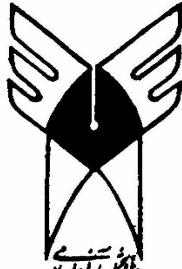


صلاة الاضلاع



دانشگاه آزاد اسلامی
واحد تهران مرکزی
دانشکده روانشناسی و علوم اجتماعی ، گروه روانشناسی

(M.A پایان نامه برای دریافت درجه کارشناسی ارشد)

گرایش تربیتی

عنوان :

رابطه نحوه گذران اوقات فراغت با پیشرفت تحصیلی و سازگاری اجتماعی دانش آموزان

استاد راهنما :

دکتر مژگان سپاه منصور

استاد مشاور :

دکتر ایراندخت فیاض

پژوهشگر :

فاطمه کریمی منفرد

تابستان ۱۳۹۰

تقدیم به :

پدر و مادر مهربانم ، همسر عزیزم و مادر همسرم که همواره در طول زندگی
پربارشان از حمایت های بی دریغ آنها بهره‌مند بوده‌ام.

وتقدیم به تنها نوگل زندگی ام نگین

من لم يشكر المخلوق لم يشكر الخالق

مراتب قدرشناسی و سپاسگزاری خویش را به محضر سه استاد ارجمند و فرهیخته :

- ۱- استاد راهنما سرکار خانم دکتر مژگان سپاه منصور
- ۲- استاد مشاور سرکار خانم دکتر ایراندخت فیاض
- ۳- استاد داور سرکار خانم دکتر سوزان امامی پور

که در طول انجام این پژوهش بارهنمودهای ارزشمند و دقت نظر خاص خویش بر غنای پژوهش افزودند و اجازه دادند که در این مدت از محضر پر فیضشان بهره ببرم، ابراز می‌دارم.

بسمه تعالی

تعهد نامه اصالت پایان نامه کارشناسی ارشد

اینجانب **فاطمه کریمی منفرد** دانش آموخته مقطع کارشناسی ارشد ناپیوسته به شماره دانشجویی ۸۸۰۸۳۶۹۹۸۰۰ در رشته روانشناسی تربیتی که در تاریخ ۱۳۹۰/۶/۳۱ از پایان نامه خود تحت عنوان: **رابطه نحوه گذران اوقات فراغت با پیشرفت تحصیلی و سازگاری اجتماعی دانش آموزان** با کسب نمره ۱۸/۷۵ و درجه عالی دفاع نموده ام بدین وسیله متعهد می شوم:

۱. این پایان نامه حاصل تحقیق و پژوهش انجام شده توسط اینجانب بوده و در مواردی که از دستاوردهای علمی و پژوهشی دیگران (اعم از پایان نامه، کتاب، مقاله و ...) استفاده نموده ام، مطابق ضوابط و رویه های موجود، نام منبع مورد استفاده و سایر مشخصات آن را در فهرست ذکر و درج کرده ام.
۲. این پایان نامه قبلاً برای دریافت هیچ مدرک تحصیلی (هم سطح، پایین تر یا بالاتر) در سایر دانشگاهها و مؤسسات آموزش عالی ارائه نشده است.
۳. چنانچه بعد از فراغت از تحصیل، قصد استفاده و هر گونه بهره برداری اعم از چاپ کتاب، ثبت اختراع و ... از این پایان نامه داشته باشم، از حوزه معاونت پژوهشی واحد مجوزهای مربوطه را اخذ نمایم.
۴. چنانچه در هر مقطع زمانی خلاف موارد فوق ثابت شود، عواقب ناشی از آن را بپذیرم و واحد دانشگاهی مجاز است با اینجانب مطابق ضوابط و مقررات رفتار نموده و در صورت ابطال مدرک تحصیلی ام هیچ گونه ادعایی نخواهم داشت.

نام و نام خانوادگی:

تاریخ و امضاء:

بسمه تعالی

در تاریخ ۱۳۹۰/۶/۳۱

دانشجوی کارشناسی ارشد خانم فاطمه کریمی منفرد از پایان نامه
خود دفاع نموده و با نمره ۱۸/۷۵ بحروف هجده و هفتاد و پنج
صدم و با درجه عالی مورد تصویب قرار گرفت.

