

Ocio y Cohesión Social a lo largo de la vida

Yolanda Lázaro-Fernández* y Concepción Bru-Ronda**

LEISURE AND SOCIAL COHESION THROUGHOUT LIFE

KEYWORDS: Leisure, Young people, Digital leisure, Leisure perceptions.

ABSTRACT: In a constantly changing environment as the one we live in, we sometimes wonder what the role of leisure is in the lives of people. This article aims to reflect and put on the table some elements that allow us to observe generally the value of leisure and one of its areas, such as sport, in contemporary society and in particular as an element of social cohesion throughout life. The core values to support citizenship have to do with personal autonomy, equality and diversity, understood from an integrative perspective. In the current state of globalization in which we live in, the cultural and educational appear embedded. Learning throughout life enable awareness of the local (personal) in the social (global) becoming an important resource for achieving individual development and improvement in social life.

La ciudadanía es la expresión de pertenencia que una persona tiene hacia una sociedad determinada en la que participa. La libertad y la igualdad de todos los miembros de una comunidad social son las notas esenciales de la ciudadanía y, al mismo tiempo las condiciones de legitimidad de las formas de organización e institucionalización de dicha comunidad. Partimos de la premisa que la ciudadanía está contenida de categorías conceptuales múltiples, y responden a procesos socio políticos modernos, por lo tanto entendemos por ciudadano/a a la persona que es sujeto de derecho sin necesidad de vincularlo a una determinada nacionalidad.

La Comisión Europea designó el año 2013 como “*Año Europeo de los Ciudadanos*”, lo cual abala la importancia de la Ciudadanía Activa, entendida en este artículo como una cuestión de actitud participativa, de implicación en la vida de las comunidades, de desarrollo del sentido de identidad y pertenencia al lugar donde se interactúa socialmente, con sus responsabilidades, derechos y obligaciones.

La cohesión social desde un punto de vista humanista y teórico es el activo fundamental de las sociedades avanzadas y designa el grado de consenso de los miembros de un grupo social o la percepción de pertenencia a un proyecto o situación común, siendo la educación una herramienta muy útil para la creación de conciencia colectiva y para el aprendizaje de la ciudadanía activa.

Una educación que tenga en cuenta la perspectiva del ciclo vital de la persona, lo que permite observar el desarrollo del ser humano en la globalidad de su existencia. Este nuevo enfoque posibilita un nuevo modelo de educación que se extiende a lo largo de toda la vida de la persona, donde el ocio y todos sus

ámbitos, entre los que se encuentra el deporte, son elementos sobre los cuales se trabaja como motivadores de dinámicas de participación e identificación social.

Cohesión Social y Empoderamiento

Comenzamos este apartado definiendo el término cohesión. La Real Academia de la Lengua tiene cuatro acepciones para el término. Destacamos dos de ellas: 1.f. Acción y efecto de reunirse o adherirse las cosas entre sí o la materia de que están formadas; 2.f. enlace (unión de algo con otra cosa).

En este artículo coincidimos con Morata (2010) cuando define la cohesión social como el proceso mediante el cual la ciudadanía desarrolla un instinto de unidad, pertenencia e inclusión, participa activamente en la vida social y goza de una relativa equidad en un contexto donde instituciones públicas y privadas son reconocidas entre sí legítimamente.

Por otra parte, hablar de cohesión social es hacer referencia de una serie de conceptos que van unidos a la propia definición del mismo. Un componente de la cohesión social es la calidad de vida, entendiendo ésta, tal y como apunta Setién (1993), como el grado en que una sociedad posibilita la satisfacción de las necesidades (materiales y no materiales) de los miembros que la componen. Tal capacidad se manifiesta a través de las condiciones objetivas en que se desenvuelve la vida societal y en el sentimiento subjetivo que de la satisfacción de sus deseos, socialmente influidos, y de su existencia, poseen los miembros de la sociedad. Por tanto, la calidad de vida se relaciona con las percepciones personales y valores culturales, pero hace referencia también a unas condiciones objetivas que son comparables.

