

## Juventud, ocio y gestión del tiempo libre: una necesidad formativa en Melilla

Youth, leisure and free time management: a training need in Melilla

Juventude, lazer e gestão do tempo livre: uma necessidade de formação em Melilla

María GARCÍA-PÉREZ\*  <https://orcid.org/0000-0002-4173-0267>

Margarita VASCO-GONZÁLEZ\*\*  <https://orcid.org/0000-0002-4211-7499>

Rosa GOIG-MARTÍNEZ\*  <https://orcid.org/0000-0001-7551-29493>

Francisco Javier GARCÍA-CASTILLA\*  <https://orcid.org/0000-0003-3040-640X>

\*Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED) y

\*\*Universidad Rey Juan Carlos (URJC)

---

Fecha de recepción: 15.II.2025

Fecha de revisión: 14.III.2025

Fecha de aceptación: 06.IV.2025

### CONTACTO CON LOS AUTORES

**María García-Pérez Calabuig:** Dpto. de Teoría de la Educación y Pedagogía Social, Facultad de Educación, UNED. Calle Juan del Rosal 14, desp. 2.71, 28040, Madrid. E-mail: mgarcia@edu.uned.es

#### PALABRAS CLAVE

Gestión del tiempo;  
juventud;  
ocio;  
autorregulación;  
investigación  
cualitativa.

**RESUMEN:** La gestión del tiempo es una habilidad esencial para cualquier persona, especialmente para la juventud, quienes a menudo enfrentan la presión de equilibrar estudios, trabajo, vida social y otras responsabilidades. Sin embargo, muchas veces no se recibe una educación formal sobre cómo organizar el tiempo de manera efectiva. Si bien se puede aprender de forma autodidacta, recibir orientación sobre cómo distribuir mejor el tiempo, aprender a identificar lo urgente de lo importante, y comprender lo fundamental del proceso puede marcar la diferencia en términos de productividad y bienestar personal. Bajo esta fundamentación, el presente artículo pretende analizar la relevancia que los y las jóvenes melillenses otorgan a la gestión del tiempo, y ahondar en la importancia que estos confieren a la adquisición de las habilidades de autorregulación. Se parte de una investigación cualitativa donde se recogieron datos a través de la técnica de la entrevista dirigida a 97 participantes seleccionados de manera incidental, siendo todos/as jóvenes residentes en la Ciudad de Melilla con una edad comprendida entre 18 y 35 años. Los resultados muestran la necesidad de realizar actividades de ocio en su tiempo libre para adquirir un bienestar personal, físico y psicológico, así como aprender a saber gestionar, organizar y planificar su tiempo para lograr objetivos y ser más productivos. Finalmente, se evidencia la relevancia en la utilidad de la enseñanza de la gestión del tiempo, tanto a nivel formal como informal.

<b>KEYWORDS</b> Time management; youth; leisure; self-regulation; qualitative research.	<b>ABSTRACT:</b> Time management is an essential skill for everyone, especially young people, who often face the pressure of balancing studies, work, social life, and other responsibilities. However, formal education on how to effectively organize time is not always provided. While it is possible to learn independently, receiving guidance on how to better allocate time, distinguish between urgent and important tasks, and understand the fundamentals of the process can make a significant difference in terms of productivity and personal well-being. Based on this premise, the present article aims to analyze the importance that young people from Melilla attribute to time management and to explore the significance they place on acquiring self-regulation skills. This study is based on qualitative research in which data was collected through interviews conducted with 97 participants, all of whom were young residents of the city of Melilla, aged between 18 and 35 years, selected incidentally. The results highlight the need for engaging in leisure activities during free time to achieve personal, physical, and psychological well-being, as well as learning how to manage, organize, and plan their time effectively to achieve goals and increase productivity. Finally, the findings emphasize the relevance and usefulness of teaching time management, both formally and informally.
<b>PALAVRAS-CHAVE</b> Gestão do tempo; juventude; lazer; autorregulação; pesquisa qualitativa.	<b>RESUMO:</b> A gestão do tempo é uma habilidade essencial para qualquer pessoa, especialmente para os jovens, que frequentemente enfrentam a pressão de equilibrar estudos, trabalho, vida social e outras responsabilidades. No entanto, muitas vezes não recebem uma educação formal sobre como organizar o tempo de maneira eficaz. Embora seja possível aprender de forma autodidata, receber orientação sobre como distribuir melhor o tempo, aprender a identificar o que é urgente e o que é importante, e compreender o processo fundamental pode fazer a diferença em termos de produtividade e bem-estar pessoal. Com base nessa fundamentação, o presente artigo pretende analisar a relevância que os jovens melillenses atribuem à gestão do tempo e aprofundar a importância que conferem à aquisição de habilidades de autorregulação. Trata-se de uma pesquisa qualitativa na qual foram coletados dados por meio da técnica de entrevista, aplicada a 97 participantes selecionados de maneira incidental, todos jovens residentes na cidade de Melilla, com idades entre 18 e 35 anos. Os resultados destacam a necessidade de realizar atividades de lazer no tempo livre para alcançar bem-estar pessoal, físico e psicológico, além de aprender a gerenciar, organizar e planejar o tempo de forma eficaz para atingir objetivos e ser mais produtivo. Por fim, evidencia-se a relevância e a utilidade do ensino da gestão do tempo, tanto em nível formal quanto informal.

## Introducción

El tiempo es una realidad compleja y multidimensional que determina la durabilidad de las cosas (Barriga *et al.*, 2024), y enmarca y condiciona las actividades, los acontecimientos y las experiencias que configuran el desarrollo personal del individuo, yendo más allá de un proceso cronológico. A su vez, el concepto es inseparable del constructo sociocultural en el que aparece inscrito y determinado por el contexto en el que sucede (Araujo, 2020). Por esta razón, coincidiendo con Caballo *et al.* (2017) y Formoso *et al.* (2023), no se puede entender el concepto del tiempo como un hecho individual, aislado o único, ya que esta entraña diferentes dimensiones, como pueden ser las culturales o sociales, que influyen en la forma en que se percibe. Además, la noción del tiempo a lo largo de la historia ha ido evolucionando constantemente, adaptándose a los cambios, necesidades y demandas. Según avanza la sociedad, el concepto de tiempo adquiere nuevos significados y experimenta las transformaciones que son reflejo de las

prioridades de la época. Este proceso dinámico ha moldeado la forma en que los individuos, y la propia sociedad, perciben, valoran y entienden el tiempo, lo que dibuja en última instancia el panorama social (Young, 2023).

En la actualidad, las personas se encuentran inmersas en estos constantes cambios sociales, siendo testigos de profundas transformaciones, especialmente generadas por la rápida proliferación e innovación tecnológica, que ha propiciado una aceleración de las dinámicas sociales (Zawierucha, 2020) y, a su vez, ha redefinido el propio entramado de la vida cotidiana del individuo. Así, la sociedad posdigital ha traído consigo una nueva forma de concebir el tiempo, entendido como un recurso valioso, por ser finito y hasta cuantificable, que debe ser administrado para podernos adaptar a los constantes cambios. En este contexto, donde todos los aspectos de la vida se transforman y evolucionan rápidamente, mientras que la tecnología acelera el ritmo de la comunicación y la actividad, las personas se enfrentan a nuevos desafíos como es realizar un buen uso del tiempo y dotarlo de significado (De-Juanas *et al.*, 2020).

