

ADLER: UNA PROPUESTA PARA EL ESTUDIO DE LA COMPENSACION EN EL TIEMPO LIBRE

NURIA CODINA
Departamento de Psicología Social
Universidad de Barcelona

Como se ha señalado en más de una ocasión, la psicología individual adleriana apenas ha sido considerada en el desarrollo de las ciencias sociales. A pesar de ésto, Adler ofrece una interesante alternativa para explicar ciertos comportamientos psicosociales característicos en el tiempo libre. En este trabajo vamos a referirnos al mecanismo de la compensación y al fenómeno del estatus.

1. TIEMPO LIBRE Y TEORIAS DE COMPENSACION

Muchos científicos sociales estudian el tiempo libre como tiempo opuesto al tiempo de trabajo o tiempo liberado de actividades obligadas. Uno de los análisis que explican con más claridad la relación entre trabajo y ocio, es el de Wilensky (1960), quien, basándose en Marx, Engels y otros pensadores sociales clásicos, dice que el impacto del trabajo sobre el ocio, se manifiesta de dos formas, una llamada compensación y otra, "spillover", desplazamiento o generalización. En la primera se produce un escape de las excesivas privaciones del trabajo, mientras que en la segunda los hábitos, actitudes e intereses del trabajo se extienden al ocio.

Estas hipótesis son válidas para explicar algunos comportamientos. Sin embargo, la última tesis pone en entredicho el hablar de tiempo de trabajo y tiempo libre si los comportamientos del trabajo se mantienen en el ocio. En cambio, la primera tesis parece justificar esta diferencia aunque en la práctica no es posible aislar un tiempo de libertad y un tiempo de obligación, ya que el comportamiento del hombre está siempre, más o menos, condicionado por las pautas y normas de su contexto. Es decir, la libertad y la obligación se encuentran en cierta medida tanto en el trabajo como en el ocio, siendo la intensidad con la que actúan cada una de éstas lo que da lugar a mayor o menor libertad en el tiempo libre.

Por otra parte, algunos especialistas de la psicología del trabajo y del tiempo libre cuestionan la validez de aquellas hipótesis, dado que ante dimensiones similares de trabajo y no trabajo varios estudios obtienen resultados consistentes con ambas conceptualizaciones (Kando y Summers, 1971; Staines, 1980; Kabanoff, 1980). Para solucionar este problema, de naturaleza metodológica según muchos autores, se analizan los factores asociados a cada una de las manifestaciones y se diseñan investigaciones más precisas. No obstante, el estudio de la relación entre trabajo y ocio requiere otro planteamiento ya que, como observan Kando y Summers, una misma actividad puede tener varios significados.

Entre los pensadores que tratan el fenómeno de la compensación, las explicaciones de Adler, aunque no se refieren específicamente al tiempo libre, clarifican el problema presentado por aquellas tesis.

Para Adler, toda persona está poseída por un afán de perfección, o impulso para liberarse de los "sentimientos opresivos de tensión que surgen en un estado de 'incompletud'" (1933, 55). Se trata de una tendencia hacia la "completud" generada por un sentimiento de inferioridad, si bien éste es "sentido" cuando se vive la propia deficiencia, o es "supuesto" cuando se compara la situación propia con el objetivo ambicionado (Adler, 1937). Y en ambos casos, ya sea para superar la inferioridad o para completar la lucha hacia dicho objetivo, el hombre se comporta como si tuviera un sentimiento de inferioridad, intenta mejorar la situación propia, y ésto, afirma

Adler, "desde un punto de vista psicológico puede ser considerado como una compensación" (1957, 10).

En una dirección similar a la que llevan los postulados de Adler, Munné ha tratado el problema de la relación entre trabajo y ocio desde la misma psicología del tiempo libre. Para este último autor, las hipótesis de la compensación y "spillover" son compatibles, debido a que la segunda esconde también una compensación, si bien ésta puede ser de carácter suplementario o complementario. La compensación suplementaria es aquella "en que las experiencias, la conducta y los estados psicológicos deseables, pero insuficientes en la situación de trabajo, son perseguidos en el no trabajo"; y la compensación complementaria es aquella en la que los "elementos no deseables, son reajustados. Uno y otro tipo responden a un mismo proceso: las privaciones del trabajo son completadas o recuperadas mediante actividades de no trabajo" (1980, 96).

2. LA COMPENSACION, UN MECANISMO PSICOLOGICO

Entre otros aspectos, la psicología del tiempo libre estudia los factores de la realidad multidimensional que más influyen en el comportamiento (Shaw, 1984; Williams et al. 1988) así como la relación entre actividades de ocio y sentimiento de satisfacción, competencia, incompetencia, control, habilidades (Seligman, 1975; Lefcourt, 1976; Ragheb y Beard, 1980), etc. Pero es necesario averiguar, dice Iso-Ahola (1980a), si las restricciones que imponen estos sentimientos impiden hacer frente a los problemas psicológicos individuales.