Correspondencia: Yolanda Lázaro Fernández. Departamento de Didáctica y Desarrollo Curricular. Facultad de Psicología y Educación. Universidad de Deusto. Avda. de las Universidades, 24; 48007 Bilbao. E-mail: yolanda.lazaro@deusto.es.

*Departamento de Didáctica y Desarrollo Curricular. Universidad de Deusto.

**Departamento de Análisis Geográfico Regional y Geografía Física. Universidad de Alicante.

Fecha de recepción: 18-03-2016. Fecha de aceptación: 19-09-2016

Así pues impulsar y ocuparse de la mejora de la calidad de vida de las personas y de su bienestar subjetivo supone, de acuerdo con Morata (2014), trabajar también en el desarrollo de la capacidad de empoderamiento tanto individual como colectivo.

Zimmerman (2000) define el empoderamiento como el proceso por el cual las personas, organizaciones y comunidades ganan control y poder sobre sus vidas. Así se puede hablar de *empoderamiento individual*, como lo hace Labonté (1994) entendiendo éste como la concienciación del propio sujeto para que éste construya y fortalezca su identidad, fomentando sus capacidades para transformarse y transformar su contexto.

La creación de estructuras que impulsan y motivan la participación y estimulan la efectividad organizacional, es lo que este autor entiende como *empoderamiento organizacional*. Para, por último, definir el *empoderamiento comunitario* como la realización de acciones colectivas que ayudan a mejorar las condiciones de vida de las comunidades locales y las conexiones que se establecen entre organizaciones sociales y entre éstas y otras instancias.

Así, según Zimmerman (1995) una comunidad es competente cuando sus integrantes son capaces de transformar la vida de esa comunidad porque poseen las habilidades, deseos y recursos para involucrarse en actividades de mejora de la propia comunidad.

Por tanto, hacer posible la cohesión social y como consecuencia favorecer la calidad de vida de la población será posible si, entre otras cuestiones, se trabaja en la consecución de tres objetivos prioritarios, como destaca Morata (2014). El primero de ellos sería la participación y la construcción de ciudadanía como elementos clave en la lucha contra la exclusión social. Los nuevos modelos de ciudadanía se crean a partir de la participación social, que debe ser “relevante, significativa, viable y práctica” (Morata 2014, p. 19) para que sea un instrumento de empoderamiento. El segundo objetivo sería la corresponsabilidad como red que genera ciudadanía. Aumentar la motivación hacia la participación se consigue superado la compartimentación organizativa, compartiendo la gestión y con espacios de relación horizontal. Y todo ello contribuye a la consecución de un mayor grado de ciudadanía. Por último, la sensibilización y cambio social también se plantea como objetivo prioritario. Carmona y Rebollo (2009), definen la sensibilización social, como las acciones pedagógicas y comunicativas que tratan de producir cambios en el imaginario social, para generar situaciones sociales más satisfactorias para las personas. Y un elemento básico en todo ello es la red social de los individuos ya que es un factor clave en la calidad de vida de los y las ciudadanas y un componente esencial de la cohesión social como señalan Farpón, Menéndez y Triguero (2007).

El papel de la educación a lo largo de la vida en la cohesión social

Los Compartimos con Rizvi (2010) la idea de que “la educación a lo largo de la vida es una idea sensata. Dado que el aprendizaje es algo intrínsecamente humano y nunca se deja de aprender” (p. 86).

Ya en 1929 Yeaxlee vio la educación como algo inseparable de la vida misma, y argumentó que para que la vida fuera experimentada de manera plena, fuerte y creativa, era necesario reflexionar constantemente.

La educación a lo largo de la vida pretende desarrollar una visión de la educación a través de la cual todos somos

supuestamente capaces de participar más plenamente en este mundo globalizado.