Según Caride (2020), la percepción de las personas sobre su calidad de vida y su bienestar se ve influida por la forma en que distribuyen sus tiempos, el equilibrio que establecen entre sus obligaciones diarias que deben ser atendidas y el tiempo del que disponen para el empleo en otras actividades más lúdicas. En esta sociedad caracterizada por una complejidad creciente, las responsabilidades laborales, familiares y académicas, entre otras, a menudo consumen nuestras vidas y, por ende, el tiempo del que se dispone. Según Araujo (2020), el hecho de que el tiempo esté condicionado por las variables socioeconómicas, e incluso de género (Formoso et al., 2023), hace que existan desigualdades sociales provocando que no puedan conciliar, ni armonizar, todos los aspectos de la vida. Esta situación ha afectado a la forma en que se concibe y se experimenta el tiempo, que pasa de ser un aspecto complejo y amplio, a verse reducido en una rutina mecánica (Campos, 2023), que no aporta satisfacción a la persona, y que se centra en el momento presente.

Asimismo, el tiempo y su gestión adecuada son elementos vinculados entre sí. Las personas intentan gestionar su tiempo de acuerdo con sus necesidades, intereses y obligaciones, por lo que la planificación de este resulta imprescindible para que se logre un equilibrio que impacte de forma directa en la salud, el bienestar y la felicidad (Lee et al., 2023). Esta tarea resulta en estos momentos más compleja por la sociedad en la que estamos inmersos, que desdibuja las fronteras del tiempo sujeto a las demandas laborales y académicas en un ritmo acelerado, y delimitan el tiempo libre. Por esta razón, una gestión eficaz del tiempo es una poderosa herramienta para todos y todas (De-Juanas et al., 2024), y más aún si cabe, para la juventud.

## 1. La educación en la gestión del tiempo de ocio

En esta sociedad se produce un ritmo temporal frenético y acelerado, que ha sido socialmente considerado como normal, y que apenas nos permite disfrutar de las actividades cotidianas (Caballo et al., 2024). Así, el tiempo se ha convertido es un bien valioso que debe ser debidamente distribuido, por lo que la gestión de este de forma eficaz debe ser un valor en alza. Además, permite construir múltiples experiencias, como afirman De-Juanas et al. (2024), estando relacionado con el concepto de tiempo de ocio, por lo que ambos términos se interrelacionan.

La gestión del tiempo es un conjunto de habilidades y técnicas utilizadas para administrarlo

de forma efectiva. Implica planificar, organizar y distribuir de forma consciente las actividades que se deben realizar en base al tiempo del que se dispone y como respuesta a concluir unos determinados objetivos (Forouzan et al., 2020). Este término aparece ligado al mundo laboral, por lo que se concreta en aspectos relacionados con la eficacia, la productividad y el rendimiento, sin embargo, la gestión del tiempo de ocio se refiere a la realización de actividades, grupales o individuales, de forma voluntaria, de acuerdo con los intereses o preferencias personales y alejadas de las obligaciones rutinarias.

El tiempo que se dedica al ocio no siempre es un tiempo bien empleado, ya que las actividades no implican que sea un ocio positivo y saludable en el que se cultive a la persona (García-Pérez et al., 2024). En este sentido, es relevante destacar la diferencia entre el concepto de ocio y el tiempo libre, ya que el tiempo libre se convierte en ocio cuando es empleado para hacer aquello que agrada y donde se produzcan experiencias que fortalezcan al individuo (Lorenzo-Sánchez et al., 2022). Por tanto, no se trata simplemente de un tiempo libre residual, sino de un espacio vital para el desarrollo personal, la relajación, el crecimiento y la interacción social (Caballo et al., 2024).

El tiempo de ocio es un conjunto de momentos donde se realizan actividades en determinados entornos que cubren necesidades básicas de la persona, como puede ser el descanso, la realización personal o la generación de vínculos emocionales y sociales (De-Juanas et al., 2024). Según Novoa-López et al., (2024) el ocio debe ser entendido como el contenido que las personas dan a su tiempo libre y, en consecuencia, es la utilización de un tiempo a su disposición, que, durante la juventud, permite proporcionar experiencias enriquecedoras que le ayudan de forma favorable en su tránsito a la vida adulta, siempre y cuando se utilice con un sentido.

Este contexto no solo afecta a los adultos, sino que la juventud, hoy en día, presenta dificultades para distribuir su tiempo de forma adecuada, debido a la sobrecarga de responsabilidades que tienen en torno a sus actividades académicas, ya sean regladas o extracurriculares, así como sus obligaciones familiares y, en algunos casos, laborales (Caballo et al., 2017), lo que les impide disfrutar del tiempo libre, aspecto que es fundamental en este ciclo vital. Por tanto, es necesario desarrollar habilidades para la gestión del tiempo eficaz especialmente cuando se trata del colectivo de jóvenes (De-Juanas et al., 2024 y De-Juanas et al., 2020), es precisamente en esta etapa de la vida cuando el tiempo se relativiza y en consecuencia se dan usos que no son los más adecuados.

Las actividades de ocio que se producen en libertad, de forma voluntaria y que promueven el desarrollo personal y social para la mejora de la calidad de vida (Álvarez y Hernández, 2022) son las que se han denominado ocio valioso. Estas poseen un potencial transformador, y contribuye a la sensación de bienestar y satisfacción necesarias para el crecimiento personal y social (Rodrigo y Cano, 2022). Es aquel que se relaciona con valores como la responsabilidad, la solidaridad y la cooperación (Urrea et al., 2024). Este ocio da sentido a la amplitud que necesita la persona y la sociedad para promover y desarrollar acciones que fomentan la salud y el bienestar físico y mental (García-Pérez et al., 2024).

Para la juventud, también, es importante el ocio cultural, entendido como la gestión del tiempo dedicado a actividades, como la lectura, visita a museos o exposiciones, conciertos musicales, entre otras, que aportan múltiples beneficios que contribuyen al crecimiento personal en sus distintas dimensiones y que representa un indicador subjetivo del desarrollo humano (Sanz et al., 2019).