En este sentido entendemos que, la tesis de Adler sobre la compensación del sentimiento de inferioridad permite comprender por qué no siempre se superan todos los problemas psicológicos y, con ello, responde indirectamente a la pregunta de Iso-Ahola.

Adler explica que la compensación psicológica, originada por el sentimiento de inferioridad, "es deseable, necesaria e inevitable para todos" (1957, 10). Sin embargo, la compensación, que se presenta de múltiples formas, no siempre logra vencer la situación porque, entre la innúmera cantidad de valores que

ofrece el medio como objetivo final, "cada individuo, en su particular afán de perfección, elige aquellos que, según su particular receptibilidad mejor le cuadran" (1912, 55). Pero las ideas que organizan estas elecciones son más o menos justas, ya que están reguladas y organizadas por el punto de vista personal. Y éste actúa intentando alcanzar una meta que, fijada ya desde la infancia, domina la totalidad de nuestros actos, e incluso, abandona la satisfacción de ciertas psicológicas.

En efecto, la compensación es un medio o instrumento para acercarse a una meta u objetivo personal, y las actividades dirigidas hacia un fin pueden satisfacer con más o menos acierto otras inferiores psicológicas simultáneas (Adler, 1912).

3. EL ÉXITO COMO OBJETIVO DE LA COMPENSACION

De acuerdo con el objetivo perseguido en el afán de perfección, según Adler, la compensación puede orientarse hacia el desarrollo de la persona o hacia el reconocimiento social. Pero, añade el mismo autor, en ambos casos "luchamos porque nos sentimos inferiores, y vencemos este sentimiento de inferioridad mediante una lucha con éxito" (1957, 55).

Esta última aclaración, hace que la teoría de la compensación de Adler sea una alternativa para estudiar una característica del tiempo libre, "a la que no se le ha concedido la atención que merece y sin la cual es imposible profundizar y comprender la dinámica del fenómeno" (Munné, 1971, 462). Esta característica se refiere a que el empleo del tiempo libre es fuente de estatus.

Con base a lo expuesto, el tiempo libre como tiempo de compensación y fuente de estatus se utiliza, por un lado, para superar el sentimiento de inferioridad y/o completar el afán de superioridad, y por el otro, para conseguir el desarrollo personal con éxito y/o para alcanzar el reconocimiento social con el éxito.

El deseo de superar el estatus que se posee, puede ser satisfecho a través de varias actividades, ya que una misma actividad puede satisfacer varias necesidades (Totarski, 1985). Ahora bien, en nuestros días, el tiempo libre se ha convertido en

una fuente de estatus al ser empleado en actividades que demuestran la disposición de un tiempo, unos recursos y unas habilidades personales. Entre las actividades realizadas para ser reconocido socialmente, las que mejor satisfacen este deseo, son las que divierten, especialmente, porque permiten llevar una "vida diferente" (Munné, 1980). En cambio, las actividades hechas para desarrollarse personalmente son las menos practicadas ya que los éxitos son menos demostrables a corto plazo y sólo valorados en ciertos sectores sociales.

Pero si situamos la explicación del tiempo libre, como fuente de estatus, en el contexto inmediato y no consideramos los factores que, según Adler, impulsan a buscar la compensación en el reconocimiento social a través del éxito fácil, dicha explicación es incompleta.

Las personas que dirigen su afán de superioridad mediante éxitos útiles para la vida, explica Adler, son aquellas que en su infancia "se han desarrollado sin oposiciones u obstáculos..." (1957, 32). El sentimiento de inferioridad no les ha hecho perder la objetividad y sus decisiones se ajustan a la realidad (Adler, 1912).

Frente al sentimiento de inferioridad y afán de superación en lo útil, existe también la compensación en lo inútil que, según Adler, suele aparecer en aquellas personas a las que se les ha obstruido el mecanismo de lucha hacia la superioridad, como le ocurre al niño que fracasa en el colegio o se le roba la fe en el futuro. En estos casos, el sentimiento de inferioridad se hace manifiesto pero se sigue aspirando a la superioridad, a través de compensaciones fáciles y satisfacciones espaciosas, en "el camino que siempre atrae a los individuos desalentados, el que le traiga más rápido el éxito psicológico" (Adler, 1957, 13).

Con esta síntesis de las explicaciones de Adler sobre el mecanismo de la compensación, podemos entender que, hoy, las condiciones de vida generan intensos sentimientos de incompletud, y el hombre, para evitar los conflictos que pueden derivarse si fracasa en su intento de compensación o no alcanza el objetivo deseado, tiende a entregarse a actividades fáciles, en las que está seguro "de ganar y de ésta manera demostrar su superioridad" (Adler, 1957, 13).

Por otra parte, la compensación en lo fácil está favorecida por el sistema establecido el cual, preparado para contentar al hombre de sus insatisfacciones, ofrece la posibilidad de elegir entre una gran variedad de actividades, más o menos, organizadas para alcanzar fácil y rápidamente el éxito deseado. Aunque en muchas ocasiones este deseo es casi obligado porque, especialmente la industria de la diversión intenta adaptar sus ofertas a los sentimientos de inferioridad del hombre actual y fija unos estándares de afán de perfección.

