
**Participació i satisfacció de les famílies de
Tarragona en activitats d'oci familiar.**

Elisenda Ramos Burdeus

Octubre 2012

ÍNDIX

INTRODUCCIÓ	2
1. MARC TEÒRIC	3
1.1. L'oci familiar	7
1.1.1. Concepte d'oci.....	7
1.1.2. Els beneficis de l'oci	12
1.1.3. L'educació en l'oci	15
1.1.4. Concepte d'oci familiar.....	21
1.1.4.1. Aproximació al concepte d'oci familiar des de les investigacions recents	21
1.1.4.2. La incidència de l'oci en la família: beneficis de l'oci familiar	22
1.1.4.3. Les barreres de l'oci familiar	25
1.1.5. Les activitats físiquesportives en el medi natural com un tipus d'oci familiar.....	26
1.1.5.1. Aproximació al concepte d'activitats físiquesportives en el medi natural	26
1.1.5.2. Evolució i tendències de les activitats físiquesportives en el medi natural	29
1.1.5.3. Beneficis de les activitats físiquesportives en el medi natural.....	30
1.1.5.4. La incidència de les activitats físiquesportives en el medi natural en la família.....	31
2. METODOLOGIA	34
2.1. Objectius	34
2.2. Mostra	35
2.2.1. Disseny de la mostra	35
2.2.2. Treball de camp.....	36
2.2.3. Característiques de la mostra	36
2.3. Instruments	40
3. RESULTATS I DISCUSSIÓ	41

4. CONCLUSIONS I PROSPECTIVA	65
5. REFERÈNCIES BIBLIOGRÀFIQUES.....	67
6. ANNEX.....	71

INTRODUCCIÓ

La família és la unitat fonamental de la societat i el principal i més antic nucli d'aprenentatge i socialització del nen (Mínguez i Ortega, 2003). Són in comptables les investigacions que han pres les famílies com a objecte d'estudi, tant des de la sociologia com des de la psicologia. Ara bé, a la importància d'aquesta estructura li hem d'afegir els nombrosos canvis que s'esdevenen avui en dia en la societat que fan que les famílies s'enfrontin a molts desafiaments, tant dins de la mateixa família com en l'entorn social. Tot això provoca que siguin motiu de preocupació per moltes persones i organitzacions que dediquen els seus esforços a treballar per enfortir la unitat familiar. Un dels camps de treball i d'investigació que està adquirint major rellevància és el de l'oci familiar per diversos motius: s'ha demostrat que el temps de lleure compartit és un espai ideal per educar els fills/es i per millorar les fortaleces familiars i alhora, la família esdevé un dels agents socials més importants en la prevenció de les conductes de risc, com per exemple les drogodependències. Paral·lelament a aquests fets, es comença a observar una desorganització familiar davant el món de l'oci; en l'actualitat, les noves tecnologies (internet, les xarxes socials, les vídeoconsoles...) s'estan apoderant del temps lliure dels adolescents fent incrementar el sedentarisme en aquest sector de la població. Una de les possibles formes de prevenir aquesta realitat en les futures generacions és educar els infants i les famílies per una millor utilització del seu temps lliure. Per tant, tot plegat fa necessària una educació en l'oci com una part més de l'educació familiar (Bofarull, 2005).

Dins l'ampli ventall de possibilitats que ofereix l'oci, un camp de treball que resulta idoni per l'educació en valors és el de les activitats físicoesportives en el medi natural (d'ara endavant AFEMN). Estan proliferant les empreses que han advertit aquesta necessitat i cada vegada s'ofereixen més activitats pensades per ser realitzades amb tota la família de manera conjunta, fins i tot organitzades pels diferents Consells Esportius, inclòs el del Tarragonès.

Tot i així, les famílies segueixen apropant, gairebé exclusivament, els seus fills i filles a la iniciació esportiva i a la competició, per manca, segurament, de cultura esportiva i d'absència d'un altre tipus d'oferta dirigida a una ocupació més racional de l'oci i del temps lliure, una ocupació més rica des del punt de vista familiar, en la qual tots els components de la família puguin gaudir d'una pràctica esportiva a l'aire lliure de forma conjunta i adaptada a tots i cadascun d'ells.

Per dur a terme iniciatives en aquest àmbit és imprescindible fer un estudi previ de la situació actual en quant a l'oci familiar, és a dir, quant temps passen junts tots els membres de la família, quin tipus d'activitats fan durant aquest temps, quina part del mateix ocupen les AFEMN i quin és el grau de satisfacció familiar davant totes aquestes activitats.

Per últim cal dir que aquest és un primer estudi plantejat en termes modestos que pretén fer una anàlisi de l'oci familiar de les famílies de Tarragona i que pot servir de base per a futures investigacions en aquest camp i per a desenvolupar, si així es creu oportú, una sèrie d'accions i d'iniciatives encaminades a promoure les activitats esportives familiars al municipi de Tarragona.

1. MARC TEÒRIC

1.1. OCI FAMILIAR

1.1.1. Concepte d'oci

El terme oci etimològicament prové del llatí otium, que significa repòs. Segons el Diccionari de la Reial Acadèmia Espanyola (1992), oci és el temps lliure, fora de les obligacions i ocupacions habituals.

Però per arribar a una adequada comprensió del concepte d'oci, és imprescindible diferenciar-lo tant del temps lliure, com del temps alliberat (Conca 2000). Moltes vegades aquesta diferenciació no queda clara i s'utilitzen ambdós termes de forma indistinta. Encara que resulti estrany, moltes activitats de temps lliure no estan concebudes per a l'oci. (Dunning i Elias, 1986). A més, aquests dos autors també introdueixen el concepte d'"activitats recreatives" i afirmen que *"totes les activitats recreatives són activitats de temps lliure però no totes les activitats de temps lliure són recreatives"*.

El temps lliure es considera i contempla com el període de temps no subjecte a obligacions. L'home d'avui té més hores lliures de les que és conscient. Aproximadament, les persones que realitzen un treball de quaranta hores setmanals i amb trenta dies de vacances l'any, poden gaudir del 29,5% de temps lliure, en funció del nombre total d'hores que té l'any. Aquest percentatge representa unes 2580 hores anuals.

No obstant això, en el temps lliure es realitzen una sèrie d'activitats, que encara que no són pròpiament laborals poden arribar a ser obligatòries, com ara les tasques domèstiques quotidianes, els desplaçaments, sobretot en les grans ciutats, les compres de primera necessitat, etc. Elias i Dunning anomenen aquestes activitats com a *"Rutines del temps lliure"*.

El temps alliberat és un espai de temps, amb unes dimensions que dependran de la situació específica de cada individu, en què la persona no ha de realitzar cap activitat de manera obligatòria i es troba en disposició de triar lliurement allò que vol fer. Segons Elias i Dunning, aquest temps l'omplirien dos tipus d'activitats:

- *"Activitats intermitges de temps lliure"*: com per exemple, participar en activitats de la localitat, estudis voluntaris, hobbies com la fotografia, el bricolatge, activitats religioses, llegir el diari, veure el telenotícies, etc.

- “*Activitats recreatives*”: activitats socials, com per exemple, reunions familiars, sortir a dinar o a sopar fora de casa, assistir a festes. Activitats de joc o esportives, activitats a la natura, etc.

Dins d'aquest marc trobem l'oci, el qual sorgeix quan es realitzen les activitats satisfactòries i gratificants que possibilita el temps alliberat, de forma lliure, decidides per un mateix i gestionades autònomament (Conca 2000).

Manuel Cuenca, professor de la Universitat de Deusto (Bilbao), contempla i defineix l'oci com el temps lliure fora d'obligacions habituals, que descansa en tres pilars essencials:

- Percepció de lliure elecció en funció de preferències individuals.
- Sensació gratificant i agradable.

- Autotelisme: aquest és un terme generat i adoptat per la Càtedra d'Oci i Minusvalidesa de la Universitat de Deusto, que després dels treballs duts a terme per Conca (1995, 2000b), Madariaga (1996, 1998), Gorbeña (1999) i Lázaro (1997) entre d'altres, caracteritza l'oci com un conjunt d'activitats que tenen un fi en sí mateixes i no com activitats terapèutiques. A més aquest oci autotèlic es manifesta en sis dimensions:

a) **Dimensió lúdica:** el joc present en el temps lliure deixa de ser un recurs, o una estratègia didàctica, per esdevenir una activitat real d'oci, triada lliurement i sense un objectiu directe d'adquisició de nous continguts. Des d'aquesta perspectiva, la fi del joc és l'activitat en si mateixa, voluntària, espontània, gratificant i lliurement escollida.

El joc, en paraules de Huizinga, "*és una activitat lliure, gustosa, inútil y repetible, que es desenvolupa dins d'uns límits espacials, temporals i organitzats. No es juga per necessitat física ni com a deure moral*" Huizinga (1987).

b) **Dimensió esportiva:** les experiències lúdico-esportives contribueixen al desenvolupament integral de la persona, incrementen les capacitats de tipus motor, fomenten les relacions socials, i promouen els hàbits de salut i higiene corporal.

La pràctica esportiva pot contribuir a que el subjecte s'esplaiï, se senti acceptat pels altres, tingui èxit, aprengui a treballar en equip, sigui més competent i autònom, i millori la seva forma física.

c) **Dimensió festiva:** la festa suposa la reunió de diverses persones per celebrar algun esdeveniment. Implica entreteniment i alegria. Posseeix un caràcter comunitari, en

què l'individualisme es converteix en una actitud antagònica al propi concepte de festa. Porta implícit un estat d'ànim determinat i es realitza juntament amb altres persones.

La dimensió festiva de l'oci possibilita uns nivells de gaudi elevats, i això no només quan es participa en l'acte festiu sinó que, tant l'experiència de preparar una festa com posteriorment de recordar, proporcionen sensacions de plaer.

S'ha de viure l'experiència, tant de la preparació com de la participació en actes festius, ja que possibilita la posada en pràctica d'habilitats relacionades amb l'organització i el treball i genera sentiments de benestar per la unió amb els altres.

Les activitats festives es poden desenvolupar mitjançant celebracions de diferent tipus: celebrar festes en una casa, sortir a dinar o a sopar amb la família, o amb els amics, anar a una discoteca, participar en festes organitzades al barri, la parròquia, l'associació de veïns, el club de lleure, el col·legi o la comunitat.

d) Dimensió creativa: la dimensió creativa de l'oci es troba relacionada amb l'educació artística en els aspectes referits a la música, la pintura, la dansa, etc. Posseeix un caràcter formatiu, cultural, de desenvolupament personal, mitjançant l'aprenentatge i la formació. Té una finalitat en si mateixa i ha de ser triada lliurement. És un oci que es diferencia dels altres per la seva naturalesa reflexiva.

L'experiència, triada lliurement, que sorgeix a través del contacte amb les diferents tècniques artístiques, produeix un sentiment gratificant d'autorealització, a causa del desenvolupament personal que es genera mitjançant l'aprenentatge. El gaudi de l'oci creatiu depèn de la preparació que es necessiti per poder accedir-hi.

La pràctica d'un oci creatiu requereix una formació prèvia en la creativitat i un aprenentatge, per poder apreciar i gaudir. Partint d'aquesta premissa, cobra especial rellevància l'Educació Artística, present en tots els currículums de l'ensenyament obligatori, que potencien l'aproximació a experiències de caràcter cultural incidint en la reflexió i el coneixement.

El desenvolupament de les experiències tant culturals com artístiques, des de la perspectiva de l'oci, genera el desenvolupament de la seva dimensió creativa des de dos direccions. La primera com a expressió creativa i la segona com penetració receptiva. Cal una iniciació i una preparació cultural bàsiques.

Exemples de possibles activitats creatives poden ser:

- Fer treballs manuals com són la pintura, costura, modelatge, bricolatge, etc.
- Fer alguna col·lecció, llegir còmics, revistes, diaris, llibres.
- Fer passatemps: mots encreuats, sopes de lletres.
- Tocar un instrument, fer fotografia i vídeo.

- Assistir a classes de pintura, ball, teatre, música, ceràmica, etc.
- Anar al cinema, teatre, concert, visitar una exposició, un museu, un edifici, etc.

e) Dimensió ecològica: proporciona la trobada amb la natura, des d'una perspectiva de gaudi, en la qual no importa l'activitat que es realitzi. El que preval per sobre de tot és divertir-se, relaxar-se i recrear-se en els entorns naturals que proporciona la naturalesa.

Els passejos pels jardins, els parcs naturals, el camp, el turisme rural, la jardineria i horticultura, les activitats físicoesportives en el medi natural, la platja i la muntanya, les granges escolars, les aules de natura, són alguns exemples dels entorns naturals dels quals es pot gaudir i que proporcionen unes activitats molt saludables, sobretot per als nens i joves que viuen en les grans ciutats.

Els beneficis d'aquest tipus d'oci es troben avalats actualment des dels principis de l'educació ambiental, que propugna el contacte amb la natura de forma harmònica i el desenvolupament de les responsabilitats individuals i col·lectives per a la seva òptima conservació.

f) Dimensió solidària: les accions realitzades de forma desinteressada, amb un fi en sí mateixes, poden arribar a formar part de l'oci autotèlic. Fins fa relativament pocs anys, aquest tipus d'activitats no es relacionaven amb l'oci. L'educació, tant en la família com en l'entorn escolar, ha de col·laborar en despertar actituds per dur a terme un oci comunitari i solidari, que fomenti el lliurament desinteressat en benefici d'altres.

La vivència de l'oci augmenta en incorporar el temps per al record, el sentiment que permet recordar una experiència que s'ha viscut de manera positiva i que, per tant, es converteix en element motivador d'una nova experiència. És a dir, l'oci propugna un dinamisme que permet viure de manera gratificant un passat, un present i un futur.

Altres autors han reflexionat també sobre l'oci. Segons Dumazedier (1971), oci és un conjunt d'ocupacions a què l'individu pot lliurar-se de manera voluntària, sigui per descansar, divertir-se o desenvolupar la seva formació desinteressada i la participació social voluntària després d'haver-se alliberat de les seves obligacions professionals, familiars i socials.

Per Argyle (1996), l'oci és el conjunt d'activitats que una persona realitza en el seu temps lliure, perquè vol fer-les, sense pressions externes, amb l'objectiu de divertir, entretenir i desenvolupar-se a si mateix.

Mundy (1998) i Dattilo (1998), consideren l'oci com un espai en el qual ha de ser present la lliure elecció per l'èxit d'una autorealització, com un dret de la persona i com un mitjà per a la millora de la qualitat de vida.

Segons Caride (1998), l'oci ha estat conceptualitzat des de tres enfocaments diferenciats:

a) Dimensió bàsica de la vida quotidiana de la persona en funció dels hàbits i comportaments socioculturals de la seva comunitat.

b) Dret que ha de ser garantit per les polítiques de serveis socials amb l'objectiu de reduir la inactivitat i les conductes antisocials que puguin aparèixer en el temps lliure de les persones.

c) Factor de desenvolupament integral de la persona humana, valorat com a àmbit d'expansió cultural idoni per promoure experiències amb fins formatius o terapèutics.

Bofarull (2005) fa una diferència entre l'oci de diversió i l'oci de satisfacció. Segons aquest autor:

- L'oci de diversió és aquell que, sense abusos, busca el descans, el canvi d'activitat, el pur gaudi, l'entreteniment. És un oci immediat i sense massa esforç. No exigeix gairebé aprenentatge i els resultats de distracció i passatemp arriben molt ràpid. Estem parlant d'un oci que trobem al carrer: cinema, anar a menjar junts, televisió, consoles, videojocs, espectacles, parcs temàtics...

- L'oci de satisfacció, que ha de complementar a l'oci de diversió, va més enllà i busca la realització personal i familiar de cada membre. Fa èmfasi en les capacitats i talents. És més treballat i exigent: requereix esforços que suposen, amb el temps, profundes satisfaccions. Necessita processos d'aprenentatge i els seus resultats no són immediats sinó conseqüència de la suma d'actes de voluntat encaminats a objectius, sempre en un clima d'il·lusió. Estem parlant d'un oci d'activitats esportives, associatives, culturals, de voluntariat, etc.

A continuació s'exposen les definicions i orientacions que proposa l'Associació Internacional d'Oci i Recreació, WLRA (World Leisure & Recreation Association) al voltant del tema de l'oci i el temps lliure en la societat actual.

Aquesta associació, defineix l'oci com:

- Una àrea específica de l'experiència humana, amb els seus beneficis propis, entre ells la llibertat d'elecció, creativitat, satisfacció, gaudi, plaer, i una major felicitat. Comprèn elements de naturalesa física, intel·lectual, social, artística o espiritual.

- Un recurs important per al desenvolupament integral de la persona i un factor fonamental de la qualitat de vida.

- Una activitat que fomenta la bona salut general i el benestar, en oferir variades oportunitats que permeten a individus i grups seleccionar activitats i experiències que s'ajusten a les seves pròpies necessitats, interessos i preferències.

- Un dret bàsic, com ho són l'educació, el treball i la salut, del qual ningú hauria de ser privat per raons d'edat, raça, religió, salut, discapacitat o condició econòmica.

La WLRA considera que:

- Un desenvolupament de l'oci es facilita garantint les condicions bàsiques de vida com són, la seguretat, recer, alimentació, educació, recursos sostenibles, equitat i justícia social.

- Per aconseguir un estat de benestar físic, mental i social, un individu o grup ha de ser capaç d'identificar i aconseguir aspiracions, satisfer necessitats i interactuar de manera positiva amb l'entorn. Per tant, s'entén l'oci com a recurs per augmentar la qualitat de vida.

- Moltes societats actuals es caracteritzen per un increment de la insatisfacció, l'estrès, l'avorriment, la manca d'activitat física, la manca de creativitat i l'alienació en el dia a dia de les persones. Totes aquestes característiques poden ser alleujades mitjançant conductes satisfactòries d'oci.

1.1.2. Els beneficis de l'oci

Existeixen nombrosos estudis sobre els beneficis de l'oci. Les investigacions recents els han estudiat des d'un enfocament psicosociològic que recull l'efecte que produeix una experiència de lleure a les persones que el practiquen tenint en compte la biografia de l'individu i les seves circumstàncies (econòmiques, familiars, socials,...). Monteagudo (2003). En aquest context el benefici s'entén com un "canvi vist com una cosa avantatjosa, una millora de la situació o consecució de fites a nivell personal, grupal i social" Driver i Burns (1999). Aquests autors afegeixen que aquests beneficis de l'oci poden implicar: millora d'una condició o situació personal, grupal o social; prevenció d'una condició no desitjada i/o manteniment d'una condició desitjada i consecució d'una experiència d'oci satisfactòria. Segons Monteagudo "la concepció humanista de l'oci s'ajusta molt bé a la definició de benefici entès com a millora o canvi positiu, en concebre aquest fenomen com un mitjà de creixement i de desenvolupament personal. Tenint en

compte la importància que adquireix la subjectivitat en la vivència l'oci, seria interessant subratllar en la definició de benefici la rellevància de la percepció del subjecte sobre la vivència i les seves conseqüències. És per això que els beneficis de l'oci s'han d'entendre com a millora o canvi positiu, real o percebut, per part de la persona que protagonitza la pràctica de lleure de la qual es deriva la millora.