امضاء استاد راهنما

فهرست مطالب

صفحه

چکیده

فصل اول: کلیات پژوهش

۲	مقدمه
۴	بیان مسأله
۶	اهداف پژوهش
۶	اهمیت پژوهش
۷	سوالات پژوهش
۸	فرضیه های پژوهش
۸	تعاریف متغیرها

فصل دوم: ادبیات و پیشینه پژوهش

۱۰	تعریف فراغت
۱۲	چارچوب نظری
۱۶	نظر اسلام درباره اوقات فراغت
۱۸	تاریخچه اوقات فراغت از آغاز پیدایش انسان تا امروز
۱۹	اوقات فراغت در دوران باستان
۲۰	اوقات فراغت در قرون وسطی
۲۱	شروع عصر جدید
۲۲	روندفراغت در جامعه ایران
۲۲	فراغت در ایران قبل از اسلام
۲۳	فراغت در ایران بعد از اسلام
۲۴	فراغت در ایران معاصر
۲۴	فراغت در حال حاضر
۲۵	کارکردهای اوقات فراغت
۲۶	استراحت و ترمیمه خستگی
۲۶	نشاط تفریح
۲۶	شکوفایی و استعداد
۲۷	زیبایی شناختی
۲۷	عوامل تأثیر گذار بر نحوه گذران اوقات فراغت
۳۰	فواید اوقات فراغت
۳۲	تعاریفی از پیشرفت تحصیلی
۳۳	عوامل مؤثر بر پیشرفت تحصیلی
۳۵	سایر عوامل مؤثر بر پیشرفت تحصیلی
۴۰	اندازه گیری از پیشرفت تحصیلی
۴۱	تعریف سازگاری
۴۲	تعریف سازگاری اجتماعی
۴۴	ابعاد سازگاری
۴۷	سازگاری از دیدگاه روان تحلیلی

۴۷ نظریه شناختی اجتماعی بندورا
۴۷ سازگاری از دیدگاه تئوری شناختی اجتماعی
۴۸ نظریه روانی - اجتماعی اریکسون
۴۹ سازگاری از دیدگاه واقعیت درمانی
۴۹ نظریه پدیدار شناختی کارل راجرز
۵۰ عوامل مؤثر بر سازگاری
۵۳ ویژگی های افراد سازگار
۵۶ پژوهش های انجام شده در داخل کشور
۵۶ پژوهش های انجام شده درباره اوقات فراغت و پیشرفت تحصیلی
۶۱ پژوهش های انجام شده درباره سازگاری اجتماعی و پیشرفت تحصیلی
۶۳ پژوهش های انجام شده در خارج از کشور
۶۳ پژوهش های انجام شده درباره اوقات فراغت و پیشرفت تحصیلی
۶۷ پژوهش های انجام شده درباره سازگاری اجتماعی و پیشرفت تحصیلی

فصل سوم : روش پژوهش

۷۱ روش پژوهش
۷۱ جامعه آماری
۷۱ نمونه آماری و روش نمونه گیری
۷۲ ابزار پژوهش
۷۲ سنجش پایایی و روایی ابزار پژوهش
۷۳ روش اجرا
۷۳ روش تجزیه و تحلیل داده ها

فصل چهارم: تجزیه و تحلیل داده ها

۷۵ مقدمه
۷۶ توصیف داده ها
۷۸ تحلیل داده ها

فصل پنجم: بحث و نتیجه گیری

۸۳ مقدمه
۸۳ بحث و نتیجه گیری
۸۴ توصیف داده ها و اطلاعات با استفاده از آمار توصیفی
 تحلیل داده ها و آزمون فرضیه های پژوهش با استفاده از روش های مناسب آمار استنباطی
۸۵
۹۰ بحث و تفسیر کلی
۹۱ محدودیت های پژوهش
۹۲ پیشنهادها
۹۳ منابع فارسی
۹۹ منابع لاتین
۱۰۲ پیوستها

چکیده

پژوهش حاضر با عنوان نحوه گذران اوقات فراغت با پیشرفت تحصیلی و سازگاری اجتماعی دانش آموزان بر روی نمونه ای به حجم ۲۰۰ نفر که به روش تصادفی خوشه ای از بین دانش آموزان دختر دوره متوسطه که در سال تحصیلی ۹۰-۸۹ در مدارس دولتی شهر رباط کریم مشغول به تحصیل بودند صورت گرفت .