En la globalización actual, se encuentra inmerso lo cultural y lo educativo y tal y como apunta el Libro Blanco del Envejecimiento Activo (2011) el aprendizaje a lo largo de la vida es un poderoso recurso para lograr tanto el desarrollo personal como una mejor convivencia social. Esto es así puesto que la conexión y conocimiento de los demás (lo global), convive con la identidad del yo propio (lo local), entendiendo lo local como un aspecto de lo global.

El reto de la educación a lo largo de la vida se fundamenta en crear contextos donde el proceso educativo tenga lugar en todas las etapas de la vida de las personas y no sólo en la inicial. En opinión de Pérez Serrano (2001) consiste en crear sociedades educadoras capaces de estimular ese *potencial dormido*. El concepto de educación a lo largo de la vida puede considerarse como la clave desde la cual focalizar toda la educación. Se acerca al concepto de sociedad educadora en la que todo puede ser ocasión propicia para desarrollar nuestra capacidad de aprendizaje. Su significado actual podría situarse en aprovechar y utilizar durante toda la vida cada oportunidad que se presenta de actualizar, profundizar y enriquecerse, así como adaptarse a un mundo en permanente cambio. Incluso podríamos afirmar, tal y como apunta Montero (2005), que se trata de un concepto más humanista que académico, donde prima la elección y determinación del propio proyecto vital, desarrollo personal y, en definitiva, la construcción de sí mismo.

En la reunión de Ministros responsables de la enseñanza superior en Praga (2001) se discutió sobre la necesidad de incorporar el aprendizaje a lo largo de la vida al área de Educación Superior: En la Europa del futuro, basada en una sociedad y una economía del conocimiento, las estrategias de aprendizaje a lo largo de la vida son necesarias para enfrentarse a los desafíos de la competitividad y al uso de las nuevas tecnologías, así como para mejorar la cohesión social, la igualdad de oportunidades y la calidad de vida.

Diversos estudios (OCDE, 2007; Desjardins y Schuller, 2006; Field, 2009; Preston y Feinstein, 2004; Bynner y Hammond, 2004) demuestran que el aprendizaje puede promover la cohesión social y fortalecer el espíritu cívico. El aprendizaje de adultos puede respaldar el desarrollo de normas compartidas, e infundir un mayor grado de confianza en otras personas y en el Gobierno, al igual que una mayor voluntad de cooperación cívica.

Es evidente que la educación es, por naturaleza y en sí misma, una actividad humanizadora que ayuda a reforzar los vínculos dialógicos e interpersonales. Es la mejor posibilidad, según Del Valle, Tejedor, Carbonero y De Padro (2008), que el ser humano se ha dado para cultivar su disposición a la sociabilidad y al diálogo; su actitud al mantenimiento de la individualidad con conciencia de lo colectivo.

Educación del Ocio: una herramienta para trabajar la cohesión social

En las últimas décadas del pasado siglo XX, se han producido profundas y significativas transformaciones en el ámbito político, económico, social y cultural que han supuesto cambios estructurales de enorme importancia, tanto para las personas consideradas individualmente, como para los grupos sociales de los que forman parte. Estos cambios, tal y como apunta Bru (2010) han alterado las condiciones de vida, de trabajo, de relación y de ocio de las personas de todas las edades,

Cuenca (2011) señala que nos encontramos en una sociedad que se caracteriza por el acceso generalizado al ocio, entendido como una de las experiencias más deseadas y representativas de nuestra época. La forma de percibir el ocio ha transcurrido paralela a los cambios de mentalidad que se han ido dando en otros aspectos de la vida.

En el territorio español los últimos años ha sido fértil, en la creación de infraestructuras y equipamientos culturales, deportivos y turísticos, se han rehabilitado entornos recreativos, costas y playas, la oferta recreativa en la naturaleza ha aumentado considerablemente y el desarrollo del ocio en relación con la tecnología ha despegado con una velocidad de vértigo, incidiendo todo ello en nuestras ciudades, convirtiéndolas en espacios que invitan cada vez más al disfrute. Es decir, cada vez son más las evidencias que justifican el momento histórico en el que estamos donde el ocio ocupa y tiene una importancia sin precedentes (Lázaro, 2007).

