

# Tiempos compartidos entre abuelos y nietos, tiempos de desarrollo personal\*

## *Shared time between grandparents and grandchildren: A time for personal development*

**Dra. Rosa Ana ALONSO RUIZ.** Profesora Contratada Interina. Universidad de La Rioja ([rosa-ana.alonso@unirioja.es](mailto:rosa-ana.alonso@unirioja.es)).

**Dra. Magdalena SÁENZ DE JUBERA OCÓN.** Profesora Contratada Interina. Universidad de La Rioja ([m-magdalena.saez-de-jubera@unirioja.es](mailto:m-magdalena.saez-de-jubera@unirioja.es)).

**Dra. Eva SANZ ARAZURI.** Profesora Titular. Universidad de La Rioja ([eva.sanz@unirioja.es](mailto:eva.sanz@unirioja.es)).

### Resumen:

El incremento del bienestar y la esperanza de vida ha contribuido al aumento y fortalecimiento de las relaciones entre abuelos<sup>1</sup> y nietos. Relaciones que se han visto puestas en cuarentena como consecuencia de la pandemia generada por el COVID-19. Este trabajo analiza la frecuencia y el período de los tiempos de ocio compartidos entre estas dos generaciones familiares antes de la pandemia y la percepción que tienen los niños del desarrollo personal que producen esos momentos disfrutados con sus abuelos. Participaron en esta investigación 1080 niños y niñas de entre 6 y 12 años, 53.61 % mujeres (N = 579) y 46.38 % hombres

(N = 501) residentes en Cantabria, Vizcaya, Guipúzcoa, Álava, Navarra, La Rioja, Burgos o Palencia. Las variables contempladas son: año de nacimiento y género de los encuestados, frecuencia con que se comparte ocio con abuelos, y motivos de ese ocio compartido. Un 99.16 % de niños compartían tiempos de ocio con sus abuelos. El 96.18 % todas las semanas. El 53.71 % identificaron como una de las principales razones para vivenciar tiempos de ocio intergeneracional familiar los aprendizajes que sus abuelos les transmitían. Un 26.75 % percibieron como razón importante el desarrollo personal que ellos procuraban a sus abuelos en esos tiempos de ocio compar-

\* El presente texto se vincula a la investigación «Ocio y bienestar en clave intergeneracional: de la cotidianidad familiar a la innovación social en las redes abuelos-nietos» (EDU2017-85642-R) [años 2017-2020]; cofinanciada en el marco del Plan Nacional I+D+I con cargo a ayuda del Ministerio de Economía y Competitividad y del Fondo Europeo de Desarrollo Regional (FEDER).

Fecha de recepción de la versión definitiva de este artículo: 05-06-2020.

Cómo citar este artículo: Alonso Ruiz, R. A., Sáenz de Jubera Ocón, M. y Sanz Arazuri, E. (2020). Tiempos compartidos entre abuelos y nietos, tiempos de desarrollo personal | *Shared time between grandparents and grandchildren: A time for personal development*. *Revista Española de Pedagogía*, 78 (277), 415-433. doi: <https://doi.org/10.22550/REP78-3-2020-01>  
<https://revistadepedagogia.org/> ISSN: 0034-9461 (Impreso), 2174-0909 (Online)

tidos. Se observaron diferencias significativas en función del año de nacimiento y género de los nietos y del género y parentesco de los abuelos. Se resalta el gran peso de los tiempos de ocio compartidos entre abuelos y nietos en la cotidianidad familiar y cómo los niños eran conscientes del desarrollo personal que procuraban esos tiempos compartidos. Las políticas de intervención social y familiar deben ir orientadas a facilitar, estimular y reconstruir tiempos compartidos entre abuelos y nietos que procuren desarrollo personal bidireccional entre ambas generaciones.

**Descriptores:** ocio, desarrollo humano, relación de familia, infancia, envejecimiento.

## Abstract:

Increased well-being and life expectancy have helped increase and strengthen relationships between grandparents and their grandchildren, although these relationships have been affected by the quarantine resulting from the COVID-19 pandemic. This work analyses the frequency and periodicity of shared leisure time by these two family generations before the pandemic and grandchildren's perception of their personal development resulting from the time they spent with their grandparents. This research considered 1080 children aged between 6 and 12, 53.61%

of whom were female ( $n = 579$ ) and 46.38% male ( $n = 501$ ), resident in Cantabria, Vizcaya, Gipuzkoa, Álava, Navarra, La Rioja, Burgos, and Palencia. The target variables are: year of birth and gender of respondents, frequency of shared leisure time with grandparents, and reasons for this shared leisure time. 99.16% of these children shared leisure time with their grandparents with 96.18% doing so every week. 53.71% identified the learning their grandparents conveyed to them as one of the main reasons for sharing intergenerational family leisure time. The personal development they derived from their grandparents in shared leisure times was an important reason for 26.75% of respondents. Significant differences were found by year of birth and gender of the grandchildren, and gender and kinship of grandparents. This article highlights the great value of grandparents and grandchildren sharing leisure time in daily family life and that children were aware of the personal development these shared times produced. Social and family intervention policies should be aimed at facilitating, stimulating, and rebuilding shared time between grandparents and grandchildren and seeking two-way personal development between the two generations.

**Keywords:** leisure, human development, family relationship, childhood, aging.

## 1. Introducción

El estudio del tiempo ha despertado una gran curiosidad entre distintas disciplinas científicas como la filosofía, la física, la historia, la antropología y la psicología. Este

fenómeno ha cobrado mayor relevancia en las sociedades modernas desde principios del siglo xx, interesándose por conocer en profundidad cómo se consume el tiempo entre los ciudadanos, de manera que per-

mita categorizar y organizar la vida personal y social (Codina, Pestana, Caride y Caballo, 2013). Estos usos del tiempo se ven condicionados por los grandes sucesos a los que se ve sometida la sociedad. Un claro ejemplo podemos verlo con la declaración de la pandemia del COVID-19, cuando las estrategias de distanciamiento social recomendadas por las autoridades de salud pública limitaron los servicios no esenciales, restringiendo nuestras posibilidades de elección sobre el uso del tiempo por el bien de la salud de toda la humanidad.

El concepto y la percepción del tiempo se aprenden en la infancia, al igual que ocurre con la percepción sobre el paso del mismo; esta percepción se interioriza y depende de cada persona. Existe una serie de variables personales y situacionales, como la experiencia previa, el estado de ánimo, la motivación o la etapa vital en la que nos encontremos que hacen que el reloj personal vaya a una velocidad más rápida o más lenta (Isaacowitz y Fung, 2016; Vázquez Echeverría, 2011; Ornstein, 1975; Zimbardo, 2009).

Centrando la percepción del tiempo, en la sucesión de las etapas de la vida, se argumenta que nacemos con la percepción de que el tiempo es estático y es a lo largo de la infancia cuando el niño, a través de sus movimientos y de la sucesión de actividades rutinarias, toma conciencia del tiempo y aprende a determinar la relación espacio-tiempo, así como la consecución de tareas (Vázquez Seguí, 2014). En la segunda mitad de la vida, la ocupación en tareas, la actitud y la motivación positiva, así como la realización con éxito de las actividades conlleva la percepción en la aceleración del

paso del tiempo (Gambara, Botella y Gempp, 2002; John y Lang, 2015). En las personas mayores, la diferencia en la percepción temporal reside en la novedad de los hechos vividos (Fraisie, 1998). En la infancia siempre se disfruta de actividades novedosas (adquirir nueva información, expandir las redes sociales, asumir retos o vivir nuevas experiencias), en la vejez existe poca novedad en las experiencias de vida. La literatura científica ha evidenciado que el tiempo subjetivo es una construcción de gran interés por las importantes implicaciones para el bienestar de los individuos, incluso, la forma en que perciben el tiempo resulta ser un indicador potencial de adaptación, bienestar y salud de las personas mayores y, en última instancia, en el envejecimiento exitoso (Gabrian, Dutt y Wahl, 2017; Gil y Droit-Volet, 2009; Izal, Bellot y Montorio, 2018; Noulhiane, Mella, Samson, Ragot y Pouthas, 2007; Wiesmann, Ballas y Han-nich, 2018).

