

El tiempo libre como heurístico del self: una metodología para el análisis de la complejidad del sujeto¹

José Vicente Pestana

Doctor en Psicología por la Universidad de Barcelona (UB, 2007). Profesor Lector del Departamento de Psicología Social de la UB. Miembro del Grupo de Investigación Consolidado PsicoSAO (2009 SRG 210).

End.: Universitat de Barcelona, Departament de Psicologia Social. Campus Mundet. Passeig de la Vall d'Hebron 171, Ed. de Ponent, 4ª planta. 08035 Barcelona, España.

E-mail: jvpestanda@ub.edu

Nuria Codina

Doctora en Psicología por la Universidad de Barcelona (UB, 1990). Profesora Titular del Departamento de Psicología Social de la UB. Coordinadora del Grupo de Investigación Consolidado PsicoSAO (2009 SRG 210).

End.: Universitat de Barcelona, Departament de Psicologia Social. Campus Mundet. Passeig de la Vall d'Hebron 171, Ed. de Ponent, 4ª planta. 08035 Barcelona, España.

E-mail: ncodina@ub.edu

Alejandro Gil-Giménez

Licenciado en Psicología por la Universidad de Barcelona (UB, 2009). En la actualidad cursa estudios de Tercer Ciclo en el Departamento de Psicología Social de la UB.

End.: Universitat de Barcelona, Departament de Psicologia Social. Campus Mundet. Passeig de la Vall d'Hebron 171, Ed. de Ponent, 4ª planta. 08035 Barcelona, España.

E-mail: agilgime@gmail.com

Resumen

Las actividades de ocio y tiempo libre se han considerado importantes para el desarrollo del self – sí mismo – como proceso psicosocial (entre otros, Csikszentmihalyi y Kleiber, 1991; Cuenca, 2008a; Grossman y O'Connell, 2000; Kleiber, 1999; Munné y Codina, 1996, 2002; Wearing y Wearing, 1992). El análisis empírico de este vínculo y los procesos que se generan entre ellos es lo que pretende mostrar la Metodología Cualitativa Secuencial (MCS; Codina, 1999, 2005a y b). Esta estrategia metodológica permite poner de manifiesto la complejidad del tiempo libre, del self y de las relaciones entre ambos (Codina, 2004a y b; Codina y Pestana, 2008; Pestana, 2007; Pestana y Codina, 2005). Como muestra del potencial explicativo de la MCS, en este trabajo se ejemplifica una aproximación empírica al self con base en la dialogicidad derivada de las ideas de M. Bajtín (1961/2003a, 1974/2003b) y en los aspectos complejos –no linealidad, fractalidad, borrosidad– descritos por F. Munné (1997a, 2000) en su modelo del self. Investigar empíricamente propuestas teóricas sobre el self como las de Bajtín y Munné posibilita aprehender las relaciones del desarrollo de la persona con un comportamiento más libre. En un sentido más general, la MCS contribuye a resaltar el carácter vertebrador de la libertad y la mismidad en el análisis del sujeto contemporáneo.

Palabras-clave: Tiempo libre. Ocio. Self (sí mismo). Metodología cualitativa secuencial. Paradigma de la complejidad.

Abstract

Both leisure and free time activities have been considered important for self development as a psychosocial process (among others, Csikszentmihalyi & Kleiber, 1991; Cuenca, 2008a; Grossman & O'Connell, 2000; Kleiber, 1999; Munné & Codina,

1996, 2002; Wearing & Wearing, 1992). *Putting into evidence the processes derived from the relationship between leisure/free time activities and self has been the purpose of the Sequential Qualitative Methodology (SQM; Codina, 1999, 2005a & b). This methodological strategy has made possible to show the complexity among free time, self and their relationships (Codina, 2004a & b; Codina & Pestana, 2008; Pestana, 2007; Pestana & Codina, 2005). As an example of the SQM potential of explanation, this contribution offers an empirical approximation to the self, based on M. M. Bakhtin's dialogical perspective (1961/2003a, 1974/2003b), and the complex aspects (non-linearity, fractality and fuzziness) described by F. Munné (1997a, 2000) in his model of the self. Empirical research about both Bakhtin and Munné proposals makes possible apprehending the relationships between a person's development and a free behavior. In a more general sense, the SQM contributes to underline the significance of freedom and selfhood in analyzing the contemporary subject.*

Keywords: Free time. Leisure. Self. Sequential qualitative methodology. Paradigm of complexity.

Introducción

Aunque los temas en el estudio del ocio y del tiempo libre han estado influidos por las dinámicas socioculturales de los contextos de investigación (Codina, 1990), una de las temáticas que más ha interesado – con independencia de la época o el lugar, y desde las perspectivas psicológica, psicosocial o ambas – han sido los antecedentes y las consecuencias que, para el desarrollo de la persona, tienen las actividades realizadas en un tiempo de no trabajo y/o libre de obligaciones². En aportaciones – hoy consideradas clásicas – como las de J. Dumazedier (1962), J. Neulinger (1974/1981) o S. Iso-Ahola (1980) se confirió importancia, respectivamente, a las relaciones entre las actividades de ocio y el desarrollo de la persona, la libertad percibida y la autodeterminación. Contemporáneo a estos análisis de Neulinger o Iso-Ahola, la propuesta crítica de F. Munné (1971, 1980) priorizaba, como finalidad última del tiempo libre, el autocondicionamiento (comportamiento condicionado por la propia persona), el cual se contrapone al heterocondi-

cionamiento (comportamiento condicionado desde el exterior de la persona u obligatorio). Asimismo, en épocas más recientes, las investigaciones de R. Stebbins sobre el ocio serio han advertido los beneficios que esta modalidad del ocio tiene en autorreferencias como la autoimagen, la autoactualización o la autoexpresión. (Stebbins, 1992).

De las contribuciones de los autores citados, se desprende la centralidad que tiene en el desarrollo del ser humano de las relaciones entre un uso del tiempo predominantemente más libre y las autorreferencias (que son diferentes aspectos del *self*, como por ejemplo, las mencionadas autodeterminación, autocondicionamiento o autoactualización).