Existeixen diverses classificacions en relació als beneficis de l'oci. A continuació se'n mostren algunes de les més significatives.

- Tipologia de beneficis de l'oci de Beard i Ragheb (1980):
 - Psicològics (sentiment de llibertat, diversió, pertinença, canvi)
 - Educatius (progrés intel·lectual, adquisició de coneixements)
 - Socials (relacions gratificants amb altres)
 - De relaxació (descans, reducció de l'estrès)
 - Fisiològics (forma física, salut, control del pes, benestar físic)
 - Estètics (accés a entorns agradables, bellesa del medi)

- Classificació d' Ewert (1987):

Psicològics	Sociològics	Educatius	Físics
Autoconcepte	Compassió	Educació a l'aire lliure	Aptituds
Confiança	Cooperació amb grup	Consciència de la natura	Habilitats
Autoeficàcia	Respecte pels altres	Manteniment	Força
Búsqueda sensacions	Comunicació	Resolució de problemes	Coordinació
Actualització	Reaccions de comportament	Clarificació de valors	Catarsis
Benestar	Amistat	Tècniques a l'aire lliure	Exercici
Proves personals	Pertinença	Millores acadèmiques	Equilibri

Font: Alan Ewert 1987. Research in outdoor adventure: overview and analysis.

- La classificació de Driver i Bruns (1999). Aquesta darrera és la més completa ja que es basa en els resultats de les investigacions dutes a terme fins ara. Aquests autors classifiquen els beneficis de l'oci en quatre categories: personals, socioculturals, econòmics i mediambientals.

I. BENEFICIS PERSONALS	A. Psicològics	<p>1. MILLOR SALUT MENTAL I MANTENIMENT DE LA MATEIXA</p> <ul style="list-style-type: none"> - Maneig de l'estrès - Catarsis: canalització de l'agressivitat - Prevenció i reducció de la depressió, l'ansietat i la irritabilitat <p>2. DESENVOLUPAMENT I CREIXEMENT PERSONAL</p> <ul style="list-style-type: none"> - Autoconfiança - Independència - Increment competències i valors - Millora acadèmica i cognitiva - Sentit de control sobre la pròpia vida - Humilitat, tolerància i lideratge - Augment de la creativitat - Creixement espiritual - Adaptabilitat davant el canvi - Resolució de conflictes - Aprenentatge i coneixement natural, cultural i històric - Vida equilibrada - Prevenció de problemes en joves en risc <p>3. SATISFACCIÓ I APRECIACIÓ PERSONAL</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sentit de llibertat - Fluïdesa i absorció - Eufòria - Capacitat de rebre estímuls - Sentit d'aventura - Resposta als desafiaments - Satisfacció amb la vida - Expressió creativa - Apreciació estètica
------------------------	----------------	--

I. BENEFICIS PERSONALS	B. PSICOFISIOLÒGICS	<ol style="list-style-type: none"> 1. Beneficis cardiovasculars 2. Reducció o prevenció de la hipertensió 3. Reducció del colesterol i els triglicèrids 4. Millor control i prevenció de la diabetis 5. Descens de problemes dorsals 6. Control del pes 7. Millora neuropsicològica 8. Enfortiment de la massa esquelètica 9. Increment de la força muscular 10. Beneficis respiratoris 11. Increment de l'expectativa de vida 12. Millora sistema immunològic 13. Menys consum d'alcohol i de tabac
------------------------	---------------------	---

II. BENEFICIS SOCIALS I CULTURALS	<ul style="list-style-type: none"> A. Satisfacció i desenvolupament comunitari B. Compromís comunitari, associatiu i polític C. Coneixement i apreciació cultural i històric D. Reducció de l'alineació social E. Vinculació social, cohesió i cooperació F. Recepció de recolzament social G. Increment vida cívica i democràtica H. Vinculació familiar I. Comprensió i tolerància J. Identitat cultural K. Prevenció de problemes socials per a joves en risc L. Beneficis per al desenvolupament dels nens 	
III. BENEFICIS ECONÒMICS	<ul style="list-style-type: none"> A. Reducció en costos de salut B. Increment productivitat C. Menor absentisme laboral D. Reducció dels accidents de treball E. Creixement econòmic local i regional F. Contribucions al desenvolupament econòmic global 	
IV. BENEFICIS MEDIAMBIENTALS	<ul style="list-style-type: none"> A. Respecte envers els recursos mediambientals B. Millora de les relacions amb l'entorn natural C. Ètica mediambiental D. Compromís públic amb els temes del mediambient E. Protecció ambiental 	<ul style="list-style-type: none"> 1. Sostenibilitat de l'ecosistema 2. Diversitat de les espècies 3. Preservació de les àrees naturals 4. Preservació de la cultura, l'herència i els parc naturals.

Font: Driver i Bruns, tret de Bofarull (2005)

Per a que l'oci proporcioni tots aquests beneficis cal que sigui un oci saludable, de qualitat, triat des de la plena llibertat de la persona i entès i percebut com a beneficiós per al mateix l'individu. És per aquest motiu que es planteja indispensable una educació en l'oci com una part més de l'educació integral de la persona.

1.1.3. Educació en l'oci

L'oci és un valor en alça en les societats avançades i un element essencial per entendre els estils de vida del nou ciutadà. En l'actualitat es planteja la urgència d'integrar l'educació en l'oci en el projecte formatiu de les persones i comunitats, superant així el desfasament que s'ha produït entre l'educació institucional i les necessitats vitals.

L'objectiu de l'educació en l'oci és el desenvolupament, la millora i la satisfacció vital, tant dels individus com de la comunitat en general, a través de l'adquisició d'actituds, coneixements, destreses i valors relacionats amb l'oci. Cuenca (2002) Maiztegui (2002), de la Cruz i Madariaga (2002).

Com que la vivència de l'oci ha de ser una experiència integradora entre els valors personals i el sentit que s'atorga a la vida, només es podrà aconseguir una vivència positiva i satisfactòria si existeix una formació, al llarg de tota la vida, que permeti augmentar la capacitat de comprensió dels beneficis que proporciona un oci de qualitat.

A continuació s'exposen les aportacions d'alguns autors al voltant de l'educació en l'oci:

1) Aportació de Weber:

Erich Weber (1969) va ser un dels primers investigadors a qüestionar-se si les persones requerien una formació per utilitzar adequadament el seu temps lliure. Segons aquest autor *"per emprar d'una manera autònoma i racional el temps lliure, l'individu s'ha de fer adult sota la influència de l'educació d'aquest oci"*. D'aquesta manera arriba a la conclusió que l'educació en el lleure és imprescindible per dues raons (Trilla 1993, Lull 1999):

a) Tota persona necessita una formació per utilitzar de forma raonada el seu temps lliure i convertir-lo en un espai gratificant i amb sentit.

b) La utilització adequada del temps lliure proporciona harmonia en el ritme de vida de les persones i en la pròpia organització del temps.

Les seves teories van encaminades cap a la utilització adequada del temps lliure, en el qual han d'estar presents activitats relacionades amb el descans, els jocs, la diversió, la cultura i l'esport, encara que no arriba a dissenyar un model pedagògic específic.

Aquest autor considera que l'educació per a l'oci ha de fomentar una vivència útil, eficaç i gratificant per a la persona i ha de desenvolupar la presa de decisions entre les diferents alternatives que es tenen en l'entorn. Weber (1969) declara que l'educació ha d'oferir ajuda perquè la persona pugui prendre decisions correctes en el seu temps lliure.

2) Aportació de Henz

Durant la dècada dels vuitanta, Henz (1976), en els seus diversos estudis, analitza la pedagogia de l'oci i la contempla com l'educació dirigida a l'aprenentatge de la utilització correcta del temps lliure, aportant un sentit als temps de vacances i vivenciant de forma harmònica el treball, l'oci i la festa.

Diferencia tres grans grups d'activitats que es poden realitzar en el temps lliure:

- a) Les aficions, que s'emmarquen dins d'un oci actiu i conscient, desenvolupant múltiples interessos.
- b) Les activitats que consisteixen en veure excessivament la televisió, beure de manera exagerada i altres activitats similars, que configuren un oci passiu.
- c) Les activitats útils que no són pura diversió.

Henz (1976) atorga gran importància en l'educació per a l'oci a la figura del monitor, com a subjecte actiu que proposa alternatives de caràcter cultural, artístic, esportiu, lúdic, creatiu, etc., encaminades a la reducció de l'oci passiu.

3) Aportació de Puig i Trilla

A Espanya, Puig i Trilla (1996), en el seu llibre La Pedagogia de l'Oci, aporta útils indicadors que emmarquen la pedagogia de l'oci dins del context que ocupa en la societat actual i de les necessitats que aquesta planteja.

Els principis generals de la pedagogia de l'oci que plantegen en el seu llibre són els següents:

- a) Respectar l'autonomia i la lliure elecció. La pedagogia de l'oci ha d'anar dirigida a ensenyar a crear, no només a consumir, ha de generar alternatives perquè es pugui triar, ha de fomentar i no suplir.
- b) Harmonitzar la diversió, creació i l'aprenentatge en les activitats d'oci que es realitzen en el temps lliure, tant de forma individual com col·lectiva.
- c) Respectar la contemplació davant l'activisme desenfrenat que impregna la nostra societat. Tota persona, en el seu temps lliure, té dret a no fer res, i l'ociositat que comporta el no realitzar cap activitat pot servir no només com a teràpia sinó com a font d'aprenentatge, si la contemplació comença a formar part d'una necessitat vital.
- d) Ajudar a descobrir el plaer que genera la realització de les tasques quotidianes que s'han de realitzar en el temps lliure, com ara tenir cura d'una casa, fer les compres,

relacionar-se amb els veïns, etc. Es fomenta d'aquesta manera el valor de la quotidianitat.

e) Desenvolupar la contingència de l'extraordinari, oferint l'oportunitat de realitzar activitats que surtin de la rutina diària.

f) Alliberar temps per a l'oci gratificant i formatiu, planificant adequadament el temps lliure per impedir que es perdi en activitats com ara els desplaçaments a les grans ciutats.

g) Aturar la polarització entre els temps, projectant al temps de treball les qualitats positives que, pel que sembla, només té el temps lliure.

h) Participar en les activitats de temps lliure que s'ocupen d'organitzar les diverses institucions.

i) Evitar l'avorriments, molt freqüent en el temps lliure tant dels nens com dels adults, que impedeixen que es dugui a terme el veritable objectiu de l'oci: proporcionar plaer i gaudi mitjançant el desenvolupament de determinades activitats que afavoreixen el desenvolupament personal de cada subjecte.

j) Compatibilitzar l'oci individual amb el col·lectiu per aconseguir una trobada satisfactòria amb un mateix i amb els altres.

k) Identificar els ocis nocius i crear un sistema de valors que generi el rebuig d'aquests ocis.

4) Aportació de Dattilo

John Dattilo afirma que un bon programa d'educació per a l'oci ha de permetre que l'individu s'adoni del valor i la importància que ocupa aquest espai en la seva vida actual i futura, conegui una gran gamma d'opcions d'oci disponibles per a desenvolupar els seus propis interessos i habilitats en les activitats d'oci preferides, sigui capaç d'escollir lliurement allò que vol fer per divertir-se i recórrer també, als recursos i al suport de la família, els amics i altres persones de la comunitat.

En última instància, l'objectiu del procés d'educació en el lleure és "*millorar la qualitat de vida d'una persona a través del lleure*" (a Chinn i Joswiak, 1981, p.5)

Per a Dattilo, l'educació en l'oci aporta beneficis per a totes les persones, sigui quina sigui la seva edat, dels més petits fins als adults passant per l'etapa de l'adolescència. Aquests són alguns dels beneficis per a grups d'edat:

a) Per als nens petits, l'educació en l'oci brindarà l'oportunitat de:

- Explorar i comprendre millor el seu entorn.

- Interactuar amb materials d'oci per a la estimulació sensorial, emocional, mental i física, per comprendre les relacions de causa i efecte, per desenvolupar les habilitats de joc, o desenvolupar l'autoestimulació.

- Desenvolupar la interacció, la comunicació i altres habilitats de socialització amb els seus iguals.

b) Per a l'adolescent, l'educació en el lleure l'ajuda a passar de la infantesa a l'edat adulta, desenvolupant:

- Les habilitats de presa de consciència de l'oci, coneixement d'un mateix i de l'entorn social.

- L'autonomia de l'adolescent en la presa de decisions, de manera que sabrà triar les seves pròpies alternatives d'oci.

- Una major varietat d'activitats (més interessos, més habilitats, més opcions) i un major cercle d'amistats ampliant la participació en activitats i programes esportius, recreatius, socials.

Les qüestions que s'han d'abordar en un programa d'educació en el lleure es poden resumir en vuit punts, segons John Dattilo:

1. El reconeixement de l'oci i els beneficis associats a cadascuna de les pràctiques d'oci.

2. La presa de consciència en un mateix durant el lleure. Partint de la idea que l'oci és una experiència subjectiva (i amb la finalitat de promoure experiències significatives d'oci) és important que les persones reflexionin sobre les seves preferències, habilitats, actituds i satisfacció pel que fa a l'oci. Sands i Doll (1996)

3. La capacitat de prendre decisions constitueix una habilitat fonamental per a l'expressió de l'oci. Les persones que no prenen decisions pel que fa a l'oci poden arribar a dependre dels altres i a sentir-se insatisfets amb les seves experiències d'oci.

4. L'autodeterminació en el lleure. Segons Dattilo, "encara hi ha múltiples influències en el curs de la vida de les persones, aquelles persones que tenen determinació es consideren autònomes i en gran mesura controlen els esdeveniments que els afecten" (Wehmeyer, 1996).

5. L'adquisició d'habilitats per a les activitats de lleure. L'òptima participació en una activitat concreta requereix l'adquisició d'unes habilitats úniques, en cas contrari es veuran limitades en quant a les opcions i la disponibilitat en la presa de decisions i en l'autodeterminació.

6. L'adquisició d'habilitats per a l'oci comunitari facilita el desenvolupament de recursos per vèncer els factors que limiten la participació en el lleure (la manca de recursos econòmics, de transport i de coneixements).

7. Les habilitats socials, com ara la capacitat de compartir i cooperar, la comunicació verbal i no verbal i les normes corresponents a cada situació social, són un component clau en l'educació del lleure.

8. La divulgació dels recursos d'oci, ja que el seu desconeixement pot suposar un obstacle per a la participació en el lleure (O'Dell & Taylor, 1996).

Quan es parla d'educació en l'oci es fa en referència a un oci de qualitat, seriós, de satisfacció, en front de l'oci de poca qualitat, de diversió (veure apartat 2.1.1). Malauradament l'oferta actual d'oci es regeix per la lògica consumista i en el mercat predomina, majoritàriament, l'oci passiu poc participatiu i individualista. Cada cop sembla més habitual la incapacitat de divertir-se sense consumir, fet que pot conduir a l'avorriment i a l'oci nociu. Per altra banda, la vivència de l'oci té un objectiu de doble cara: una de positiva i una altra de negativa. Trencar amb la rutina pot conduir a un excessiu interès per l'experimentació i el risc. Aquesta afirmació es posa de manifest en les noves tendències de les activitats físicoesportives en el medi natural (apartat 2.1.5.2.), en les quals proliferen i tenen més èxit aquelles pràctiques que impliquen un cert descontrol i risc per a la persona. L'educació en l'oci ha de treballar en l'aprenentatge del control d'aquest risc per mitjà del coneixement dels propis límits, la responsabilitat i la capacitat d'autocontrol.

A més d'instruir en el desenvolupament de la llibertat d'escollir, l'educació en l'oci, segons Trilla (1999), hauria de *"potenciar i preparar l'elecció de camins i processos; és a dir, la llibertat de concebre i realitzar projectes; construir l'oci i no només consumir-lo"*.

Però els beneficis d'una correcta educació en l'oci van més enllà. Tal i com suggereix la Carta Internacional per a l'Educació en l'Oci redactada el 1994 per l'Associació Mundial d'Oci i Recreació (WRLA), aquesta educació contribueix a la millora de la qualitat de vida ja que afavoreix la participació en assumptes grupals i en la comunitat fomentant les relacions humanes i comunitàries, la cura i la conservació del medi ambient, la conscienciació de la importància de l'oci en la vida i en el desenvolupament humà i social. Setién (2002:67)

Per tant, per tots aquests motius sembla imprescindible dur a terme una educació en l'oci, però no tant sols de les persones com a individus aïllats sinó també dins l'àmbit de la comunitat en general i de la família en particular. Segons Cuenca (2002), l'educació

en l'oci ha d'actuar en tres àmbits: educació personal de l'oci, educació comunitària i formació de professionals.

Altres autors opinen que és necessària una educació en l'oci des del punt de vista familiar. En aquest sentit, estan proliferant els estudis que fan referència a aquest aspecte en el marc de la teràpia i/o orientació familiars. Els professionals d'aquest àmbit han vist els beneficis que pot tenir per a les famílies un ús correcte del temps lliure, i a la vegada també els inconvenients i els perills d'una mala utilització. Les sociòlogues Laespada i Salazar (1999) parlen d'una "*desorganització familiar davant del món de l'oci*" i Gervilla (2003) indica que aquesta educació per a l'oci "*no es pot aïllar, s'ha d'incloure en una sèrie integral de temes que orienten la família*". Per tant, també és important dur a terme una educació en l'oci dins l'ampli camp de l'educació familiar.

1.1.4. Concepte d'oci familiar

1.1.4.1. El concepte d'oci familiar des de les investigacions recents

Fins a la dècada dels vuitanta el fenomen de l'oci familiar s'associava exclusivament al temps que compartien les mares, els pares i els fills/es, desenvolupant una activitat en un espai concret. Les úniques activitats que es preniën en consideració com a motiu d'estudi eren les realitzades a l'exterior, sense tenir en compte l'oci domèstic. Posteriorment aquesta concepció va anar variant, sorgint estudis des de diverses disciplines i sota conceptes i ideologies diferents, (Shaw, 1997).

Les investigacions dutes a terme demostren que el temps d'oci compartit proporciona oportunitats perquè les famílies enforteixin les seves relacions (Orthner 1998; Zabriskie, 2001a). Alguns d'aquests estudis s'han centrat en els efectes de les experiències d'oci en el funcionament familiar en general (Hill, Freeman, i Huff, 2003; Orthner, 1998; Orthner i Mancini, 1990, 1991; Ellis i Baldwin, 1999), i més concretament en la millora de la capacitat de comunicació (Huff, Widmer, McCoy i Hill, 2003), l'eficàcia en la resolució de problemes (Smith, 1997; Robertson, 1999; Wells, Widmer i McCoy, 2004) i el desenvolupament d'habilitats per a la vida i les habilitats socials (MacTavish i Schleien, 1998). La participació de la família en activitats d'oci també s'ha correlacionat positivament amb la cohesió familiar, l'adaptabilitat familiar, el funcionament familiar en general (Àgata, Zabriskie, i Eggett, 2007; Zabriskie i McCormick, 2001; Zabriskie i Freeman, 2004). També s'ha estudiat la relació entre la satisfacció amb l'oci familiar i la

satisfacció amb la vida familiar. En aquest aspecte cal destacar que un primer estudi no va trobar una relació significativa entre ambdós conceptes, trobant una influència més significativa d'altres factors en la satisfacció amb la vida familiar, com per exemple la història de divorci en el sí d'una família (Zabriskie i McCormick, 2003). Un estudi posterior sí va indicar la satisfacció amb l'oci familiar com a millor predictor de la satisfacció amb la vida familiar en general (Agate et al., 2009).