ابزارهای مورد استفاده در این پژوهش ، آزمون سازگاری اجتماعی سینها و سینگ (۱۹۹۳)،

پرسشنامه اوقات فراغت، ساخته شده (توسط رادمند) و معدل نیمسال اول دانش آموزان بود.

روش های آماری بکار رفته شامل شاخص های توصیفی (میانگین و انحراف استاندارد) و ضریب همبستگی پیرسون می باشد .

نتایج بدست آمده از تجزیه تحلیل داده ها با نرم افزار spss نشان داد که بین مؤلفه های اوقات فراغت رفتن به سینما، کار بار ایانه، دیدار دوستان و گردش و پارک رفتن با سازگاری اجتماعی بالا همبستگی مثبت معنی دار در سطح ۰/۰۱ وجود دارد. بین هیچ یک از مؤلفه های اوقات فراغت با پیشرفت تحصیلی دانش آموزان همبستگی معنی دار در سطح ۰/۰۵ وجود ندارد. همچنین بین سازگاری اجتماعی بالا با پیشرفت تحصیلی همبستگی مثبت معنی دار در سطح ۰/۰۵ وجود دارد .

فصل اول

کلیات پژوهش

مقدمه

اندیشمندان اجتماعی، زمان را به عنوان بعدی از حیات اجتماعی، زمینه ساز و بستر مهمی برای تمامی الگوها و مناسبات اجتماعی دانسته اند، به گونه ای که هم اکنون زمان، به بخش جدایی ناپذیر هر واقعیت اجتماعی انسانی تبدیل شده است (فصلنامه شورای فرهنگی، عطائی سعیدی و...، ۱۳۸۸).

در حقیقت منظور از اوقات فراغت فرصتهایی است که انسان مسئولیت پذیر هیچگونه تکلیف یا کار موظفی را عهده دار نبوده، زمان در اختیار اوست که به میل و انگیزه شخصی به امر خاصی پردازد. به عبارتی دیگر فراغت زمانی است که پس از انجام رساندن کار و تکلیف موظف روزانه باقی مانده، انسان فرصت می یابد که با رغبت و علاقه و انگیزه شخصی، فعالیت و برنامه های خاصی را انتخاب کند (افروز، ۱۳۷۴).

اوقات فراغت و نحوه گذران آن از مباحثی است که پس از انقلاب صنعتی به موضوعی مهم مبدل شده است. پس از انقلاب صنعتی، دسترسی فزاینده انسان به فن آوری جدید باعث شده است اوقات فراغت در هفته تا حدود دوبرابر افزایش یابد (امیرتاش، ۱۳۸۳ : صص ۳۷-۵۱).

از طرفی، با تغییراتی که در عرصه کار و صنعت صورت گرفته است، شکل و میزان اوقات فراغت متحول شده و کارکردهای متنوعی پیدا کرده است، به طوری که از یک طرف، در زندگی روزمره دختران اهمیتی روزافزون یافته و از طرف دیگر، مسأله آفرین شده است (رفعت جاه، ۱۳۸۶).

لازمه شادابی جوانان و نوجوانان و جلوگیری از افسردگی و پرمردگی آنان، زندگی توأم با شادی و نشاط و جستجوی زیباییهاست زیرا تفریح و سرگرمی و گذران اوقات فراغت آنهم باتوجه به زیباییهای طبیعت از غرایض طبیعی و سرشت هر انسانی است که از آغاز زندگی تا پایان عمر همواره ثابت است و ارضاء این تمایل برای تمامی افراد در سنین متفاوت لذت بخش و مایه شادی و مسرت است. و از طرفی تداوم فعالیت های ذهنی و عملی در زندگی بدون استفاده از فرصتهای آزاد برای تفکر و بازنگری بر اعمال ممکن است تدریجاً موجب بروز برخی عادات یا رفتارهای نامطلوب در انسان شود و این عادات موجب پدیدار شدن ناسازگاری اجتماعی و اختلالات رفتاری و ... شود. بنابراین نحوه گذران اوقات فراغت در سازگاری اجتماعی افراد می تواند مؤثر باشد.

سازگاری اجتماعی عبارت است از سازگاری شخص با محیط اجتماعی خود که ممکن است با تغییر دادن خود یا محیط به دست آید (پورافکار، ۱۳۸۰).