Así las cosas, en los siguientes apartados, nos centramos en explicar la libertad en el uso del tiempo (i. e., tiempo libre) como heurístico del *self*. Nuestra argumentación – de origen epistemológico y horizonte metodológico – parte de la Psicología del Tiempo Libre (PTL; Munné, 1980); a continuación, consideramos las premisas básicas de una metodología que trabaja conjuntamente el *self* y la libertad en el uso del tiempo; finalmente, ilustramos dicha metodología con un ejemplo elaborado a partir de los análisis del sujeto derivados de los trabajos de M. M. Bajtín (1961/2003a, 1974/2003b) y F. Munné (1997a, 2000).

Sujeto, libertad y temporalidad: Psicología del Tiempo Libre

El estudio de la libertad en el ser humano retrotrae la disyunción de si aquella es una condición propia del sujeto o una utopía, esto es: ¿son las personas libres (o no) por naturaleza – social, biológica –, o es acaso la libertad algo a ser defendido y conquistado? En el ámbito de las ciencias humanas, esta cuestión ha aparecido, por ejemplo, entre quienes analiza el comportamiento como un fenómeno complejo, y en particular, en el momento de inclinar la balanza hacia el determinismo o la libertad. (entre otros: Peat, 1995; Sappington, 1990). En este sentido, Lorenz (1963, p. 163) ha preferido “creer en el libre albedrío. Si el libre albedrío es una realidad, habre-

mos elegido bien. Y si no lo es, seguramente seguiremos sin haber elegido mal porque no habremos tenido la oportunidad de elegir ya que no tenemos libre albedrío para hacerlo”. Otros autores, en cambio, defienden la convivencia de determinismo y libre albedrío (Marks-Tarlow, 1995; Morin, 1990; Munné, 2004), lo que posibilitaría escoger aquellos momentos o espacios en lo que es plausible elegir.

Con el objetivo de poder investigar los grados de elección propia y obligación presentes en el comportamiento de las personas, en los fundamentos y desarrollos recientes de la Psicociología del Tiempo Libre (PTL; Munné, 1980; Munné y Codina, 1996, 2002) se encuentran un conjunto de conceptos y premisas metodológicas para el análisis y la intervención orientados, respectivamente, a conocer y favorecer la experiencia de la libertad en el comportamiento.

La propuesta central de la PTL, que publicó el epistemólogo catalán Frederic Munné hace 30 años (Munné, 1980), había estado precedida por aportaciones críticas del propio autor en ámbitos como el derecho, la sociología o el consumo (para una descripción detallada de los orígenes de esta teoría y su evolución en España y Brasil, v. Codina, Pestana, Amaral y Nunes, 2009). La definición básica que F. Munné propone como punto de partida en su teoría, reza como sigue: el tiempo libre es “aquel modo de darse el tiempo personal que es sentido como libre al dedicarlo a actividades autocondicionadas de descanso, recreación y creación para compensarse, y en último término afirmarse la persona individual y socialmente”. (Munné, 1980, p. 135). De este concepto destacan dos aspectos: por una parte el autocondicionamiento y por otra el proceso de autoafirmación de la persona.

Por lo que se refiere al autocondicionamiento (o *self-management*, denominación sobre la que volveremos al final de esta contribución), éste es un proceso en el cual predomina el ejercicio de la libertad por parte del sujeto, esto es: la voluntad – su realización efectiva – se antepone a necesidades o imposiciones externas (obligaciones), al llevar a cabo una actividad dada. No obstante, puede darse el caso contrario, es

decir, el predominio de la obligación por sobre la voluntad, en cuyo caso es el heterocondicionamiento el proceso dominante. La relación entre ambos condicionamientos (auto y hetero) es teóricamente antagónica y de facto compleja, es decir: de manera ideal, se aspira a que el autocondicionamiento se imponga de manera nítida al heterocondicionamiento, tal como se muestra en la Figura 1; sin embargo, libertad y obligación están, de hecho, entremezcladas, razón por la cual ambos condicionamientos responden a dinámicas complejas. (representadas en la Figura 2).

Un ejemplo sencillo permite entender mejor las diferencias entre las representaciones de las Figuras 1 y 2. Suponiendo que el auto y el heterocondicionamiento se cuantifiquen de 0 a 10, idealmente se aspira a un 10 de autocondicionamiento y un 0 de heterocondicionamiento, o en el mejor de los casos, valores de 9-1, 8-2 ó 7-3 (5-5 describiría la paridad entre ambos condicionamientos). Pero el carácter complejo de libertad y obligación hace que las citadas relaciones entre ambos sean solapadas, interpoladas, cambiantes y/o desproporcionadas (Codina y Pestana, 2008); en términos numéricos, y siguiendo el ejemplo anterior, se tendrían combinaciones del tipo 10-5, 5-0 ó 10-10 (una comprobación empírica de estas relaciones en Pestana, 2007).

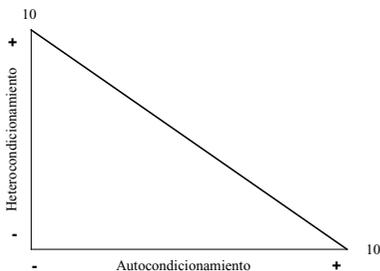


Figura 1. Condicionamientos y ejercicio de la libertad (Codina, 2004b, con base en Codina, 1986)

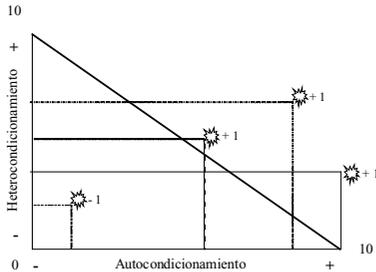


Figura 2. Procesos de auto y heterocondicionamiento. Concepción compleja (Codina, 2004b)

En esta dinámica compleja de (auto, hetero) condicionamientos, las implicaciones de la libertad en el sujeto conducen a dos interrogantes: ¿qué estudiar de la libertad en el tiempo (i. e., del tiempo libre)? ¿Cómo acceder a los procesos de autoafirmación en que dicha libertad deviene en la persona?