La realización de las actividades de ocio está íntimamente condicionada por el contexto social y el capital socioeconómico y cultural, aspectos relevantes que se deben tener en cuenta (Caballo et al., 2024). No se debe obviar que el tiempo de ocio de algunos y algunas jóvenes presenta a su vez dificultades sobrevenidas por el contexto y las circunstancias en las que viven, elementos que afectan para que este proceso se pueda llevar a cabo de manera saludable. Las situaciones de dificultad social originan a su vez que no pueda producirse un desarrollo positivo, lo que influye directamente en algunos ámbitos, y la gestión del tiempo también se ve influenciada (De-Juanas et al., 2024). En este sentido, Garcés-Delgado et al. (2020) alertan sobre las barreras que encuentran especialmente la juventud en dificultad social para construir proyectos de vida, ya que en algunos casos parten de una base socioemocional deficiente que produce la incapacidad de desarrollar pensamientos y conductas assertivas, pero, además, presentan otros factores que son condicionantes como el fracaso escolar, contextos familiares desestructurados o una mala influencia del grupo de iguales (Díaz-Esterri et al., 2022). De igual forma la ubicación geográfica o el nivel socioeconómico del territorio en el que viven las personas, y en este caso la juventud, también pueden convertirse en factores que afecten a mayores dificultades sociales. Por esta razón, esta investigación se centra en analizar los y las jóvenes que viven en un contexto influido por su nivel socioeconómico y una ubicación geográfica

compleja, como es la Ciudad Autónoma de Melilla, que representa unas características territoriales, sociales, jurídicas, económicas y demográficas específicos. En Melilla existe una alta tasa de desempleo estructural acuciado por la escasez de tejido industrial, y esta situación afecta directamente a su población y se agrava en el colectivo de jóvenes. Además, existe una serie de factores que inciden en el contexto y expone a la juventud melillense a una alta vulnerabilidad, entre los que se destacan la llegada de población extranjera vulnerable y una escasez de infraestructuras educativas y de salud significativa (De-Juanas et al., 2024).

Teniendo presente todo lo expuesto, esta investigación se ha centrado en dos objetivos que se complementan. El primero de estos es analizar la relevancia que los y las jóvenes melillenses otorgan a la gestión del tiempo, y el segundo busca ahondar en la importancia que la juventud melillense confiere a la adquisición de las habilidades de autorregulación.

## 2. Metodología

### Diseño

Se presentan resultados cualitativos vinculados a un estudio diagnóstico de corte exploratorio enmarcado dentro de un contrato de investigación, conveniado por el artículo 60 de la LOSU, con la Consejería de Distritos, Juventud y Participación Ciudadana de la Ciudad Autónoma de Melilla. El estudio completo fue de tipo mixto a partir de las valoraciones de la juventud melillense. El enfoque cuantitativo fue no experimental ex post facto, de tipo descriptivo. Mientras que el enfoque cualitativo buscó la comprensión de los hechos desde la visión de los/las participantes teniendo en cuenta sus valores, actitudes, opiniones y sentimientos. En este trabajo se detallan en particular los resultados y conclusiones obtenidas dentro del estudio de corte cualitativo que analizó la dimensión que aborda la gestión del tiempo libre.

### Participantes

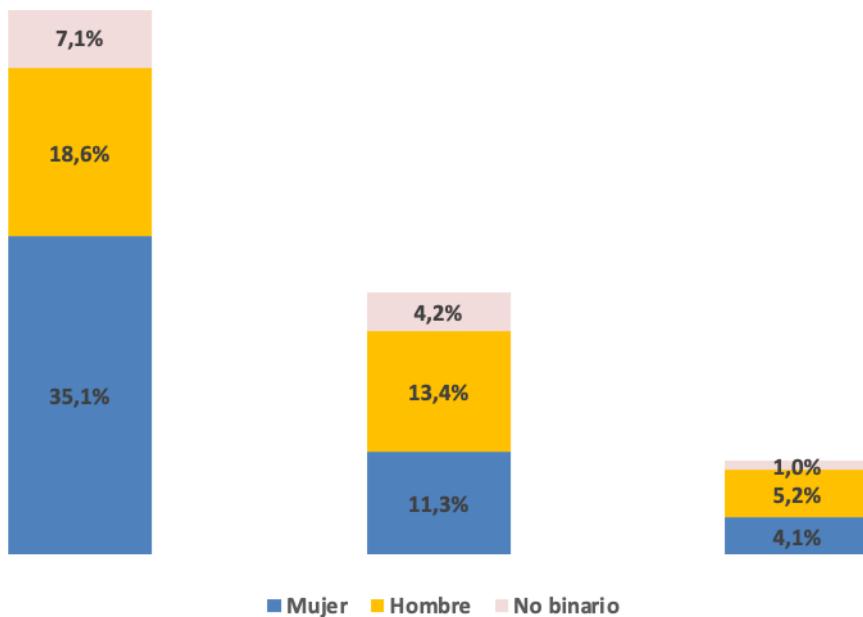
La selección de las personas participantes se realizó en función de criterios que garantizaban la idoneidad y pertinencia de los informantes con respecto al objeto de investigación. Se priorizó la inclusión de estudiantes que se encontraran en una etapa avanzada de su formación académica, concretamente, estudiantes de último curso de grado en Ciencias Sociales, así como aquellos que estuvieran cursando un máster universitario

vinculado al área, por considerarse que poseen un mayor nivel de reflexión crítica, conocimientos teóricos previos y capacidad para aportar valoraciones informadas sobre la temática abordada.

Se contó con la participación de 97 jóvenes residentes en la Ciudad de Melilla, con edades comprendidas entre los 18 y 35 años, seleccionados mediante un muestreo incidental. Esta técnica se consideró adecuada dadas las características del estudio, ya que permitió acceder de forma directa

y eficiente a personas que cumplían los criterios mencionados, aprovechando la disponibilidad y accesibilidad de los informantes en contextos académicos y sociales afines.

La distribución etaria se realizó según los siguientes intervalos (Figura 1): jóvenes de 18 a 23 años, 60.8 % (N = 59), 24 a 29 años, 28.9 % (N = 28), y de 30 a 35 años, 10.3 % (N = 10). De la muestra total, el 50.5 % (N = 49) se identificó con el género femenino, el 37.2 % (N = 36) con el masculino y un 12.3 % (N = 12) no se pronunció al respecto.



**Figura 1. Distribución etaria de la muestra según género.**

Fuente: elaboración propia.

### Instrumento

Se realizaron entrevistas semiestructuradas diseñadas a partir de la validación de diez interjueces, todos ellos investigadores expertos en la materia. Estas entrevistas incluyeron 27 preguntas agrupadas en cuatro áreas principales que abordan diferentes aspectos como la gestión del tiempo libre o las prácticas recreativas, culturales y deportivas de los jóvenes. El presente trabajo se centra en las respuestas obtenidas de la primera de estas dimensiones Gestión del Tiempo libre para el que se estableció un análisis categorial que permitiera hacer emergir teoría a partir de las siguientes preguntas de investigación.

- ¿Qué actividades te gustaría realizar y no las llevas a cabo en tu tiempo libre?
- ¿Cuál es el motivo para no realizar estas actividades?
- ¿Crees que gestionar el tiempo de forma adecuada es algo muy importante o no lo consideras fundamental? ¿Por qué?

- ¿Alguien te ha enseñado alguna vez cómo gestionar tu tiempo? ¿Crees que necesitas que alguien te enseñe?