Finalment cal fer esment a les investigacions que relacionen l'oci familiar amb la prevenció de les drogodependències (Viladomiu, 2003)

Tots els estudis vistos fins ara parlen d'oci familiar de forma general però no tracten les activitats físicoesportives en el medi natural en particular, tema central de l'apartat 2.1.5. que es desenvoluparà posteriorment.

1.1.4.2. La incidència de l'oci en la família: els beneficis de l'oci familiar significatiu.

Si es dóna tanta importància a un correcte ús del temps lliure en general i de l'oci en particular, és perquè aquest representa, dins la vida familiar, un lloc privilegiat per a educar, és a dir, transmetre valors, comportaments i actituds per al desenvolupament de les virtuts personals (Bofarull, 2005).

El tipus d'oci que es duu a terme en una família depèn en bona mesura de l'estil educatiu dels progenitors i també de la tipologia familiar. En aquest punt és important fer referència al Model Circumflex d'Olson, Sprenkle i Russell (1980), com el model més emprat en les investigacions que estudien la família. En aquest model es combinen les dimensions de la cohesió, l'adaptabilitat i la facilitació en la comunicació familiar per definir diferents tipus de sistemes de relació familiar. La cohesió és el vincle emocional de la família; es veu a través dels tipus de límits, els subsistemes de la família, les relacions entre ells, temps, espai, amics, interessos, recreació i participació en la presa de decisions. Mesura tant la qualitat dels vincles com el grau d'autonomia dels membres dins la pròpia família. En quant a l'adaptabilitat, es valoren la capacitat i els recursos de la família per adaptar-se al canvi i modificar rols i estructures sense perdre el seu eix de funcions bàsiques i responent amb èxit als reptes. Finalment, en quant a la comunicació, no defineix un sistema de família però sí que mesura la qualitat de la comunicació entre els membres de la mateixa.

Analitzant els tipus de família existents en quant a cohesió, adaptabilitat i capacitat de comunicació, les famílies més funcionals presenten unes característiques

que fan possible un major grau (en quantitat) de temps d'oci compartit entre tots els membres de la família (Bofarull, 2005).

A la vegada, aquest oci compartit és un oci de major qualitat, és un oci de satisfacció que ofereix un gran benefici: uneix la família. D'aquesta manera es crea un cercle de retroalimentació constant: el temps que passen junts és un temps de qualitat, en el que la bona comunicació i el bon enteniment estan presents; s'estableixen relacions respectuoses entre tots els components i participen conjuntament en moltes activitats d'oci, que a la vegada serviran per unir encara més aquesta família funcional.

Per contra, el tipus d'oci predominant en les famílies no funcionals és l'oci que busca la diversió immediata, sense massa esforç, com per exemple: el cinema, la televisió, parcs temàtics, els jocs d'ordinador, etc. Per als pares i els fills d'aquestes famílies les ofertes del mercat esdevenen l'únic contingut d'oci possible. L'oci es mercantilitza, es converteix cada vegada més en una activitat de consum repetida on, en general, ningú comparteix res amb ningú.

Orthner i Manciny (1991) constaten empíricament que l'oci familiar ajuda a mantenir unida la família, cohesionada en la seva estructura i orientada en les seves funcions. Els autors destaquen que l'oci és un agent que involucra d'una manera funcional a tots els membres de la família:

- aconseguir incrementar la satisfacció familiar ja que exclou o disminueix l'oci passiu (televisió...)
- la família necessita interaccions (entre pares, entre pares i fills, entre germans), que són un mitjà per a comunicar-se i una oportunitat d'educació; però també generen conflictes. És bo que la família faci que la interacció en l'oci sigui positiva: aprendre a gestionar els conflictes, comunicar-se bé...
- l'oci familiar redueix el risc de divorci. Nombrosos estudis demostren que l'oci, no només uneix la parella sinó que uneix la família i la fa funcional.

Les famílies funcionals són aquelles que compten amb més fortaleces, enteses com a competències, capacitats que obren les possibilitats de les famílies per tolerar el canvi i l'estrès (De Frain, 2007).

Els investigadors de les fortaleces familiars (tant a nivell clínic com preventiu) han intentat definir al llarg dels anys què s'entén per família forta i família amb fortaleces (Krysan, Moore i Zill, 1990; Moore *et al.* 2002).

L'estudi de les fortaleces familiars s'insereix en l'ampli camp d'estudi de les famílies funcionals, procedents de diferents disciplines (sociologia, psicologia clínica,

teràpia familiar). No correspon al present estudi entrar en aquesta extensa matèria, però sí fer una petita aproximació amb la intenció de valorar la percepció de les famílies en quant a la incidència de les AFEMN en la millora de les fortalezes familiars. Així doncs, és necessària una petita aproximació al concepte. Famílies funcionals serien aquelles que comptarien amb unes fortalezes que les fan capaces d'afrontar l'estrès, la crisi i el canvi amb resultats. Sobre quines són aquestes fortalezes no hi ha acord (Gladding, 2007). Les diferències entre cultures també és motiu de discussió. DeFrain (1999) proposa el seu caràcter universal i transcultural després de realitzar estudis en una vintena de països de diferents continents.

Bofarull en la seva tesi doctoral analitza en profunditat aquests conceptes i defineix sis blocs de fortalezes familiars, partint del model de DeFrain (Stinnett y DeFrain 1985) i adaptant-los a la cultura espanyola. Aquestes fortalezes familiars són les següents (Bofarull 2011):

- *Temps junts entretingut*, entès com aquell temps en el que es pot compartir amb els altres (pares i germans) molt bones estones amb senzillesa i espontaneïtat.
- *Estima i afecte per cadascú*, evidenciat en actituds i gestos quotidians de cordialitat. En aquestes famílies, els seus membres no tenen por d'expressar el seu afecte pels altres.
- *Comunicació eficaç entre uns i altres*. Les famílies fortes passen temps parlant-se i escoltant-se els uns als altres amb l'objectiu de romandre relacionats i de facilitar una connexió que els pugui ajudar en els moments difícils.
- *Reconeixement i capacitat de compromís*. Els membres de les famílies amb fortalezes es dediquen els uns als altres i al benestar comú. Inverteixen temps i energia en les activitats familiars.
- *Benestar espiritual*. Pot incloure la religió organitzada o no. El benestar espiritual pot ser vist com una expressió de sentiments en termes de valors ètics i compromís amb les causes importants.
- *Afrontar amb eficàcia la crisi i l'estrès*. Les famílies fortes saben com prevenir els problemes abans que succeeixin i com treballar junts per afrontar desafiaments ineludibles quan es produeixen.

No s'han trobat investigacions que relacionin les AFEMN amb les fortalezes familiars. Aquest estudi fa una primera i petita aproximació al tema.

En definitiva, per què és important crear espais d'oci familiar? Als raonaments vistos fins ara cal sumar-hi els següents avantatges:

- Afavoreix la reflexió personal sobre com s'ocupa el temps lliure familiar.
- Facilita propostes d'oci saludables, com alternatives a situacions de risc.
- Fomenta la creació i / o utilització d'espais que ajudin els nostres fills a trobar formes gratificants d'utilització del temps lliure.
- Incrementa l'autoestima i l'autoconfiança, facilita l'autonomia personal i els processos de presa de decisions.
- Afavoreix la intercomunicació personal i la interacció grupal.
- Promou el desenvolupament d'aficions, ajudant els fills en la identificació dels seus gustos i aficions i orientant sobre els passos a seguir per a desenvolupar-los.
- Redueix la sensació d'avorriments tant present en la societat actual.

1.1.4.3. Les barreres de l'oci familiar.

L'impacte positiu de l'oci compartit està subjecte a múltiples variables que poden funcionar com a veritables barreres, Orthner, 1991:

- Les barreres intrapersonals: estrès, depressió, ansietat, influències socialitzadores, sentit de la competència, avaluacions personals sobre el que es considera apropiat.

- Les barreres interpersonals: aspectes relacionats amb la parella, patrons culturals associats als conflictes de gènere, la qualitat de la relació, el nivell de conflictivitat de la parella i l'habilitat per resoldre els conflictes.

- Les barreres estructurals: cicle vital de la família, recursos econòmics, estació de l'any, climatologia, disponibilitat de temps lliure, disponibilitat d'oportunitats d'oci, influència de les pràctiques d'oci passiu i / o nociu en l'entorn proper.

Aquestes barreres condicionen la vivència de l'oci com a benefici. Però hi ha altres factors, com la motivació dels pares i les mares en relació amb l'oci, les expectatives dipositades en la vivència, les actituds, conductes i valors sobre el paper de l'oci en les seves vides i que l'individu assimila a través d'un procés de formació i aprenentatge.

1.1.5. Les activitats físicoesportives en el medi natural com un tipus d'oci familiar.

1.1.5.1. Aproximació al concepte d'activitats físicoesportives en el medi natural.

A nivell conceptual, existeix una veritable confusió terminològica davant l'allau i proliferació de nous esports, sobretot en el moment de voler classificar-los o caracteritzar-los. Les investigacions que s'han dut a terme en aquest camp defineixen aquestes activitats a partir de diferents termes. Miranda, Lacasa i Muro (1995) ens fan una revisió de les diferents nomenclatures utilitzades. Les podem trobar com a “esports salvatges”, “esports californians” o “nous esports” (Laraña, 1986); “pràctiques esportives salvatges” (Lefebvre, 1991); “activitats lliscants a la natura” (Dupuis, 1991); “outdoor adventure recreation” (Ewert, 1985); “esports d'aventura” (Meier, 1978; Darst i Armstrong, 1980; Progen, 1979). Totes les concepcions poden ser vàlides, ja que és cert que impliquen la concepció d'aventura, utilitzen gairebé sempre materials altament tecnològics, existeix un joc amb el risc, molts es desenvolupen sobre superfícies lliscants o en un medi dinàmic i també el seu origen es troba en la forma de vida de la societat americana, i concretament en un medi natural privilegiat com és la costa oest dels Estats Units. Activitats com el surf, el windsurf, l'ala delta, el parapent, etc, neixen a Califòrnia. En el present estudi s'utilitza la nomenclatura “activitats físicoesportives en el medi natural” ja que és la que apareix en el *DECRET* 56/2003, de 20 de febrer, pel qual es regulen aquestes activitats.

No és objecte d'aquest treball classificar les activitats en la natura, però es poden trobar unes característiques aglutinadores d'aquestes noves activitats, que en certa mesura, personalitzen la majoria d'aquests esports d'última generació. Per aquest motiu l'anàlisi que es realitza a continuació es divideix en l'observació de tendències socioculturals i les característiques motrius que comparteixen.

a) Constants socioculturals dels esports d'aventura.

Podem considerar de forma genèrica que la majoria dels esports que es practiquen en l'actualitat tenen un llarg passat, unes institucions que preserven el seu bon funcionament i participen d'una filosofia i d'uns principis basats en els valors tradicionals. La concepció corporal està basada en la millora per al rendiment, per a l'obtenció d'un millor registre, per a la consecució d'una victòria enfront l'adversari.

En l'actualitat apareixen nous valors lligats als esports a la natura, en consonància a un paradigma contraposat a l'esport institucionalitzat, en el qual destaca el sentit de la diversió, la recreació, la moda, la llibertat. Estem en una època de grans canvis, d'altres tecnologies, del culte a la imatge, del consum, de l'elitisme social. Aquests esports sorgeixen en aquesta societat i s'adapten a ella aprofitant-se de les seves característiques peculiars i buscant la llibertat que de vegades no tenim. Pot ser que aquestes activitats siguin un entrenament per a poder sobreviure en la societat que ens ha tocat viure. Provar les pròpies capacitats s'ha convertit en un fenomen social que mostra la necessitat de l'individu contemporani a reafirmar-se. Segons Miranda, J., Lacasa, E. i Muro, I. (1995), *“Les persones es troben dins una societat desorientada i la necessitat de tornar a terra creix. L'adult ensopega amb la mateixa dificultat del nen: conèixer-se a sí mateix i comprendre el món. I recorre a recursos semblants: exercir la seva funció de mobilitat en ell; es deixa anar, llisca, s'atura fins a sentir-se segur davant les circumstàncies externes”*. Tot això amb la finalitat d'adaptar-se i arribar a estimar-se a sí mateix una mica més, guanyar autoestima i millorar la pròpia imatge. Sembla que l'aparició dels nous esports en la natura vagi lligada als nous paradigmes centrats en l'autorealització personal i la millora de la qualitat de vida, que volen substituir els de competició, esforç i tensió. El que es busca és més el divertiment, la qualitat i la intensitat de les emocions.

Existeix en aquestes pràctiques, una clara relació entre l'adaptació i el joc amb el medi i el perill que es planteja com autocontrol i capacitat d'eliminar el risc inherent en elles. En condicions difícils, el perill està en un mateix, en la pèrdua de control intern que caldrà saber dominar.

b) Perspectiva motriu.

De forma genèrica, en la pràctica d'aquestes activitats es combinen una sèrie de característiques motrius i d'accions que les fan molt atractives. Des d'una perspectiva lúdica es podria dir que els esports d'aventura duen implícit un conjunt de situacions i experiències que els fan diferents i que permet un apropament peculiar a la natura. El joc constant amb el medi (la neu, els ràpids d'un riu, les onades del mar, etc.), consisteix en la conservació de l'equilibri en els desplaçaments i en molts casos, en la conducció controlada de sofisticats aparells (Loret, A., 1996). Sembla que el simple pas per la natura està donant pas a la conquesta de nous espais, gràcies a la utilització d'equips i materials altament tecnològics que transformen les energies del medi. Davant d'aquesta nova perspectiva, en la pràctica dels esports a la natura guanya importància el món de les sensacions, especialment aquelles relacionades amb la percepció del risc. Les

empreses dedicades a les activitats d'aventura saben que el seu objectiu radica en la comercialització de les sensacions de risc, i cal que siguin conscients de la gran variabilitat interindividual en la percepció d'aquest risc. Per aquest motiu sembla oportú millorar l'oferta quan les activitats tendeixen a una homogeneïtzació i l'usuari sent que no forma part del procés de l'aventura. A continuació es pretén buscar uns nexes d'unió entre algunes de les pràctiques:

- La necessitat d'equipaments personals i materials. en la majoria d'aquestes modalitats són necessaris materials per establir la nostra relació amb el medi, ja sigui per l'aprofitament de la seva energia o bé per constituir elements de seguretat i de protecció davant els agents meteorològics. El subjecte, tal i com s'ha comentat, a través d'instruments i materials amb característiques tecnològiques avançades (lleugeresa, anatomia, resistència...), transforma en accions motrius l'aportació energètica del medi, com el vent, la velocitat de l'aigua, l'alçada, etc. La relació entre el subjecte i el medi no es realitza en molts casos de forma directa: l'estri fa de mediador entre la persona i la superfície de pràctica. Aquest aspecte és un element diferenciador molt important, sobretot quan s'intervé en els processos d'iniciació d'aquests esports. Aconseguir establir progressions que tinguin com objectiu la millora de les sensacions a través d'aquests materials és una tasca difícil.

- El procés de recollida d'informació: els plantejaments en els processos d'ensenyament - aprenentatge haurien de centrar esforços en fer sentir al subjecte de pràctica a través dels instruments, a utilitzar-los com a intermediaris entre les seves accions i la repercussió d'aquestes en el medi de pràctica, i a l'inversa, que l'individu codifiqui i interpreti les senyals del medi per aprofitar les seves fluctuacions en benefici de les accions motrius. Aquest enfocament estarà fonamentat en els processos perceptius, on la discriminació de senyals exteroceptives que es presenten en l'espai de pràctica i les situacions complexes de la pròpia natura, són de vital importància per a l'aprenentatge en termes de seguretat.

- El caràcter psicomotriu de les accions: la resultant de tantes accions és una motricitat caracteritzada pel seu gran component psicomotriu, on és el subjecte qui és relaciona amb el medi i el grup apareix de forma marginal, com un element gregari però amb escassa o nul·la influència en el que fa referència a la motricitat en concret. En algun cas com l'escalada, malgrat les seves accions siguin individuals, l'escalador i la paret, es podria establir una col·laboració en termes de seguretat per la seva unió a la corda i amb un company. Són diferents les relacions que es poden establir en un grup i les seves repercussions en la presa de decisions; en molts casos les influències de líders comporten un cert risc en les conductes grupals.

- La finalitat de les accions: un principi bàsic en la pràctica de molts esports en el medi natural és que l'execució del moviment s'harmonitzi amb les fluctuacions de l'energia del medi, per aconseguir l'adaptabilitat i poder progressar en ell.

Aquest tipus d'activitats, pels que les descobreix, són fonamentalment lúdiques i no impliquen una despesa energètica molt elevada (Laraña, 1986, 1987). L'objectiu i la motivació de l'esportista estan continguts en el propi exercici físic i en les sensacions que produeix la seva pràctica, però tot i així el practicant busca progressar, tal i com passa en altres esports.

1.1.5.2. Evolució i tendències de les activitats físicoesportives en el medi natural.

En els últims anys, la pràctica d'activitats físiques en el medi natural ha evolucionat des de concepcions tradicionals i minoritàries a formes innovadores assequibles a una àmplia massa social.

Els motius de l'augment de practicants d'esports en el medi natural els podem trobar en una sèrie de factors que tenen origen en la dimensió socioeconòmica i cultural, com succeeix amb la majoria de fenòmens lligats a la societat.

En primer lloc es pot destacar l'augment del benestar. El nivell de vida de la població dels països desenvolupats econòmicament, està altament relacionat amb el sistema productiu, que prioritza cada dia més el consum de serveis i la comercialització del temps lliure; aquest fet permet i indueix a la pràctica dels esports i especialment aquells realitzats en el medi natural.

Els nous esports en la natura es veuen envoltats d'una sèrie de connotacions que tenen molt a veure amb les regles de l'oferta i la demanda del sector serveis. La majoria de modalitats esportives fan ús de vestimentes i materials caracteritzats per la seva relació amb la tecnologia, són estris molt relacionats amb el consum i deriven en molts casos en articles de moda, desitjats tant per practicants com pel públic en general. Un cas observable amb claredat el tenim en certs tipus de roba a l'estil "surf", pantalons, dessuadores, sabatilles, que extralimiten la seva utilitat esportiva per vestir-se a qualsevol hora i en qualsevol lloc. També succeeix amb materials com la bicicleta de muntanya, dissenyada per a unes prestacions que en la majoria de casos, no estan en relació amb l'ús que els donaran les persones que la compren.