En términos generales, el ocio ha sido definido de tres formas diferentes: como actividad concreta, como tiempo residual de trabajo y, más recientemente, como experiencia subjetiva.

El ocio del que trata este artículo es un ocio humanista que defiende el desarrollo de la persona y considera sus experiencias de ocio un ámbito de desarrollo humano. Cuenca (1997) afirma que es la libertad el fundamento del ejercicio del ocio, pues no se puede obligar a nadie a estar satisfecho, alegre, a disfrutar de un acontecimiento deportivo, por poner algunos ejemplos. La libertad es la base de la dignidad de la persona, cuya meta y sentido es la autorrealización, es decir, ser uno mismo y el ocio puede ser una excelente plataforma para conseguirlo.

El ocio humanista del siglo XXI es un ocio experiencial, es decir aquel que se fundamenta en la vivencia de experiencias memorables. Pero además puede afirmarse que socialmente el ocio, tal y como lo elabora Cuenca (2011), tiene un gran potencial como motivador de dinámicas de participación, cohesión e identificación social, puesto que éstas se viven muy a menudo entre los grupos de aficionados de cualquier tipo de práctica de ocio deportivo, cultural, festivo, solidario, o de cualquier otro tipo.

Habitualmente el ocio es un signo de pertenencia a una categoría social, pero de igual manera es símbolo de afirmación personal con respecto a los demás.

Es decir, las experiencias de ocio tienen que ver con la propia vivencia personal, pero también se integran en un contexto puesto que tienen que ver con el entorno social.

El ocio irrumpe como ámbito de aprendizaje en dos direcciones, por un lado, puesto que para desarrollar determinadas prácticas, en ocasiones, hay que aprender unas destrezas específicas y por otra parte, puesto que hay ciertos aprendizajes que pueden considerarse experiencias de ocio.

Por lo tanto, la educación del ocio tiene sentido dentro de la educación integral del individuo, donde la vivencia de unos valores son básicos en el ejercicio de un ocio implicado en el desarrollo humano. Estos valores son libertad, igualdad, solidaridad, respeto activo y diálogo.

Ruskin (2002) afirma que la educación del ocio contribuye a que las personas alcancen su máxima potencialidad en ocio, y se extiende a lo largo de toda la vida, porque la vivencia del ocio, tal y como señala Cuenca (2002a) debe evolucionar con nosotros mismos, con nuestras necesidades, capacidades y experiencias.

La educación del ocio nos coloca en ámbitos de aprendizaje desinteresados y a su vez gratificantes, que pretenden aumentar

las opciones personales y comunitarias que nos posibiliten experiencias de ocio de calidad. De acuerdo con Kleiber (2002) el ocio como contexto educativo, ofrece al individuo las posibilidades de una expansión disfrutable y de una reflexión con significado sobre lo aprendido.

En definitiva, la educación del ocio abre múltiples posibilidades de mejora que afectan a todas las edades y su potencial radica en un conocimiento de su significado y la trascendencia de su intervención.

El deporte como ámbito de la Educación del Ocio y su papel en el proceso de cohesión social

Entendemos al ser humano como una entidad global formada por tres dimensiones: biológica, psicológica y social, donde la práctica deportiva puede y debe hacerse partícipe de la formación, ya que como dice Gutiérrez (2004) el deporte es una excelente herramienta para la educación integral del ser humano.

Igualmente en la sociedad en la que vivimos, el deporte está cada vez más unido al ámbito de lo cotidiano, afectando a la calidad de vida, incorporándose al gran espectro del ocio siendo utilizado como producto, objeto de intercambio social y en ocasiones, eje económico.