### Procedimiento y análisis de datos

Se contó con el consentimiento informado de los/las informantes, se declararon los objetivos del estudio y se garantizó la participación voluntaria y anónima en la investigación. Posteriormente se procedió a la realización de las entrevistas que se implementaron individualmente, después se procedió a su transcripción y análisis.

Se realizó un análisis interpretacional de la información cualitativa transcrita de las entrevistas realizadas a los/las informantes, de acuerdo con los presupuestos metodológicos de la Teoría Fundamentada (Strauss y Corbin, 2003). De un conjunto de categorías apriorísticas se fue procesando sistemáticamente las citas mediante un proceso inicial de codificación abierta que permitió descomponer los datos en unidades

de significado más pequeñas. Tras esta primera categorización, se inició la codificación axial que hizo posible observar las relaciones entre categorías y subcategorías dando una explicación más precisa y completa del objeto estudiado (Jansen, 2013), avanzando así, en la construcción de teoría relevante sobre el tema. En total, dentro de este bloque Gestión del Tiempo libre se articularon tres categorías centrales que recogen

seis categorías y dieciocho subcategorías que se muestran en la (Tabla 1).

Para calcular la confiabilidad del sistema de categorías, se contó con cuatro codificadores expertos en la temática, tres de ellos relacionados con el estudio, más un codificador externo. Posteriormente, se calculó el coeficiente de concordancia Kappa de Fleiss cuyo valor fue de  $k = .758$ , que indicó una fuerza de concordancia buena (Fleiss, 1981).

**Tabla 1. Distribución categorial del análisis de datos**

Categoría central	Categorías	Sub-Categorías
Actividades deseadas y no realizadas	Ocio autotélico	Dimensión lúdica Dimensión creativa Dimensión festiva
	Motivos/ causas	Falta de tiempo Recursos Acceso
Importancia de la gestión del tiempo	Organización y planificación	Lograr objetivos Indispensable para el día a día Relevancia personal Ocio Distribución equilibrada Productividad
Aprendizaje en la gestión del tiempo	Aprendizaje informal	Autodidactas Familia, red social
	Aprendizaje formal	Profesorado Orientación
	Necesidad de enseñanza	Utilidad No utilidad

Fuente: elaboración propia

### 3. Resultados

#### Actividades deseadas y no realizadas

Comenzamos la interpretación de este bloque de resultados, que agrupan las actividades que los/las jóvenes quisieran realizar en su tiempo libre y para las que encuentran dificultades, destacando la hipótesis que emerge del análisis de las citas de esta categoría central, que nos advierte de que, para este grupo de informantes, el ocio y tiempo libre significan lo mismo, lo que les impide una visión ordenada y una planificación de aquellas actividades encaminadas a la consecución de metas y valores que puede representar el ocio.

Atendiendo a esta realidad, observamos que la gran mayoría de los entrevistados/as vincula estas prácticas anheladas, con el concepto actual

que define las experiencias de ocio autotélico, es decir, con aquellas actividades realizadas por placer, sin buscar un beneficio concreto. En esta categoría, se destaca en el conjunto de afirmaciones que se han estudiado, su relación con la subcategoría dimensión lúdica en la que se concentran las actividades relacionadas con el ámbito deportivo y que son las que más se repiten a lo largo de las citas. Así lo comentaba este joven mellillense al ser preguntado qué le gustaría hacer en su tiempo libre.

Me gustaría practicar deporte. (Informante 9. Pos1)

Entre las actuaciones deportivas que los/las jóvenes aseguran querer realizar, las que más se mencionan en las citas son la natación, atletismo y el tenis. No obstante, profundizando en el estudio

cuantitativo se revela que la juventud entrevistada establece diferencias entre lo que consideran actividades deportivas o la práctica del ejercicio físico.

Quizás practicar algún deporte porque hago ejercicio, pero no practico ningún deporte. (Informante 1. Pos. 1)

Otra dimensión claramente representada en el discurso de los/las informantes es la que se vincula en las citas con la dimensión creativa del ocio ya que, como podemos observar, los/las jóvenes, cuando se refieren a actividades que desearían realizar en su tiempo libre, manifiestan sus deseos de viajar, visitar exposiciones, leer o acudir a conciertos.

Pues me gustaría viajar mucho más. (Informante 66. Pos. 1)

Pues mira, por ejemplo, me encantaría lo que te he comentado de la cerámica. (Informante 37. Pos. 2)

Otra subcategoría ampliamente representada en el trabajo con los datos es la festiva. Esta subcategoría nos advierte de que, para la juventud, pasar tiempo con amigos/as y familia es una actividad que ponen de relevancia al ser preguntados por su tiempo libre.

Bueno, pues disfrutar también más del tiempo libre con mis amigos, me gustaría mucho también. (Informante 5. Pos. 2)

De verdad que necesitamos tiempo para estar más con la familia y demás (Informante 58. Pos. 1)

En cuanto a la categoría que recoge los motivos por los que la juventud no realiza las actividades que desean, se evidencia con claridad en las citas, que observan la falta de tiempo como la principal barrera para no realizar actividades. No obstante, también han surgido, asociadas a esta subcategoría, otros motivos como falta de recursos, principalmente económicos, que dificultan la realización de actividades dirigidas fundamentalmente al ocio creativo, como viajar o ir a un concierto. Finalmente, el análisis muestra también como problemática la ausencia de instalaciones o servicios específicos en su entorno cercano que limita la realización de actividades deseadas.

Me gusta mucho la natación, pero no la llevo a cabo por el tiempo, que apenas dispongo de tiempo (Informante 44. Pos. 1)

Alguna sala de interacción o cosas así, o que hubiese más conciertos o algo más de ocio en el que yo pueda ir y despejarme un poco y hacer algo más que, no sé, sentarse a comerte unas pipas, ¿sabes? (Informante 29. Pos. 2)

Finalizado el estudio del discurso de los/as jóvenes entrevistados/as emerge como hipótesis que para este grupo de informantes el ocio y tiempo libre significan lo mismo, lo que les impide una visión ordenada y una planificación de aquellas actividades encaminadas a la consecución de metas y valores que puede representar el ocio.

### **Importancia en la gestión del tiempo**

En base a la interpretación realizada en la categoría anterior, el estudio cualitativo profundiza en esta categoría central que analiza cuál es la importancia que los/las jóvenes otorgan a la gestión del tiempo. En este aspecto, tal y como se observan en las citas que se presentan asociadas a la categoría organización y planificación, el tiempo bien gestionado es una habilidad que, en opinión de la juventud, incide de forma significativa en la consecución de sus metas. Se pone de manifiesto, además, la co-ocurrencia entre esta categoría y la categoría Actividades deseadas y no realizadas que nos avanza, a través de un vínculo con la subcategoría dimensión lúdica, una relación de asociación que permite interpretar que, para la juventud entrevistada, las consecuencias derivadas de esta buena gestión van más allá de sus obligaciones en el día a día y hacen posible disfrutar de un tiempo libre que facilite todo tipo de actividades de ocio, tanto deportivo como de enfoque más creativo.