Un segon aspecte està relacionat amb el model territorial que escull la nostra societat per a la implantació de les seves activitats econòmiques i de les activitats del dia a dia. La concentració de la població en un medi urbà i l'estil de vida que això comporta,

està molt lluny dels nostres orígens en els quals els espais oberts, les distàncies i els mitjans de desplaçament, l'enginy per subsistir, eren una constant. L'estructura i el funcionament urbans ens submergeixen en les presses, en la monotonia dels seus carrers, en la contaminació, etc., ens contagia un ritme propi ple d'automatismes i comoditats. La vida en la natura ens convida moltes vegades a la tranquil·litat, a la reflexió, ens permet contemplar ritmes capriciosos, alguns extremadament delicats, altres veritablement temibles. Aquesta diversitat convida al ciutadà urbà a la pràctica d'esports en el medi natural, alguns en busca d'assossec, altres sota la consigna de la conquesta i el desafiament. Per a molts aquesta fugida de la quotidianitat, de la ciutat, de les obligacions, és sinònim de qualitat de vida i de reequilibri personal.

Per últim, hi ha certes influències lligades a nous paradigmes culturals, que fan d'aquestes pràctiques un àmbit únic i diferenciador. Entre ells, per exemple, el paradigma ecològic, que té una forta influència en les noves formes d'ocupació del temps lliure i que ha donat lloc a controvertides denominacions, més que concepcions, d'aquestes noves formes de turisme alternatiu, turisme rural, turisme sostenible, ecoturisme, turisme verd, etc. L'observació de la natura, el respecte ambiental, la sostenibilitat dels recursos, a dia d'avui s'associen a moltes pràctiques en la natura, són un bon reclam i estan presents en moltes campanyes publicitàries. Però també, de forma contraposada, s'imposa un paradigma "fun" lligat, com la seva traducció indica, a allò divertit, una mica esbojarrat, que està de moda. També a una concepció que té present el risc, el joc amb la dificultat, la situació límit.

1.1.5.3. Beneficis de les activitats físicoesportives en el medi natural.

Les primeres investigacions sorgeixen als EUA als anys cinquanta i proven de conèixer els beneficis d'aquestes activitats sobre la persona (Schraer, 1954; Morse, 1957). Posteriorment es van començar a estudiar els seus beneficis socials. Kelly i Baer (1971) van mostrar algunes evidències sobre la relació entre la pràctica d'activitats a la naturalesa i el descens de reincidència criminal. Moses (1968) i Moses i Peterson (1970) van confirmar que la participació en aquestes activitats millora el rendiment acadèmic i la imatge social. En aquesta línia, altres estudis van demostrar que les activitats d'aventura poden servir en la intervenció terapèutica, pel fet que aquestes activitats ajuden a millorar l'autoestima, fomenten les activitats i comportaments socials, incrementen la salut física i redueixen els problemes emocionals (Barcus i Bergeson, 1972; Wright, 1982; Smith, 1982; Rob i Ewert, 1987). En relació als valors educatius d'aquestes activitats trobem els

estudis de Frost i Sims (1974), i Boné (1989). Aquest darrer destaca quatre dimensions en els valors educatius: la riquesa d'estímuls que facilita un desenvolupament més gran dels mecanismes perceptius, de decisió i d'execució; la relació amb l'entorn natural, ja que la naturalesa ha tingut un paper essencial en la vida de l'home; la varietat d'aquest entorn natural, en contraposició a l'ordre i la rutina de la vida a la ciutat; la pròpia essència del procés formatiu. Educar és possibilitar l'adquisició d'hàbits per poder arribar a ser un mateix. L'adquisició d'hàbits encaminats al gaudi, el respecte i la conservació del medi natural es constitueix com un objectiu educatiu.

1.1.5.4. La incidència de les activitats físicoesportives en el medi natural en la família.

No és fins als anys 80 que es comencen a estudiar els beneficis de la realització d'activitats a l'aire lliure en família. Les investigacions realitzades durant els últims 30 anys suggereixen que la família pot millorar el seu funcionament a partir de la participació conjunta en activitats recreatives a l'aire lliure (Hawks, 1991; Holman i Epperson, 1984). Els estudis en aquesta àrea han examinat la cohesió familiar (West i Merriam, 2009), la satisfacció (Zabriskie i McCormick, 2000) i la comunicació (Kugath, 1997). Un altre estudi va demostrar augments en les percepcions dels pares a nivell de comunicació, negociació i resolució de conflictes (Bandoroff i Scherer, 1994). A més, Hill, Freeman, i Huff (2003), tenint en compte tant les percepcions dels pares com les dels adolescents pel que fa a la comunicació familiar, van trobar que activitats més desafiantes, amb més risc, van produir millores més significatives en la comunicació entre els membres de la família. Encara que van sorgir conflictes entre pares i adolescents a través de l'experiència de l'estudi, els participants creien que la seva capacitat per resoldre problemes familiars va augmentar (Hill et al., 2003). Això demostra que un nivell més exigent en les activitats a l'aire lliure influeix positivament en la comunicació sana i la resolució de conflictes.

Per tal de valorar d'una forma més concreta els beneficis que poden aportar a la família les activitats físiques en el medi natural, s'ha cregut convenient comparar o fer una transferència, mitjançant l'elaboració d'una taula, dels valors que proporcionen aquestes activitats a nivell de l'individu (Frost i Sims, 1974) amb els valors presents en les famílies funcionals (Olson, Russell i Sprenkle, 1989).

	Valors presents en les famílies funcionals (Olson, Russell i Sprenkle, 1989)	Valors que desenvolupen les activitats físiques en el medi natural (Frost i Sims, 1974)
Característiques dels membres	<p>Alta autoestima</p> <p>Competències i habilitats socials</p> <p>Autocontrol</p> <p>Autonomia</p>	<p>Estètica</p> <p>Èxit personal, autorealització</p> <p>Gust i respecte per la naturalesa</p> <p>Desenvolupament de l'autoconfiança</p> <p>Control emocional, responsabilitat</p> <p>Relaxació</p> <p>Reconeixement personal</p> <p>Gaudi i satisfacció personal</p> <p>Evasió emocional</p> <p>Autodisciplina, autorespecte</p> <p>Independència</p> <p>Benestar físic i psicològic</p> <p>Promoció de l'èxit i l'experiència</p> <p>Iniciativa, originalitat</p> <p>Interessos vocacionals</p> <p>Nous i continus desafiaments</p>
Cohesió familiar	<p>Apropament emocional</p> <p>Lleialtat a la família</p> <p>Participació amb empatia</p> <p>Interaccions afectives afavorides</p> <p>Espai privat respectat</p> <p>Espai familiar compartit</p> <p>Presa conjunta de decisions</p> <p>Alguns interessos conjunts</p> <p>Més activitats compartides que separades</p>	<p>Comprensió de sí mateix i dels altres</p> <p>Lleialtat cap al grup</p> <p>Cooperació i participació amb la natura</p> <p>Participació no competitiva orientada a la persona</p> <p>Participació familiar</p>
Adaptabilitat familiar	<p>Lideratge compartit amb canvis fluids</p> <p>Disciplina democràtica</p> <p>Negociacions flexibles</p> <p>Acord sobre les decisions</p> <p>Regles: es compleixen de forma adaptable</p>	<p>Lideratge</p> <p>Disciplina, respecte</p> <p>Cooperació i participació amb la natura</p> <p>Control emocional, responsabilitat</p>
Comunicació familiar	<p>Amb empatia</p> <p>Escolta atenta</p> <p>Obertes deliberacions sobre un mateix i els propis sentiments</p> <p>Respecte i consideració pels sentiments dels altres membres de la família</p>	<p>Comprensió de sí mateix i dels altres</p> <p>Comunicació amb sí mateix i amb els altres</p> <p>Cooperació i participació amb la natura</p>

Font: elaboració pròpia

Aquesta taula no té una demostració empírica, ja que no ha estat comprovada científicament; es tracta tan sols d'una proposta personal, i per tant és susceptible d'acceptar canvis. Malgrat tot, en ella es pot observar com les característiques de les famílies funcionals (en quant a competències individuals dels seus membres, i també en quant a cohesió, adaptabilitat i comunicació familiars) es poden relacionar directament amb els valors que desenvolupen les activitats esportives a l'aire lliure, proposats per Frost i Sims (1974). Els beneficis individuals que aporten les activitats físiques en el medi natural poden ser transferits directament com a beneficis per a la família de la qual l'individu en forma part.

Quan temps dediquen les famílies de Tarragona a realitzar activitats d'oci de forma conjunta? Com organitzen aquest temps? Les activitats que duen a terme, pertanyen a l'oci de qualitat i són satisfactòries? En els següents apartats s'intentarà donar resposta a aquestes preguntes.

2. METODOLOGIA

2.1. OBJECTIUS

L'objectiu principal de l'estudi *Participació i satisfacció de les famílies de Tarragona en activitats d'oci familiar* ha estat analitzar el temps d'oci de les famílies de Tarragona, en quant al tipus d'activitats que realitzen durant aquest temps, de forma conjunta, i també la satisfacció que els produeix. Per tant, es tracta d'un estudi transversal descriptiu d'aquestes famílies.

De l'objectiu general se'n deriven els següents objectius específics:

- 1.- Conèixer quant temps dediquen les famílies a realitzar activitats d'oci de forma conjunta i quines són les activitats més realitzades.
- 2.- Identificar el grau de participació de les famílies en activitats esportives familiars i en activitats físicoesportives en el medi natural.
- 3.- Reconèixer quines activitats físicoesportives en el medi natural es realitzen en major mesura.
- 4.- Identificar el nivell de satisfacció amb les activitats d'oci en general i les activitats físicoesportives en el medi natural en particular.
- 5.- Valorar la percepció de les famílies en quant a la incidència de les activitats físicoesportives en el medi natural en la millora de les fortaleces familiars.

Per tal d'assolir aquests objectius s'ha triat una mostra de famílies amb, com a mínim, un fill o filla d'entre 6 i 12 anys d'edat escolaritzats a centres educatius de Tarragona ciutat (centre i barris).

Les fonts d'informació emprades han estat els pares o les mares d'aquests infants.

2.2. MOSTRA

2.2.1. Disseny de la mostra

L'objectiu principal de l'estudi consisteix a analitzar la participació i satisfacció de les famílies de Tarragona (amb fills i filles d'entre sis i dotze anys) en les activitats d'oci familiar. L'univers de l'estudi són les famílies amb, com a mínim, un fill o filla d'aquestes edats residents a Tarragona.

L'accés a les famílies es va realitzar a través de les escoles dels seus fills i filles, principalment per dos motius: l'escolarització és obligatòria i per altra banda, el Consell Esportiu del Tarragonès va facilitar el contacte amb els centres educatius, assegurant un major interès per a la participació en l'estudi.

A l'estudi, les unitats finals d'anàlisi són les famílies amb nens i nenes de sis a dotze anys, però les primeres unitats mostrals són els centres educatius on estan escolaritzats aquests nens i nenes. La taula 1 mostra la configuració de les primeres unitats mostrals de l'estudi.

Taula 1.

Distribució de les primeres unitats mostrals de l'estudi

Ubicació/Titularitat	Públic	Concertat
Centre	Escola Pax Cèsar August Miracle	Mare Nostrum Sant Pau Apòstol (*) Mare de Déu del Carme Santa Teresa de Jesús (*)
Barris	Pràctiques Els Àngels Sant Salvador Sant Pere i Sant Pau	Escola Joan XXIII

Nota: els centres indicats entre parèntesis van ser eliminats de la mostra.

Font: elaboració pròpia.

Es va fer una tria dels col·legis en funció de la seva titularitat, considerant els públics i els concertats, i també en funció de la seva ubicació, considerant el centre i els barris. Es van seleccionar de manera aleatòria dos grups classe per centre. En la taula 2 podem veure com va quedar distribuïda la mostra.

Taula 2.

Distribució final del nombre de famílies que van participar en l'estudi, segons la titularitat i la ubicació dels col·legis i el curs del seu fill o filla.

		1r	2n	3r	4t	5è	6è	Total
Centre	Públic	56	14	3	1	0	11	85
	Concertat	15			10			25
Barris	Públic		26	16	12	72	29	155
	Concertat	27			20			47
Total	Públic	56	40	19	13	72	40	240
	Concertat	42			30			72
	Total	98	40	19	43	72	40	312

Font: elaboració pròpia.

2.2.2. Treball de camp

El treball de camp es va dur a terme durant el tercer trimestre del curs escolar 2011-2012. En primer lloc es va contactar amb la direcció del centre, a qui prèviament, des del Consell Esportiu del Tarragonès, s'havia enviat una carta de presentació del projecte en què s'explicava l'objectiu de l'estudi i les seves característiques i es demanava la col·laboració del centre. En cas d'acceptació es va contactar amb els/les professors/es d'educació física dels grups classe seleccionats, amb qui es va dur a terme una entrevista personal per explicar els detalls de l'estudi així com també els de l'enquesta. El professorat s'encarregava de repartir els qüestionaris autoadministrats i de recollir-los un cop emplenats per les famílies. Es van repartir un total de 1117 qüestionaris dels quals van ser retornats degudament emplenats 312 (28%). Aquest valor és una mica inferior al d'altres estudis realitzats entorn a la temàtica d'educació i família, que estan al voltant del 33% de participació de les famílies (Torrubia i Doval, 2009), degut a que no es va poder dur a terme una segona fase de l'estudi durant el primer trimestre del curs 2012-2013 per compliments del plaç d'entrega del projecte.

2.2.3. Característiques de la mostra

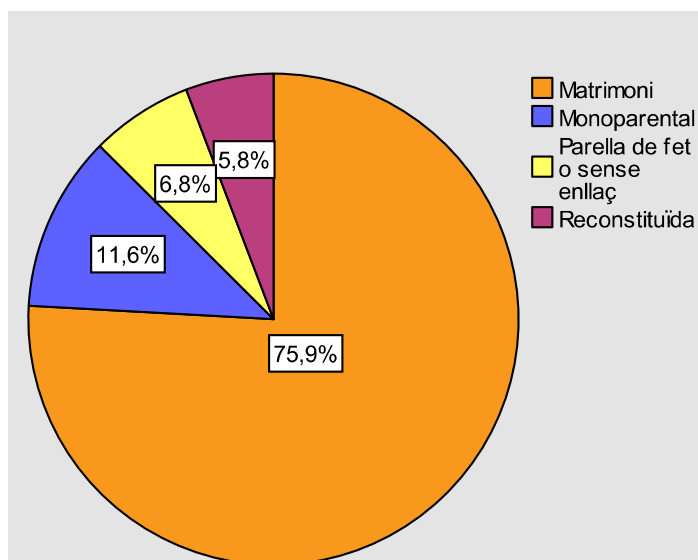
L'estudi va tenir un total de 312 famílies participants. Les persones que van contestar el qüestionari van ser: 235 mares (75,3%), 74 pares (23,7%) i 3 parelles del progenitor/a (1%). Un 76,9% dels infants anaven a col·legis de titularitat pública i el

64% dels enquestats portaven els fills a centres ubicats als diferents barris de la ciutat de Tarragona.

Pel que fa a les famílies, el 75,9% estan constituïdes per matrimoni, un 11,6% famílies monoparentals (persones separades, divorciades, vídues o solteres), un 6,8% parella de fet o sense enllaç i el 5,8% restant correspon a persones amb família reconstituïda (formada pel progenitor, la seva parella i el/s fill/s almenys d'un d'ells i el/s fill/s comuns, si n'hi ha) (Gràfic 1). Pel que fa al tipus de professió un 63,4% són persones assalariades, un 13,2% no treballa o fa feines a la llar, un 12,9% es troba a l'atur, un 9,6% treballa per compte propi i un 1% està en període de formació. (Gràfic 2).

Gràfic 1.

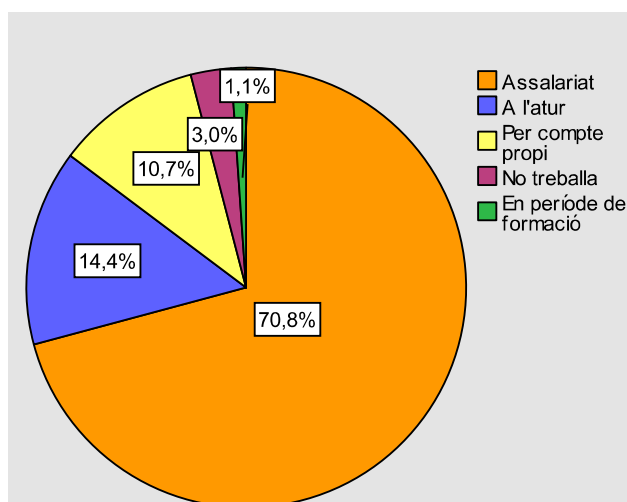
Estructura familiar (%)



Font: elaboració pròpia

Gràfic 2.

Professions de les persones enquestades (%)



Font: elaboració pròpia

Per tal d'avaluar la representativitat de la mostra, es comparen algunes de les característiques de les famílies de l'estudi amb les dades poblacionals dels anys 2001 i 2007 extretes de l'Idescat. A taules 3 a 5 es pot veure aquesta comparació en relació a l'edat de les mares i dels pares (taula 3), el nombre de fills/es per família (taula 4) i el nivell d'estudis (taula 5).

Taula 3.

Percentatge de pares i mares amb fills o filles d'entre 6 i 12 anys a Catalunya (2001), i a la mostra de l'estudi, per edats.

Edat de les persones amb fills o filles d'entre 6 i 12 anys	2001	Mostra
Menys de 25 anys	0,23%	0,3%
De 25 a 29 anys	2,69%	2,9%
De 30 a 34 anys	13,21%	9,6%
De 35 a 39 anys	34,45%	25,3%
De 40 a 44 anys	31,52%	32,1%
De 45 a 49 anys	12,97%	16,0%
De 50 a 54 anys	3,77%	2,6%
Més de 55 anys	0,89%	0,3%
No contesta		10,9%

Font: IDESCAT i elaboració pròpia

Taula 4.

Percentatge de pares i mares amb fills o filles d'entre 6 i 12 anys a Catalunya (2001), i a la mostra de l'estudi, per nombre de fills.

Nombre de fills per família	2007	Mostra
1 fill	53,9%	26,3%
2 fills	37,9%	57,7%
3 fills ó més	8,2%	15,9%

Font: IDESCAT i elaboración pròpia

Taula 5.

Percentatge de pares i mares amb fills o filles d'entre 6 i 12 anys a Catalunya (2001), i a la mostra de l'estudi, per nivell d'estudis.