فعالیت های اوقات فراغت دوران بچگی و نوجوانی عموماً برای رفتارهای اوقات فراغت در دوران بزرگسالی بسیار مهم تلقی گردیده است (تامپسن و دیگران، ۲۰۰۳، فیلیپ، ۱۹۹۸ و هامبر^۱ و دیگران، ۲۰۰۶).

علاقه به مطالعه در باره فراغت در نوجوانان و جوانان از اوایل دهه ی ۱۹۸۰ میلادی در خارج از ایران شدت یافته است (فیلیپ، ۱۹۹۸، کالدول، اسمیت و ویزینگر^۲ ۱۹۹۳). این روند در دهه ۱۹۹۰ میلادی افزایش بیشتری یافت تا جایی که جنبه های مختلف تجربه اوقات فراغت جوانان را دربرگرفت (فیلیپ،^۳ ۱۹۹۸).

بیان مسئله

در سالهای اخیر، برنامه های اوقات فراغت از سوی دستگاههای مختلف فرهنگی و اجرایی پیشنهاد و اجرا گردیده است. این برنامه ها عمدتاً برای اصلاح پاره ای از رویدادهای اجتماعی منفی (عوامل اجتماعی نامطلوب) حاصل از گذران اوقات فراغت دانش آموزان مانند عدم مشارکت اجتماعی، کاهش میزان دینداری، فاصله نسل های پس از انقلاب اسلامی از تاریخ انقلاب اسلامی و اندیشه های امام خمینی و ... از طریق مداخله در فرآیندهای پیدایی آنها وضع شده است. بی تردید بهبود کیفیت گذران اوقات فراغت جوانان نیازمند مدیریت اوقات فراغت است (فصلنامه شورای فرهنگی، عطائی سعیدی و...، ۱۳۸۸).

غنی سازی این اوقات در راستای تقویت هویت دینی، ملی و فرهنگی و توسعه آگاهی های جوانان در عرصه های فرهنگی - اجتماعی و تحصیلی با توجه به مقتضیات سن نوجوانی و جوانی در گستره مدیریت اوقات فراغت است.

اوقات فراغت می تواند نقشی نیرومند و در عین حال دوگانه در تحول فرهنگی جوامع داشته باشد، بدین معنا که می تواند در ارتباط با نیازهای فکری و عملی انسان عامل سازگاری یا ناسازگاری اجتماعی و پیشرفت یا عقب ماندگی فرهنگی باشد. فعالیت های فراغتی می تواند به کارکردهای مختلف استراحت، تفریح و رشد شخصیت از چشم انداز شگفتی استعدادهای فرد در انجام وظایف شغلی، خانوادگی و اجتماعی پاسخ بگوید به گونه ای که فرد با رفع خستگی، صدمات جسمی و روانی ناشی از هیجانات مداوم کار و انجام وظایف اجتماعی را جبران نماید و با تفریح از کسالت ناشی از یکنواختی کار و فعالیت روزانه رها شود.

فرصتی برای پرورش استعدادهای عاطفی، ذهنی و روانی و بازسازی شخصیت خود فراهم سازد (فرهادی، ۱۳۸۰).

1 - Humberet al. 2006, Thompson et al, 2003, Philipp, 1998.
2 - Philipp, 1998, Caldwell, Smith & Weissinger, 1992.
3 - Philip, 1998

تحقیقات متعددی نشان داده است که رواج انواع تفریحات انحرافی در بسیاری از کشورهای غربی و در برخی از کشورهای در حال توسعه ناشی از نداشتن امکانات مناسب تفریحی، عدم آگاهی، نداشتن برنامه صحیح و نیز اجرای سیاست های اجتماعی و اقتصادی نادرست در این زمینه است که موجب شده است بسیاری از نوجوانان و جوانان به سوی فعالیت ها و تفریحات ناسالم کشیده شوند (دبیر خانه شورای عالی جوانان، ۱۳۷۴).

سازگار شدن با خود و محیط پیرامون، برای هر موجود زنده یک ضرورت حیاتی است. انسان در جهانی زندگی می کند که از تحولات و مشکلات ناشی از آن سرشار است به طوری که این مشکلات او را از پیشرفت باز می دارند. اگر انسان بتواند بر این مشکلات غلبه کند و تعادل جسمی و روحی خود را به دست آورد در واقع سازگاری کسب کرده است (پمپ، ۱۹۹۰ به نقل از نیکدل).