En un momento en que los avances científicos y tecnológicos han permitido que las personas aumenten su esperanza de vida, se produce una transformación de la estructura piramidal tradicional de población en una estructura vertical. Dada la existencia de un crecimiento demográfico de los grupos de personas mayores de 50 años y a una generación más joven menos numerosa (Meil, 2006), se considera necesario fomentar la participación de personas mayores en actividades significativas que podría facilitarles una estimación de mayor fluidez en el paso del tiempo con los consiguientes efectos positivos sobre el bienestar emocional. Como argumentan Izal et al. (2018), a medida que las personas envejecen, sus mo-

tivaciones se dirigen hacia aspectos emocionales que pueden proporcionarles bienestar en esta etapa de la vida, como las relaciones con familiares o amigos, que constituyen los pilares fundamentales del uso y disfrute de sus tiempos y que se han visto interrumpidas abruptamente por el estado de alarma sanitaria que ha asolado a toda la humanidad en la primera mitad del año 2020.

Teniendo en cuenta estas premisas y que el proceso de verticalización también ha afectado a la estructura familiar con un aumento del número de generaciones por familia y una mayor superposición de las vidas de los abuelos con las de sus nietos (Ramos, 2019), junto con los cambios socio-culturales y familiares que se han producido en las últimas décadas, y los que han sobrevenido ante la inesperada potencia y alcance del coronavirus, es fundamental reconocer el valor de la investigación sobre las relaciones entre ambas generaciones, los beneficios que les aportan estas interacciones privilegiadas para promover un envejecimiento activo y exitoso, así como el tiempo y las actividades que compartían abuelos y nietos antes de la crisis sanitaria del 2020. Conocer el pasado inmediato ayudará a reconstruir, en un futuro próximo, unas redes intergeneracionales familiares que preserven la salud de los mayores y fortalezcan su desarrollo y el de sus nietos.

La literatura científica asegura que los abuelos se sienten muy vinculados a sus nietos (Triadó, 2000; Triadó, Martínez y Villar, 2000) y los nietos consideran a sus abuelos como figuras muy importantes en sus vidas (Attar-Schwartz, Tan y Buchanan, 2009); además, cuando el tiempo compartido es de

ocio se genera una potencialidad de tiempo compartido valioso y educativo (Caride, 2012; Sanz, Sáenz de Jubera y Cano, 2018).

La pandemia del coronavirus (COVID-19), el mayor desafío reciente para la humanidad, ha sido un golpe a la línea de flotación del entramado familiar, y ha tenido un impacto directo en los tiempos compartidos entre abuelos y nietos. Las políticas de aislamiento domiciliario desarrolladas por las autoridades sanitarias a nivel mundial para el control de la transmisión de la enfermedad ha supuesto que estos dos colectivos, considerados como especialmente vulnerables, hayan de permanecer confinados en sus hogares, privados del contacto del que mutuamente disfrutaban, alejados de su cotidianidad y de todo su entorno, lo que puede tener consecuencias emocionales importantes, con una serie de efectos somáticos y psicológicos (Brooks et al., 2020; Wang, Zhang, Zhao, Zhang y Jiang, 2020).

Este impacto negativo en el bienestar de los niños y de sus abuelos, cuidadores y acompañantes habituales, se ve agudizado, en la mayoría de los casos, por la falta de interacciones entre ambos. Esta situación sobrevenida es vivenciada en muchas ocasiones por los menores y sus abuelos con inquietud y malestar, anhelando los tiempos compartidos y buscando su regreso (Dalton, Rapa y Stein, 2020).

Máxime cuando el intercambio intergeneracional entre abuelos y nietos desprende beneficios significativos para ambas generaciones (Coall y Hertwig, 2010; Kim, Kang y Johnson-Motoyama, 2017).

Por un lado, proporciona factores positivos para el proceso continuo de desarrollo global en el que se encuentran los niños debido a la transmisión de valores sociales y emocionales, tales como la autoestima, la autoconfianza y la tolerancia ante la adversidad. Además, se evita el aislamiento y se previenen hábitos nocivos (Álvarez, Cala y Riaño, 2019; Martínez, 2017); asimismo, los nietos les ayudan a sentirse útiles, jóvenes, felices (Osuna, 2006) y perciben mayores niveles de apoyo social (Muñoz y Zapater, 2006). Por su parte, los abuelos ofrecen apoyo emocional, instrumental y financiero en la infancia de sus nietos (Martínez, 2017) e, incluso, se presentan como un elemento de estabilidad en las crisis familiares (Hagestad, 1985). Para ellos, la relación con sus nietos les aporta vitalidad, ilusión y alegría, optimiza recursos para afrontar la enfermedad mental, aumenta la sensación de estima personal y ven fomentada su motivación (Aranda, 2013; MacCallum et al., 2006; Martínez de Miguel, Escarbajal, y Moreno, 2012). Estudios actuales (Larraz, Zegers y Orellana, 2019; Triadó, 2018; Villar, 2013) resaltan el potencial generativo de las relaciones entre abuelos y nietos, favoreciendo en los mayores un envejecimiento activo y exitoso, que les ayude a sentirse mejor con uno mismo, a su desarrollo personal, a adaptarse mejor a los cambios de la vida y a su satisfacción vital.

En definitiva, el tiempo compartido entre abuelos y nietos tiene repercusión en la calidad de estas relaciones, destacando dimensiones como la intimidad, la cercanía, el afecto, el optimismo, el disfrute y la alegría, dando como resultado un legado familiar único (Hebblethwaite y Norris, 2011).

Estas relaciones intergeneracionales pueden fortalecerse a través del ocio familiar compartido entre abuelos y nietos. Prestigiosos autores subrayan que la frecuencia del contacto y la posibilidad de realizar actividades de acompañamiento y/o cuidado (compartir comidas, conversar, escuchar música, hablar por teléfono, contar cuentos, jugar, pasear, visitar a familiares y amigos, discutir, tomar decisiones importantes, rezar) son variables influyentes en la satisfacción de los nietos en la relación con sus abuelos (González y de la Fuente, 2007, 2008; Pinazo y Montoro, 2004). Cuando estos nietos llegan a adultos, se convierten en importantes apoyos prácticos y emocionales para los abuelos (Kemp, 2004) y son sus abuelos los que perciben que reciben mayor apoyo expresivo e instrumental que el que ellos pueden dar (Pinazo y Montoro, 2004). Es decir, ese lazo familiar intergeneracional se va fortaleciendo y presenta un impacto positivo en los valores, las metas y la calidad de vida. A lo largo del tiempo se va desarrollando una continuidad generacional que conlleva una inversión de cuidados, de manera que es el nieto quien brinda cuidados al abuelo. Badenes y López (2011) y Martínez (2017) exponen que esta bidireccionalidad conlleva una relación de solidaridad familiar intergeneracional, basada en el amor desinteresado y la transmisión de valores, que se desarrolla y cambia a lo largo del tiempo para los dos agentes implicados (abuelo-nieto).

Parte de la literatura científica destaca que debido a los cambios sociales (estabilización de la mujer en el mundo laboral, nuevos modelos de familia, etc.) los abue-

los se forjaban, antes de la pandemia del COVID-19, como pieza clave de la dinámica familiar para el cuidado de sus nietos (Morgado y Román, 2011) y su papel asumía, en numerosas ocasiones, tareas de cuidado, protección y atención de sus nietos, enfrentándose a obligaciones que iban desde una atención a tiempo completo, a una participación regular o puntual (Buchanan, 2008), e incluso, estudios previos detectaron estrés en los abuelos en el desempeño de este rol (Luna, Ramos y Rivera, 2016). No obstante, se debe poner énfasis en que los tiempos compartidos entre abuelos y nietos tienen la capacidad de traspasar esas tareas de cuidado y obligación familiar, construyendo experiencias de ocio valioso para ambas generaciones implicadas y abiertas al placer, la satisfacción y al desarrollo personal que estas vivencias les procuran.

