

**OCIO Y BIENESTAR SUBJETIVO EN MICROEMPRESARIOS Y  
ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS**

**ELIZABETH ELIANA SOTO VÁSQUEZ  
PSICÓLOGO MENCIÓN DE PSICOLOGÍA SOCIAL Y  
DE LAS ORGANIZACIONES**

**RESUMEN**

En el presente estudio se analiza el concepto y el tiempo de ocio en una muestra de 180 personas divididas en igual número en microempresarios y en estudiantes de la Universidad de Talca, centrándose en los factores que influyen en su aprovechamiento y en el bienestar subjetivo alcanzado como consecuencia de ello. Se buscó objetivar el significado de ocio que otorgan los propios participantes, la forma en que hacen uso del mismo y los factores asociados a ello, tomando como referencia el modelo de los apremios del ocio (Crawford, Jackson & Godbey, 1991). La metodología utilizada es mixta, cualitativa en la construcción inicial de un Cuestionario de ocio, para posteriormente definir variables cuantitativas en relación a los comportamientos de ocio, valoración hacia éste, y facilitadores/barreras que determinan la participación en él. Se aplica la Escala de Satisfacción con la Vida (Diener, Emmons, Larsen & Griffin, 1985) y se analiza la influencia que el ocio y los aspectos del modelo de apremios del ocio tienen sobre el bienestar subjetivo, estableciendo una comparación entre los dos grupos participantes. Se examina la confiabilidad del instrumento y su estructura factorial, y se realizan análisis descriptivos y correlacionales. Los resultados muestran un buen nivel de consistencia interna para dos de las tres escalas del Cuestionario de ocio, Creencias sobre ocio ( $D= 0,814$ ) y Barreras frente al ocio ( $D=0,805$ ). No se confirma la asociación positiva entre el ocio, analizado por cada subescala, y el bienestar subjetivo. No se observa una relación significativa entre las barreras para participar en el ocio y el nivel de bienestar subjetivo ( $r= 0,061$ ).

Palabras claves: Ocio, bienestar subjetivo.