Nivell d'estudis finalitzats	2007	Mostra
Sense estudis	8,8%	2,3%
Estudis primaris	24,3%	17,0%
Estudis secundaris	25,7%	38,3%
Estudis superiors	41,1%	42,3%

Font: IDESCAT i elaboración pròpia

2.3. INSTRUMENTS

Per dur a terme l'estudi es va utilitzar un qüestionari que va ser autoadministrat per les mateixes famílies. En una primera fase del treball es va optar per un qüestionari amb quatre seccions: a) Activitat de Lleure Familiar, que s'utilitza per mesurar la participació de la família en activitats d'oci familiar (Zabriskie, 2001b); b) Escala de Satisfacció amb l'oci familiar (Zabriskie, 2001b); c) Qüestionari d'activitats físicoesportives en el medi natural en família i d) Qüestions demogràfiques rellevants. La gran extensió del formulari i la condició d'autoadministrat van fer replantejar els instruments utilitzats i reformular les preguntes per fer-lo més senzill i còmode per a les famílies.

Així doncs, finalment el qüestionari va ser d'elaboració pròpia i va constar de les següents parts:

- Pautes i instruccions per a respondre correctament el formulari.
- Qüestions sobre el temps dedicat a les activitats d'oci familiar i tipus d'activitats realitzades. Les respostes es van qualificar en una escala de valoracions que van des de "activitat mai realitzada" fins a "activitat realitzada més de dos cops al mes".
- Escala de Satisfacció amb l'oci familiar per mesurar la satisfacció amb la participació en activitats d'oci familiar. Les respostes es van qualificar en una escala tipus Likert amb puntuacions que van d'1 (gens satisfet) a 5 (molt satisfet). L'índex de satisfacció amb l'oci familiar es calcula sumant els punts obtinguts en les 13 respostes.
- Qüestionari d'activitats físicoesportives en el medi natural en família i fortaleces familiars. Mesura la percepció dels enquestats en quant a la contribució de les AFEMN en la millora de les fortaleces familiars. Les respostes es van qualificar en una escala tipus Likert amb puntuacions de l'1 (gens) al 5 (molt). L'índex de percepció de la contribució de les AFEMN en la millora de les fortaleces familiars es calcula sumant els punts obtinguts en les 6 fortaleces familiars.
- Preguntes demogràfiques; es van utilitzar per identificar les característiques fonamentals de la mostra. Entre elles: l'edat, l'estat civil dels pares, el tipus de professió, el nivell d'estudis i la grandària de la família.

3. RESULTATS I DISCUSSIÓ

Els resultats han estat analitzats amb el programa estadístic PASW. S'ha utilitzat l'estadística descriptiva per analitzar les diferents característiques de les variables de recerca.

Temps d'oci familiar.

El primer propòsit d'aquest estudi és conèixer quant temps dediquen les famílies de Tarragona a realitzar activitats d'oci de forma conjunta i quines són les activitats més realitzades.

Les activitats d'oci es realitzen majoritàriament en caps de setmana i vacances i per tant s'ha analitzat els dies de vacances dels quals disposen les famílies per a cadascun dels períodes de vacances escolars (Nadal, Setmana Santa i estiu), ja que s'entén que tots els membres de la família han de coincidir en els dies festius. Com es pot veure en la taula 6, el 37,1% de les famílies enquestades disposen només d'entre una i dues setmanes de vacances a l'estiu, per un 25,6% que gaudeix d'entre 3 i 4 setmanes. Per Nadal un 34,3% de les famílies no té dies festius, seguit d'un 30,8% que té entre 1 i 2 setmanes i un 30,1% que disposa de 4-6 dies. Finalment, durant el període de Setmana Santa, el 43,7% de famílies té entre 4 i 6 dies de festa i un 38,2% no disposa de dies festius.

Taula 6.

Percentatge de famílies segons nombre de dies festius i períodes de vacances.

	Vacances d'estiu	Vacances de Nadal	Vacances de Setmana Santa
No disposen de vacances	7,0%	34,3%	38,2%
4-6 dies	11,8%	30,1%	43,7%
1-2 setmanes	37,1%	30,8%	13,6%
3-4 setmanes	25,6%	1,3%	0,6%
Entre 1 i 2 mesos	16,3%	-	-
Altres	2,2%	3,5%	3,9%

Font: elaboració pròpia

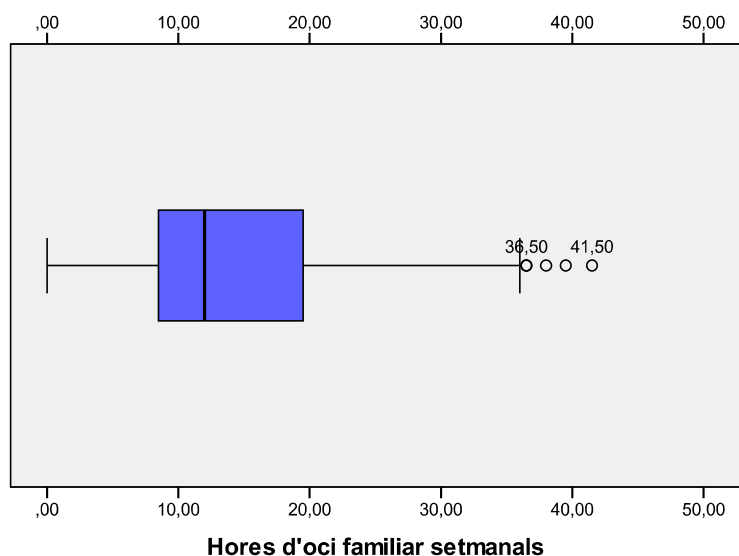
Al marge dels períodes vacacionals i per tal de tenir una estimació del temps que dediquen les famílies, durant el període escolar, a fer activitats d'oci de forma conjunta, es va incloure en el qüestionari una pregunta que demanava quantes hores a la setmana dediquen les famílies a fer 5 activitats concretes: veure la televisió, jugar amb l'ordinador i/o consoles, escoltar música/llegir, fer manualitats i jugar al jardí/al parc/passejar. S'han triat aquestes activitats perquè combinen els dos tipus d'activitats d'oci (les dues primeres pertanyen a la categoria d'oci de diversió mentre que les tres restants a l'oci de satisfacció; Bofarull, 2005) i també perquè es consideren activitats que es poden realitzar entre setmana (de dilluns a divendres) i en períodes escolars/laborals. Pertanyen a la categoria d'activitats intermitges de temps lliure (Elias i Dunning, 1986)

En primer lloc s'ha analitzat l'índex de temps d'oci familiar que resulta de la suma de les hores setmanals dedicades a totes les activitats d'oci familiar sense diferenciar el tipus d'activitats que es realitzen (gràfic 3 i taula 7). En segon terme, es farà una anàlisi de cadascuna de les activitats per separat.

Els índex de temps d'oci familiar oscil·len entre 0 i 41,5 (M = 13,99 i SD = 8,63) (Gràfic 3). És a dir, les famílies enquestades dediquen una mitja de gairebé 14 hores setmanals a realitzar activitats d'oci familiar. Si fem un estudi per franges horàries (gràfic 4), el 27% de les famílies dediquen entre 6 i 10 hores setmanals a l'oci, un 23,2% en dediquen entre 11 i 15 i un 15,7% entre 0 i 5 hores a la setmana.

Gràfic 3.

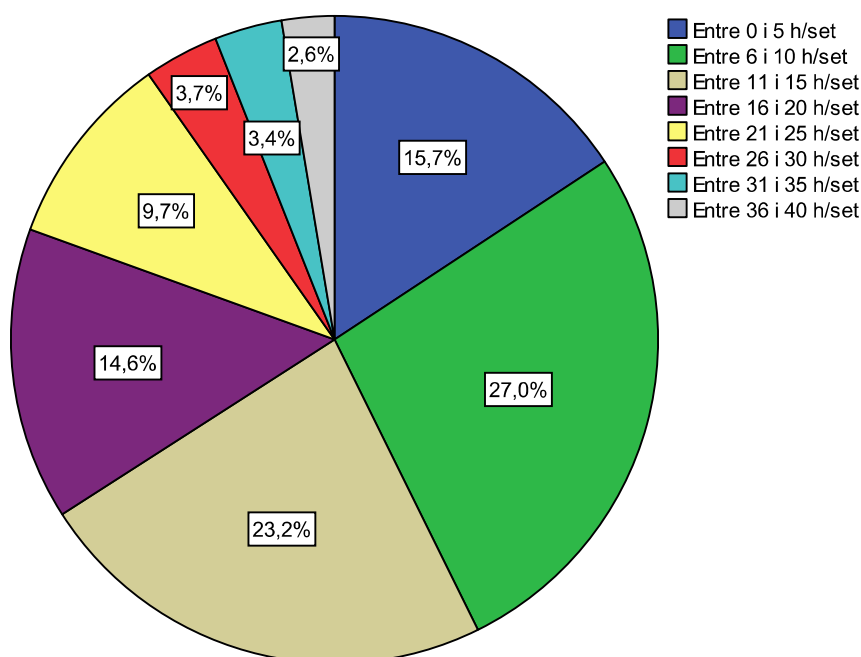
Distribució del percentatge de famílies en funció del nombre d'hores setmanals dedicades a l'oci familiar.



Font: elaboració pròpia.

Gràfic 4.

Nombre d'hores setmanals dedicades a l'oci familiar per franges horàries.



Font: elaboració pròpia

L'anàlisi també s'ha fet tenint en compte la titularitat i la ubicació dels centres educatius on estan escolaritzats els nens/nenes de les famílies de la mostra (taula 7).

Taula 7.

Nombre d'hores setmanals dedicades a l'oci familiar segons la titularitat i la ubicació dels centre on estaven escolaritzats els nens/nenes en el moment de l'estudi (%).

Hores oci setmanal	Ubicació centre educatiu		Titularitat centre educatiu	
	Centre	Barri	Públic	Concertat
Entre 0 i 5 h/set	8,6%	19,7%	12,3%	23,8%
Entre 6 i 10 h/set	26,9%	27,2%	27,8%	25,0%
Entre 11 i 15 h/set	26,9%	20,8%	26,7%	15,0%
Entre 16 i 20 h/set	15,1%	14,5%	13,9%	16,3%
Entre 21 i 25 h/set	15,1%	6,9%	10,7%	7,5%
Entre 26 i 30 h/set	3,2%	4,0%	4,3%	2,5%
Entre 31 i 35 h/set	2,2%	4,0%	2,7%	5,0%
Entre 36 i 40 h/set	2,2%	2,9%	1,6%	5,0%

Font: elaboració pròpia.

D'aquesta taula es pot fer la següent lectura:

- Si ens fixem en les franges baixes (entre 0 i 5 h/set i entre 11 i 15 h/set) podem observar que les famílies que porten els/les seus/es fills/es en escoles del centre de Tarragona dediquen més temps a les activitats d'oci familiar que aquelles famílies que els/les porten a escoles dels barris. Succeeix el mateix entre les famílies dels centres de titularitat pública i de titularitat concertada. En aquest cas, les famílies de les escoles públiques dediquen més hores a l'oci familiar que les famílies de les escoles concertades.
- Si ens fixem en les franges altes (a partir de 31 h/set d'oci familiar), la tendència s'inverteix sent les famílies dels barris i de les escoles concertades les que dediquen més temps a l'oci familiar.

A continuació, s'analitzen el nombre d'hores setmanals d'oci familiar segons l'edat dels fills/es (taula 8) i segons el nombre (taula 9). En la primera d'aquestes taules s'observa com a major edat dels fills, menys temps dediquen les famílies a les activitats d'oci familiar. En la segona de les taules, no s'observen diferències significatives en el nombre d'hores segons el número de fills/es.

Taula 8.

Nombre de famílies per hores dedicades a l'oci familiar segons l'edat dels/de les fills/es.

		Hores d'oci setmanals								Total
		Entre 0 i 5 h/set	Entre 6 i 10 h/set	Entre 11 i 15 h/set	Entre 16 i 20 h/set	Entre 21 i 25 h/set	Entre 26 i 30 h/set	Entre 31 i 35 h/set	Entre 36 i 40 h/set	
Edat dels fills/es ^a	0-1 anys	0	1	4	0	1	2	0	0	8
	2-3 anys	2	5	7	7	3	1	0	0	25
	4-5 anys	4	15	7	7	3	1	0	0	37
	6-7 anys	12	30	36	17	18	4	6	5	128
	8-9 anys	12	20	19	14	8	3	1	1	78
	10-11 anys	19	24	26	13	9	3	2	3	99
	12-13 anys	18	23	7	8	3	2	3	3	67
	14-15 anys	9	5	6	3	2	1	1	0	27
	16-17 anys	4	6	1	3	1	0	1	1	17
	18 o més anys	5	13	5	2	1	1	1	2	30
Total		42	72	61	39	26	10	9	7	266

Els percentatges i els totals es basen en els enquestats.

Font: elaboració pròpia

Taula 9.

Nombre de famílies per hores dedicades a l'oci familiar segons el nombre de fills/es.

	Hores d'oci setmanals									Total
	Entre 0 i 5 h/set	Entre 6 i 10 h/set	Entre 11 i 15 h/set	Entre 16 i 20 h/set	Entre 21 i 25 h/set	Entre 26 i 30 h/set	Entre 31 i 35 h/set	Entre 36 i 40 h/set		
Fills 1	8	15	18	9	7	5	5	1	68	
2	27	47	30	25	16	3	3	4	155	
3	5	7	12	5	2	1	0	2	34	
4	1	3	1	0	0	0	1	0	6	
5	1	0	0	0	0	1	0	0	2	
7	0	0	0	0	1	0	0	0	1	
Total	42	72	61	39	26	10	9	7	266	

Els percentatges i els totals es basen en els enquestats.

Font: elaboració pròpia

Activitats d'oci familiar.

Tal com mostra la taula 10 l'activitat que realitzen un major nombre de famílies és jugar amb videojocs (281 famílies de la mostra fan aquesta activitat), malgrat no la facin durant moltes hores setmanals (només 1 h/set de mitjana), mentre que la que fan durant més hores a la setmana és mirar la televisió (l'índex de temps dedicat a fer aquesta activitat oscil·la entre 0 i 28, $M = 6,39$ i $SD = 4,83$). L'altra activitat que destaca és jugar al parc o al jardí, passejar, etc., que practiquen 273 de les famílies enquestades dedicant-hi una mitjana de 6,12 hores setmanals.

Taula 10.

Anàlisi estadística dels tipus d'activitats d'oci familiar practicades.

	N	Màxim	Mitjana	Desv. típ.
Televisió	273	28	6,39	4,834
Videojocs	281	15	1,07	2,022
Escoltar música/Llegir	264	20	3,29	3,312
Fer manualitats	255	15	1,49	2,197
Jugar al parc/jardí/passejar	273	28	6,12	4,799
Altres aficions	117	21	3,21	3,591

Font: elaboració pròpia.

En les següents taules (11 a 14) es fa una anàlisi descriptiva de les activitats d'oci familiar segons la ubicació i la titularitat dels centres educatius on estan escolaritzats els nens/nenes de les famílies de la mostra.

Pel que fa a l'anàlisi de les activitats familiars segons la ubicació del centre educatiu on estudien els infants (taules 11 i 12), com podem observar les majors diferències, en quant a mitjana d'hores invertides, les podem trobar en les activitats de mirar la televisió, jugar amb videojocs i jugar al parc/jardí/passejar. Les famílies del centre de la ciutat dediquen més hores a aquesta darrera activitat (gairebé una mitjana de 7 h/set), i en segon lloc a mirar la televisió (gairebé 5 h/set), mentre que les famílies dels barris miren més la televisió (7,25 h/set) i dediquen menys temps als jocs a l'aire lliure (5,59 h/set).

Taula 11.

Anàlisi estadística dels tipus d'activitats d'oci familiar practicades (famílies de les escoles del centre de Tarragona)

	N	Màxim	Mitjana	Desv. típ.
Televisió	100	18	4,90	3,852
Videojocs	97	10	,73	1,551
Escoltar música/Llegir	99	20	3,32	3,040
Fer manualitats	92	10	1,58	1,951
Jugar al parc/jardí/passejar	103	20	6,96	4,891
Altres aficions	40	16	3,70	3,123

Font: elaboració pròpia

Taula 12.

Anàlisi estadística dels tipus d'activitats d'oci familiar practicades (famílies de les escoles dels barris de Tarragona)

	N	Màxim	Mitjana	Desv. típ.
Televisió	172	28	7,25	5,151
Videojocs	183	15	1,25	2,219
Escoltar música/Llegir	165	16	3,26	3,478
Fer manualitats	163	15	1,44	2,331
Jugar al parc/jardí/passejar	170	28	5,59	4,702
Altres aficions	77	21	2,96	3,806

Font: elaboració pròpia

En quant a l'anàlisi de les activitats familiars segons la titularitat del centre educatiu on estudien els infants, la tendència és similar: l'activitat més practicada entre les famílies de les escoles concertades (amb una mitjana de 6,7 h/set) és la de jugar al parc/passejar, seguida de mirar la televisió (6,39 h/set), mentre que les famílies de les escoles públiques miren la televisió la mateixa mitjana d'hores a la setmana (6,39), però dediquen menys temps a passejar i jugar amb els seus fills/es al parc (5,86 h/set).

Taula 13.

Anàlisi estadística dels tipus d'activitats d'oci familiar practicades (famílies de les escoles públiques)

	N	Màxim	Mitjana	Desv. típ.
Televisió	198	28	6,39	4,689
Videojocs	196	15	1,09	2,000
Escoltar música/Llegir	190	20	3,08	2,980
Fer manualitats	184	15	1,52	2,205
Jugar al parc/jardí/passejar	195	28	5,86	4,730
Altres aficions	89	21	3,39	3,804

Font: elaboració pròpia

Taula 14.