Con este principio de procedimiento se define el objetivo del presente estudio: identificar los tiempos y la frecuencia de ocio compartido entre abuelos y nietos antes del período de COVID-19 y descubrir

la percepción que tienen niños y niñas del desarrollo personal que producen esos momentos disfrutados junto a sus abuelas y abuelos.

## 2. Metodología

### 2.1. Población y muestra

La población objeto de este proyecto estuvo constituida por los niños y niñas de 6 a 12 años residentes en la zona norte de España. Esta zona norte quedó conformada por 8 provincias españolas: Cantabria, Vizcaya, Guipúzcoa, Álava, La Rioja, Navarra, Burgos y Palencia.

Teniendo en consideración que todo niño de 6 a 12 años obligatoriamente debía estar escolarizado en un centro educativo del estado español, se definió la población de estudio a partir de los datos estadísticos publicados por las Consejerías y Departamentos de Educación de cada comunidad autónoma. Los datos recopilados muestran un tamaño poblacional que ascendió a 250 357 estudiantes de Educación Primaria en la zona norte de España.

GRÁFICO 1. Zona norte de España: Cantabria, País Vasco, La Rioja, Navarra, Burgos y Palencia.



Fuente: Elaboración propia.



Estableciendo un error absoluto de 3 %, un nivel de confianza del 95 % y considerando el supuesto de  $p=q=0.5$  el tamaño muestral se estima en 1075

estudiantes. Con una mortalidad experimental del 1.11 % el tamaño muestral definitivo estuvo conformado de 1063 estudiantes.

TABLA 1. Población y muestra objeto de estudio. Niños escolarizados en Educación Primaria (6-12 años) en la zona norte de España.

|                         | Provincias | Población | Muestra |
|-------------------------|------------|-----------|---------|
| ZONA NORTE<br>DE ESPAÑA | Cantabria  | 33 608    | 146     |
|                         | País Vasco | 129 432   | 553     |
|                         | La Rioja   | 19 366    | 83      |
|                         | Navarra    | 40 468    | 175     |
|                         | Burgos     | 19 774    | 85      |
|                         | Palencia   | 7709      | 34      |
|                         | TOTAL      | 250 357   | 1063    |

Fuente: Consejerías y Departamentos de Educación de Cantabria, Castilla León, La Rioja, País Vasco, y Navarra, s.f.

## 2.2. Variables

Cinco fueron las variables contempladas en este estudio: año de nacimiento y género de los encuestados, abuelos vivos del encuestado, frecuencia con que se comparte ocio con abuelos y abuelas, y motivos que llevan a ese ocio compartido.

- El año de nacimiento, variable ordinal de intervalo con 6 categorías, registró el año en que nació cada estudiante, entre 2007 y 2012.
- El género, variable dicotómica, identificó si el participante era chico o chica.
- Abuelos vivos, variable categórica con 4 categorías que sondeó si el encuestado tenía abuela materna, abuelo materno, abuela paterna y abuelo paterno.
- La frecuencia con que se comparte ocio con abuelos y abuelas, variable ordinal que recogió, a través de 8 categorías, cada cuánto tiempo los niños y niñas compartían actividades de ocio con su(s) abuelo(s). Las categorías fueron: (0) no comparto ocio con mi(s) abuelo(s); (1) solo en vacaciones, (2) solo 1 o 2 días al mes; (3) los fines de semana un día; (4) los fines de semana los dos días; (5) entre semana 1 o 2 días; (6) entre semana 3 o 4 días; (7) entre semana los 5 días.
- Los motivos que llevan al nieto o nieta a compartir ocio con su(s) abuelo(s), variable categórica que registró 8 categorías: simplemente porque me gusta; es/son quien(es) me cuida(n); no tengo otras personas con las que compartir esa acti-

vidad; mi(s) abuelo(s) no tiene(n) otras personas con las que compartir esa actividad; mi(s) abuelo(s) sabe(n) mucho de esa actividad y me enseñan; domino esa actividad y enseño a mi(s) abuelo(s); por entreteer a mi(s) abuelo(s); por pasar más tiempo con mi(s) abuelo(s). Entre estas 8 categorías, cobran especial relevancia dos de ellas, que hacen referencia al aprendizaje que consiguen o procuran a través del ocio compartido y que nos aportan información sobre la percepción que tienen los niños sobre el desarrollo personal que aporta disfrutar de actividades de ocio junto a sus abuelos (mis abuelos saben mucho de esa actividad y me enseñan; domino esa actividad y enseño a mis abuelos).

### 2.3. Procedimiento

La aplicación del cuestionario se realizó de forma aleatoria entre el alumnado de los distintos centros educativos de cada una de las 8 provincias que componen la zona norte del estado español. Previa aplicación del instrumento se solicitó permiso al Director General de Educación de cada Comunidad Autónoma. Una vez obtenido el permiso, se contactó con los directores de diversos centros educativos de cada Comunidad Autónoma para informarles sobre los objetivos del estudio, solicitar la posible participación de algunos de sus alumnos en la cumplimentación del cuestionario y su colaboración a la hora de repartir y recoger consentimientos informados de los padres de los estudiantes. Cinco investigadores debidamente formados acudieron personalmente

te a cada centro, para guiar directamente a los estudiantes en la cumplimentación del cuestionario, reduciendo así la mortalidad experimental. Dentro de cada uno de los conglomerados (centros educativos) seleccionados, se trató de seguir una proporcionalidad en función de aspectos como el sexo y el nivel y solo se encuestó a aquellos estudiantes que contaban con el consentimiento firmado de su padre, madre o tutor legal.

### 2.4. Análisis de datos

Un primer análisis univariado permitió aproximarse a la tasa de estudiantes de Educación Primaria que disfrutaban de la existencia de abuelos y abuelas, y conocer cuántos de estos compartían tiempos de ocio con su(s) abuelo(s), con qué frecuencia y con qué motivos. Para ello, se emplearon las frecuencias, medias y desviaciones típicas.

Un segundo análisis bivariado facilitó el análisis de las diferencias entre niños y niñas y entre quienes se encuentran en las distintas edades de la Educación Primaria. Para este nivel de análisis se empleó la *t* de Student para muestras independientes, que trató de identificar diferencias significativas entre niños y niñas en cuanto a las frecuencias de ocio compartido intergeneracional familiar; el análisis de correlación de Pearson buscó relación significativa entre el año de nacimiento y la frecuencia de ocio compartido con abuelo(s); las tablas de contingencia, atendiendo al coeficiente Phi, permitieron profundizar en un análisis inferencial entre chicos y chicas en cuanto a los motivos que les indujeron a compartir ocio con



sus abuelo(s); finalmente, el modelo de regresión lineal simple permitió analizar si cada uno de los motivos eran más declarados a medida que aumentaba o disminuía el año de nacimiento de los participantes. El nivel de significatividad considerado en todo momento fue  $p < 0.05$ .

### 3. Resultados

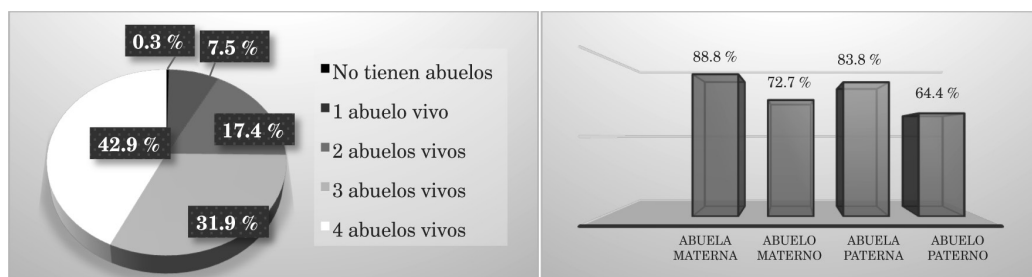
El 42.9 % de los niños y niñas de Educación Primaria de la zona norte de España contaban con 2 abuelas y 2 abuelos vivos. Un 31.9 % tenían 3 abuelos vivos. Tan solo a un 0.3 % de los niños no les sobrevivía ningún abuelo. Las figuras feme-

ninas fueron más contemporáneas que las masculinas, el 88.8 % de los encuestados contaban con abuela materna y el 83.8 % con abuela paterna. Estos porcentajes descendieron hasta el 72.7 % y 64.4 % en el caso de abuelos maternos y paternos respectivamente (Gráfico 2).