García Ferrando (1991) destaca la importancia de la dimensión cultural del deporte ya que éste se ha convertido en uno de los agentes de socialización de mayor interés, tanto desde el punto de vista pedagógico, como sociológico o incluso político.

Los profesionales que trabajan en el ámbito del deporte y de la educación del ocio deben trabajar porque la población sea capaz de aprender a vivir el ejercicio como una actividad gratificante, reconfortante y placentera. A su vez, es y debe ser un gran espacio de convivencia y bienestar colectivo donde trabajar valores como la tolerancia y el respeto al otro, así como la identidad y la cohesión social (Muñoz, 2004).

Ya en 1991, Arnold apuntaba cómo, a través de la participación en deporte, surgen cualidades tales como lealtad, cooperación, valor, resolución, resistencia, perseverancia, dominio de sí mismo, entre otras, siendo algunas relevantes también en los procesos de cohesión social.

Como apunta Moragas (1992), el deporte interfiere plenamente en la vida cotidiana, influye en los procesos de socialización, determina una buena parte del tiempo libre y constituye un punto de referencia clave para los procesos de identificación social de mucha gente.

El deporte es un instrumento de transmisión de cultura que va a reflejar los valores básicos del marco cultural en el que se desenvuelve. Como producto social, la práctica deportiva se convierte en un elemento clave de socialización.

En el nivel de sociabilidad deportiva se dan, en muchos casos, fuertes vínculos identitarios entre las personas ya que desde la pertenencia a clubes y/o equipos, sociedades deportivas, disciplinas concretas... se crean fuertes sentimientos de identidad colectiva. Practicar un deporte específico puede ser utilizado a nivel grupal como un elemento definidor de esa identidad.

En definitiva, el individuo se educa en el deporte, ya que a través de él interioriza valores básicos para su socialización y mediante la práctica deportiva adopta progresivamente sus formas y expresiones (compañerismo, solidaridad o violencia). El reto es que las prácticas de ocio en general, y deportivas en particular se transformen en experiencias positivas significativas, y para ello, Kleiber (2002) apunta que lo más

importante es que la motivación intrínseca y el reto personal inherente a las aficiones, en este caso deportivas, sean la base de aprendizaje.

Discusión

Actualmente el ocio es un valor en alza y un elemento fundamental y esencial para entender los estilos de vida de la ciudadanía. Igualmente, el deporte se ha convertido en un componente fijo de la vida diaria, bien como espectáculo disfrutado a través de la televisión, bien desde las gradas de un estadio, o bien como ejercicio físico necesario para compensar las consecuencias de una vida cada vez más sedentaria.

Inclusión y pertenencia, o igualdad y pertenencia, son los ejes sobre los que ha girado la noción de cohesión social en sociedades

ordenadas bajo la tutela del Estado de bienestar. El sentido de pertenencia, que es un hecho subjetivo de quienes integran la sociedad constituye el eje central de las distintas definiciones de cohesión social, donde el ocio y el deporte ocupan un espacio privilegiado.

Por todo ello a lo largo de este artículo reafirmamos la idea de que el ocio y también el deporte se han redescubierto como ámbitos de desarrollo personal y social (Cuenca, 2002b), encontrando razones que no hacen más que justificar la necesidad de la Educación del Ocio a lo largo de la vida de todos los y las ciudadanas en la sociedad actual y futura, puesto que el acceso al conocimiento, a la educación y a la capacitación son indispensables para una vida activa y plena que favorezca, tal y como afirma Bru (2010) el desarrollo de los grupos sociales y la igualdad de oportunidades.

OCIO Y COHESIÓN SOCIAL A LO LARGO DE LA VIDA

PALABRAS CLAVE: Ocio, Cohesión social, Deporte, Educación del Ocio.