Sobre la primera cuestión, Codina (1999) ha hecho referencia a las dimensiones analíticas que permitirían estudiar aspectos cualitativos y cuantitativos del tiempo libre sin practicar – al menos potencialmente – reduccionismos. En concreto, dichas dimensiones hacen referencia a los factores de temporalidad y libertad, esto es: de cuánto tiempo disponen los individuos y cómo lo organizan, la satisfacción que reportan las actividades realizadas y cuán libres han sido las personas para elegir y llevar a cabo estas actividades. Como finalidad última de estas dimensiones subyace el “valorar ciertos aspectos del desarrollo de la persona” (Codina, *Ibid.*, p. 341). Vinculada a este propósito, y al tiempo respondiendo a la segunda pregunta formulada en el párrafo precedente, diversas voces se han pronunciado al insistir en la importancia de las actividades de ocio y tiempo libre para el *self* (Sí mismo; entre otros, Csikszentmihalyi y Kleiber, 1991; Cuenca, 2008a; Grossman y O’Connell, 2000; Kleiber, 1999; Munné y Codina, 1996, 2002; Wearing y Wearing, 1992). En palabras de Munné y Codina (1996, p. 432): “el tiempo de ocio, a la par que construye, refleja nuestro *self*, encontrándonos a nosotros mismos”. Es decir, el ocio cons-

truye el *self* al igual que el no-ocio, pero lo interesante es que la mayor dosis de libertad que puede favorecer el ocio, hace posible que aflore la propia persona.

Con el *self* como elemento central en la aproximación al estudio del tiempo libre (i. e., libertad en el tiempo), cabe atender a los presupuestos metodológicos que posibilitan resaltar el carácter vertebrador de la libertad y la mismidad al analizar el sujeto contemporáneo.

La Metodología Cualitativa Secuencial (MCS). Un análisis integrado del tiempo libre y del *self*

La investigación conjunta del tiempo libre y del *self* debe incorporar el sentido profundo que, como derechos humanos, tienen la libertad y la mismidad en el comportamiento de las personas. En este sentido, si en la teoría o en la ideología se defiende el derecho de la persona a ser libre y a ser ella misma, el análisis empírico de estos fenómenos ha de evitar tanto la inducción de respuestas como las potenciales constricciones a la libertad que pueden acompañar la recogida de información. Estos planteamientos están contenidos en la Metodología Cualitativa Secuencial (MCS; Codina, 1999, 2005a y b), un procedimiento que, por una parte, entronca con presupuestos de las metodologías cualitativas en general (sin renunciar al dato cuantificado o cuantificable); por otra parte, incorpora un análisis del tiempo libre y del *self* que permite poner en evidencia los aspectos complejos de las relaciones entre ambos.

Consideraciones básicas de la Metodología Cualitativa Secuencial

Al igual que ocurre con las metodologías cualitativas en general (p. e., Denzin y Lincoln, 1994; Guba y Lincoln, 1994), la MCS intenta captar la mayor cantidad posible de aspectos de la realidad estudiada y realzar el punto de vista de quienes participan en la investigación – favoreciendo en los/as participantes la observación de sí y de los/as otros/as. La MCS pivota sobre unas bases que enfatizan el trabajo con datos cualitativos, el rigor metodológico en la recogida, análisis e interpretación de datos y el descubrimiento de aspectos insospechados de la realidad. En este sentido, resu-

mimos a continuación algunos de sus pilares (para mayor detalle, v. Codina, 1998, 2002, 2004a, 2004b, 2005a, 2005b).

Recoger la información de la forma más fidedigna y guiada por los objetivos de la investigación. La articulación entre los objetivos de una investigación y los datos que la sustentan es una característica que pone de manifiesto la elegancia de un trabajo científico. Sin embargo, pueden llegar a existir lagunas importantes entre los conceptos que se pretenden estudiar, el análisis empírico que se realiza, el análisis de los datos que se han obtenido y los resultados con los que se concluye la investigación.

Vinculados a estas lagunas, advertimos dos problemas relacionados con la interpretación de la información, los cuales se traducen, finalmente, en una alteración de la información de origen. El primero de estos problemas se encuentra en el hecho de que cada investigador/a interpreta, de acuerdo con sus conocimientos, opiniones, creencias e ideologías, una información de otra persona. El otro problema aparece cuando quien informa ignora tanto el nivel de comprensión de sus declaraciones por parte de quien investiga, como la interpretación a que han sido sometidas dichas declaraciones: se genera en estos casos la alienación de quien participa con respecto al saber que produce. Esto ocurre incluso cuando quien ha sido investigado ha consentido utilizar la información (y median procedimientos como la revelación – *debriefing* – de los propósitos de un experimento).

En respuesta a estos problemas, la MCS aboga porque, por una parte, la información con la que trabaja el/la investigador/a, obtenida a través de los propios participantes, se aproxima a los objetivos de la investigación; y, por otra parte, sea minimizada la inferencia o la interpretación del/a investigador/a, de manera que quien participe llegue a dar el máximo de una información que entiende y que sea lo más próxima posible a los objetivos del estudio.

Formular instrucciones (preguntas, estímulos) poco restrictivas e integrar los análisis cuali y cuantitativos. Dado que el objetivo de la MCS es capturar el máximo de información con un mínimo de distorsiones, se requiere iniciar la obtención de datos con preguntas abiertas. Para comprender la impor-

tancia de este modo de proceder, es importante recordar que las cuestiones cuyas respuestas estén predeterminadas restringen la libertad, con respecto al tema tratado, de quienes participan de la investigación.

El hecho de dar instrucciones que admiten respuestas abiertas y diversas, ha de ir acompañado de la utilización de instrucciones o instrumentos que permitan aproximar la información —aparentemente dispersa o desordenada— de las pruebas no estructuradas “a los datos concretos que ofrecen las estructuradas; sin dejar de mantener, potenciar o incorporar aquello que permita dar expresión a la complejidad [del tema investigado]” (Codina 2004b, p. 19). Es decir, las respuestas que emergen a partir de la pregunta abierta, posteriormente son matizadas por otras preguntas o instrucciones que formula el/la investigador/a para obtener unos datos próximos a los objetivos del estudio³.

Sobre la cuestión relativa a instrucciones y recogida de datos, la MCS se ha centrado en el desarrollo de instrumentos orientados a la investigación de la libertad en el uso y el consumo del tiempo, del *self* y de las relaciones entre éste y el tiempo libre. Así, por una parte, de la conocida técnica de los Presupuestos de Tiempo (PT; Codina, 2008; Munné, 1980; Neulinger, 1986; Stockdale, 1987) se ha derivado el Presupuesto de Tiempo Cualitativo Secuencial (PTCS); y, por otra parte, de la profundización en los fundamentos del *Twenty-Statements Test* (TST: Kuhn y McPartland, 1954/1967) ha surgido la Prueba de Autorreferencias Cualitativa Secuencial (PACS). A objeto de no alargarnos en este punto, remitimos al/la lector/a a referencias que detallan el funcionamiento del PTCS (Codina, 2004b), de la PACS (Codina, 2004a) y de las combinaciones entre ésta y aquél (Codina, 2002; Codina y Pestana, 2008; Pestana, 2007).