Un 99.16 % de los estudiantes de 6 a 12 años compartían tiempos de ocio con sus abuelos y abuelas. Tan solo el 0.54 % no practicaba ninguna actividad de ocio con sus abuelos.

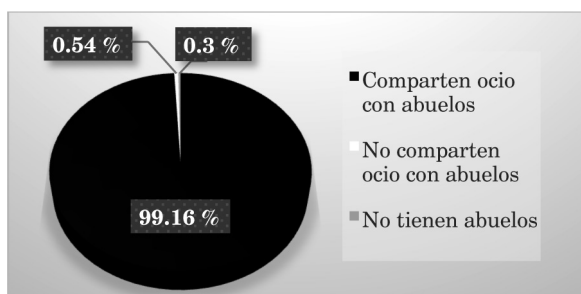
El 93.4 % practicaba alguna actividad de ocio con sus abuelos todas las semanas.

GRÁFICO 2. Abuelas y abuelos vivos.



Fuente: Elaboración propia.

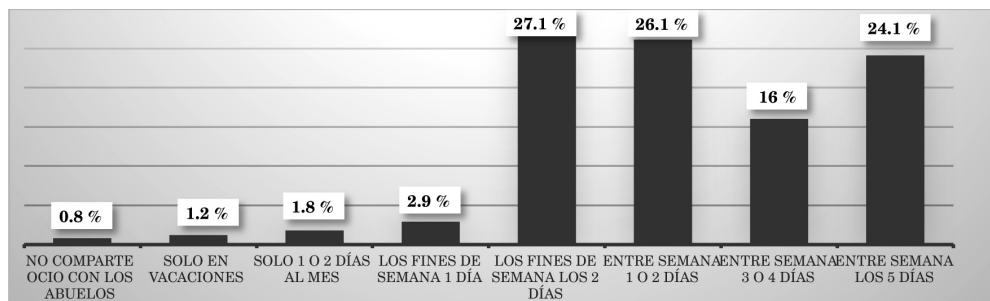
GRÁFICO 3. Estudiantes de Educación Primaria que compartían tiempo de ocio con sus abuelas y abuelos.



Fuente: Elaboración propia.

Un 40.1 % más de 2 días a la semana y un 53.2 % lo hacía con una frecuencia de 2 días por semana, el 26.1 % entre semana y el 27.1 % en fin de semana.

GRÁFICO 4. Frecuencia con la que los estudiantes de Educación Primaria compartían tiempo de ocio con sus abuelas y abuelos.

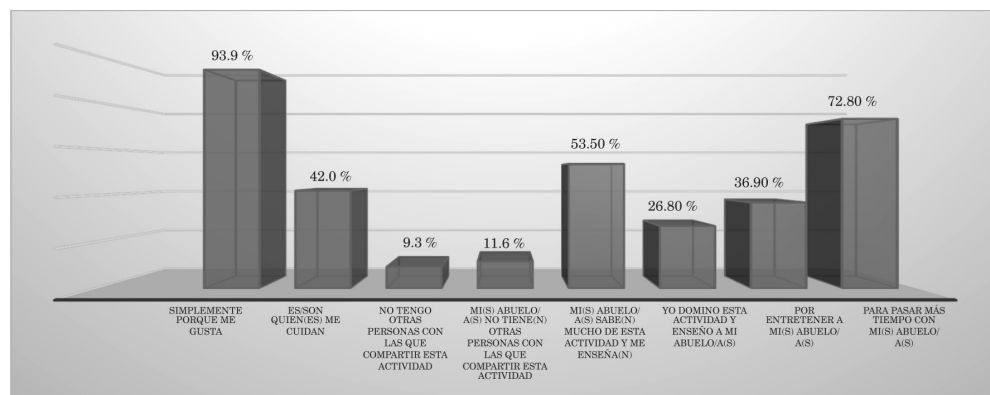


Fuente: Elaboración propia.

Resulta muy destacable que la razón más común entre los estudiantes de Educación Primaria para practicar un ocio intergeneracional familiar es autotética, el 93.9 % indicaron que experimentaban ese ocio compartido simplemente porque les gustaba. La segunda razón más señalada tiene que ver con vínculos emocionales, un 72.8 % lo hacían por pasar más tiempo con sus antecesores. No

obstante, un porcentaje nada despreciable, el 53.5 %, recalcaron que otro motivo que les llevaba a compartir ocio con sus mayores eran los aprendizajes que estos les transmitían. En el otro sentido de generatividad, un 26.7 % percibieron como razón importante el desarrollo personal que ellos mismos procuraban a sus abuelos y abuelas en esos tiempos de ocio compartidos (Gráfico 5).

GRÁFICO 5. Motivos que les llevaba a compartir actividades de ocio con sus abuelas y abuelos.



Fuente: Elaboración propia.

La prueba  $t$  de Student para muestras independientes confirmó que, en cuanto a la frecuencia con la que se compartían actividades de ocio entre abuelos y nietos, no existían diferencias significativas en función del género de los nietos ( $m = 5.19 \pm 1.368$ ;  $h = 5.15 \pm 1.498$ ;  $p = .687$ ). Tanto los chicos como las chicas experimentaban ocio intergeneracional familiar con una frecuencia media de una o dos veces por semana.

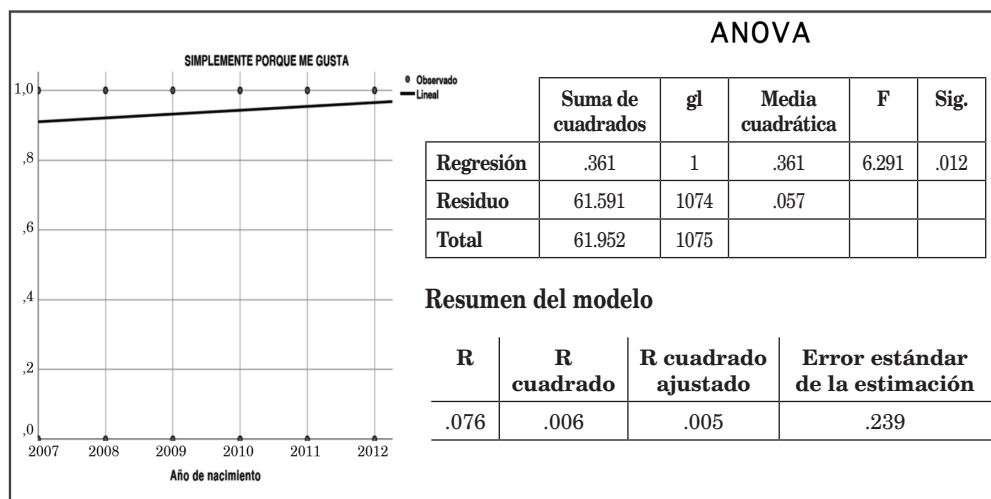
El análisis de correlación de Pearson también mostró la ausencia de relación entre el año de nacimiento del estudiante y la frecuencia con la que disfrutaban de una actividad de ocio junto a su(s) abuelo(s) ( $r = .055$ ;  $p = .070$ ).

Con el fin de identificar las diferencias significativas entre chicos y chicas en los motivos que les inducían a compartir ocio con su(s) abuelo(s) se empleó el estadístico

Phi para tablas de contingencia cuadradas. Se obtuvieron diferencias significativas en dos motivos: «porque mi(s) abuelo(s) no tiene(n) otra persona con quien compartir esta actividad» ( $\phi = .082$ ;  $p = .027$ ) y «porque mi(s) abuelo(s) sabe(n) mucho de esta actividad y me enseña(n)» ( $\phi = .104$ ;  $p = .003$ ). Ellos fueron los que más se prestaban a realizar una actividad junto a su(s) abuelo(s) para que los mayores tuviesen con quién practicarla (el 14.4 % de los niños frente al 9.2 % de las niñas). En cambio, fueron ellas las que más señalaron el desarrollo personal que les procura(n) su(s) abuelo(s) en esos tiempos compartidos (el 58.1 % de las chicas frente al 48.1 % de los chicos).

