

ACTIVIDADES RECREATIVAS, EXPERIENCIA DE DISFRUTE Y REALIZACIÓN PERSONAL EN JÓVENES DE ARGENTINA

Molina, María Fernanda; Iglesias, Dario Hernan; Garcia Arabehehy, Maria; Celsi, Ignacio; Corti, Juan Facundo; Pérez-Gaido, Mauro; Andrade, Camila; Raimundi, María Julia; Gonzalez, María Alejandra
CONICET - Universidad de Buenos Aires. Facultad de Psicología - Universidad Nacional de Tres de Febrero.
Caseros, Argentina.

RESUMEN

El disfrute que experimentan los jóvenes a través de sus actividades tiene un fuerte impacto para un desarrollo positivo. Este trabajo se propone indagar las características del disfrute en jóvenes estudiantes y su relación con el sentido de realización personal. Método. Participaron estudiantes secundarios y universitarios ($n = 839$; 63.9% femenino; Edad = 18.40, $DE = 4.82$) del Área Metropolitana Bonaerense. Instrumentos: cuestionario sociodemográfico, Escala de Disfrute en la Actividad (EDA), Escala de Realización Personal (ESAR). Análisis de datos: Se realizó un análisis factorial exploratorio (AFE). Se realizaron pruebas t para analizar las diferencias por género y nivel educativo, y regresión lineal simple para estudiar la capacidad del disfrute para predecir la realización personal. Resultados: El AFE arrojó dos factores que explican el 66.6% de la varianza. El disfrute puede evaluarse a través de dos dimensiones: afecto positivo e involucramiento. Las actividades que más disfrutaron son las físico-deportivas, artísticas y sociales. Los estudiantes secundarios presentan más involucramiento que los/as de nivel universitario y los varones presentan más involucramiento que las mujeres. El disfrute predice el sentido de realización personal. Futuros estudios permitirán conocer la capacidad del disfrute para predecir parámetros de bienestar y salud en población joven.

Palabras clave

Disfrute - Realización personal - Actividades recreativas - Estudiantes

ABSTRACT

LEISURE ACTIVITIES, ENJOYMENT EXPERIENCE AND SELF-FULFILLMENT IN YOUNG PEOPLE FROM ARGENTINA

The enjoyment that young people experience through their activities has a strong impact for positive development. This work's aim is to investigate the characteristics of enjoyment in young students and its relationship with the sense of personal fulfillment. Method. high school and university students participated ($n = 839$; 63.9% female; $Age = 18.40$; $SD = 4.82$) from Buenos Aires Metropolitan Area. Instruments: sociodemographic questionnaire, Scale of Enjoyment in Activity (EDA), Scale of Personal Fulfillment (ESAR). Data analysis: An exploratory factor analysis (EFA) was carried out. T tests to analyze the differences

by educational level and gender, and simple linear regression to study the predictive power of enjoyment on self-fulfillment were performed. Results: The EFA yielded two factors that explain 66.6% of the variance. Enjoyment can be assessed through two dimensions: positive affect and involvement. The activities they enjoy the most are physical-sports, artistic and social. Secondary students show more involvement than young people at the university level and men show more involvement than women. Enjoyment predicts a sense of personal fulfillment. Future studies will make it possible to know the ability of enjoyment to predict well-being and health parameters in the young population.

Keywords

Enjoyment - Self-fulfillment - Leisure activities - Students

BIBLIOGRAFÍA

- Argan, M., Argan, M. T., y Dursun, M.T. (2018) Examining relationships among wellbeing, leisure satisfaction, life satisfaction, and happiness. *International Journal of Medical Research and Health Sciences*, 7(4), 49-59.
- Balaguer, I., Duda, J. L., y Castillo, I. (2017) Motivational antecedents of well-being and health related behaviors in adolescents. *Journal of human kinetics*, 59(1), 121-130.
- Schmidt, V., Molina, M.F., Celsi, I. & Corti, J.F. (2022) La experiencia de disfrute y su contribución a la realización personal en jóvenes estudiantes. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 25(2), 59-78. <http://revistas.um.es/reifop>