Favorecer el trabajo activo de los/as participantes durante la recogida de la información. La MCS plantea que sean los/as propios/as participantes quienes coadyuven en el proceso de clasificación de la información; de este modo, se aspiran a mantener los principios de libertad y expresión de sí presentes en la metodología — y consustanciales ambos a la investigación del tiempo libre y del *self*. Este pilar de la MCS lo ilustraremos con dos ejemplos.

Una variable fundamental en la investigación del uso del

tiempo es el conjunto de las actividades llevadas a cabo en unas coordenadas temporales y espaciales específicas. Cuando en una investigación de este tipo se requiere clasificar actividades en ocio o no ocio, tiende a hacerse uso de sistemas de categorías preestablecidos que pueden distorsionar la experiencia que acompaña a la realización una actividad. Así, el uso del transporte público para ir a la playa puede ser vivido con la misma incomodidad del desplazamiento entre la casa y el trabajo, o bien con el placer que implica la proximidad a lo lúdico. De esta situación, se desprende que una actividad como los desplazamientos no puede clasificarse de manera unívoca ni analizarse únicamente desde el punto de vista de quien investiga (sobre las dificultades y retos en la clasificación y análisis de actividades, v. Codina y Pestana, 2009).

Por lo que se refiere al estudio del *self*, y en concreto, cuando se utilizan pruebas como el TST, la clasificación de sus respuestas (autodescripciones) mediante categorías propuestas – o impuestas, según se mire – por el/la experto/a, puede comportar riesgos de interpretación (un ejercicio práctico sobre este particular en Codina, 1996). Autodescripciones del tipo “me emociono mucho” o “Soy un *freak*” podrían ser valoradas tanto de manera positiva como negativa (o incluso descartadas), lo que se superaría si se pregunta a quien responde, por ejemplo, sobre la satisfacción percibida con respecto a cada autodescripción, su importancia en relación al conjunto de respuestas, o bien su articulación con la cotidianidad (las preguntas dependerían, lógicamente, del objetivo del estudio).

De estos pilares de la MCS se desprenden afinidades a la libertad y a la mismidad; en síntesis, ello es debido al hecho de favorecer al máximo la expresión de sí de los participantes a lo largo de todo el proceso de investigación, evitando la práctica de reduccionismos en la recogida y el análisis de la información.

La Metodología Cualitativa Secuencial en el análisis de las relaciones entre el tiempo libre y el *self*

Además de las afinidades a la libertad y a la mismidad, la MCS ha permitido observar tres fenómenos al investigar las relaciones entre el tiempo libre y el *self* (una ilustración de estos hallazgos en Codina y Pestana, 2008):

Las fluctuaciones entre la libertad y la obligación percibidas al realizar actividades. La utilización de los PTCS ha hecho posible poner de manifiesto el solapamiento entre las percepciones de libertad y de obligación, al realizar una actividad en un momento dado. Asimismo, dicha utilización ha mostrado que una misma actividad llevada a cabo en diferentes momentos del día o en distintas jornadas puede presentar cambios – en ocasiones desproporcionados – en dichas percepciones, o lo que es lo mismo, entre autocondicionamientos y heterocondicionamientos.

Retomando la actividad mencionada en párrafos precedentes – utilizar el transporte público para dirigirse a la playa –, podrían observarse, por ejemplo, diferencias entre las percepciones de libertad y de obligación al valorar los trayectos de ida y vuelta, o bien al comparar datos de diferentes días en que se lleve a cabo la actividad.

La permeabilidad en los límites entre la libertad y la obligación percibidas. A las fluctuaciones descritas en el párrafo anterior, acompaña la interpenetración que existe entre libertad y obligación, o lo que es lo mismo, la permeabilidad en los límites entre ambos fenómenos. Así las cosas, asumir nitidez en las fronteras entre libertad y obligación, y consecuentemente, adscribir de manera unívoca una actividad a las categorías de tiempo libre u obligatorio, introduce distorsiones en lo que respecta a la naturaleza y dinámicas del fenómeno de la libertad en el uso y el consumo del tiempo.

En un sentido más general, la comprobación empírica de esta permeabilidad ha contribuido con la idea de priorizar – en la medida de lo posible – la clasificación de actividades desde la perspectiva de los/as participantes, a los sistemas de categorías a priori propuestas por quien investiga.

La posibilidad de que una actividad estimule determinados aspectos del self (y viceversa). Una misma actividad puede, en distinto grado, estar asociada a distintas autodescripciones y, recíprocamente, una misma autodescripción puede hacerse presente al poner en práctica diversas actividades. Dos ejemplos servirán para ilustrar ambos extremos.

En el primer caso, una persona que realiza actividades físico-deportivas puede vincular esta práctica a características de su *self* como “Soy simpático/a”, “Me gusta sentirme bien con mi cuerpo”, “Tengo facilidad para hacer amigos/as” o “Soy conversador/a”. En el segundo caso, la misma autodescripción “Soy simpático/a” podría estar vinculada, además de a la práctica físico-deportiva, a actividades como pasear al perro, ir de compras, salir con la pareja o comer con los/as compañeros/as del trabajo. Con este registro conjunto de actividades y auto-descripciones pueden observarse las interconexiones entre las manifestaciones del *self* con la cotidianidad.

Estas peculiaridades en las relaciones entre el tiempo libre y el *self* se corresponden con propiedades que forman parte de los fenómenos estudiados desde el paradigma de la complejidad. Específicamente, las fluctuaciones entre libertad y obligación se corresponden con la no linealidad que caracteriza a los fenómenos caóticos. Próxima a la caoticidad, la permeabilidad de límites entre libertad y obligación ilustra la borrosidad consustancial a los conjuntos difusos (*fuzzy sets*). Finalmente, la antedicha interconexión entre autodescripciones y actividades pone de manifiesto dos propiedades de la fractalidad, a saber: que la repetición con variaciones o iteración de una actividad favorece la manifestación de distintas autodescripciones; y que la invariancia de ciertas manifestaciones del *self* se hace evidente al poner en práctica actividades diferentes.