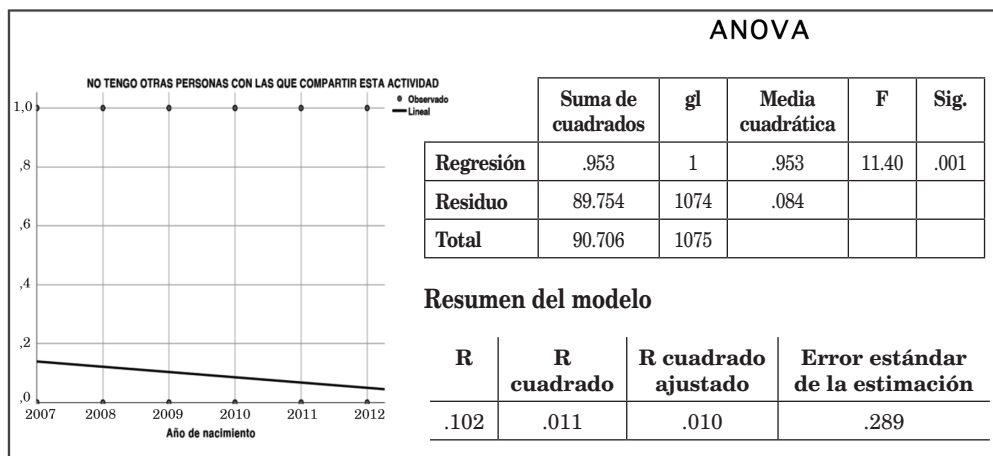
El resto de razones fueron igualmente esgrimidas por niñas y por niños ya que los valores de la significación aproximada fueron mayores de 0.05.

GRÁFICO 6. Regresión lineal: año de nacimiento y el motivo «simplemente porque me gusta».



Fuente: Elaboración propia.

GRÁFICO 7. Regresión lineal: año de nacimiento y motivo «no tengo otras personas con las que compartir esta actividad».

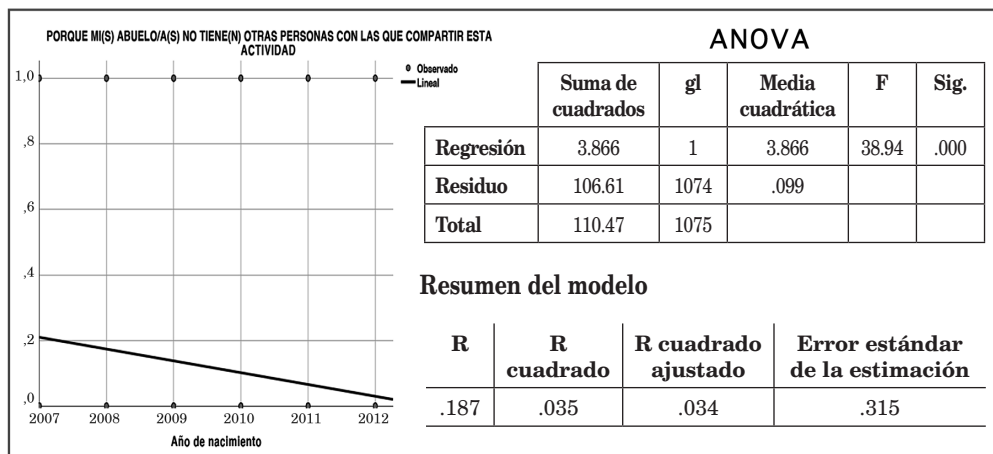


Fuente: Elaboración propia.

El modelo de regresión lineal simple reveló que fueron los más jóvenes los que más practi-

caban con su(s) abuelo(s) simplemente porque les gusta ( $R^2 = .006$ ;  $p = .012$ ) (Gráfico 6).

GRÁFICO 8. Regresión lineal: año de nacimiento y motivo «mi(s) abuelo(s) no tiene(n) otras personas con las que compartir esta actividad».



Fuente: Elaboración propia.

Por el contrario, a mayor edad más declararon compartir ocio con el(los) abuelo(s) por 5 razones: porque ellos ( $R^2 = .011$ ;  $p = .001$ )

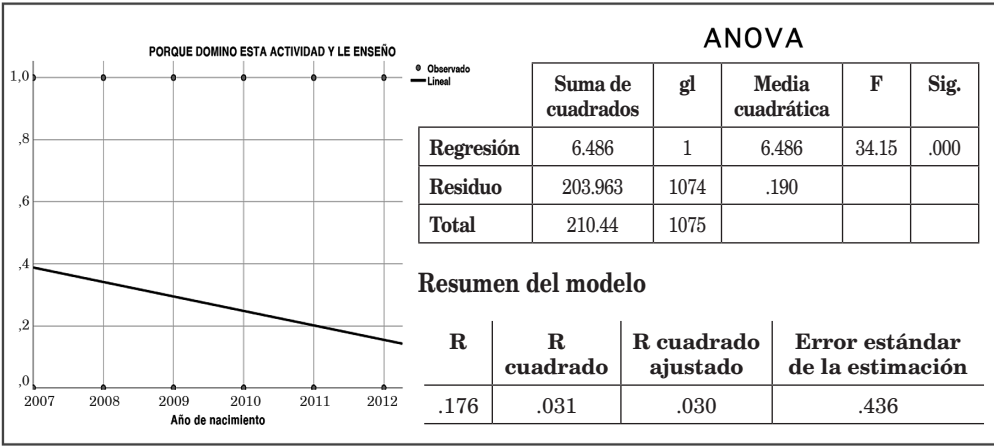
o su(s) abuelo(s) ( $R^2 = .035$ ;  $p = .000$ ) no tienen otras personas con las que compartir esta actividad (Gráfico 7 y 8), porque domi-

nan la actividad y enseñan a su(s) abuelo(s) ( $R^2 = .031$ ;  $p = .000$ ) (Gráfico 9), por entre-  
tener a su(s) abuelo(s) ( $R^2 = .012$ ;  $p = .000$ ) (Gráfico 10), para pasar más tiempo con mis  
abuelos ( $R^2 = .012$ ;  $p = .000$ ) (Gráfico 11).

Finalmente, el modelo de regresión  
lineal simple constató que no existían

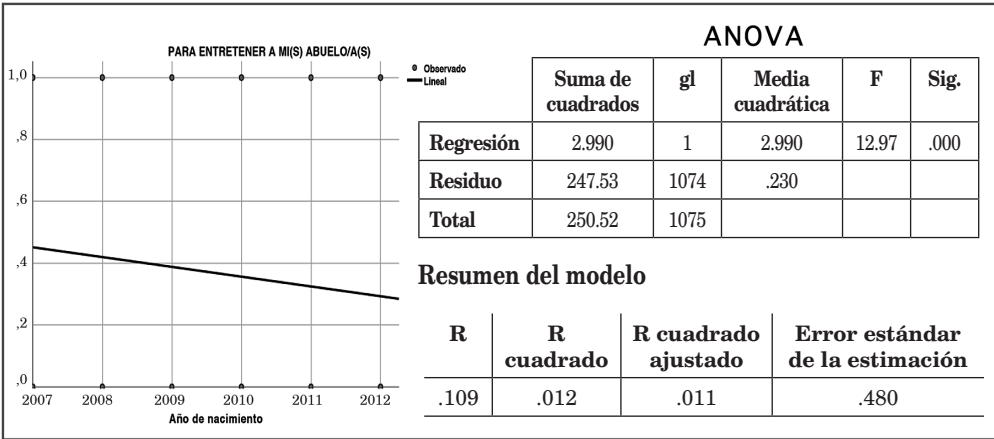
diferencias significativas asociadas al  
año de nacimiento a la hora de iden-  
tificar como motivo importante del  
ocio compartido con su(s) abuelo(s) el  
aprendizaje que estos últimos les pro-  
curan ( $R^2 = .000$ ;  $p = .884$ ) o porque  
es/son quien(es) les cuidan ( $R^2 = .000$ ;  
 $p = .657$ ).