Es muy importante y lo considero muy fundamental porque una persona puede tener 12 horas y solo haberse estudiado en un par de horitas un tema, por ejemplo, de cualquier asignatura. Una persona que se sabe gestionar el tiempo puede estudiarse ese temario, trabajar, estudiar, entrenar, dedicar una hora o una horita y media a un hobby que tenga. Todo depende de la gestión y lo considero muy importante porque sin esa gestión de tiempo no puedes realizar ni la mitad de las cosas que tenías que realizar (Informante 32. Pos. 1).

Sí, totalmente fundamental. Porque creo que organizando el tiempo puedes sacar ese mínimo para tu ocio. (Informante 25 Pos. 9).

Otro elemento, que se destaca del discurso de los/las informantes, es el que nos advierte de la importancia que tiene una gestión eficiente

del tiempo para aquellas personas que deben articular el trabajo, la vida familiar y la vida social. Así, se evidencia una nueva co-ocurrencia con la categoría anterior en un conjunto de relaciones de asociación entre códigos como relevancia personal, distribución equilibrada y dimensión festiva que permite inferir lo necesario que resulta distribuir de forma acertada el tiempo de manera que favorece llevar una organización más adecuada. Un joven, que ejerce como trabajador autónomo lo expone claramente.

Sí, muchísimo. Porque, como ya te decía en la pregunta anterior, como soy autónomo tengo que administrar yo mi propio tiempo y el trabajo. Entonces, eso hace que al final acabe siendo un poco caos. Porque ponerse en contacto y en coordinación con los clientes, con mi propia vida social o familiar, etc., implica, bueno, un pequeño follón. (Informante 5. Pos. 5).

Profundizando en el análisis de co-ocurrencias de esta categoría central, se evidencia la relación entre subcódigos como Distribución equilibrada y Ocio que permite interpretar que, en opinión de los/las informantes, una buena gestión del tiempo incide de manera positiva en sus prácticas de ocio autotélico. Así lo expuso de forma tajante uno de los entrevistados.

Gestionar el tiempo te permite relajarte y disfrutar del ocio. (Informante 27. Pos. 1)

Además, se han encontrado, en el estudio de las citas, evidencias que señalan la asociación que observa la juventud entrevistada, entre la gestión del tiempo y la optimización de los recursos. En este aspecto, mediante la subcategoría Productividad se han categorizado citas como las que se presentan.

Si gestionas bien el tiempo, optimizas tus tareas. (Informante 57. Pos. 3)

Es importante para ser más efectivo en las actividades. (Informante 18. Pos. 2)

Finalmente cabe señalar que sólo un participante refirió que no valoraba como importante la gestión del tiempo y tres no supieron contestar a la pregunta.

### **Aprendizaje en la gestión del tiempo**

En lo referido al aprendizaje en la gestión del tiempo, se revelan en torno a la categoría de aprendizaje informal opiniones que se dividen en

grupos diferenciados. Por un lado, se observan, a lo largo de las entrevistas, reiterados testimonios de informantes asociados a la subcategoría autodidacta que nos señalan, que no habían recibido un aprendizaje explícito en la gestión del tiempo, sino que era consecuencia de un proceso de autoinstrucción personal sostenido, como evidencian las citas, en experiencias de ensayo y error que les han servido para ir generando habilidades de autorregulación.

No, esa habilidad la he desarrollado yo mediante experiencias, mediante fracasos, mediante técnicas de estudio que yo he ido sacando en base a la experiencia. (Informante 45, Pos. 3).

En torno al aprendizaje informal y asociado, también a la subcategoría autodidacta, se revela en el análisis la influencia de fuentes externas, como tutoriales en Internet, que los/las informantes indicaron haber utilizado como medio de aprender de manera autónoma estrategias de control y autorregulación del tiempo.

Pues los tutoriales de Youtube porque no suele escuchar a mucha gente hablar de organización de tiempo. (Informante 42, Pos. 1)

Finalmente, se identifican opiniones vinculadas a la necesidad de contar con influencias de figuras significativas, como la familia o el grupo de amigos/as, que orientasen de manera estructurada en esta labor. En este aspecto se destaca la familia, como primera fuente de aprendizaje, existiendo unanimidad en coincidir que el desarrollo de esta competencia en el entorno familiar se dio de forma implícita y, en muchas ocasiones, por imitación de la conducta de personas adultas de referencia como refiere la siguiente joven:

Pero sí que es verdad que mi madre también es muy organizada, entonces pues al final eso lo va aprendiendo, viéndolo en casa. (Entrevista 7. Pos. 1).

Continuando con el estudio de las citas que se vinculan al aprendizaje formal, se ha evidenciado que, en la enseñanza de la gestión del tiempo libre, los/las informantes refieren la importancia del profesorado, cuya orientación se focalizaba en el ámbito académico, tal y como se refleja en esta unidad textual.

Bueno, el tiempo te lo enseñan desde la escuela hasta en cursos de orientación e información laboral. (Informante 20. Pos. 1).

Atendiendo a las afirmaciones identificadas en la categoría que se asocia a la percepción de los y

las jóvenes sobre la necesidad de que la gestión del tiempo sea una habilidad que se debe enseñar, son numerosas las citas que se asocian al subcódigo utilidad advirtiendo del interés de que existiese un aprendizaje estructurado en la gestión del tiempo. En este sentido, esta subcategoría evidencia que, para los/las entrevistados/as, sería de gran ayuda en el tránsito a la adultez. Dentro de este conjunto de unidades textuales se destacó la vinculación con la categoría aprendizaje formal, ya que las citas se asociaban también a testimonios que afirmaban que, este tipo de aprendizaje, debería implementarse desde el Sistema educativo como narra el siguiente joven:

Yo creo que sí sería importante que, a lo mejor en el instituto, cuando somos algo más pequeños, que se nos enseñase a gestionar un poco el tiempo a la hora de no llegar apurados a exámenes o a entrega de trabajos, etc. No sé, creo que sí habría sido de utilidad que alguien nos enseñase a gestionar el tiempo. (Informante 24. Pos. 1-2)

Pese a que la mayoría de los/las entrevistados/as compartían esta opinión, se evidenciaron discrepancias en un grupo de citas que indicaban que la formalización de este aprendizaje no era necesario, señalando que era parte del proceso de crecimiento personal, como queda reflejado en esta afirmación.

No, yo creo que la vida te enseña a ti mismo a gestionar tu tiempo, a pasar a hacer las cosas. Cada persona es diferente. Yo creo que en eso no se puede enseñar ni nada. (Informante 99. Pos. 1)

#### 4. Discusión y conclusiones

Los hallazgos de la presente investigación evidencian la complejidad de la gestión del tiempo libre en la juventud melillense, una problemática que está vinculada a factores de índole estructural, educativa y sociocultural. Los resultados de este estudio se alinean con las investigaciones previas, enfatizándose el rol del ocio como elemento clave en el desarrollo personal de la juventud y recalculándose que su acceso y aprovechamiento estriban en las oportunidades y recursos disponibles en el entorno (Hernández *et al.*, 2023).