Anàlisi estadística dels tipus d'activitats d'oci familiar practicades (famílies de les escoles concertades)

	N	Màxim	Mitjana	Desv. típ.
Televisió	75	21	6,39	5,232
Videojocs	85	14	1,02	2,082
Escoltar música/Llegir	75	16	3,76	4,013
Fer manualitats	72	10	1,39	2,179
Jugar al parc/jardí/passejar	79	21	6,70	4,965
Altres aficions	28	10	2,64	2,792

Font: elaboració pròpia

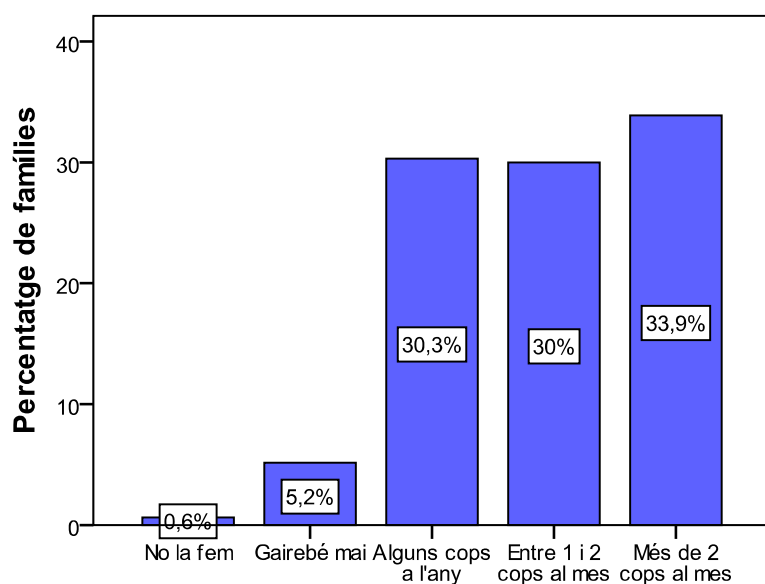
Les activitats analitzades fins ara han estat aquelles més habituals o que es poden realitzar amb més freqüència, en el dia a dia. A continuació s'estudien un altre tipus de pràctiques que per la seva naturalesa, ja sigui pel temps que impliquen o bé perquè no es poden realitzar a casa o a l'entorn proper, es duen a terme amb menor mesura (sobretot els caps de setmana i festius). En aquest cas no s'ha preguntat als enquestats pel nombre d'hores setmanals que dediquen a fer aquestes activitats sinó que es van donar cinc opcions de resposta: "més de dos cops al mes", "entre un i dos

cops al mes”, “alguns cops l’any”, “gairebé mai”, “no la fem”. Les activitats preguntades van ser: sortir a dinar/sopar fora de casa, anar a centres comercials, anar al cinema/teatre/concerts/circ/esdeveniments esportius, anar a parcs temàtics, anar al zoo/museus, assistir a activitats d’altres membres de la família, realitzar activitats amb altres famílies i realitzar activitats físicoesportives en el medi natural. D’aquestes vuit activitats, les quatre primeres pertanyen a l’oci de diversió mentre que les quatre darreres a l’oci de satisfacció (Bofarull, 2005). Totes elles són activitats recreatives (Elias i Dunning, 1986) i entre les vuit contenen les sis dimensions que ha de tenir l’oci autotèlic (Conca, 2000): dimensió lúdica, festiva, esportiva, creativa, solidària i ecològica.

A continuació es poden veure els gràfics de cadascuna de les activitats. Els resultats mostren el percentatge de famílies segons la freqüència de realització de la pràctica d’oci familiar (gràfics 5 a 12).

Gràfic 5.

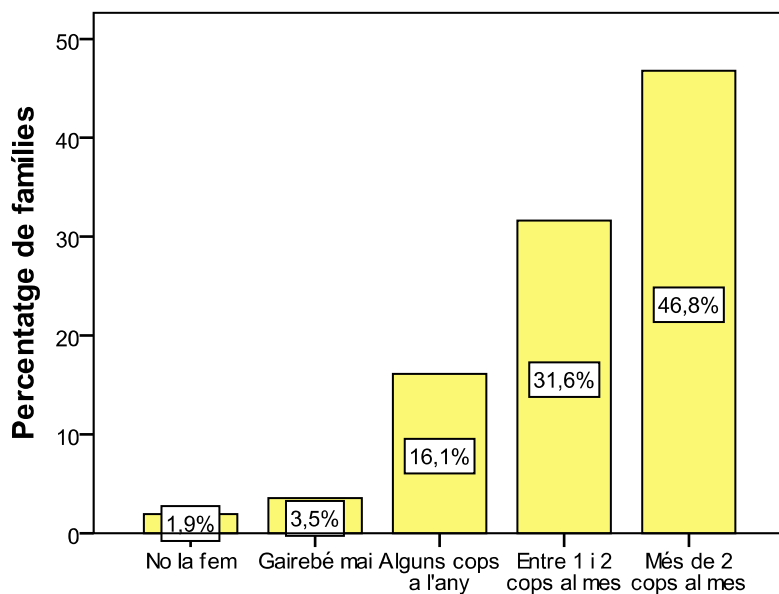
Freqüència de realització de l’activitat de sortir a dinar/sopar fora de casa.



Font: elaboració pròpia.

Gràfic 6.

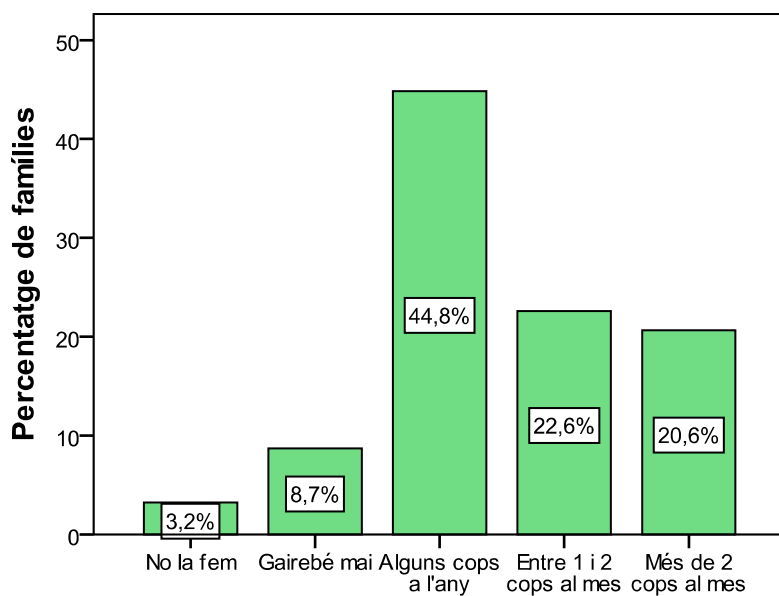
Freqüència de realització de l'activitat d'anar a centres comercials.



Font: elaboració pròpia.

Gràfic 7.

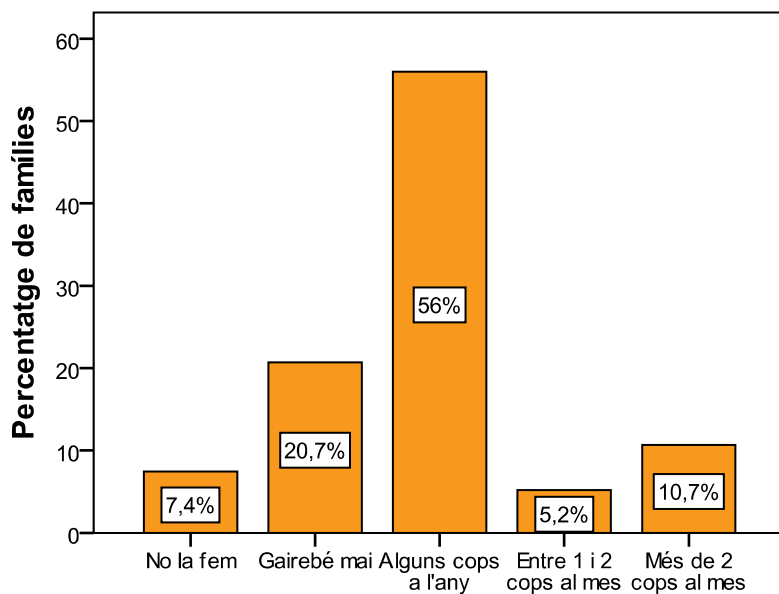
Freqüència de realització de l'activitat d'anar al cinema, teatre, concerts, circ, esdeveniments esportius.



Font: elaboració pròpia.

Gràfic 8.

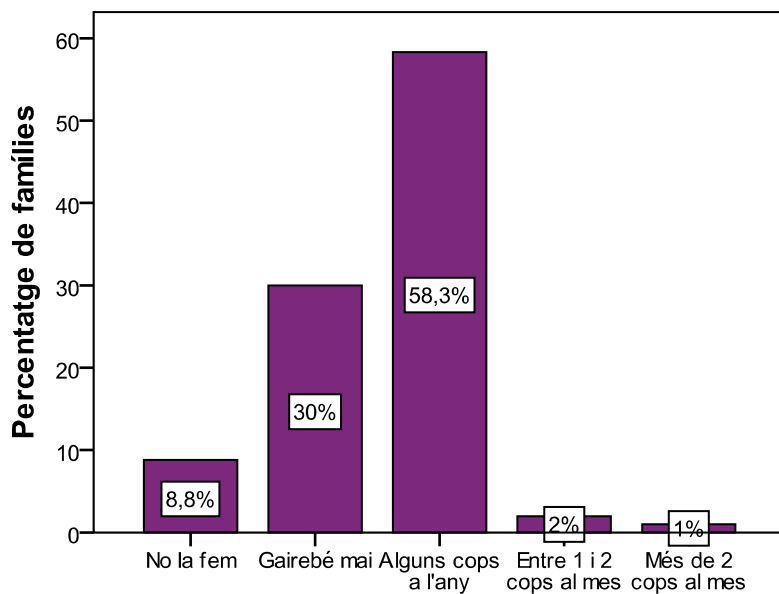
Freqüència de realització de l'activitat d'anar a parcs temàtics.



Font: elaboració pròpia.

Gràfic 9.

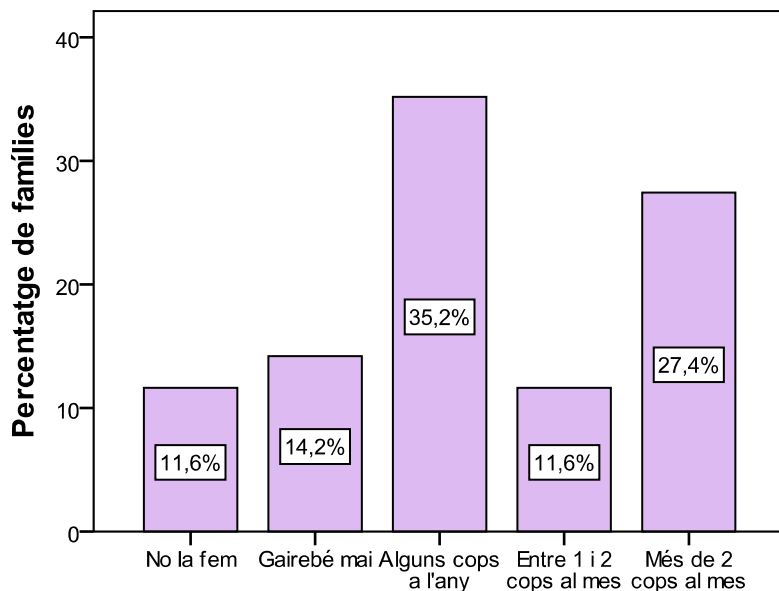
Freqüència de realització de l'activitat d'anar al zoo, museus.



Font: elaboració pròpia.

Gràfic 10.

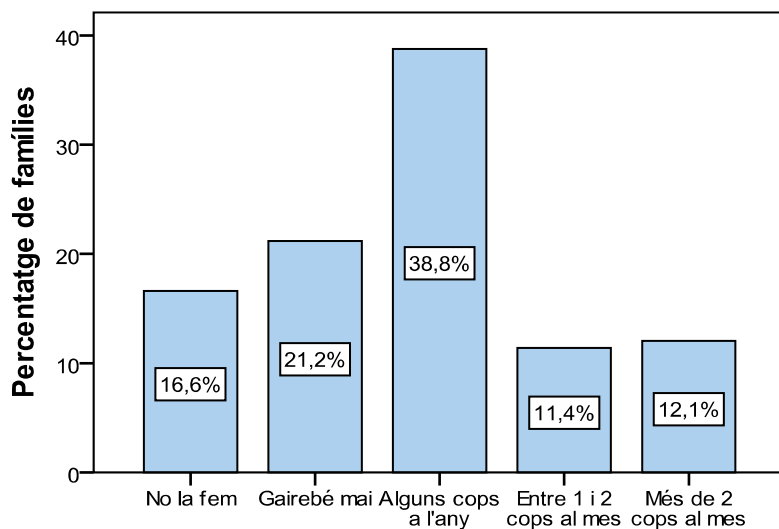
Freqüència de realització de l'activitat d'assistir a activitats d'altres membres de la família.



Font: elaboració pròpia.

Gràfic 11.

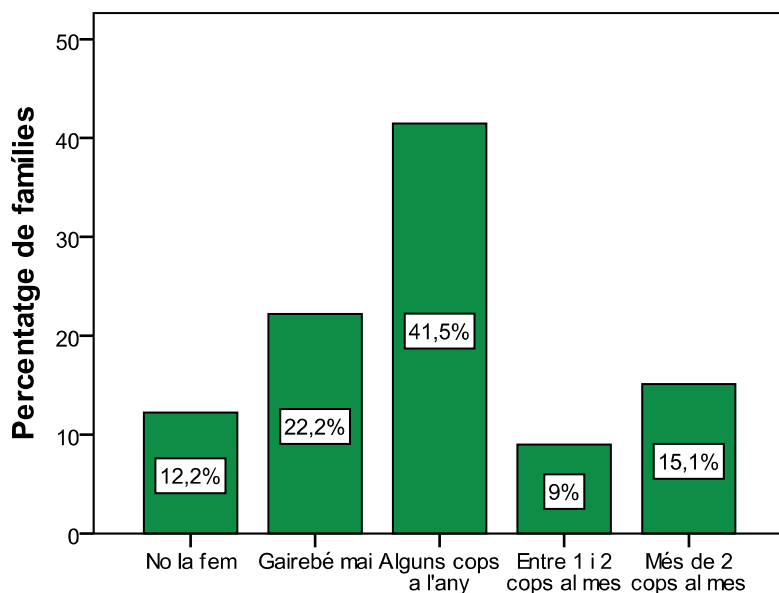
Freqüència de realització d'activitats organitzades amb altres famílies.



Font: elaboració pròpia.

Gràfic 12.

Freqüència de realització d'activitats físicoesportives en el medi natural.



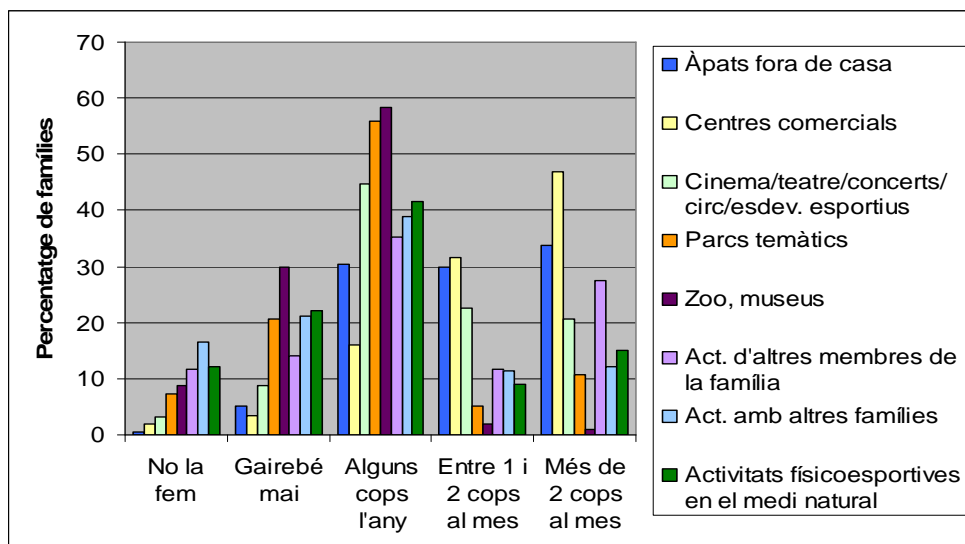
Font: elaboració pròpia.

Tot seguit es mostra un gràfic genèric per facilitar-ne l'anàlisi (gràfic 13). L'activitat realitzada amb major freqüència (més de dos cops al mes) és la d'anar a centres comercials, realitzada per un 46,8% de les famílies enquestades, seguida de la d'anar a dinar o sopar fora de casa (33,9%). Amb aquesta freqüència de "més de dos cops al mes" les activitats físicoesportives al medi natural no la trobem fins al 5è lloc, realitzada per un 15,1% de famílies. En canvi, si ens fixem amb aquelles activitats que les famílies no fan mai o gairebé mai, les pràctiques físiques a la natura estan en segon lloc, amb un 34,4% de famílies que assegura que no les fa mai o gairebé mai. Si agrupem les activitats segons el tipus d'oci, veiem que la tendència de les famílies enquestades és a realitzar amb major freqüència aquelles pràctiques considerades com a oci de diversió (anar a dinar/sopar fora de casa, anar a centres comercials, al cinema, teatre, concerts, esdeveniments esportius, i amb menor mesura la d'anar a parcs temàtics). En canvi, les quatre activitats que puntuen més alt en la categoria de "no la fem", són les quatre referides a l'oci de satisfacció (realitzar activitats amb altres famílies, les activitats físicoesportives al medi natural, assistir a activitats d'altres membres de la família i anar al zoo i/o museus). Aquesta tendència confirma la teoria de Bofarull, que assegura que l'oci de satisfacció és un tipus d'oci que requereix més esforç, més preparació i implicació

per part de les famílies, està menys present en l'oferta de mercat i per tant les famílies no practiquen tant sovint com les activitats d'oci de diversió.

Gràfic 13.

Freqüència de realització de les activitats d'oci familiar



Font: elaboració pròpia

També s'ha fet una anàlisi conjunta de totes les activitats en funció de la ubicació i la titularitat dels centres educatius on estan escolaritzats els nens/nenes de les famílies de la mostra (gràfics 14, 15, 16 i 17).

Segons la ubicació dels centres educatius en els quals estan escolaritzats els infants de les famílies de la mostra, les diferències més destacables entre els dos grups d'estudi es troben en (veure gràfics 14 i 15):

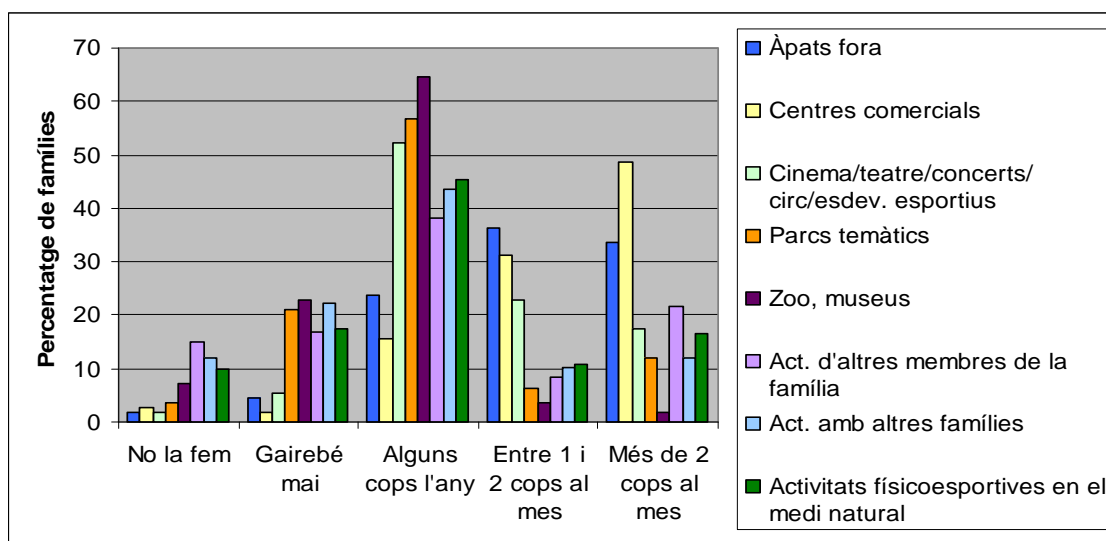
- L'assistència a les activitats d'altres membres de la família. En els barris aquesta és una opció que té una freqüència mensual (entre un i més de dos cops al més) per un 44,1% de les famílies, mentre que en el centre es realitza amb aquesta freqüència només per un 29,9% de les mateixes.
- Les activitats realitzades amb altres famílies. Mentre que al centre un 22,2% de les famílies asseguren no fer-les mai o gairebé mai, als barris passa en un 39,9% dels casos, sent així doncs, una activitat més realitzada per les famílies del centre de Tarragona.
- Anar a parcs temàtics: en els barris un 9,5% de les famílies no ho fa mai, mentre que en el centre aquest valor baixa fins el 3,7%.