Pero además, la sociedad ofrece alternativas que satisfacen la necesidad de compensación para protegerse de amenazas sociales, ya que cuando el sentimiento de inferioridad es exagerado estimula un afán de superioridad ambicioso el cual da lugar a comportamientos sobrecompensadores. Y el propio Adler, yendo más allá, advierte que tales comportamientos en situaciones extremas conducen incluso al mundo de los irresponsables y criminales (1937).

Para finalizar debemos advertir que, la teoría de la compensación de Adler sólo explica aquella parte del tiempo libre en la que la libertad está generada por la necesidad de compensarse, ya que en el auténtico tiempo libre es el hombre quien genera sus condiciones para ejercer la libertad. En cualquier caso, la tesis adleriana permite comprender, como esperamos haber mostrado, algunos aspectos del tiempo libre como fuente de estatus y, del mismo modo, estudiar las causas o antecedentes de otros comportamientos típicos de dicho tiempo.

BIBLIOGRAFIA

- ADLER, A. (1912): *Über den Nervösen Charakter*. Barcelona, Planeta-Agostini, 1985.
- ADLER, A. (1928): Breves comentarios sobre razón, inteligencia y debilidad mental. En H.L. Ansbacher y R.R. Ansbacher (comp.), *Superiority and Social Interest*. Evanston, Northwestern Univ. Press. (México, F.C.E., 1968, pp.46-52).
- ADLER, A. (1933): Ventajas y desventajas del sentimiento de inferioridad. En H.L. Ansbacher y R.R. Ansbacher (comp.),

- Superiority and Social Interest*. Evanston, Northwestern Univ. Press. (México, F.C.E., 1968, pp.53-59).
- ADLER, A. (1933): Sobre los orígenes del afán de superioridad y del interés social. En H.L. Ansbacher y R.R. Ansbacher (comp.), *Superiority and Social Interest*. Evanston, Northwestern Univ. Press. (México, F.C.E., 1968, pp.36-45).
- ADLER, A. (1937): El progreso de la humanidad. En H.L. Ansbacher y R.R. Ansbacher (comp.), *Superiority and Social Interest*. Evanston, Northwestern Univ. Press. (México, F.C.E., 1968, pp.31-35).
- ADLER, A. (1958): *La educación de los niños*, Losada, Buenos Aires.
- ANSBACHER, H.L. (1964): El creciente reconocimiento de Adler. En H.L. Ansbacher y R.R. Ansbacher (comp.), *Superiority and Social Interest*. Evanston, Northwestern Univ., Press. (México, F.C.E., 1968, pp.15-28).
- KABANOFF, B. (1980): Work and Nonwork: A review of Models Methods, and Findings. *Psychological Bulletin*, 80 (1) 60-77.
- ISO-AHOLA, S.E. (1980a): *The Social Psychology of Leisure and Recreation*. Dubuque, Iowa, Brown.
- ISO-AHOLA, S.E. (ed.) (1980b): *Social Psychological Perspectives on Leisure and Recreation*. Springfield, Ill, Thomas.
- KANDO, T.M. y SUMMERS, W.C. (1971): The Impact of Work on Leisure. Toward a Paradigm and Research Strategy. *Pacific Sociological Review*, 14 (3) 310-327.
- LEFCOURT, H.M. (1973): The function on the illusions of control and freedom. *American Psychologist*, 28, 417-425.
- MUNNÉ, F. (1971): *Grupos, Masas y Sociedades*. Barcelona, Hispano Europea (3.ed. 1979).
- MUNNÉ, F. (1980): *Psicosociología del tiempo libre. Un enfoque crítico*. México, Trillas.
- RAGHEB, M.G. y BEARD, J.G. (1980): Leisure Satisfaction: Concept, Theory, and Measurement. En Iso-Ahola (ed.), *Social Psychological*

- Perspectives on Leisure and Recreation*. Springfield, Ill, Thomas (329-353).
- SELIGMAN, M.E.P. (1975). *Helplessness*. San Francisco, Freeman C.
- SHAW, M. (1984): *Sport and Leisure Participation and Lifestyles in Different Residential Neighbourhoods: An Exploration of the ACORN Classification*. London, Sports Council.
- STAINES, G. (1980): Spillover versus Compensation: A Review of Literature on the Relationship between Work and Nonwork. *Human Relations*, 33, 111-129.
- TOKARSKY, W. (1985): Some Social Psychological notes on the Meaning of Work and Leisure. *Leisure Studies*, 4 (2) 227-231.
- WILENSKY, H. (1960): *Work, Careers and Social Participation*. *American Sociological Review*, 24, 522-529.
- WILLIAMS, A.E.; JENKINS, C. y NEVILLE, A.M. (1988): Social Area Influences on Leisure Activity - An Exploration of the ACORN Classification with Reference to Sport. *Leisure Studies*, 7 (1) 81-95.