En el contexto internacional, estudios desarrollados en países como Reino Unido y Canadá han sugerido patrones similares en la gestión del tiempo libre de los/las jóvenes. Siguiendo a Roberts (2019), la distribución desigual del tiempo de ocio entre distintos estratos socioeconómicos determina de un modo

significativo las diferencias en el nivel de bienestar integral juvenil. En un estudio comparativo entre Alemania y Estados Unidos, Larson y Verma (2021) hallaron que la carga académica y las responsabilidades familiares impactan en la cantidad y calidad del tiempo libre disponible para los/las jóvenes, en consonancia con los hallazgos alcanzados en el presente estudio.

Desde edades tempranas se ha de educar en la gestión del tiempo libre hacia actividades de ocio como vehículo de generación de bienestar personal. Estudios recientes han confirmado que la juventud que participa activamente en actividades de ocio estructurado, como la práctica deportiva, actividades musicales o programas de voluntariado, presentan mayores niveles de autoestima y satisfacción vital que aquellos que no disfrutan de su tiempo libre (Agans *et al.*, 2019).

Complementariamente, el acceso desigual al ocio está determinado por múltiples factores, entre ellos, las condiciones socioeconómicas y el capital cultural de las familias. En el caso de la juventud melillense, se ha reconocido que las limitaciones económicas y la falta de una infraestructura adecuada que dé soporte a la realización de actividades de tiempo libre, condicionan las alternativas de ocio disponibles, lo que puede concebirse como un factor de exclusión social con capacidad para afectar a su desarrollo integral (Rodríguez-Bravo *et al.*, 2021). La inversión en espacios recreativos accesibles y en programas de ocio inclusivo fomenta la equidad y fortalece la cohesión social, originando entre la juventud el sentido de pertenencia en su comunidad. Las aportaciones de Lazcano *et al.* (2020) refuerzan esta idea, recalando que la accesibilidad a actividades de ocio de calidad promueve el desarrollo de competencias sociales clave y optimizan la capacidad de resolución de conflictos.

Asimismo, debe considerarse la importancia del ocio como herramienta de inclusión social y desarrollo comunitario. La literatura reciente ha recalado que el ocio cultural, ambiental y deportivo no solo contribuye al bienestar individual, sino que también contribuye a mejorar la cohesión social y fortalece la identidad comunitaria (Sáenz *et al.*, 2024). Este argumento ha sido apoyado por investigaciones previas desarrolladas en Australia (Peters y Smith, 2019) y Sudáfrica (Mokoena y Dlamini, 2022), que han demostrado que los programas de ocio inclusivo pueden fomentar la participación social de los/las jóvenes en comunidades vulnerables, fortaleciendo sus vínculos sociales y promoviendo una mejor integración social de estos que contribuya a su bienestar integral.

Los resultados alcanzados ratifican las hipótesis iniciales del estudio, las cuales planteaban que la gestión del tiempo libre en la juventud melillense está influenciada por factores estructurales y socioculturales, que afectan de manera diferenciada a distintos grupos de jóvenes. Se ha corroborado que el acceso y aprovechamiento del ocio no solo depende de la disponibilidad de recursos, sino también de la educación en gestión del tiempo y de la influencia del entorno familiar y social, lo que sitúa en el foco de actuación a los agentes educativos y sociales, que podrían influir en el uso del tiempo libre mediante la creación de políticas públicas efectivas en este ámbito.

A modo de síntesis, el estudio ha subrayado la necesidad de seguir desarrollando estrategias que permitan una gestión más equitativa y saludable del tiempo libre en la juventud. Se sugiere la implementación de programas educativos que integren la enseñanza de habilidades de organización del tiempo, profundizando más en el aprendizaje de gestión del tiempo libre hacia un ocio valioso, así como el desarrollo de políticas inclusivas que garanticen un acceso equitativo a experiencias de ocio enriquecedoras. Mediante la adopción de estas medidas podría optimizarse el uso del tiempo libre juvenil y potenciar su impacto en el bienestar y desarrollo personal de las futuras generaciones.

### **Futuras líneas de investigación**

Como se ha descrito en este artículo, el ocio y la gestión del tiempo libre son aspectos que despiertan un gran interés para la comunidad científica, especialmente cuando se centra en la juventud. Algunas posibles líneas de investigación que surgen a partir de este estudio y que deben explorarse en este ámbito específico son, entre

otras, el análisis del impacto del ocio en el desarrollo de habilidades sociales, emocionales y cognitivas en los y las jóvenes de Melilla, o la necesidad de profundizar en la forma en que la juventud melillense entiende y gestiona su tiempo libre a partir de sus influencias culturales y sociales.

### **Limitaciones y fortalezas del estudio**

Este estudio, si bien aporta hallazgos significativos, presenta ciertas limitaciones que deben considerarse. La representatividad de la muestra es un aspecto a tener en cuenta, dado que los datos se circunscriben a la juventud melillense, lo que restringe la posibilidad de generalizar los resultados a otros contextos geográficos con diferentes realidades socioculturales. Asimismo, la metodología cualitativa utilizada puede estar sujeta a sesgos de respuesta y subjetividad por parte de los/las participantes y, conjuntamente, la ausencia de un análisis longitudinal también impide valorar la evolución de la gestión del tiempo libre de la realidad abordada.

A pesar de ello, el estudio presenta fortalezas que deben ponerse en valor. Entre ellas, la adopción de un enfoque interdisciplinario, que combina elementos sociológicos, psicológicos y educativos, ha permitido ofrecer una comprensión integral del fenómeno estudiado. Conjuntamente, la inclusión de comparaciones con estudios internacionales enriquece el análisis y sitúa los hallazgos en un marco comparativo más amplio. Finalmente, su relevancia para la formulación de políticas públicas es innegable, ya que los resultados pueden ser empleados como base para diseñar programas educativos y estrategias gubernamentales encaminadas a la optimización de la calidad del tiempo libre en la juventud.

## Contribuciones (taxonomía CRediT)

Contribuciones	Autores
Concepción y diseño del trabajo	Autor1,2,3 y 4
Búsqueda documental	Autor 1 y 3
Recogida de datos	Autor 1, 2, 3 y 4
Análisis e interpretación crítica de datos	Autor 1, 2 y 3
Revisión y aprobación de versiones	Autor 1,2,3 y 4

## Financiación

Esta publicación es resultado del contrato de investigación conveniado mediante un artículo 60 de la LOSU, titulado “Melilla, Ciudad Social. Estudios sobre el efecto de la COVID-19 en los jóvenes y profesionales de los servicios sociales” con la Consejería de Distritos, Juventud y Participación Ciudadana de la Ciudad de Melilla. Asimismo, también es resultado del proyecto I+D+i, Gestión autorregulada del tiempo en la juventud: ocio, bienestar y apoyos sociales, financiado por el MCIN PID2022-142272OB-I00 y “FEDER Una manera de hacer Europa”.

## Declaración de conflicto de intereses

Los autores declaran que no existe ningún conflicto de intereses.