سازگاری عبارت است از درک خود و دیگران، رفتارها، افکار و احساساتی که برای رشد مناسب لازم است و موجب می شود روش سازگاری مناسب و مورد نیاز برای تغییرات محیطی بروز کند (پمپ، ۱۹۹۰ به نقل از نیکدل).

پژوهشهای انجام شده در ایران نیز حاکی از این مطلب است که بسیاری از موارد شدید انحرافات و ناسازگاریها و افت تحصیلی در میان نوجوانان و جوانان نتیجه فقدان برنامه ریزی صحیح، در اوقات فراغت بوده است.

باتوجه به نکات ذکر شده در بالا مسأله اصلی این پژوهش آن است که در پایان دریافت کنیم چه رابطه ای بین نحوه ی گذران اوقات فراغت با پیشرفت تحصیلی و سازگاری اجتماعی دانش آموزان دختر دوره متوسطه شهر رباط کریم وجود دارد؟

اهداف پژوهش

هدف کلی:

هدف اصلی پژوهش حاضر عبارت است از رابطه نحوه ی گذران اوقات فراغت با پیشرفت تحصیلی و سازگاری اجتماعی دانش آموزان دختر دوره متوسطه شهر رباط کریم.

اهداف جزئی:

- ۱- تعیین رابطه بین مولفه های اوقات فراغت با پیشرفت تحصیلی دانش آموزان.
- ۲- تعیین رابطه بین مولفه های اوقات فراغت با سازگاری اجتماعی دانش آموزان.
- ۳- تعیین رابطه بین پیشرفت تحصیلی با سازگاری اجتماعی دانش آموزان.

اهمیت پژوهش

اوقات فراغت به عنوان یک الگوی منظم رفتاری، خود را به افراد جامعه تحمیل می کند و در مقیاس یک نهاد اجتماعی^۱ کارکردهای متفاوتی دارد. بر این اساس به عنوان یک نهاد اجتماعی نیازهای اجتماعی افراد جامعه را تأمین می کند و گذران مناسب اوقات فراغت وسیله ای مؤثر برای پرورش توان فکری، جسمی و اخلاقی افراد بوده و عاملی برای جلوگیری از کج روی های اجتماعی و اخلاقی است (تندنویس ۱۳۷۸ صص ۹۴-۱۱۰).

آسیب پذیری مناطق و شهرها و درک عمیق اهمیت و ضروری بودن پر کردن کیفی و کمی اوقات فراغت برای سلامت جامعه به برنامه ریزان اجتماعی امکان می دهد دست به طراحی برنامه هایی مناسب برای جامعه بزنند. این مهم، مستلزم مطالعه، پژوهش و اثر سنجی است.

اما چیزی که ضرورت این پژوهش را بیشتر آشکار میکند اعلامیه ی جهانی حقوق بشر، (۱۹۵۹) مجمع عمومی سازمان ملل است که طی قطعنامه ی شماره ۳۸۶ بوده، که در خصوص نیاز مندیهای اساسی کودکان انتشار یافته است، بازی و تفریح را به عنوان یکی از نیاز های نه گانه مادی و معنوی مطرح میکند که یکی از نشانه ها و شواهد بین المللی در خصوص اهمیت و توجه به اوقات فراغت جوانان و آینه سازان جامعه جهانی است (مؤذن پور، ۱۳۸۵).

پژوهش حاضر، به بررسی رابطه نحوه ی گذران اوقات فراغت با پیشرفت تحصیلی و سازگاری اجتماعی دانش آموزان دختر دوره متوسطه شهر رباط کریم می پردازد تا در جهت رفع کمبودها و نقایص، اقدامات اساسی صورت پذیرد.

سئوالات پژوهش

سوال کلی: آیا بین مؤلفه های اوقات فراغت با پیشرفت تحصیلی و سازگاری اجتماعی دانش آموزان رابطه وجود دارد؟

۱- آیا بین مؤلفه های اوقات فراغت با پیشرفت تحصیلی دانش آموزان رابطه وجود دارد؟

۲- آیا بین مؤلفه های اوقات فراغت با سازگاری اجتماعی دانش آموزان رابطه وجود دارد؟

۳- آیا بین سازگاری اجتماعی با پیشرفت تحصیلی دانش آموزان رابطه وجود دارد؟

1 Social institution

فرضیه های پژوهش

فرضیه اصلی: بین مؤلفه های گذران اوقات فراغت با پیشرفت تحصیلی و سازگاری اجتماعی دانش آموزان رابطه وجود دارد.