Excedería a los propósitos de esta contribución la exposición detallada del paradigma de la complejidad. No obstante, valga remarcar que la aplicación de la MCS en el análisis integrado del tiempo libre y el *self* ha permitido observar manifestaciones de caoticidad, borrosidad y fractalidad entre ambos (sobre las características de estas propiedades y las implicaciones del paradigma de la complejidad en ciencias humanas, v. Munné, 1995, 2004, 2005; un análisis de la borrosidad en el desarrollo de los campos de conocimiento del ocio y del tiempo libre en Codina, 2007).

Los análisis sobre el self de M. Bajtín y F. Munné: propuesta para una investigación empírica

La investigación del *self* se caracteriza por una multiplicidad de investigaciones realizadas con las diversas autorreferencias reconocidas por el tesoro de la base de datos PsycINFO (para un análisis a este respecto, cf. Codina, 2005b). Sin negar la importancia de la diversidad como indicador de relevancia, esta situación permite parafrasear una conocida expresión, en este caso advirtiendo que los árboles de las autorreferencias pueden impedir ver el bosque del *self*, esto es, sus aspectos nucleares. En este sentido, los análisis del *self* que atienden a concepciones integradoras de sus diversas manifestaciones (autorreferencias), cobran especial importancia por su potencial explicativo. Por nuestra parte, y a objeto de ilustrar el estudio del *self* con base en la libertad – siguiendo las premisas de la MCS –, utilizaremos las propuestas de M. M. Bajtín (1961/2003a, 1974/2003b) y F. Munné (1997, 2000), dos de los autores que reivindican los procesos básicos de la mismidad.

De la obra del ruso Mikhail M. Bajtín – vinculada a la lingüística, la sociolingüística, la narratología o la semiótica –, se ha derivado un análisis que propugna la dialogicidad del *self*. A este respecto, cabe destacar su visión según la cual

Yo me conozco y llego a ser yo mismo sólo al manifestarme para el otro, a través del otro y con la ayuda del otro. Los actos más importantes que constituyen la autoconciencia se determinan por la relación a la otra conciencia (al tú) (Bajtín, 1961/2003a, p. 327 — énfasis original).

En otras palabras, el conocimiento de sí y la formación del *self* están indisolublemente asociados a las interrelaciones entre personas; esta idea (afín a los planteamientos de Mead, 1934/1993), en el caso de Bajtín se acompaña de la priorización de dos aspectos; por una parte, el elemento conversacional del lenguaje, y por otra, de la imbricación de lo sociocultural en lo personal.

La supeditación del lenguaje a la conversación, para Silvestri y Blanck (1993, p. 103), permite entender a la conciencia humana como indisolublemente ligada a la cultura: “La dialéctica de la

relación entre el hombre y la cultura, entre la conciencia y la realidad, recobra en Bajtín su sentido etimológico” [i. e., de diálogo]. Esta concepción de la dialéctica como diálogo – la dialogicidad – atañe asimismo a los fundamentos de la investigación en las ciencias humanas:

Cualquier objeto del conocimiento (incluso el hombre) puede ser percibido y comprendido como cosa. Pero un sujeto como tal no puede ser percibido ni estudiado como cosa, puesto que siendo sujeto no puede, si sigue siéndolo, permanecer sin voz; por lo tanto su conocimiento sólo puede tener carácter **dialógico** (Bajtín, 1974/2003b, p. 383 – cursiva original).

La traslación de las ideas de Bajtín a la disciplina psicológica ha fructificado, entre otros productos, en el *self* dialógico (dialogical *self*: Hermans y Dimaggio, 2004). El análisis propuesto con base en esta concepción de la mismidad busca identificar los contenidos del *self*, del otro y de las relaciones entre ambos (que pueden ir desde la simetría en el intercambio de visiones y experiencias, hasta la dominación y su consecuente imposición de contenidos: Hermans y Kempen, 1993); esta identificación contempla asimismo las coordinadas espacio-temporales en las que el *self* dialógico se desarrolla. Más recientemente, la dialogicidad del *self* se ha considerado como la perspectiva que permite comprender los procesos emocionales implicados en las relaciones próximas, las dinámicas entre pequeños grupos y las resonancias en las personas de fenómenos como la globalización. (Hermans y Dimaggio, 2007).

De esta apretada síntesis que refiere desde algunas ideas de Bajtín hasta propuestas recientes sobre el *self* dialógico, se desprende que la investigación del *self* ha de atender al grado en que cada aspecto del mismo se percibe, por una parte, vinculado a la influencia del otro; y por otra parte, articulado en lo social y cultural.

El modelo del *self* propuesto por F. Munné (1997a, 2000) se inscribe en un análisis plural del comportamiento humano en sociedad, lo que implica reconocer el valor de cada teoría explicativa del fenómeno, favoreciendo en ello el avance de su conocimiento (Munné, 1996, 1997b; una traslación de estos principios al ámbito aplicado en Codina, 1997). Con base en este pluralismo teórico y epistemológico-

co, el *self* se concibe como un centro relacional de (auto)referencias cuyas manifestaciones principales son el autoconcepto, la autoestima, la autoimagen y la autorrealización (v. Figura 3).

AUTOIMAGEN

Rol-estatus / REPRESENTAR

*Interaccionismo Simbólico /**Tª de Reglas y Roles***AUTOCONCEPTO**

Cognición / CONOCER

*Sociocognitivismo****SELF*****AUTORREALIZACIÓN**

Voluntad / QUERER

*Psicología Humanista***AUTOESTIMA**

Emoción / SENTIR

Psicoanálisis Social

Figura 3. Las cuatro caras del *self* (siguiendo a Codina 2005a y b; con base en Munné, 1997a)

El protagonismo de las autorreferencias que recoge la propuesta de Munné (Ibíd.) obedece a dos motivos: diferencias teóricas y procesuales. Según este autor, el *self* es visto como autoconcepto desde una perspectiva cognitiva, como autoestima “sensible a la afectividad” desde el psicoanálisis, como autoimagen desde el interaccionismo simbólico y como autorrealización desde la psicología humanista (Munné, 1997a, p. 11). Por lo que se refiere a los procesos sustantivos a las autorreferencias citadas, éstas se “corresponden respectivamente a los fenómenos psicológicos de la cognición, la emoción, el rol-estatus y la voluntad, o sea al conocer, el sentir, el representar y el querer” (Munné, 2000, p. 744); por lo tanto, en un momento determinado cada autorreferencia puede predominar sobre las demás, y por ello gozar de una mayor capacidad explicativa del *self*.