## Referencias bibliográficas

- Agans, J. P., Geldhof, G. J., Bowers, E. P. y Lerner, R. M. (2019). Positive youth development through structured leisure activities: Examining the impact on self-esteem and life satisfaction. *Journal of Youth Development*, 14(1), 45-63. <https://doi.org/10.5195/jyd.2019.763>
- Álvarez, J. S. y Hernández, M. Á. (2022). El desarrollo de las capacidades desde el ocio familiar. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 25(1), 35-48. <https://doi.org/10.6018/reifop.502551>
- Araujo, E. (2020). Tiempo, sociedad y culturas: una aproximación teórica y metodológica. En J. A. Caride, M. B. Caballo y R. Gradaílle (Coords.), *Tiempos, educación y ocio en una sociedad de redes* (pp. 15-30). Octaedro.
- Barriga, M.J., Hossein-Mohand, H., Galán-Casado, D. A. y De-Juanas, Á. (2024). Intervención en la autogestión del tiempo con colectivos vulnerables. En Á. De-Juanas, F. J. García-Castilla, H. Hossein-Mohand y H. Hossein-Mohand (Coord.), *Juventud y autorregulación del tiempo: Intervención socioeducativa para el bienestar integral* (pp. 109-120). Dykinson.
- Caballo, M. B., Gradaílle, R. y Formoso, M. (2024). El ocio de la adolescencia: la compleja gestión y armonización de sus tiempos. *Cauriensia: revista anual de Ciencias Eclesiásticas*, 19, 1191-1214. <https://doi.org/10.17398/2340-4256.19.1191>
- Caballo, M. B., Varela, L. y Nájera, E. M. (2017). El ocio de los jóvenes en España. Una aproximación a sus prácticas y barreras. *Revista OBETS*, 12(3), 43-64. <https://doi.org/10.14198/OBETS2017.12.1.11>
- Campos, M. (2023). Administración pública en el metaverso: notas para el debate del futuro. *Colección*, 34(1), 17-32. <https://doi.org/10.46553/colec.34.1.2023.p17-32>
- Caride, J. A. (2020). Educar y educarnos a tiempo, pedagógica y socialmente. *Revista Española de Pedagogía*, 78(277), 395-413. <https://doi.org/10.22550/REP78-3-2020-03>
- De-Juanas, Á., García-Castilla, F. J., Hossein-Mohand, H. y Hossein-Mohand, H. (Coord.). (2024). *Informe de investigación. Melilla, ciudad social. Resultados de los proyectos sobre la gestión autorregulada del tiempo en jóvenes. Evaluación de hábitos, necesidades, bienestar psicológico y actividades de ocio, cultura y deporte*. UNED

- De-Juanas Oliva, Á., García-Castilla, F. J. y Ponce de León, A. (2020). El tiempo de los jóvenes en dificultad social: utilización, gestión y acciones socioeducativas. *Revista Española de Pedagogía*, 78(277), 477-495. <https://doi.org/10.22550/REP78-3-2020-05>
- Díaz-Esterri, J., De-Juanas, Á. y Goig-Martínez, R. M. (2022). Psychological well-being and resilience in youth at risk: a systematic review. *Visual Review. International Visual Culture Review*, 12(5), 1-13. <https://doi.org/10.37467/revvisual.v9.3777>
- Fleiss, J. L. (1981). *Statistical methods for rates and proportions*. John Wiley and Sons.
- Formoso, M., Moraleda, D. y Espanis, J. (2023). Los tiempos de ocio desde la perspectiva de la infancia. Aportes de Una investigación-acción. *Pedagogía Social. Revista Interuniversitaria*, 43, 75-89. [https://doi.org/10.7179/PSRI\\_2023.43.0](https://doi.org/10.7179/PSRI_2023.43.0)
- Forouzan, F., Teimouri, H. y Safari, A. (2020). Leisure time management in the workplace: Providing a model. *Human Systems Management*, 39(3), 399-412. <https://doi.org/10.3233/HSM-200883>
- Garcés-Delgado, M., Santana-Vega, L. E. y Feliciano-García, L. (2020). Proyectos de vida en adolescentes en riesgo de exclusión social. *Revista de Investigación Educativa*, 38(1), 149-165. <http://dx.doi.org/10.6018/rie.332231>
- García-Pérez, M., Mampaso, J., Ortega, M. C. y Gil, C. (2024). El ocio saludable: revisión sistemática de programas y propuestas educativas. En Á. De-Juanas Oliva, F. J. García-Castilla, H. Hossein-Mohand y H. Hossein-Mohand (Coord.), *Juventud y autorregulación del tiempo: Intervención socioeducativa para el bienestar integral* (pp. 121-136). Dykinson.
- Hernández, M. A., Álvarez, J. S. y Valero, M. (2023). Adolescent leisure typologies according to school, family, and peer group context. *Espiral. Cuadernos del Profesorado*, 16(33), 41-53. <https://doi.org/10.25115/ecp.v16i33.9239>
- Jansen, H. (2013). La lógica de la investigación por encuesta cualitativa y su posición en el campo de los métodos de investigación social. *Paradigmas*, 5, 39-72.
- Larson, R. y Verma, S. (2021). A cross-national perspective on youth leisure and well-being. *International Journal of Youth Research*, 18(2), 73-89. <https://doi.org/10.1007/s12345-021-00890-5>
- Lazcano, I., Muñoz, J. y Pérez, F. (2020). The role of public policies in leisure education: A global perspective. *International Journal of Educational Research*, 104, 101643. <https://doi.org/10.1016/j.ijer.2020.101643>
- Lee, P.F., Lu, F.J.H., Gill, D.L., Chiu, Y., Kuo, Y. y Ho, C.C. (2023). The relationship between sufficient leisure time physical activity and happiness: An age stratification perspective. *Curr Psychol* 42, 17198-17205. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-02946-x>
- Lorenzo-Sánchez, O., Sánchez-Gómez, M. C., Martín-Cilleros, M. V., Martín-Sevillano, R., Cabanillas-García, J. L. y Verdugo-Castro, S. (2022). Perception about leisure and free time and how it has affected university students. *New Trends in Qualitative Research*, 12, e625. <https://doi.org/10.36367/ntqr.12.2022.e625>
- Mokoena, P. y Dlamini, T. (2022). Social inclusion through youth leisure programs in South Africa. *Journal of Community Development*, 39(4), 215-232. <https://doi.org/10.1080/01234567.2022.1679023>
- Novoa-López, J. A., De-Juanas, Á., Hossein-Mohand, H. y Moya-Díaz, I. (2024). Ocio deportivo e intervención socioeducativa en la juventud. En Á. De-Juanas Oliva, F. J. García-Castilla, H. Hossein-Mohand y H. Hossein-Mohand (Coord.), *Juventud y autorregulación del tiempo: Intervención socioeducativa para el bienestar integral* (pp. 213-227). Dykinson. <https://doi.org/10.14679/3069>
- Peters, R. y Smith, L. (2019). Youth engagement in leisure activities: An Australian perspective. *Leisure Studies*, 38(1), 92-108. <https://doi.org/10.1080/02614367.2019.1578853>
- Roberts, K. (2019). Youth leisure and social inequalities: A UK perspective. *Leisure Studies*, 37(4), 471-486. <https://doi.org/10.1080/02614367.2019.1618043>
- Rodríguez-Bravo, M. A., Pérez, L. F. y Sánchez, D. R. (2021). Social exclusion and youth leisure: The impact of economic inequalities on participation. *Leisure Studies*, 40(2), 275-291. <https://doi.org/10.1080/02614367.2021.1872015>
- Rodrigo, M. P. y Cano, V. A. (2022). Inclusión de máximos para una ciudadanía activa. El ocio saludable como elemento imprescindible para el incremento del capital social. En A. Madariaga Orguzar y Ma P. Rodrigo Moriche (coord.), *Ocio saludable y construcción de ciudadanía* (pp. 109-125). Thomson Reuters Aranzadi.
- Sáenz de Jubera, M., Medrano, C. y Martínez, J. M. (2024). Factores personales y familiares vinculados al ocio ambiental y cultural intergeneracional. *European Public & Social Innovation Review*, 9, 1-20. <https://doi.org/10.31637/epsir-2024-496>
- Sanz, E., Valdemoros, Á., Duque, C. y García-Castilla, F.J. (2019). Ocio cultural juvenil, indicador subjetivo de desarrollo humano. *Cauriensia. Revista Anual De Ciencias Eclesiásticas*, 14, 491-511. <https://doi.org/10.17398/2340-4256.14.491>
- Strauss, A. y Corbin, J. (2003). *Bases de la investigación cualitativa: técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada*. Universidad de Antioquia.