فرضیه های اختصاصی:

- ۱- بین مؤلفه های اوقات فراغت با پیشرفت تحصیلی دانش آموزان رابطه وجود دارد.
- ۲- بین مؤلفه های اوقات فراغت با سازگاری اجتماعی دانش آموزان رابطه وجود دارد.
- ۳- بین سازگاری اجتماعی با پیشرفت تحصیلی دانش آموزان رابطه وجود دارد.

تعاریف متغیرها

الف-تعاریف مفهومی:

اوقات فراغت: در حقیقت منظور از اوقات فراغت فرصت هایی است که انسان مسئولیت پذیر هیچگونه تکلیف یا کار موظفی را عهده دار نبوده، زمان در اختیار اوست که به میل و انگیزه ی شخصی به امر خاصی بپردازد، به عبارتی دیگر فراغت زمانی است که پس از انجام رساندن کار و تکلیف موظف روزانه باقی مانده، انسان فرصت می یابد که با رغبت و علاقه و انگیزه شخصی، فعالیت و برنامه ی خاصی را انتخاب کند (افروز، ۱۳۷۴).

پیشرفت تحصیلی: پیشرفت تحصیلی میزان معلومات یا مهارتهای افزوده شده در موضوع های درسی در مدتی معین است که با نمرات کسب شده در آزمونهای وضع شده توسط معلمان مطابق با اهداف آموزشی و تربیتی معین می گردد (شعاری نژاد، ۱۳۶۴).

سازگاری اجتماعی: عبارت است از سازگاری شخص با محیط اجتماعی خود که ممکن است با تغییر دادن خود یا محیط به دست آید (پور افکاری، ۱۳۸۰).

ب-تعاریف عملیاتی:

نحوه گذران اوقات فراغت: امتیاز یا نمره ای است که دانش آموزان با پاسخگویی به سئوالات پرسشنامه اوقات فراغت کسب می کنند.

پیشرفت تحصیلی: پیشرفت تحصیلی در این تحقیق از معدل نمرات دانش آموزان در ترم اول سال تحصیلی ۹۰-۸۹ که دانش آموز در روی برگه پرسشنامه ثبت نموده است استفاده شده است.

سازگاری اجتماعی: سازگاری اجتماعی در این تحقیق از طریق نمره بدست آمده از آزمون سازگاری سینها و سینگ^۱ ترجمه کرمی سنجیده می شود.

فصل دوم

پیشینه و ادبیات پژوهش

بخش اول : اوقات فراغت

تعریف فراغت:

فراغ در لغت خلاف شغل است^۱ و به تعبیر دیگر، فراغ همان بی کاری است و در کاربرد عرفی گاهی منظور از فراغت مطلق بیکاری است به گونه ای که فرد مشغول هیچ کاری نباشد و گاهی منظور از فراغت، بیکاری نسبی است گویی اینکه تا مدتی و یا لحظه ای پیش مغول کاری بوده است و اکنون آن کار را رها کرده و از آن فراغت یافته، اما مشغول کار دیگری است بنابراین نسبت به کار قبل، فراغت دارد و نسبت به کاری که اکنون در آن است فراغت ندارد (میرزایی سیجانی، ۱۳۸۸، ص ۱۴).

برخی فراغت را «زمانی که در آن فرد فرصت انتخاب می یابد» معرفی کرده اند.^۲ همان طور که مشاهده می شود در تعریف فراغت، زمانی که فرد فرصت انتخاب می یابد عنصر اصلی را تشکیل داده است که باید از ایشان سئوالی نمود که انسان ها به طور معمول در کدام زمان انتخاب نمی کنند؟ و یا چه کاری از افراد سر می زند که در آن عنصر اختیار و انتخاب نیست؟! و آیا انسانها در برهه ای از زمان انسانند و فرصت انتخاب پیدا نمی کنند و همین وقت وقت کار آن هاست؟! و اگر ایشان به محدودیت های اجتماعی، خانوادگی، طبیعی، سیاسی و ... هر فرد در نظر دارند و معتقدند این محدودیت ها فرصت انتخاب را از انسان می گیرد باید گفت که بالاخره با لحاظ همه ی این محدودیت ها باز هم ما فرصت انتخاب داریم و گاهی در حصار محدودیت ها انتخاب می کنیم و گاهی محدودیت ها را می شکنیم و انتخاب می نماییم. بنابراین هیچ گاه فرصت انتخاب از انسان گرفته نمی شود. (همان منبع، ص ۱۵)