- Anar al zoo, museus: en els barris un 43,9% dels casos no ho mai o gairebé mai, mentre que en el centre només un 30%.
- Realitzar activitats físicoesportives en el medi natural: malgrat se segueix la mateixa tendència que en les dues activitats anteriors (és més freqüentment realitzada per les famílies del centre que per aquelles que viuen en els barris), no hi ha diferències significatives.

En funció de la titularitat dels centres educatius (gràfics 16 i 17), els dos subgrups de la mostra puntuen percentatges molt semblants en la majoria d'activitats estudiades. Només caldria mencionar l'activitat de "sortir a dinar o sopar fora de casa", la qual un 70,2% de les famílies de les escoles concertades practica mensualment, per només un 61,1% de les famílies de les escoles públiques.

Gràfic 14.

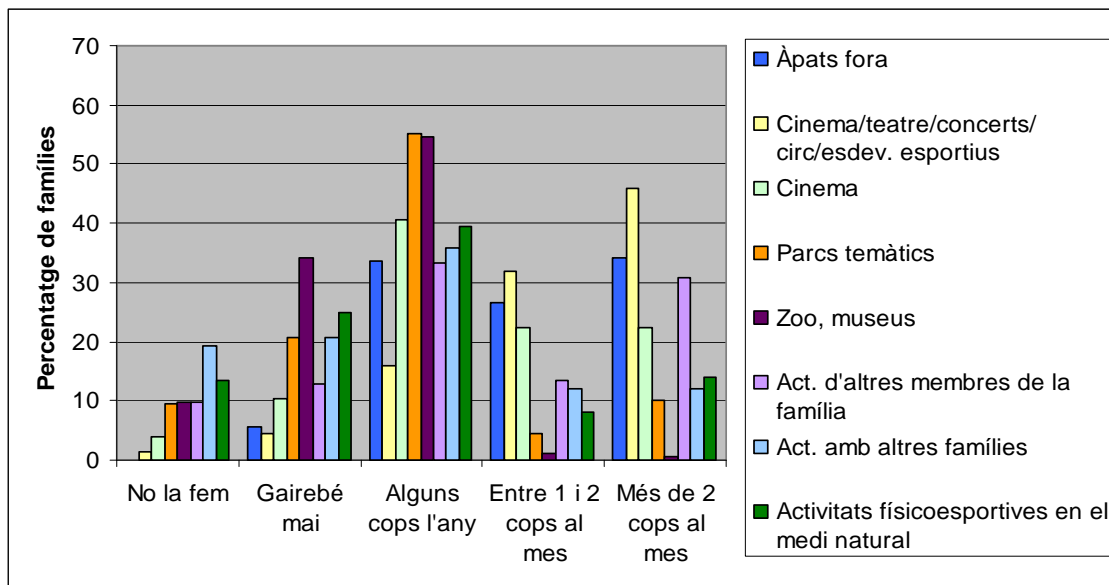
Freqüència de realització de les activitats d'oci familiar (famílies de les escoles del centre de Tarragona).



Font: elaboració pròpia

Gràfic 15.

Freqüència de realització de les activitats d'oci familiar (famílies de les escoles dels barris de Tarragona).

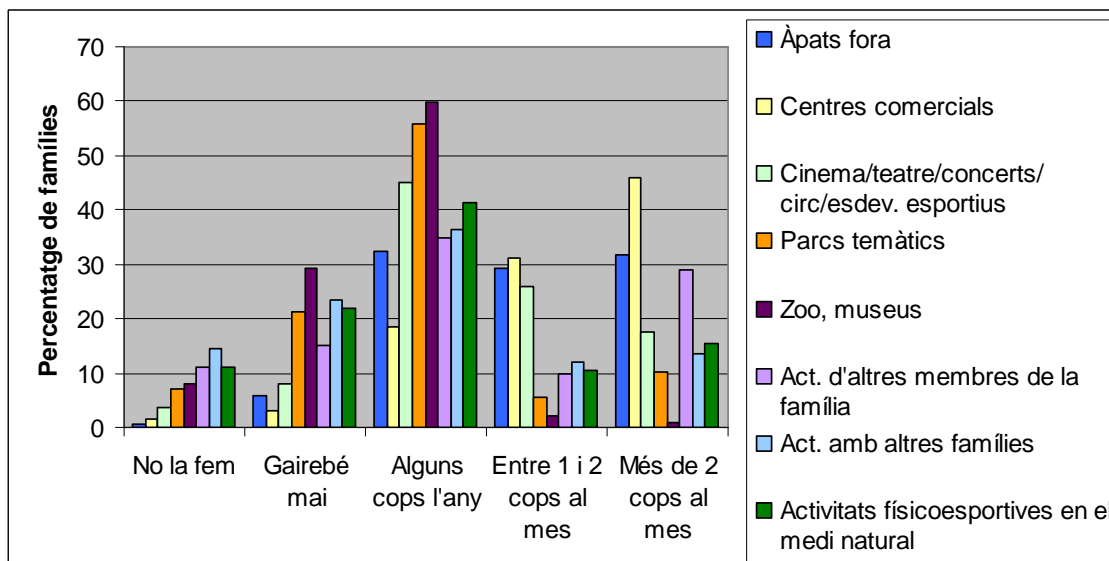


Fo

nt: elaboració pròpia

Gràfic 16.

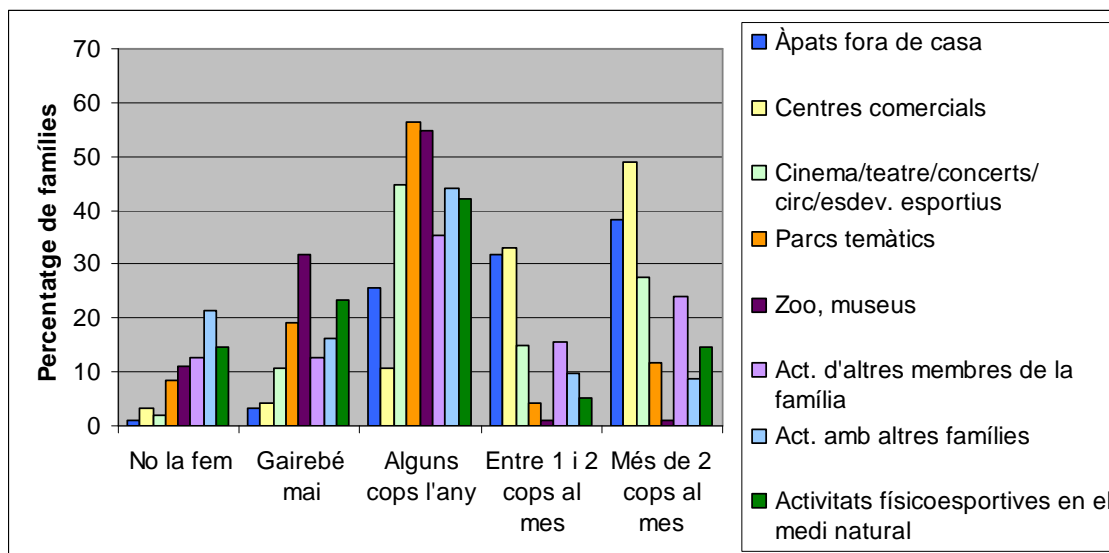
Freqüència de realització de les activitats d'oci familiar (famílies de les escoles públiques de Tarragona).



Font: elaboració pròpia

Gràfic 17.

Freqüència de realització de les activitats d'oci familiar (famílies de les escoles concertades de Tarragona).



Font: elaboració pròpia

Satisfacció amb les activitats d'oci.

Tots els autors consultats coincideixen en que les activitats d'oci per a que realment siguin beneficioses i profitoses, tant per la persona com per la família en el seu conjunt, cal que siguin satisfactòries per aquell qui les realitza.

El qüestionari incloïa preguntes per mesurar la satisfacció amb la participació en activitats d'oci familiar. Les respostes es van qualificar en una escala tipus Likert amb puntuacions que van d'1 (gens satisfet) a 5 (molt satisfet). L'índex de satisfacció amb l'oci familiar es calcula sumant els punts obtinguts en les 13 respostes, de manera que s'obtenen puntuacions de valors compresos entre el 13 i el 65.

En la taula 16 podem observar l'índex de satisfacció amb l'oci familiar. Els resultats oscil·len entre 25 i 63 amb una mitjana del 48,3. Per tant, en general les activitats d'oci familiar realitzades per les famílies són força satisfactòries.

En la taula 17 s'analitzen els índex de satisfacció per a cadascuna de les activitats. Els resultats indiquen que les activitats de jugar amb videojocs i mirar la televisió i anar als centres comercials malgrat ser activitats practicades per moltes famílies (la primera i tercera), o durant més hores a la setmana (la segona i tercera), són les que aporten uns índex de satisfacció més baixos (2.84, 3.19 i 3.26 respectivament).

En contraposició l'activitat més satisfactòria és la de jugar al jardí/parc/passejar, seguida de les activitats al medi natural. Per tant, les famílies gaudeixen realitzant activitats a l'aire lliure i esportives, malgrat (sobretot les darreres), no siguin practicades per un gran nombre de famílies o amb molta assiduitat. Aquests resultats confirmen que l'educació en l'oci ha de ser un element a tenir en compte dins el marc de la família i esdevé un possible camp de treball a desenvolupar a la ciutat de Tarragona.

Taula 16.

Índex de satisfacció amb l'oci familiar.

	Mínim	Màxim	Mitjana	Desv. típ.
Satisfacció oci familiar	25,00	63,00	48,3171	7,70262

Font: elaboració pròpia

Taula 17.

Índex de satisfacció amb l'oci familiar per activitats.

	Mínim	Màxim	Mitjana	Desv. típ.
Satisfacció jugar al jardí/parc/passejar	1	5	4,32	,879
Satisfacció activitats físicoesportives en el medi natural	1	5	4,03	1,278
Satisfacció anar al cinema/teatre/circ...	1	5	4,00	1,198
Satisfacció anar a parcs temàtics	1	5	3,94	1,205
Satisfacció sortir a dinar/sopar fora	1	5	3,88	1,191
Satisfacció assistir a activitats dels altres membres de la família	1	5	3,82	1,229
Satisfacció anar al zoo/museus	1	5	3,82	1,245
Satisfacció activitats amb altres famílies	1	5	3,76	1,300
Satisfacció escoltar música/llegir	1	5	3,73	1,160
Satisfacció manualitats	1	5	3,62	1,339
Satisfacció anar a centres comercials	1	5	3,26	1,214
Satisfacció mirar la televisió	1	5	3,19	1,091
Satisfacció jugar amb videojocs	1	5	2,84	1,179

Font: elaboració pròpia

Activitats físicoesportives en el medi natural i activitats esportives familiars.

En la taula 18 observem les activitats físicoesportives en el medi natural per ordre de més a menys freqüència de pràctica entre els usuaris d'aquests tipus d'activitats. La més realitzada és el senderisme (per un 39,6% de les famílies enquestades), pel seu escàs cost i la possibilitat de realitzar-la en un entorn proper al lloc de residència, seguida pel cicloturisme (23,9% de famílies). La tercera activitat (esquí, snowboard) es troba a una diferència considerable d'aquestes primeres i ja només es practicada per un 10,9% de les famílies.

Taula 18.

Tipus d'activitats físicoesportives al medi natural. Freqüència de pràctica entre les famílies de la mostra.

		Respostes	
		Nº	Percentatge
Activitats físicoesportives medi natural ^a	Senderisme	167	39,6%
	Cicloturisme	101	23,9%
	Esquí, snowboard	46	10,9%
	Muntar a cavall	29	6,9%
	Orientació	18	4,3%
	Activitats nàutiques	15	3,6%
	Activitats de motor	10	2,4%
	Esports d'aventura	10	2,4%
	Esquí de fons, raquetes	4	,9%
	Altres	22	5,2%
Total	422	100,0%	

a. Agrupació

Font: elaboració pròpia.

Les famílies també van ser qüestionades per la participació en activitats esportives familiars organitzades per les entitats del municipi (taula 19). Les respostes eren: "gairebé sempre", "algunes vegades", "no hi participem" i "NS/NC". S'ha de destacar que gairebé el 44% de la mostra no participa mai en activitats d'aquest tipus.

En la taula 20 observem els resultats en funció de la ubicació i la titularitat dels centres educatius on estan escolaritzats els nens/nenes de les famílies de la mostra, destacant la menor participació de les famílies del centre de la ciutat.

Taula 19.

Participació en activitats esportives familiars.

	Percentatge
Gairebé sempre	8,3
Algunes vegades	46,0
No	43,8
NS/NC	1,9

Font: elaboració pròpia.

Taula 20.

Participació en activitats esportives familiars en funció de la ubicació i la titularitat dels centres educatius on estan escolaritzats els nens/nenes de les famílies de la mostra.

	Ubicació centre educatiu		Titularitat centre educatiu	
	Centre (%)	Barris (%)	Públic (%)	Concertat (%)
Gairebé sempre	4,5	9,8	7,8	9,4
Algunes vegades	44,5	47,1	45,7	46,9
No	50,0	40,7	44,7	41,7
NS/NC	0,9	2,5	1,8	2,1

Font: elaboració pròpia.

Alhora de preguntar als enquestats pels motius de la seva “no participació” (taula 21), el que va obtenir més respostes va ser el de “tenim altres preferències” (28,6%). Hi va haver poques famílies (només un 8,9% de respostes) que assegurassin que o s'assabenten de la seva organització, per la qual cosa sembla que la difusió d'aquestes activitats des dels organismes impulsors és la correcta.

Taula 21.

Motius de “no participació” en activitats esportives familiars.

		Respuestas	
		Nº	Porcentaje
Motius no participació activitats ^a	Tenim altres preferències	16	28,6%
	Manca de temps	13	23,2%
	No ens assabentem de la seva organització	5	8,9%
	No se n'organitzen gaires	1	1,8%
	Altres motius	15	26,8%
	NS/NC	6	10,7%
Total		56	100,0%

a. Agrupació

Font: elaboració pròpia.

El darrer objectiu de l'estudi pretén valorar la percepció de les famílies en quant a la incidència de les activitats físicoesportives en el medi natural en la millora de les fortaleces familiars. Es va incloure en el qüestionari una pregunta per mesurar la percepció dels enquestats en quant a aquest aspecte. Les respostes es van qualificar en una escala tipus Likert amb puntuacions de l'1 (gens) al 5 (molt). L'índex de percepció de la contribució de les activitats físicoesportives en el medi natural en la millora de les fortaleces familiars es calcula sumant els punts obtinguts en les 6 fortaleces familiars. Els índexs (taula 22) oscil·len entre 11 i 30 ($M = 26.38$, $SD = 3.26$). Entre els casos que practiquen AFEMN (taula 23) també oscil·len entre 11 i 30 ($M = 26.62$, $SD = 3.22$) i entre els que no són practicants d'aquestes activitats (taula 24) entre 18 i 30 ($M = 25.63$, $SD = 3.28$).

Els resultats indiquen que els enquestats, tant els que practiquen AFEMN com els que no ho fan, creuen que aquestes activitats influeixen molt en la millora de les fortaleces familiars, no havent diferències significatives entre ambdós grups.

Taula 22.

Índex de percepció de la contribució de les activitats físicoesportives en el medi natural en la millora de les fortalezes familiars.

	N	Mínim	Màxim	Mitjana	Desv. típ.
Índex percepció fortalezes	287	11,00	30,00	26,3833	3,26447

Font: elaboració pròpia

Taula 23.

Índex de percepció de la contribució de les activitats físicoesportives en el medi natural en la millora de les fortalezes familiars entre els practicants.

	N	Mínim	Màxim	Mitjana	Desv. típ.
Índex percepció fortalezes	216	11,00	30,00	26,6296	3,22661

Font: elaboració pròpia

Taula 24.

Índex de percepció de la contribució de les activitats físicoesportives en el medi natural en la millora de les fortalezes familiars entre els no practicants.

	N	Mínim	Màxim	Mitjana	Desv. típ.
Índex percepció fortalezes	71	18,00	30,00	25,6338	3,28738

Font: elaboració pròpia

En quant a l'anàlisi de cadascuna de les fortalezes, les famílies perceben que les AFEMN contribueixen a millorar l'afecte i l'estima per cadascun dels membres de al família així com afavorir la comunicació eficaç entre uns i altres. Aquestes han estat les fortalezes més ben valorades (taula 25 i gràfic 18).

Taula 25.

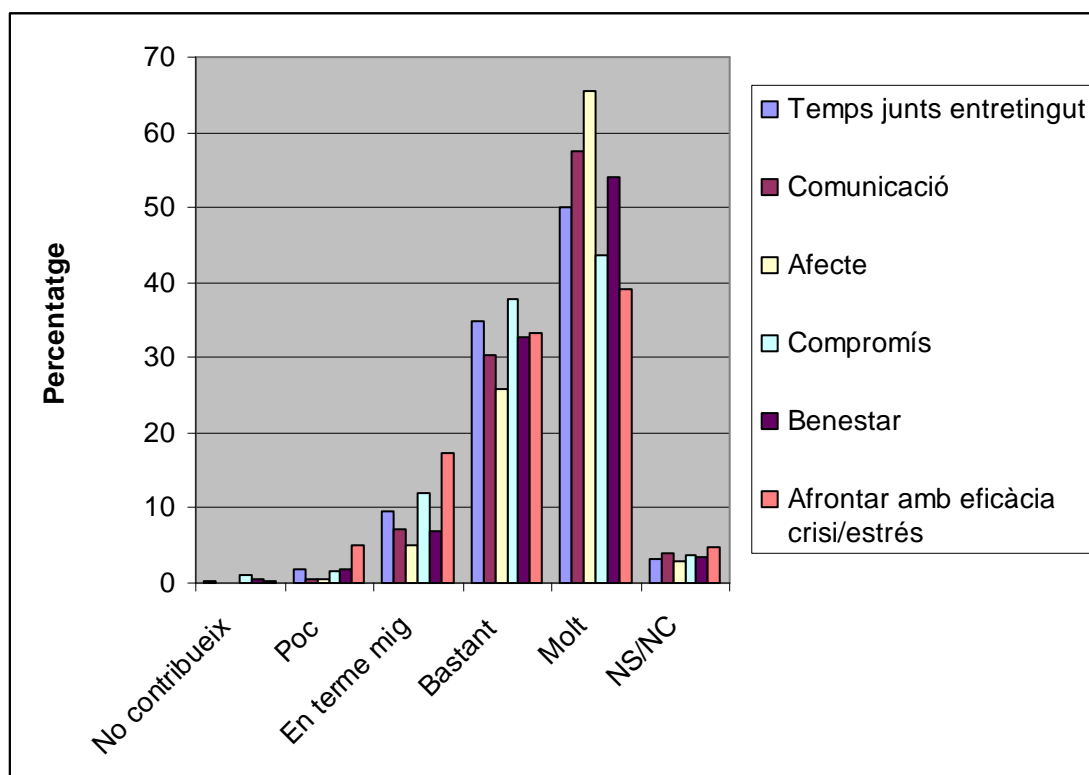
Índex de percepció de la contribució de les activitats físicoesportives en el medi natural en la millora de cadascuna de les fortaleces familiars.