- Urra, M., García-Castilla, F. J., Horcajo, A., Goig-Martínez, R. M. y Hossein-Mohand, H. (2024). Participación en actividades de ocio valioso y su impacto positivo en el bienestar emocional en la juventud. *Cauriencia. Revista Anual De Ciencias Eclesiásticas*, 19, 1387-1412. <https://doi.org/10.17398/2340-4256.19.1387>
- Young, A. N. (2023). What then is time?: A case sample of teaching time and engaging temporal reflexivity using a reflective time journal activity. *Time & Society*, 32(3), 259-271. <https://doi.org/10.1177/0961463X231176429>
- Zawierucha, K. (2020). The development of the modern world in the aspect of new technologies. *Zeszyty Naukowe. Organizacja i Zarządzanie/Politechnika Śląska*, (145), 661-673. <http://dx.doi.org/10.29119/1641-3466.2020.145.49>

## CÓMO CITAR EL ARTÍCULO

García-Pérez, M., Vasco-González, M., Goig-Martínez, R. y García-Castilla, F. J. (2026). Juventud, ocio y gestión del tiempo libre: una necesidad formativa en Melilla. *Pedagogía Social. Revista Interuniversitaria*, 48, 151-164. DOI:10.7179/PSRI\_2026.48.09

## DIRECCIÓN DE LOS AUTORES

**María García-Pérez Calabuig.** Dpto. de Teoría de la Educación y Pedagogía Social, Facultad de Educación, UNED. Calle Juan del Rosal 14, desp. 2.71, 28040, Madrid. E-mail: mgarcia@edu.uned.es

**Margarita Vasco González.** Área Didáctica y Organización Escolar. Departamento Educación FCDEI. Universidad Rey Juan Carlos (URJC).Camino del Molino,5. 28942. Fuenlabrada. E-mail: margarita.vasco@urjc.es

**Rosa Goig-Martínez.** Departamento Métodos de Investigación y Diagnóstico en Educación I, Facultad de Educación, UNED. C/ Juan del Rosal 14, Desp. 2.16 28040 Madrid . E-mail: rmgoig@edu.uned.es

**Francisco Javier García-Castilla.** Dpto. Trabajo Social, Facultad de Derecho, UNED. C. del Obispo Trejo, 2, Moncloa - Aravaca, 28040 Madrid. E-mail: ffgarcia@der.uned.es

## PERFIL ACADÉMICO

### MARÍA GARCÍA-PÉREZ CALABUIG

<https://orcid.org/0000-0002-4173-0267>

Doctora en Pedagogía. Profesora del Departamento de Teoría de la Educación y Pedagogía Social dentro de la Facultad de Educación de la UNED. En la actualidad, y desde el año 2020, es la Coordinadora del Máster Universitario en Intervención Educativa en Contextos Sociales, título oficial de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional de Educación a Distancia. Forma parte del Grupo de Investigación (GI17), de Intervención Socioeducativa de la UNED. Las líneas de investigación se han centrado en la forma que puede ayudar la tecnología y los entornos digitales al fomento de la inclusión educativa, y la intervención socioeducativa dirigida a colectivos vulnerables, relacionándolo siempre con la realidad social en entornos digitales.

### MARGARITA VASCO-GONZÁLEZ

<https://orcid.org/0000-0002-4211-7499>

Profesora en el área de Didáctica y Organización escolar de la Universidad Rey Juan Carlos. Máster en Intervención Educativa en contextos sociales por la Universidad Nacional de Educación a Distancia en la que también adquirió el Grado de Doctora con una calificación de Cum Laude. Sus líneas de investigación se centran en: Tecnologías de Información y comunicación aplicadas a distintos contextos educativos, Didáctica y organización escolar, así como el estudio de la juventud en contextos de vulnerabilidad y su transición a la vida adulta.

### ROSA MARÍA GOIG-MARTÍNEZ

<https://orcid.org/0000-0001-7551-29493>

Doctora en Pedagogía. Profesora Titular del Departamento de Métodos de Investigación y Diagnóstico en Educación I, en la Facultad de Educación de la Universidad Nacional de Educación a Distancia. En estos momentos es directora del departamento MIDE I. Forma parte del Grupo de Investigación (GI17), de Intervención Socioeducativa de la UNED. Sus líneas de investigación se centran, principalmente, en investigar e intervenir en el tema de Atención a la Diversidad y Jóvenes en Exclusión Social y su Tránsito a la Vida Adulta.

### FRANCISCO JAVIER GARCÍA-CASTILLA

<https://orcid.org/0000-0003-3040-640X>

Doctor en Sociología en el Programa de Exclusión y Política Social por la Universidad Pontificia Comillas de Madrid. Es licenciado en Sociología y diplomado en Trabajo Social por la misma universidad. Profesor Titular de Universidad en el departamento de Trabajo Social en la Facultad de Derecho de la Universidad Nacional de Educación a Distancia. En la actualidad es el Director de la Cátedra Prevención y Dinamización Comunitaria. Ha sido gerente de Comunitaria, Revista Internacional de Trabajo Social y Ciencias Sociales (2010-2019). Es miembro de la Junta Directiva de la Sociedad Científica Asociación Madrileña de Sociología (AMS) desde el año 2012, siendo Vicepresidente desde mayo de 2019.