GRÁFICO 9. Regresión lineal: año de nacimiento y motivo  
«domino mucho esa actividad y enseñó a mi(s) abuelo(s)».



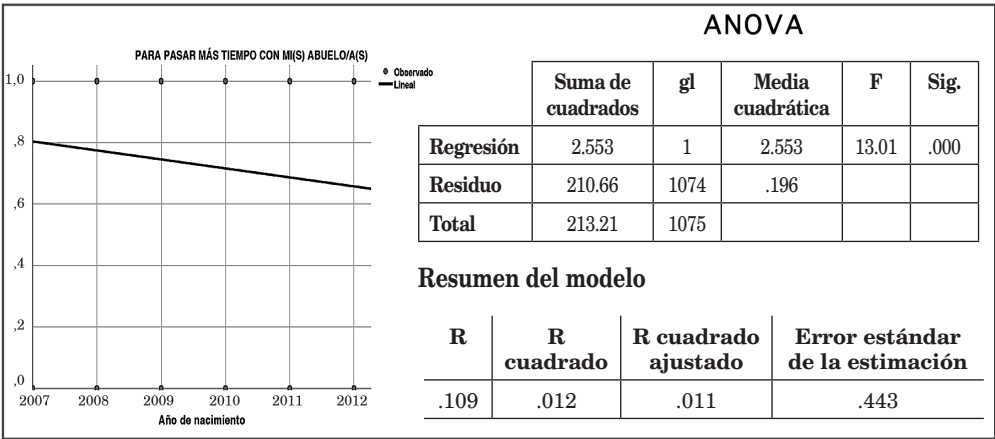
Fuente: Elaboración propia.

GRÁFICO 10. Regresión lineal: año de nacimiento y motivo «por entretener a mi(s) abuelo(s)».



Fuente: Elaboración propia.

GRÁFICO 11. Regresión lineal: año de nacimiento y motivo «para pasar más tiempo con mi(s) abuelo(s)».



Fuente: Elaboración propia.

#### 4. Discusión

El presente estudio reveló que la mayor parte de los niños y niñas de la zona norte de España que cursaban Educación Primaria antes de la pandemia del COVID-19 compartían tiempo de ocio con sus abuelos y que lo hacían todas las semanas, lo que se sitúa en sintonía con los datos ofrecidos por la última encuesta europea SHARE (*Survey of Health, Ageing and Retirement in Europe*), que constata que España está a la cabeza de Europa en cuanto a la intensidad de los tiempos compartidos entre abuelos y nietos, solo superada por Italia (Börsch-Supan, 2019; Marie Klose y Escapa, 2015).

Este trabajo también pone de manifiesto que los tiempos compartidos entre abuelos y nietos son percibidos por los pequeños como experiencias beneficiosas para su desarrollo personal, evidenciándose más en las niñas que en los niños. Vivencian las actividades intergeneracionales como

un auténtico ocio, dado que declararon que a través de ellas obtienen satisfacción y disfrute, elementos cardinales del ocio valioso (Cuenca, 2014). Además, los nietos perciben correspondencia en las aportaciones que estas experiencias ofrecen a las necesidades tanto de abuelos como de nietos, afirmando la existencia de ámbitos que benefician tanto a mayores como a pequeños mediante el disfrute de tiempos de ocio compartido Newman y Smith (1997). En concreto, estiman que se cubre en ambos la necesidad de enseñar y ser enseñados; los nietos instruyen a los abuelos en la realización de prácticas de ocio que dominan y los abuelos les asesoran en el desarrollo de actividades de ocio sobre las que tienen más conocimientos y experiencia.

Esta positiva influencia mutua en el desarrollo personal de pequeños y mayores contribuye a la creación de vínculos emocionales y vitales más sólidos entre ambas generaciones y al fortalecimiento de la



complicidad y la alianza en el ámbito familiar. Asimismo, acredita a los abuelos como agentes de socialización en la familia, erigiéndose en imprescindibles transmisores de valores, códigos morales y normas sociales (Hagestad, 1985; Kopera y Wiscott, 2000; Osuna, 2006; Taubman-Ben-Ari, Ben Shlomo y Findler, 2018).

Es interesante destacar otro hallazgo que descubre la presente investigación, que verifica que cuanto más jóvenes son los niños y las niñas objeto de análisis, más practican actividades de ocio con sus abuelos por disfrute personal (simplemente porque les gusta hacerlo); y que cuanto más mayores son, cobran más peso las razones relacionadas con vínculos emocionales (como pasar más tiempo con los abuelos o entretenerles), los motivos relacionados con aspectos sociales (como la consideración de no contar con otras personas para llevar a cabo dichas actividades) y, por último, con causas asociadas a aspectos de desarrollo personal (como el hecho del dominio de la actividad compartida que le permite facilitar el aprendizaje de su abuelo). Se estima que estos resultados son consecuencia del momento evolutivo en el que se encuentran los niños y niñas de entre 6 y 12 años, que conlleva necesidades e intereses diferentes según la edad.

Lo realmente importante es el disfrute de experiencias autotéticas en contextos de ocio intergeneracional desde el inicio de esta etapa de educación primaria, pues queda ampliamente constatado que los efectos positivos permanecerán a lo largo de toda la vida (Csikszentmihalyi, 1998; Kleiber, 2012), dado que es en este período

cuando se asienta el patrimonio futuro de la persona. Educar en el ocio, y por ende, en el ocio intergeneracional, incrementa competencias y habilidades en los ámbitos cognitivo, social, emocional y físico (Berríos, Lazcano y Madariaga, 2017).

Los resultados obtenidos resaltan el gran peso de los tiempos de ocio compartidos entre abuelos y nietos en la cotidianidad familiar, y cómo los protagonistas de la generación familiar más joven son conscientes del desarrollo personal que procuran esos tiempos compartidos. Las políticas de intervención social y familiar deben ir orientadas a facilitar tiempos compartidos entre abuelos y nietos que faciliten el desarrollo personal bidireccional entre ambas generaciones.

Se hace necesaria una adecuada organización de los tiempos de ocio intergeneracional, articulando propuestas orientadas a una participación conjunta de abuelos y nietos, que han de ser estimulados desde las propias familias en confluencia con las administraciones públicas, las asociaciones, y las instituciones y empresas dedicadas al ámbito de la educación y del ocio. A su vez, estas propuestas de ocio intergeneracional han de sostenerse en un contexto global que debe acometerse desde cuatro dimensiones relacionadas entre sí: la investigación, la política, la práctica y la teoría (Newman y Sánchez, 2007).

Este estudio refleja una realidad anterior a la pandemia del COVID-19 en cuanto al peso de los tiempos de ocio compartidos entre abuelos y nietos. Las medidas de prevención adoptadas durante la crisis sanitaria, junto con el hecho de que los abuelos conformaban uno de los colectivos

más vulnerables, vislumbran limitaciones drásticas en las posibilidades de ocio intergeneracional familiar. Expertos sanitarios anuncian en el futuro inmediato una nueva realidad en la que habrá que incorporar a la cotidianeidad nuevos hábitos y nuevas medidas de higiene que puede condicionar la manera de relacionarnos. Esta nueva realidad avala la necesidad de extender este estudio para valorar y comprender las implicaciones del confinamiento en los hogares en el ocio entre abuelos y nietos. El conocimiento del pasado próximo, junto con el entendimiento de lo que se ha vivido durante la crisis sanitaria del 2020, servirán de guía en la construcción de políticas familiares y sociales orientadas a adecuar y forjar nuevas estrategias que permitan hacer un uso del tiempo que fortalezca un ocio compartido que contribuya al desarrollo personal de abuelos y nietos.

## Nota

<sup>1</sup> A lo largo de todo el texto se utilizará el genérico masculino para referirse a ambos sexos, con la única intención de hacer la lectura más ágil, ajenos a cualquier propósito que contribuya a un lenguaje sexista.