Con base en esta propuesta, Codina (2005a y b) ha advertido que las cuatro caras del modelo propuesto por Munné podrían verse modificadas si, a las cuatro teorías consideradas, se añadiesen contribuciones provenientes de otros niveles de formalización del conocimiento (p. ej., teorías de alcance medio. Un desarrollo de dichos niveles del conocimiento en Munné 1994, 1996, 1997b; y Codina,

1997). Otra posibilidad que ofrece el modelo de las cuatro caras es poner de manifiesto, desde una misma orientación teórica, las denominaciones que se han utilizado para describir procesos cognitivos, emocionales, representacionales y volitivos; por ejemplo, las teorías cognitivas – centradas en el autoconcepto – destacan del pensamiento la saliencia que caracteriza al autoconcepto de trabajo (*working self-concept*), además de predominar la idea de la autoestima como autoevaluación, de la autoimagen como automonitorización, y de la autorrealización como autodiscrepancias (*self-discrepancies*) o *selves posibles* (v. Figura 4).

AUTOMONITORIZACIÓN
Rol-estatus / REPRESENTAR

**AUTOCONCEPTO
DE TRABAJO**
Cognición / CONOCER

AUTO- CONCEPTO

**AUTODISCREPANCIAS
O SELVES POSIBLES**
Voluntad / QUERER

AUTOEVALUACIÓN
Emoción / SENTIR

Figura 4. Las cuatro caras del *self*. Perspectiva sociocognitiva

El poner de manifiesto cómo en una tradición teórica – en este caso, la sociocognitiva –, se iteran en el autoconcepto los procesos básicos del *self*, posibilita la comprensión de la diversidad de autorreferencias desde una perspectiva compleja de la epistemología psicosocial.

En conjunto, las propuestas derivadas de las ideas de M. M. Bajtín y F. Munné se observan dos orientaciones que reivindican procesos básicos de la mismidad y, por extensión, vertebradores del sujeto contemporáneo. Ahora bien, lo sugerente de ambos análisis debe poder trasladarse a lo empírico, atendiendo, en nuestro caso, a los presupuestos de la MCS. A título de ejemplo, piénsense en una investigación que busque conocer el *self* de un grupo o colectivo, procurando precisar las manifestaciones del mismo vinculadas a lo social (entendido como influencia de los otros), lo cultural (identificación con la idiosincrasia de una ciudad, región y/o país) y lo personal (cognitivo, afectivo, volitivo

y representacional).

Acompañarían a este objetivo principal el interés por describir los aspectos de la cotidianidad asociados a las manifestaciones del *self* y, asimismo, la libertad relacionada con estos aspectos. Una posible secuencia para la obtención de la información sería como sigue: primero, se aplicaría una PACS donde los/as participantes describirían 20 características de sí mismos/as (cantidad que sigue la propuesta de Kuhn y McPartland, 1954/1967); emitidas las autodescripciones, se procedería a ordenar jerárquicamente las mismas, desde la más importante (1ª) a la menos importante (20ª). A continuación, se realizarían las valoraciones destinadas a conocer el grado (de 0 – mínimo –, a 10 – máximo) en que cada autodescripción se asocia con: la influencia de otras personas (pudiendo solicitarse la especificación de quiénes, por ejemplo), la identificación cultural y la identificación personal. Un segundo instrumento a utilizar sería un PTCS, en el que primero se registrarían las actividades y, a continuación, se valorarían la libertad y la obligación percibidas en todo lo realizado en un período de tiempo dado (usualmente, 24h). Finalmente, se pediría especificar qué actividades del presupuesto de tiempo se consideran vinculadas a las autodescripciones y en qué grado.

El ejemplo propuesto debe entenderse como meramente indicativo, es decir, serán las sensibilidades e intereses de los/as investigadores y las reacciones de los/as participantes en experiencias piloto, las que acabarán de determinar si la información requerida (así como el orden en que se solicita) es la que mejor se adecua a los objetivos del estudio. Asimismo, cabría la posibilidad de valorar si de las autodescripciones obtenidas se utilizarían todas o sólo las 5 ó 10 consideradas como más importantes. Al margen de estas decisiones (que ha de tomar el/la investigador/a al planificar el estudio), la constante en el proceso de aplicación de las pruebas es, dentro de los límites de la investigación, que la persona se sienta libre y sea ella misma – tal como hemos venido argumentando en párrafos precedentes.

Consideraciones finales

Las relaciones entre un tiempo predominantemente más libre

y el *self* forman parte del eje vertebrador en el análisis teórico-epistemológico y la investigación empírica del sujeto contemporáneo. Esta centralidad comporta reflexionar sobre una metodología cuya utilización permita aproximarse a la libertad y a la mismidad, evitando tanto la práctica de reduccionismos en el tema estudiado, como la alienación de quien es investigado/a con respecto al saber que produce. Sobre estas ideas básicas, la Metodología Cualitativa Secuencial ha revisado y adaptado instrumentos como el Presupuesto de Tiempo y el *Twenty-Statements Test*, cuyas aplicaciones han hecho posible observar manifestaciones de caoticidad, borrosidad y fractalidad entre el tiempo libre y el *self*.

Con la profundización en esta metodología, la cual hemos ilustrado a partir de las ideas de M. M. Bajtín y F. Munné, el/la científico/a social podrá comprender, describir o potenciar (según el caso) el comportamiento autocondicionado o *self-management*. Más allá de la acepción común vinculada al ámbito de las organizaciones, la persona como *self-manager* nos posicionará ante un ser humano con el derecho y la capacidad de regular libremente su comportamiento y las consecuencias que de éste se deriven.

Notas

1. Esta contribución forma parte de la base teórica de la investigación financiada por la Universidad de Barcelona “Promoción de la actividad física-deportiva para la preservación y mejora de la salud y bienestar de las mujeres. Un análisis de los condicionantes en su inicio, mantenimiento y abandono en la población de mujeres adolescentes y adultas”. (PUB2009A. IP: N. Codina).
2. Este uso del tiempo se entiende en un sentido amplio, con independencia de la definición social como ocio o no ocio de las actividades realizadas en un momento dado (cf. Codina, 1999; Munné y Codina, 1996; 2002. Para observar las distintas definiciones del ocio que se han planteado desde la Antigüedad, v. Cuenca, 2008b). La acepción que seguimos no ignora las diferencias que comporta hablar de ocio o tiempo libre – discusión vigente en la actualidad (v. Aquino y Martins, 2007), pero que excede a los objetivos de este trabajo.