RESUMEN: En un entorno en constante evolución como en el que vivimos, a veces nos preguntamos cuál es el papel del ocio en la vida de las personas. Este artículo pretende reflexionar y poner encima de la mesa algunos elementos que nos permitan observar de manera general el valor del ocio y de uno de sus ámbitos, como es el deporte, en la sociedad contemporánea y en particular como elemento de cohesión social a lo largo de la vida. Los valores básicos para fundamentar la ciudadanía tienen que ver con conceptos tales como la autonomía personal, la igualdad y la diversidad entendidos desde una perspectiva integradora. En la globalización actual en la que vivimos se encuentra inmerso lo cultural y lo educativo. El aprendizaje a lo largo de la vida permite tomar conciencia de lo local (lo personal) en lo social (lo global) convirtiéndose en un recurso importante para lograr el desarrollo individual y una mejora en la convivencia social.

Referencias

- Arnold, P. J. (1991). *Educación física, movimiento y currículum*. Madrid: Morata.
- Blanco, A. (1988). *Calidad de Vida en "Terminología Científico-social". Aproximación Crítica*. Madrid: Editorial Anthropos.
- Bru Ronda, C. (2010). La enseñanza universitaria para personas mayores: evolución conceptual, innovación educativa y adaptación a las demandas sociales del siglo XXI. Investigación y buenas prácticas de trabajo académico con mayores en España. *Palabras Mayores*, 5. Consultado el 01/03/2016 en <http://ezproxybib.pucp.edu.pe/index.php/palabramayores/article/view/1601/1553>
- Bynner, J. y Hammond, C. (2004). *The benefits of adult learning: Quantitative insights*. Londres: Centre for Research on the Wider Benefits of Learning.
- Carmona, M. y Rebollo, O. (2009). *Guía operativa d'acció comunitària. Acció Social i Ciutadania*. Barcelona: Ajuntament de Barcelona.
- Causapié, P., Balbontín, A., Porras, M. y Mateo, A. (dirs.). (2011). *Libro Blanco del Envejecimiento Activo*. Madrid: IMSERSO.
- Cayuela Maldonado, M. J. (1997). *Los efectos sociales del deporte: ocio, integración, socialización, violencia y educación* [artículo en línea]. Barcelona: Centre d'Estudis Olímpics UAB. Consultado el 14/03/2016 en http://olympicstudies.uab.es/pdf/wp060_spa.pdf
- Comunicado de la reunión de Ministros Responsables de la enseñanza superior en Praga el 19 de mayo de 2001. *Hacia un Espacio Europeo de Enseñanza Superior*. Consultado el 06/07/2015 en http://www.eees.es/pdf/Praga_ES.pdf.
- Cortina, A. (1999). *Ciudadanos del mundo. Hacia una teoría de la ciudadanía*. Madrid: Alianza Editorial.
- Cuenca, M. (coord.). (1997). *Legislación y política social sobre ocio y discapacidad. Actas de las III Jornadas de la Cátedra Ocio y Minusvalías. Documentos de Estudios de Ocio*, 5. Bilbao: Universidad de Deusto.
- Cuenca, M. (2002a). La educación del ocio: el modelo de intervención UD. En C. de la Cruz (ed.). *Educación del ocio. Propuestas internacionales* (pp. 25–56). Bilbao: Universidad de Deusto.
- Cuenca, M. (2002b). La educación del ocio: ámbitos de acción futura. *Revista de Educación*, número extraordinario, 149–167.
- Cuenca, M. (2011). El ocio como ámbito de Educación Social. *Educación Social*, 47, 25–40.
- De Moragas, M. (1992). *Cultura, símbols i Jocs Olímpics: la mediació de la comunicació*. Barcelona: Centre d'Investigació de la Comunicació.
- Del Valle, C., Tejedor, M., Carbonero, A., y De Prado, R. (2008). Aproximación al marco teórico de los programas universitarios para mayores en la Universidad de Valladolid. En M^a C. Palmero Cámara (coord.). *Formación universitaria de personas mayores y promoción de la autonomía personal. Políticas socioeducativas, metodologías e innovaciones* (pp. 115–125). Burgos: Universidad de Burgos.
- Desjardins, R. y Schuller, T. (2006). Understanding the Social Outcomes of Learning. En VV.AA., *Measuring the Effects of Education on Health and Civic Engagement: Actas del Simposio de Copenhague*. París: OCDE.
- Farpón, A. I., Menéndez, L. M., y Triguero, Y. (2007). *Guía de incorporación social*. Oviedo: Consejería de Bienestar social del Principado de Asturias.
- Field, J. (2009). *Well-being and Happiness IFLL Thematic Paper 4*. Londres: National Institute of Adult Continuing Education.
- García Ferrando, M. (1991). *Los españoles y el deporte (1980-1990). Un análisis sociológico*. Madrid: Ministerio de Educación y Ciencia.
- Gutiérrez Sanmartín, M. (2004). El valor del deporte en la educación integral del ser humano. *Revista de Educación*, 335, 105–126.
- Kleiber, D. A. (2002). Intervención en el desarrollo y educación del ocio: Una visión a lo largo de la vida. En C. de la Cruz (ed.). *Educación del ocio. Propuestas internacionales* (pp.69–83). Bilbao: Universidad de Deusto.
- Labonte, R. (1994). Health promotion and empowerment reflections on professional practice. *Health Education Quarterly*, 21, 253–268.

