarrollar el espíritu de equipo, la competitividad, el entrenamiento hasta lograr la perfección y paladear<sup>1</sup> el reconocimiento y alabanza de los espectadores, etc. Ocupa una alta preferencia en el gusto del estudiante, pero sin embargo no significa que su gusto por el deporte se traduzca en<sup>2</sup> el ejercicio.

### Actividades culturales de esparcimiento

El gusto por la lectura va en aumento desde la secundaria a la vida profesional, y aunque los porcentajes no son tan bajos, la gran mayoría no es afecta<sup>3</sup> a la lectura.

La actividad artística, además de ser una forma de entretenimiento, nos permite desarrollar la creatividad, es un medio de expresión y comunicación con otros, es útil para conocer la cultura actual y de generaciones anteriores; sin embargo ocupa un bajísimo lugar en las preferencias de nuestros jóvenes.

### Conclusiones y recomendaciones

Dijimos que el 50% del tiempo libre de los jóvenes se dispone para la recreación, pero la mayoría de ese tiempo se invierte en actividades electrónicas o pasivas, con un índice del 42% en las preferencias, seguidas por las actividades sociales. Descendiendo más en las preferencias se encuentran la práctica de deportes, acampar, paseos, etc. y al final y con sólo un 7% en promedio<sup>4</sup> de las preferencias, aquellas actividades que desarrollan el intelecto.

Estas formas de recreación están haciendo a los jóvenes sedentarios. Pero estas prácticas recreativas no son solamente responsabilidad de los jóvenes, sino que corresponden también a la sociedad, a los empresarios<sup>5</sup> y a los padres de familia, proveer una oferta más amplia de actividades positivas de esparcimiento y recreación. Invierte tu tiempo libre en tu propio beneficio.

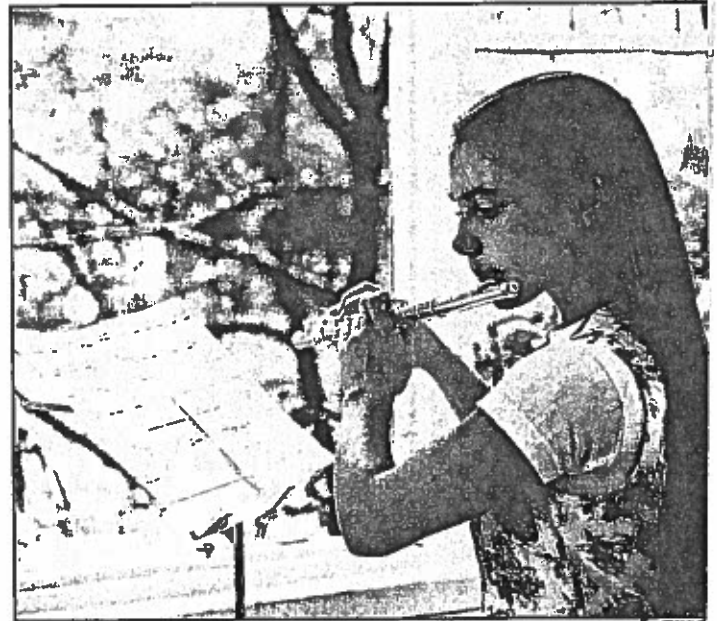


M. ¿Por qué es importante el deporte? ¿Cómo se relaciona con el ejercicio?

N. ¿Es la lectura una actividad de esparcimiento muy popular? ¿Y las actividades artísticas?

O. ¿Cómo reparten los jóvenes las diferentes actividades de esparcimiento?

P. ¿Cuál es la consecuencia principal de sus preferencias?



1 disfrutar 2 signifique, implique 3 aficionada, que tiene gusto por 4 el punto medio 5 directores de empresas o negocios