## Referencias bibliográficas

- Álvarez, L. V., Cala, K. y Riaño, M. (2019). Estilos de personalidad de abuelos cuidadores y prácticas de crianza utilizadas con sus nietos. *Revista Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 38 (5), 648-652.
- Aranda, L. (2013). Doubling up: a gift or a shame? *Multigenerational household and parental depression of older Europeans. Social Science & Medicine*, 134, 12-22. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.socscimed.2015.03.056>
- Attar-Schwartz, S., Tan, J. P. y Buchanan, A. (2009). Adolescents perspectives on relationships with grandparents: The contribution of adolescent, grandparents, and parent-grandparent relationship variables. *Children and Youth Services Review*, 31 (9), 1057-1066. doi: <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2009.05.007>
- Badenes, N. y López, M. T. (2011). Doble dependencia: abuelos que cuidan nietos en España. *Revista de Servicios Sociales*, 49, 107-125. doi: <http://dx.doi.org/10.5569/1134-7147.49.09>
- Berrios, M. A., Lazcano, I. y Madariaga, A. (2017). Intervención en educación del ocio para la infancia en Honduras desde un enfoque humanista. *Contextos Educativos*, extraordinario 2, 131-145. doi: <http://doi.org/10.18172/con.3066>
- Börsch-Supan, A. (2019). *Survey of Health, Ageing and Retirement in Europe (SHARE) Wave 5. Release version: 7.0.0. SHARE-ERIC. Data set.* doi: <https://doi.org/10.6103/SHARE.w5.700>
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N. y Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapide review of the evidence. *The Lancet*, 395, 912-20. doi: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- Buchanan, A. (2008). Involved grandparenting and child well-being. *Full Research Report ESRC End of Award Report*, RES-000-22-2283. Swindon: ESRC.
- Caride, J. A. (2012). Lo que el tiempo educa: el ocio como construcción pedagógica y social. *Arbor*, 188, 301-313. doi: <https://doi.org/10.3989/arbor.2012.754n2001>
- Coall, D. A. y Ralph Hertwig, R. (2010). Grandparental investment: Past, present, and future. *Behavioral and Brain Sciences*, 33 (1), 1-19. doi: <https://doi.org/10.1017/S0140525X09991105>
- Codina, N., Pestana, J. V., Caride, J. A. y Caballo, B. (2014). Presupuestos de tiempo (PT): cómo registrar y analizar la complejidad de los tiempos educativos, sociales y psicosociales en la sociedad red. *Crisis y cambio: propuestas desde la Sociología: Actas del XI Congreso Español de Sociología, Facultad de Ciencias Políticas y Sociología*, 3, 114-118.
- Consejería de Educación, Cultura y Deporte del Gobierno de Cantabria (s.f). *Estadística de la Educación de Cantabria 2016/17*. Recuperado de [https://www.educantabria.es/docs/estad%C3%ADsticas/2017-18/MISALITO1\\_1617.pdf](https://www.educantabria.es/docs/estad%C3%ADsticas/2017-18/MISALITO1_1617.pdf) (Consultado el 10-06-2020).

- Consejería de Educación de la Junta de Castilla y León (s.f). *Estadística de la enseñanza no universitaria en Castilla y León por cursos. Curso 2016-2017-Definitivo*. Recuperado de <https://www.educa.jcyl.es/es/estadistica/estadistica-ensenanza-no-universitaria-castilla-leon-cursos> (Consultado el 10-06-2020).
- Consejería de Educación, Formación y Empleo del Gobierno de La Rioja (s.f). *Estadística escolar de la Comunidad Autónoma de La Rioja. Curso 2015/2016*. Recuperado de <https://www.larioja.org/larioja-client/cm/educacion/images?idMmedia=747557> (Consultado el 10-06-2020).
- Csikszentmihalyi, M. (1998). *Aprender a fluir*. Barcelona: Kairós.
- Cuenca, M. (2014). *Ocio valioso*. Bilbao: Universidad de Deusto.
- Dalton, L., Rapa, E. y Stein, A. (2020). Protecting the psychological health of children through effective communication about COVID-19. *The Lancet Child & Adolescent Health*, 4 (5), 346-347. doi: [https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(20\)30097-3](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(20)30097-3)
- Dávila, E. (2016). Rápido a ninguna parte. Consideraciones en torno a la aceleración del tiempo social. *Acta Sociológica*, 69, 51-75. doi: <https://dx.doi.org/10.1016/j.acso.2016.02.003>
- Departamento de Educación del Gobierno Vasco (s.f). *Matrícula 2016-2017. Tablas enseñanzas de Régimen General. Alumnado por nivel, modelo y red*. Recuperado de [https://www.euskadi.eus/contenidos/informacion/matricula\\_2016\\_2017\\_tablas/es\\_def/adjuntos/alumnado.pdf](https://www.euskadi.eus/contenidos/informacion/matricula_2016_2017_tablas/es_def/adjuntos/alumnado.pdf) (Consultado el 10-06-2020).
- Departamento de Educación de Navarra (s.f). *Estadística de datos básicos del curso 2014-15*. Recuperado de <https://www.educacion.navarra.es/web/dpto/estadisticas/estadistica-de-datos-basicos> (Consultado el 10-06-2020).
- Fraisse, P. (1998). El tiempo vivido. *Apuntes: Educación Física y Deportes*, 53, 7-9.
- Gabrian, Dutt, A. J. y Wahl, H. W. (2017). Subjective Time Perceptions and Aging Well: A Review of Concepts and Empirical Research - A Mini-Review. *Gerontology*, 63 (4), 350-358. doi: <https://doi.org/10.1159/000470906>
- Gambara, H., Botella, J. y Gemppe, R. (2002). Tiempo vacío y tiempo lleno. Un meta-análisis sobre los cambios en la percepción del tiempo en la Edad. *Revista Estudios de Psicología*, 23 (1), 87-100.
- Gil, S. y Droit-Volet, S. (2009). Time perception, depression and sadness. *Behavioural Processes*, 80, 169-176.
- González, J. y de la Fuente, R. (2007). Intergenerational Grandparent/Grandchild Relations. *The Socioeducational Role of Grandparents. Educational Gerontology*, 34 (1), 67-88. doi: <https://doi.org/10.1080/03601270701763993>
- González, J. y de la Fuente, R. (2008). Relevancia psico-socio-educativa de las relaciones generacionales abuelo-nieto. **revista española de pedagogía**, 66 (239), 103-118.
- Hagestad, G. (1985). Continuity and connectedness. En V. L. Bengtson y J. F. Robertson (Ed.), *Grandparenthood* (pp. 31-48). Londres: Sage.
- Hebblethwaite, S. y Norris, J. (2011). Expressions of Generativity Through Family Leisure: Experiences of Grandparents and Adult Grandchildren. *Family Relations*, 60, 121-133. doi: <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2010.00637.x>
- Isaacowitz, D. M. y Fung, H. H. (2016). The role of time and time perspective in age-related processes: Introduction to the special issue. *Psychology and Aging*, 31, 553-557.
- Izal, M., Bellot, A. y Montorio, I. (2018). Positive perception of time and its association with successful ageing / Percepción positiva del tiempo y su relación con el envejecimiento exitoso. *Estudios de Psicología*, 39 (2-3), 286-323. doi: <http://dx.doi.org/10.1080/02109395.2018.1507095>
- John, D. y Lang, F. R. (2015). Subjective acceleration of time experience in everyday life across adulthood. *Developmental Psychology*, 51, 1824-1839.
- Kemp, C. L. (2004). «Grand» expectations: The experiences of grandparents and adult grandchildren. *Canadian Journal of Sociology*, 29, 499-525.
- Kim, H.-J., Kang, H. y Johnson-Motoyama, M. (2017). The psychological well-being of grandparents who provide supplementary grandchild care: A systematic review. *Journal of Family Studies*, 23, 118-141. doi: <https://doi.org/10.1080/13229400.2016.1194306>
- Kleiber, D. (2012). Optimizando la experiencia de ocio después de los 40. *ARBOR Ciencia, Pen-*