- Lázaro, Y. (2007). *Ocio y discapacidad en la normativa autonómica española. Documentos de Estudios de Ocio*, 33. Bilbao: Universidad de Deusto.
- Montero García, I. (2005). *El interés de las personas mayores por la educación: qué educación. Estudio de campo* (Tesis Doctoral). Granada: Editorial de la Universidad de Granada.
- Morata, T. (2014). Pedagogía Social Comunitaria: un modelo de intervención socioeducativa integral. *Educación Social*, 57, 13–32.
- Muñoz Ramírez, F. (2004). El deporte como instrumento de transmisión de valores: por un modelo de cohesión social y de tolerancia. *Revista de Educación*, 335, 153–161.
- Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE) (2007). CERi – *Understanding the Social Outcomes of Learning*. París: OECD.
- Pérez Serrano, G. (2001). Aprender a lo largo de la vida. Desafío de la sociedad actual. *Ágora Digital*, 1, 1–17. Consultado el 06/07/2015 en <http://www.uhu.es/agora/version01/digital/>
- Preston, J. y Feinstein, L. (2004). *Adult Education and Attitude Change – Report No.11*. Londres: Centre for Research on the Wider Benefits of Learning.
- Rizvi, F. (2010). La educación a lo largo de la vida: más allá del imaginario neo-liberal. *Revista Española de Educación Comparada*, 16, 185–210.
- Romero, C. G. (2002). Dinamización comunitaria en el ámbito de la inmigración. Apuntes y propuestas sobre participación, mediación y codesarrollo. En M. J. Rubio Martín y S. Monteros (coords.). *La exclusión social: teoría y práctica de la intervención* (pp. 99–128). Madrid: Editorial CCS.
- Ruskin, H. (2002). Desarrollo humano y educación del ocio. En C. de la Cruz (ed.). *Educación del ocio. Propuestas internacionales* (pp. 19–24). Bilbao: Universidad de Deusto.
- Setién, M. L. (1993). *Indicadores sociales de calidad de vida*. Madrid: Siglo XXI.
- Stebbins, R. (1996). Volunteering: A serious leisure perspective. *Nonprofit and Voluntary Sector Quarterly*, 25, 211–224.
- Yeaxlee, B. (1929). *Lifelong Education*. London: Cassell.
- Zimmerman, M. A. (1995). Psychological empowerment: Issues and illustrations. *American Journal of Community Psychology*, 23, 581–599.
- Zimmerman, M. A. (2000). Empowerment theory: Psychological, organizational and community levels of analysis. En J. Rappaport y E. Seidman (eds.). *Handbook of community psychology* (pp. 43–63). New York, NY: Kluwer Academic/Plenum Publishers