3. Las matizaciones a las que nos referimos son distintas al formalismo – habitual en encuestas – que invita a “añadir algo que no se haya preguntado hasta ahora...”, cuestión cuyos datos suelen estar desigualmente trabajados – cuando no ignorados –, con respecto al resto de información que ofrece el instrumento estandarizado.

Referencias

- Aquino, C. A. B., & Martins, J. C. O. (2007). Ócio, lazer e tempo livre na sociedade do consumo e do trabalho. *Mal-estar e Subjetividade*, 7 (2), 479-500.
- Bajtín, M. M. (2003a). Para una reelaboración del libro sobre Dostoievski. In M. M. Bajtín, *Estética de la creación verbal* (11a ed., pp. 324-345). México, DF: Siglo XXI. (Trabajo original fechado en 1961).
- Bajtín, M. M. (2003b). Hacia una metodología de las ciencias humanas. In M. M. Bajtín, *Estética de la creación verbal* (11a ed., pp. 381-396). México: Siglo XXI. (Trabajo original fechado en 1974).
- Codina, N. (1986). *Problemática del tiempo libre y preadolescencia*. Tesis de licenciatura no publicada Universitat de Barcelona, España.
- Codina, N. (1990). *Recreación y tiempo libre en los Estados Unidos: Evolución sociocultural e investigación del comportamiento en el ocio*. Tesis Doctoral, Universitat de Barcelona. Recuperado en Julio 5, 2010, disponible en <http://www.tdx.cat/TDX-0602110-092056>
- Codina, N. (1996). *Prácticas de psicología social: Procesos psicosociales básicos*. Barcelona, España: PPU.
- Codina, N. (1997). *Análisis de la realidad social: Situaciones*. Barcelona, España: PPU.
- Codina, N. (1998). Autodescripción en el TST: Posibilidades y límites. *Psicología e Sociedade*, 10 (1), 23-38.
- Codina, N. (1999). Tendencias emergentes en el comportamiento

- de ocio: El ocio serio y su evaluación. *Revista de Psicología Social*, 14 (2/3), 331-346.
- Codina, N. (2002). El ocio en el sistema complejo del self. In M. J. Cava (Ed.), *Propuestas alternativas de investigación sobre ocio* (pp. 57-72). Bilbao, España: Universidad de Deusto.
- Codina, N. (2004a). Aproximación metodológica a la complejidad del self. *Revista Interamericana de Psicología*, 38 (1), 13-19.
- Codina, N. (2004b). Una aproximación a la complejidad del tiempo libre y del self mediante la aplicación cualitativa secuencial de los presupuestos de tiempo. *Encuentros en Psicología Social*, 2 (1), 337-340.
- Codina, N. (2005a). La complejidad del self y análisis empírico de su borrosidad. *Encuentros en Psicología Social*, 3 (2), 34-44.
- Codina, N. (2005b). El self y sus pluralidades: Un análisis desde el paradigma de la complejidad. *Escritos de Psicología*, 7, 24-34.
- Codina, N. (2007). Psicología social del ocio y del tiempo libre: Su constante quehacer y su carácter “fuzzy”. In M. J. Monteagudo Sánchez (Ed.), *El ocio en la investigación actual: Una lectura desde ámbitos, disciplinas, grupos de población y contextos geográficos* (pp. 157-173). Bilbao, España: Universidad de Deusto.
- Codina, N. (2008). *Análisis del empleo del tiempo: Presupuestos de tiempo para el registro del uso y consumo del tiempo*. Manuscrito no publicado.
- Codina, N., & Pestana, J. V. (2008). Investigación del ocio y del self desde el paradigma de la complejidad. Una aplicación de la técnica del presupuesto de tiempo y del Twenty-Statement Test. In E. Aguilar Gutiérrez (Ed.), *El influjo del tiempo en la vivencia del ocio: Transformaciones, oportunidades y riesgos en la sociedad apresurada* (pp. 135-147). Bilbao, España: Universidad de Deusto.
- Codina, N., & Pestana, J. V. (2009). Análisis psicosocial del comportamiento en el tiempo y sus aspectos complejos mediante la técnica de los presupuestos de tiempo. In J. Tous &

- J. M. Fabra (Eds.), *Actas del XI Congreso Nacional de Psicología Social* (pp. 57-63). Tarragona, España: URV.
- Codina, N., Pestana, J. V., Amaral, S. C. F., & Nunes, P. C., Jr. (2009). Investigación alrededor de la psicociología del tiempo libre de Frederic Munné: Diálogos de Brasil y España. In H. F. Isayama, L. M. F. Oliveira, T. R. de Souza & S. R. da Silva (Eds.), *Coletânea do X Seminário "O lazer em debate"* (pp. 78-86). Belo Horizonte, MG: UFMG/DEF/CELAR.
- Csikszentmihaly, M., & Kleiber, D. A. (1991). Leisure and self-actualization. In B. L. Driver, P. J. Brown & G. L. Peterson (Eds.), *Benefits of leisure* (pp. 91-102). State College, PA: Venture.
- Cuenca Cabeza, M. (2008a). Ócio humanista. In M. Cuenca Cabeza & J. C. Martins (Eds.), *Ócio para viver no século XXI* (pp. 33-55). Fortaleza, CE: As Musas.
- Cuenca Cabeza, M. (2008b). *¿Qué es el ocio? 20 respuestas clásicas y un testimonio*. Bilbao, España: Universidad de Deusto.
- Denzin, N. K., & Lincoln, Y. (1994). Introduction: Entering the field of qualitative research. In N. K. Denzin & Y. S. Lincoln (Eds.), *Handbook of qualitative research* (pp. 1-17). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Dumazedier, J. (1964). *Hacia una civilización del ocio*. Barcelona: Estela. (Trabajo original publicado en 1962).
- Grossman, A. H., & O'Connell, T. S. (2000). Favorecer el desarrollo de la identidad de todos los adolescentes a través de las oportunidades de recreación y ocio. En M. Cuenca Cabeza (Ed.), *Ocio y desarrollo humano: Propuestas para el 6º Congreso Mundial de Ocio* (pp. 205-211). Bilbao, España: Universidad de Deusto.
- Guba, E. G., & Lincoln, Y. (1994). Competing paradigms in qualitative research. In N. K. Denzin & Y. S. Lincoln (Eds.), *Handbook of qualitative research* (pp. 105-117). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Hermans, H. J. M., & Dimaggio, G. (Eds.) (2004). *The dialogical self in psychotherapy*. New York: Brunner-Routledge.
- Hermans, H. J. M., & Dimaggio, G. (2007). Self, identity, and