	N	Mínim	Màxim	Mitjana	Desv. típ.
Temps junts entretingut	304	1	5	4,37	,768
Afecte i estima per cadascú	305	2	5	4,61	,619
Comunicació eficaç entre uns i altres	301	2	5	4,51	,666
Reconeixement i capacitat de compromís	302	1	5	4,26	,817
Benestar espiritual	303	1	5	4,43	,768
Afrontar amb eficàcia la crisi i l'estrès	299	1	5	4,11	,909

Font: elaboració pròpia

Gràfic 18.

Percepció de la contribució de les activitats físicoesportives en el medi natural en la millora de les fortaleces familiars. (Comparació entre fortaleces)



Font: elaboració pròpia

4. CONCLUSIONS I PROSPECTIVA

L'oci familiar encara esdevé en la societat actual una pràctica no interioritzada i amb limitacions:

- En alguns casos és vista com a una obligació pels pares/mares amb la qual cosa no sempre els reporta el grau de satisfacció desitjat. Per a que una pràctica d'oci es pugui considerar positiva cal que sigui vista com a una activitat gratificant per a tots els que hi participen. Des de la psicologia de l'oci s'ha estudiat la incidència del record d'una experiència en la percepció final de l'activitat. En aquest sentit, el record d'una experiència gratificant i satisfactòria viscuda en l'àmbit familiar, incrementa la memòria, la cohesió i els vincles familiars.
- La manca de temps fa que aquestes activitats d'oci familiar es duguin a terme majoritàriament durant el cap de setmana i els dies festius, que a més és el temps destinat per al descans i altres tipus d'obligacions domèstiques que no es realitzen en el dia a dia.
- Dur a terme activitats emmarcades dins el que anomenen oci de qualitat, oci de satisfacció, representa una dificultat per als pares ja que requereix d'una previsió i preparació prèvies. Les famílies s'acaben decantant per activitats d'oci de diversió, més fàcils d'improvisar i més presents en el mercat i en l'entorn domèstic (mirar la televisió, jugar amb videojocs...)
- Les diferències d'edat i d'interessos en els membres de la família pot ser vist com un conflicte i a més, costa trobar activitats que s'adaptin als interessos de tots. No es tracta d'activitats dirigides al públic infantil i que requereixin la presència dels adults, sinó que es tracta de realitzar activitats d'oci familiar que s'adaptin a tots els públics i que representin una vivència satisfactòria per a tots. Les AFEMN són una bona eina com s'ha pogut demostrar en aquest petit estudi, ja que poden satisfer a tots i cadascun dels membres de la família per separat i alhora contribuir a millorar les fortaleces de la família en el seu conjunt.
- Hi ha una manca de cultura d'oci familiar. Malgrat els pares i les mares senten més satisfacció quan realitzen activitat física i esportiva a l'aire lliure amb els/les seus/seves fills/filles trien dur a terme altres tipus de pràctiques que reconeixen com a menys satisfactòries. Sembla evident que caldria dur a terme iniciatives que ajudin les famílies a educar en l'oci ja que sembla confirmar-se una certa desorganització familiar davant d'aquest món.

(Bofarull, 2005). Però aquesta no és una tasca senzilla ja que l'oci familiar sempre s'ha considerat quelcom restringit a l'àmbit intern de la família, àmbit en el qual s'ha començat a intervenir recentment.

Totes les iniciatives que prenguin la família com a peça clau del seu interès tenen una gran rellevància social ja que aquesta esdevé el principal nucli d'aprenentatge i socialització del nen. Una família és funcional si promou el desenvolupament de les fortaleces de cadascun dels seus membres i de tots en comú i l'espai ideal per desenvolupar-les és el temps lliure, i concretament les activitats d'oci (Bofarull, 2005). L'oci familiar viscut de manera satisfactòria incideix en les relacions entre pares i fills. La comunicació, la cohesió familiar i el temps compartit són factors que poden ser potenciats des de determinades activitats d'oci. La vivència que els pares i les mares tinguin d'aquest oci compartit, el grau de satisfacció que els aportí i la seva implicació en aquest tipus d'activitats influirà en la qualitat de la seva relació amb els fills/es i en definitiva en els hàbits i valors que aniran conformant la personalitat d'aquests nois/es. En aquest sentit les activitats físicoesportives en el medi natural col·laboren especialment en el desenvolupament dels valors personals i grupals i són un recurs molt vàlid per educar les famílies i els infants en una optimització del temps lliure, aspecte clau en la prevenció de moltes malalties com per exemple les addiccions i el sedentarisme.

Aquest no vol ser un estudi aïllat sinó que pretén esdevenir la primera aproximació al complex tema de l'oci familiar aplicat a les famílies de Tarragona. Així doncs, arrel d'aquest projecte s'obren noves propostes d'investigació interessants encaminades a aprofundir en el temps d'oci de les famílies, les activitats realitzades i la influència d'aquestes activitats en la manera de fer i pensar dels infants i adolescents i també en les relacions que s'estableixen entre pares i fills.

5. REFERÈNCIES BIBLIOGRÀFIQUES

Agate, S., Zabriskie, R. i Eggett, D. (2007). Praying, playing, and successful families: An examination of family religiosity, family leisure, and family functioning. *Marriage and Family Review*, 42(2), 51-75.

Agate, S., Zabriskie, R., Taylor, S. i Poff, R. (2009). Family leisure satisfaccion and satisfaccion with family life. *Journal of Leisure Research*.

Barcus, C. i Bergeson, R. (1972). Survival training and mental health: a review. *Therapeutic Recreational Journal*, 6(1), 3-8.

Cuenca, M. (2000). Ocio Humanitario. Dimensiones y manifestaciones actuales del ocio. *Documentos de Estudio de Ocio*, 16. Instituto de Estudios de Ocio. Universidad de Deusto.

Dattilo, J. (2002). Programas y actividades para la Educación del Ocio. *ADOZ Boletín del Centro de Documentación en Ocio*, 23, 21-29. Instituto de Estudios de Ocio. Universidad de Deusto.

De Bofarull, I. (2005). *Ocio y tiempo libre: un reto para la familia*. Navarra: Eunsa.

De Bofarull, I. (2010). *Bases para una orientación familiar de fortalezas y competencias*. Tesis doctoral inèdita cedida per l'autor.

DECRET 56/2003, de 20 de febrer, pel qual es regulen les activitats físicoesportives en el medi natural.

DeFrain, J. (1999). Strong families around the world. *Family Matters*, 53, 6-13.

Driver, B. i Bruns, D. (1999). Concepts and Uses of the Benefits Approach to Leisure. A Jackson, ed. i Burton, T. *Leisure Studies Prospects for the Twenty-first Century*. Venture. Pennsylvania

Ewert, A. (1985). Emerging trends in outdoor adventure recreation. *National Trends Symposium II*, 2, 155-165.

Freeman, P. i Zabriskie, R. (2002). The role of outdoor recreation in family enrichment. *Journal of Adventure Education & Outdoor Learning*, 2, 131-145.

Gladding, S. (2007). *Family Therapy: History, Theory, and Practice*. Nueva Jersey: Pearson.

Gutiérrez, M. (2003). *Manual sobre valores en educación física y el deporte*. Barcelona: Paidós.

Hawks, S. R. (1991). Recreation in the family. A S. J. Bahr (Ed.), *Family research: A sixty-year review*, Vol. 1, (pp. 387-433). New York: Lexington books.

Holman, T. i Epperson, A. (1984). Family and leisure: A review of the literature with research recommendations. *Journal of Leisure Research*, 16, 277-294.

Huff, C., Widmer, M., McCoy, K. i Hill, B. (2003). The influence of challenging outdoor recreation on parent-adolescent Communications. *Therapeutic Recreation Journal*, 37(1), 18-37.

Krysan, M., Moore, K. i Zill, N. (1990). *Identifying successful families: An overview of constructs and selected measures*. Draft paper. Washington, DC: Child Trends, Inc.

Mactavish, J. i Schleien, S. (1998). Playing together, growing together: Parents' perspectives on the benefits of family recreation in families that include children with a developmental disability. *Therapeutic Recreation Journal*, 3(3), 207-229.

Mínguez, R i Ortega, P. (2003). Familia y transmisión de valores. *Teoría de la educación*, 15, 33-56.

Miranda, J. i Camerino, O. (1996). *La recreación y la animación deportiva*. Barcelona: Amarú.

Miranda, J., Lacasa, E. i Muro, I. (1995). Activitats físiques a la natura: un objecte a investigar. Dimensions científiques. *Apunts: Educació Física i Esports*, 41, 53-69.

Monteagudo Sánchez, M.J. (2003). Una aproximación teórica a los Beneficios del ocio. *Congreso Internacional Humanismo para el Siglo XXI*. Bilbao: Universidad de Deusto.

Moore, K.A., Chalk, R., Scarpa, J. i Vandivere, S. (2002). *Family strengths: Often overlooked, but real*. Research Brief. Washington: Child Trends.

Morse, W. (1957). An interdisciplinary therapeutic Camp. *Journal of social Issues*, 13(1), 3-14.

Orthner, D. (1998). Strengthening today's families: A challenge to parks and recreation. *Parks and Recreation Journal*, 33(3), 87-98.

Orthner, D. i Mancini, J. (1990). Leisure impacts on family interaction and cohesion. *Journal of Leisure Research*, 22(2), 125-137.

Orthner, D. i Mancini, J. (1991). Benefits of leisure for family bonding. A B. L. Driver, P. J. Brown i G. L. Peterson, (Eds.), *Benefits of Leisure* (pp. 215-247). State College, PA: Venture Publishing.

Robb, G. i Ewert, A. (1987). Risk recreation and person with disabilities. *Therapeutic Recreation Journal*, 2(1), 58-69.

Smith, K.M. (2005). *An examination of family communication within the core and balance model of family leisure Functioning*. Brigham: Brigham Young University

Smith, T. (1982). Self-concept, special populations and outdoor therapy. En Robb, G. (ed.) *The Bradford Papers*, 2, 1-15.

Stinnett, N. i DeFrain, J. (1985). *Secrets of strong families*. Boston: Little Brown.

Torrubia, R. i Doval, E. (2009). *Família i educació a Catalunya*. Barcelona: Fundació Jaume Bofill.

Wells, M., Widmer M. i McCoy, J. (2004). Grubs and grasshoppers: Challenge-based recreation and the collective efficacy of families with at-risk youth. *Family Relations*, 53(3), 326-333.

West, P. i Merriam, L. (2009). Outdoor recreation and family cohesiveness: a research approach. *Journal of Leisure Research*, 41(3), 351-159.

Wright, A. (1983). *Therapeutic potential of the outward bound process: an evaluation of a treatment program for juvenile delinquents*. Pennsylvania: Pennsylvania State University.

Zabriskie, R. (2001a). Family recreation: How can we make a difference? *Parks and Recreation*, 10, 30-42.

Zabriskie, R. (2001b). The validity and reliability of the Family Leisure Activity Profile (FLAP). Leisure Research Symposium (p. 66). Ashburn, VA: National Recreation and Park Association.

Zabriskie, R. i Freeman, P. (2004). Contributions of family leisure to family functioning among transracial adoptive families. *Adoption Quarterly*, 7(3), 49-77.

Zabriskie, R. i McCormick, B. (2000). An examination of family leisure contributions to family life satisfaction. A D. M. Samdahl i M. Havitz (Eds.), *Leisure Research Symposium* (p. 71). Ashburn, VA: National Recreation and Parks Association.

Zabriskie, R. i McCormick, B. (2001). The influences of family leisure patterns on perceptions of family functioning. *Family Relations*, 50, 281-289.

Zabriskie, R. i McCormick, B. (2003). Parent and child perspectives of family leisure involvement and satisfaction with family life. *Journal of Leisure Research*, 35(2), 163-189.

6. ANNEX

QÜESTIONARI D'OCI FAMILIAR I SATISFACCIÓ
--

Aquesta enquesta té l'objectiu de conèixer quant temps lliure disposeu per passar amb la família i quines activitats feu durant aquest temps, així com el grau de satisfacció amb les activitats realitzades, prestant especial atenció a les activitats físicoesportives al medi natural.

INDICACIONS PER A RESPONDRE EL QÜESTIONARI:

- Entenem per **temps lliure** aquell temps en el qual no treballem i tenim cobertes les necessitats vitals com dormir i menjar.
- Les preguntes fan referència a les activitats que fan tots els membres de la família **junts**.
- Necessitem respostes **sinceres** per tal de valorar la importància real d'aquestes activitats.
- L'enquesta cal que sigui resposta per un dels membres **adults** de la família (pare/mare/tutor/a)
- El **temps estimat** de resposta és d'uns 10 minuts.

PROTECCIÓ DE DADES:

- El qüestionari té garantit un total anonim, en aplicació de la Llei de Protecció de Dades de les Persones. Les respostes obtingudes es tractaran de forma agregada amb finalitats estadístiques.

CONTACTE:

Per qualsevol dubte pot posar-se en contacte amb Elisenda Ramos, al mail eramos5@xtec.cat

Moltes gràcies per la seva col·laboració.

1. En període escolar, quantes hores setmanals dedica a fer activitats d'oci amb la seva família?
2. Fa vacances en família? En quin/s període/s i durant quants dies?

	4-6 dies	1-2 setmanes	3-4 setmanes	1-2 mesos	Altres
Estiu					
Nadal					
Setmana Santa					
Altres					

3. Quantes hores a la setmana dedica habitualment la seva família a fer les següents activitats? (Recordi que han de fer l'activitat tots els components de la família de forma conjunta).

Activitat	Hores a la setmana	No la fem	No sap/No contesta (NS/NC)
3.1. Veure la televisió			
3.2. Jugar amb videoconsoles o videojocs			
3.3. Escoltar música, llegir			
3.4. Fer manualitats (dibuix, pintura, fotografia,...)			
3.5. Jugar al jardí, al parc, passejar...			
3.6. Altres aficions: especifiqui quines: _____			

4. Amb quina freqüència realitza la seva família les següents activitats d'oci? (Recordi que han de fer l'activitat tots els components de la família de forma conjunta)

Activitats	Gairebé mai	Alguns cops a l'any	Entre 1 i 2 cops al mes	Més de 2 cops al mes	No la fem	NS/NC
4.1. Sortir a dinar/sopar fora de casa						
4.2. Anar a centres comercials						
4.3. Anar al cinema, teatre, concerts, circ, esdeveniments esportius						
4.4. Anar a parcs temàtics						
4.5. Anar al zoo, museus						
4.6. Assistir a activitats d'altres membres de la família (música, esports)						
4.7. Realitzar activitats organitzades amb altres famílies (reunions familiars, castells, ampes)						
4.8. Realitzar activitats físicoesportives al medi natural: senderisme, esquí, cicloturisme, vela...						
4.9. Altres activitats (especifiqui quines): _____						

5. Indiqui el grau de satisfacció amb les activitats d'oci realitzades, sent 1 "gens satisfactori" i 5 "molt satisfactori". El valor 0 s'indicarà per aquelles activitats que no realitzem.

Activitats	0 (no la fem)	1	2	3	4	5
Veure la televisió						
Jugar amb videoconsoles o videojocs						
Escoltar música, llegir						
Fer manualitats (dibuix, pintura, fotografia,...)						
Jugar al jardí, al parc, passejar...						
Sortir a dinar/sopar fora de casa						
Anar de compres						
Anar al cinema, concerts, circ, esdeveniments esportius						
Anar a parcs temàtics						
Anar al zoo, museus						
Assistir a activitats d'altres membres de la família (música, esports)						
Realitzar activitats organitzades amb altres famílies (esbarts, castells, ampes)						
Realitzar activitats físicoesportives al medi natural: senderisme, esquí, cicloturisme, vela...						
Altres activitats						

6. Quines activitats físicoesportives al medi natural practiquen en major mesura amb els membres de la família? (Marcar un màxim de tres opcions).

- Activitats de motor (karts, quads)
- Activitats nàutiques (vela, caiac, piragüisme)
- Cicloturisme
- Esports d'aventura (rafting, barranquisme)
- Esquí, snowboard
- Esquí de fons, raquetes
- Muntar a cavall
- Orientació
- Senderisme
- Altres. Especifiqui quines:

7. Indiqui en quina mesura creu que les activitats físicoesportives al medi natural en família contribueixen a la millora de les fortaleces familiars:

	Gens/no contribueix	Poc	En terme mig	Bastant	Molt	NS/NC
Temps junts entretingut						
Estima i afecte per cada membre de la família						
Comunicació eficaç entre uns i altres						
Reconeixement i capacitat de compromís						
Benestar emocional/espiritual						
Afrontar amb eficàcia la crisi i l'estrés						

8. Altres beneficis que creu que aporten les activitats físicoesportives al medi natural a la seva família en conjunt i/o als seus membres:

9. Participa en activitats esportives familiars organitzades per les entitats públiques del seu municipi?

- Sí, gairebé sempre
- Sí, algunes vegades
- No
- NS/NC

10. Si la seva resposta és NO, indiqui els motius per la no participació:

- No ens agraden les activitats esportives
- No ens agraden les activitats en família
- No ens assabentem de la seva organització
- No se n'organitzen gaires
- Tenim altres preferències
- Manca de temps
- Altres motius
- NS/NC

QÜESTIONS DEMOGRÀFIQUES:

- a) Persona que contesta el qüestionari
- Mare
 - Pare
 - Parella del progenitor
 - Tutor legal
- b) Edat:
- c) Professió:
- Per compte propi
 - Assalariat
 - A l'atur
 - En període de formació
 - Altres
- d) Nivell d'estudis acabats
- Sense estudis
 - Estudis primaris
 - Estudis secundaris
 - Estudis superiors
- e) Estructura familiar que es correspon amb la seva
- Matrimoni (casament civil o religiós)
 - Parella de fet o parella sense enllaç
 - Monoparental (formada per una persona progenitora separada, divorciada, vídua o soltera i el/s seu/s fill/s)
 - Família reconstituïda (formada pel progenitor, la seva parella i el/s fill/s almenys d'un d'ells, i el/s fill/s comuns, si n'hi ha)
 - Altres
- f) Nombre, edat i sexe dels fills (exemple: 2 fills; nena 5 anys, nen 2 anys)
- g) Escola dels fills/es