- samiento y Cultura*, 188 (754), 341-349. doi: <http://doi.org/10.3989/arbor.2012.754n2007>
- Kopera, F. y Wiscott, R. (2000). Intergenerational continuity: transmission of beliefs and culture. En B. Hayslip (Ed.), *Grandparents raising grandchildren: Theoretical, empirical and clinical perspectives* (pp. 65-84). Nueva York: Springer.
- Larrain, M. E., Zegers, B. y Orellana, Y. (2019). Generativity and Life Satisfaction in a sample of grandparents from Santiago, Chile. *Terapia psicológica*, 37 (3), 271-285. doi: <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082019000300271>
- Luna, S., Ramos, P. y Rivera, F. (2016). Coping strategies, stress and health of grandmothers caring for ascending and descending relatives. *Studies in Psychology* 37 (1), 90-114.
- MacCallum, J., Palmer, D., Wright, P., Cumming-Potvin, W., Northcote, J., Booker, M. y Tero, C. (2006). *Community building through intergenerational exchange programs*. Canberra: National Youth affairs Research Scheme.
- Mari-Klose, P. y Escapa Solanas, S. (2015). Solidaridad intergeneracional en época de crisis: ¿mito o realidad? *Panorama Social*, 22 (2), 61-78.
- Martínez de Miguel, S., Escarbajal, A. y Moreno, P. (2012). El rol de los abuelos en la relación con sus nietos. Una aproximación cualitativa desde el punto de vista socioeducativo. En G. Pérez (Coord.), *Envejecimiento activo y solidaridad intergeneracional: claves para un envejecimiento activo* (pp. 1-35). Madrid: UNED.
- Martínez, A. L. (2017). El rol de agentes educativos en los abuelos del siglo XXI: transmisión de valores y principales factores que influyen en el grado de relación mantenida con sus nietos. *La Razón Histórica. Revista hispanoamericana de Historia de las Ideas*, 37, 44-76.
- Meil, G. (2006). The consequences of the development of a beanpole kin structure on exchanges between generations - The case of Spain. *Journal of Family Issues*, 27, 1085-1099. doi: <https://doi.org/10.1177/0192513X06288121>
- Morgado, G. y Román, M. (2011). La familia como contexto del desarrollo infantil. En V. Muñoz, I. López, I. Jiménez, M. Ríos, B. Morgado, M. Román... y R. Vallejo, *Manual de psicología del desarrollo aplicada a la educación* (pp. 37-60). Madrid: Pirámide.
- Muñoz, M. A. y Zapater, F. (2006). Impacto del cuidado de los nietos en la salud percibida y el apoyo social de las abuelas. *Atención Primaria*, 37, 374-380.
- Newman, S. y Sánchez, M. (2007). Los programas intergeneracionales: concepto, historia y modelos. En M. Sánchez (Dtor.), *Programas intergeneracionales. Hacia una sociedad para todas las edades* (pp. 37-69). Barcelona: Fundación La Caixa.
- Newman, S. y Smith, T. (1997). Developmental Theories as the Basics for Intergenerational Programs. En S. Newman, C. Ward, T. Smith, J. Wilson y J. M. McCrea (Ed.), *Intergenerational Programs. Past, Present and Future* (pp. 3-19). Londres: Taylor & Francis.
- Noulhiane, M., Mella, N., Samson, S., Ragot, R. y Pouthas, V. (2007). How emotional auditory stimuli modulate time perception. *Emotion*, 7, 697-704.
- Ornstein, R. E. (1975). *On the experience of time*. Nueva York: Penguin.
- Osuna, M. J. (2006). Relaciones familiares en la vejez: vínculos de los abuelos y las abuelas con sus nietos y nietas en la infancia. *Revista Multidisciplinar de Gerontología*, 16, 16-25.
- Pinazo, S. y Montoro, J. (2004). La relación abuelos y nietos. Factores que predicen la calidad de la relación intergeneracional. *Revista Internacional de Sociología*, 38, 147-168.
- Ramos, P. (2019). Keys to the development of the role of grandparents in current Spanish society / Claves para el desarrollo del rol de abuelo y abuela en la sociedad española actual. *Estudios de Psicología*, 40 (2), 283-311. doi: <http://dx.doi.org/10.1080/02109395.2019.1583468>
- Sanz, E., Saénz de Jubera, M. y Cano, R. (2018). Actitudes de padres e hijos hacia un ocio compartido en familia. *Pedagogía Social Revista Interuniversitaria*, 32, 59-70. doi: [http://dx.doi.org/10.7179/psri\\_2018.32.05](http://dx.doi.org/10.7179/psri_2018.32.05)
- Taubman-Ben-Ari, O., Ben Shlomo, S. y Findler, L. (2018). The Transition to Grandparenthood: A Chance to Promote Well-Being and Personal Growth in Later Life. En M. Demir y N. Sümer (Eds.), *Close relationships and happiness across cultures* (pp. 87-103). Basilea: Springer. doi: [http://dx.doi.org/10.1007/978-3-319-89663-2\\_6](http://dx.doi.org/10.1007/978-3-319-89663-2_6)



- Triadó, C. (2000). El rol de abuelo: cómo perciben los abuelos las relaciones con sus nietos. *Revista Española de Geriátria y Gerontología*, 35 (2), 30-36.
- Triadó, C. (2018). Envejecimiento activo, generatividad y aprendizaje. *Aula abierta*, 47 (1), 63-66. doi: <https://doi.org/10.17811/ri-fie.47.1.2018.63-66>
- Triadó, C., Martínez, G. y Villar, F. (2000). El rol y la importancia de los abuelos para sus nietos adolescentes. *Anuario de Psicología*, 81, 107-118.
- Vásquez Echeverría, A. (2011). Experiencia Subjetiva del Tiempo y su Influencia en el Comportamiento: Revisión y Modelos. *Psicología: Teoría e Pesquisa*, 27 (2), 215-223. doi: <http://www.scielo.br/pdf/ptp/v27n2/a11v27n2.pdf>
- Vázquez Seguí, N. (2014). La vivencia del tiempo en las distintas etapas de la vida. *Crítica*, 990, 48-51.
- Villar, F. (2013). Hacerse bien haciendo el bien: la contribución de la generatividad al estudio del buen envejecer. *Informació Psicològica*, 104, 39-56.
- Wang, G., Zhang, Y., Zhao, J., Zhang, J. y Jiang, F. (2020). Mitigate the effects of home confinement on children during the COVID-19 outbreak. *The Lancet*, 395 (10228), 945-947. doi: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30547-X](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30547-X)
- Wiesmann, U., Ballas, I. y Hannich, H. (2018). Sense of coherence, time perspective and positive aging. *Journal of Happiness Studies*, 19, 817-839.
- Zimbardo, P. (2009). *La paradoja del tiempo*. Barcelona: Ed. Paidós.

## Biografía de las autoras

**Rosa Ana Alonso Ruiz** es Profesora del Área de Didáctica y Organización escolar de la Universidad de La Rioja. Doc-

tora en Bases Psicológicas y Actividad Físico-Deportiva por la Universidad de La Rioja. Investigadora en el campo de la educación del ocio, el desarrollo humano y la educación social. Miembro del grupo de investigación DESAFÍO de la Universidad de La Rioja.

 <https://orcid.org/0000-0003-3215-578X>

**Magdalena Sáenz de Jubera Ocón** es Profesora del área de Didáctica y Organización escolar de la Universidad de La Rioja. Doctora en Ciencias de la Educación por la Universidad de Alcalá de Henares en el año 2011. Investigadora en el campo del ocio y la familia, como miembro del grupo de investigación DESAFÍO de la Universidad de La Rioja.

 <https://orcid.org/0000-0001-8086-907X>

**Eva Sanz Arazuri** es Doctora en Educación Física por la Universidad de Zaragoza. Actualmente es Profesora Titular de Didáctica de la Expresión Corporal en la Universidad de La Rioja. Su línea de investigación está centrada en la actividad física y el deporte en el espacio y tiempo de ocio, otras dimensiones del ocio, la familia como agente fundamental en la educación del ocio, el desarrollo humano y la educación social.

 <http://orcid.org/0000-0003-3035-8751>