- globalization in times of uncertainty: A dialogical analysis. *Review of General Psychology*, 11, 31-61.
- Hermans, H. J. M., & Kempen, H. J. G. (1993). *The dialogical self: Meaning as movement*. San Diego, CA: Academic Press.
- Iso-Ahola, S. E. (1980). *The social psychology of leisure and recreation*. Iowa, IA: Wm. C. Brown.
- Kleiber, D. A. (1999). *Leisure experience and human development: A dialectical interpretation*. Nueva York: Basic Books.
- Kuhn, M. H., & McPartland, T. S. (1967). An empirical investigation of self-attitudes. In J. G. Manis & B. N. Meltzer (Eds.), *Symbolic interaction: A reader in Social Psychology* (3rd ed., pp. 83-92). Boston, MA: Allyn and Bacon. (Trabajo original publicado en 1954).
- Lorenz, E. N. (1995). *La esencia del caos: Un campo de conocimiento que se ha convertido en parte importante del mundo que nos rodea*. Madrid, España: Debate. (Trabajo original publicado en 1993).
- Marks-Tarlow, T. (1995). The fractal geometry of human nature. In R. Robertson & A. Combs (Eds.), *Chaos Theory in Psychology and the life sciences* (pp. 275-283). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Mead, G. H. (1993). *Espíritu, persona y sociedad: Desde el punto de vista del conductismo social* (2ª ed.). México, DF: Paidós. (Trabajo original publicado en 1934).
- Morin, E. (2001). *Introducción al pensamiento complejo* (5ª reimp.). Barcelona: Gedisa. (Trabajo original publicado en 1990).
- Munné, F. (1971). El problema del tiempo libre y las sociedades locales. *Revista del Instituto de Ciencias Sociales*, 17, 117-136.
- Munné, F. (1980). *Psicosociología del tiempo libre: Un enfoque crítico*. México, DF: Trillas.
- Munné, F. (1994). *La psicología social com a ciència teòrica*. Barcelona, España: PPU.

- Munné, F. (1995). Las teorías de la complejidad y sus implicaciones en las ciencias del comportamiento. *Revista Interamericana de Psicología*, 29 (1), 1-12.
- Munné, F. (1996). *Entre el individuo y la sociedad: Marcos y teorías actuales sobre el comportamiento interpersonal*. Barcelona, España: EUB.
- Munné, F. (1997a). *Psicología social e epistemología: Questão complexa o complicada?* Entrevista con Frederic Munné por Antonio da C. Ciampa, Omar Ardans y Maria da Gloria S. Silveira. São Paulo, 4 de julio de 1997. *Psicologia e Sociedade*, 9 (1-2), 5-30.
- Munné, F. (1997b). Pluralismo teórico y comportamiento psicosocial. *Psicologia e Sociedade*, 9 (1-2), 31-46.
- Munné, F. (2000). El self paradójico: La identidad como sustrato del self. In D. Caballero, M. T. Méndez & J. Pastor (Eds.), *La mirada psicosociológica: Grupos, procesos, lenguajes y culturas* (pp. 743-749). Madrid, España: Biblioteca Nueva.
- Munné, F. (2004). El retorno de la complejidad y la nueva imagen del ser humano: Hacia una Psicología compleja. *Revista Interamericana de Psicología*, 38 (1), 23-31.
- Munné, F. (2005). ¿Qué es la complejidad? *Encuentros en psicología social*, 3 (2), 6-17.
- Munné, F., & Codina, N. (1996). Psicología social del ocio y el tiempo libre. In J. L. Álvaro, A. Garrido & J. R. Torregrosa (Eds.), *Psicología social aplicada* (pp. 429-448). Madrid, España : McGraw-Hill.
- Munné, F., & Codina, N. (2002). Ocio y tiempo libre: Consideraciones desde una perspectiva psicosocial. *Licere*, 5 (1), 59-72.
- Neulinger, J. (1981). *The Psychology of leisure* (2nd ed. rev.). Illinois, IL: Charles C. Thomas. (Trabajo original publicado en 1974).
- Neulinger, J. (1986). *What am I doing?* New York: The Leisure Institute.
- Peat, F. D. (1995). The geometrization of thought. In R. Robertson & A. Combs (Eds.), *Chaos theory in Psychology and the life*

- sciences* (pp. 359-372). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Pestana, J. V. (2007). *Aspectos complejos del tiempo libre y el sí mismo: Una investigación a partir de ejercicios teatrales*. Tesis Doctoral, Universitat de Barcelona. Recuperado en Julio 5, 2010, en <http://www.tesisexarxa.net/TDX-0926107-112916/>
- Pestana, J. V., & Codina, N. (2005, septiembre). *Sistema de autorreferentes y actividades cotidiana: Análisis de sus fractalidades mediante una metodología cualitativa secuencial*. Comunicación presentada al IX Congreso Nacional de Psicología Social “Construyendo a Europa dos pobos e das culturas”, A Coruña, España.
- Sappington, A. A. (1990). Recent psychological approaches to the free will versus determinism issue. *Psychological Bulletin*, 108 (1), 19-29.
- Silvestri, A., & Blanck, G. (1993). *Bajtín y Vigotski: La organización semiótica de la conciencia*. Barcelona, España: Anthropos.
- Stebbins, R. A. (1992). *Amateurs, professionals and serious leisure*. Montreal, Canada: McGill-Queen’s University Press.
- Stockdale, J. E. (1987). *Methodological techniques in leisure research: Informe final del Joint Sports Council / Economic & Social Research Panel on Leisure and Recreation Research*. London: Sports Council Publications Department.
- Wearing, B., & Wearing, S. (1992). Identity and the commodification of leisure. *Leisure Studies*, 11 (1), 3-18.

Recebido em 13 de março de 2010

Aceito em 02 de abril de 2010

Revisado em 22 de maio de 2010