بعضی گفته اند که : «فراغت مجموعه ای از ارزش های ارضاء کننده و تکامل دهنده است که فرد توسط فعالیت های اختیاری زمان فراغت به آن ها رسیده است و با آنها خود را بازآفرینی می کنند»^۳ همان گونه که مشاهده می شود این تعریف کاملاً دوری است و فراغت را با فراغت تعریف کرده است گویی اینکه تصور کرده زمان فراغت یک مفهوم بدیهی و اولیه است که نیاز به تعریف ندارد و سپس باتوجه به آثاری که از فعالیت های زمان فراغت

1- مفردات الفاظ القرآن، راغب الاصفهانی، ص ۶۳۳

2 - Arnold, 1968.

3 - Miller and Robinson, 1963

حاصل می شود فراغت را مجموعه ای از ارزش های ارضاء کننده و تکامل دهنده معرفی کرده. (همان منبع، ص ۱۷)

باتوجه به تعاریف مطرح شده روشن می شود که هیچ یک از تعاریف مطرح شده، بیان مناسبی برای فراغت و اوقات آن ندارند، گویا که تعریف کنندگان محترم به حقیقت معنای فراغت دست نیافته اند و در صورت دستیابی، تلاش کرده اند معنایی قلب شده از فراغت ارائه کنند که با فهم عمومی مردم از آن، کاملاً بیگانه است و گویا در مقام وضع اصطلاح جدیدی بوده اند و یا اینکه واژه را به معنای جدیدی نقل داده اند و خلاصه کلام آنکه بهترین معنا برای فراغت همان «بیکاری در مقابل کار است»

فراغت در زبان انگلیسی از Leisure از واژه لاتین Licere مشتق شده است به معنی «مجاز بودن» یا آزاد بودن است (مطهری، ۱۳۷۹).

در فرهنگ جامع انگلیسی - فارسی حییم، واژگان Freedom, Svelet, Rest, Leisure در ترجمه به معنای وقت آزاد از کار یا وظایف دیگر، وقت اضافی و یک رشته از فعالیت های اضافی آورده شده است (جلالی فراهانی، ۱۳۸۷).

هائیس گونتر وستر^۱ (۱۹۹۵) معتقد است اوقات فراغت، موضوعی چند بعدی است که عوامل مختلفی در آن نقش دارند. او این عوامل را این گونه بر می شمرد:

در ابتدا رابطه بین کار و اوقات فراغت و بعد از آن تقسیم بندی اوقات فراغت باتوجه به موقعیت اجتماعی، سن و نحوه استفاده از اوقات فراغت و در نهایت جنبه های مکانی، اقتصادی و اجتماعی اوقات فراغت در زمینه سیاستگذاری ها (بودو، ۱۹۹۵).

دکتر محمد معین نیز در بیان فراغت چنین گفته است: پرداختن از فراغ، آسایش و استراحت، فراغت داشتن به معنای آسوده بودن و آرامش داشتن است (معین، ۱۳۷۸).

چارچوب نظری

از میان انبوه نظریه های اوقات فراغت می توان به سه نظریه نسبتاً متمایز از یکدیگر اشاره کرد: اوقات فراغت از دیدگاه زمانی، اوقات فراغت به معنای فعالیت و اوقات فراغت به معنای حالتی از بودن (اردکانیان، ۱۳۸۲، صص ۷۴-۳۱).

نظریه اول، اوقات فراغت را به منزله وقت آزادی تعریف می کند که پس از پرداختن به ضروریات عملی زندگی باقی می ماند. این تعریف، اوقات فراغت را وقت آزادی می داند که فرد در آن اوقاتش را آن طور که مایل است می گذراند؛ هوگو ون درپل^۲ اوقات فراغت را از زمان هایی که انسان به دنبال نیازهای ضروری زندگی است جدا می کند و آن را زمانی می داند که فرد می تواند آزادانه فعالیت های خود را انجام دهد (راژک، ۲۰۰۶).

1 - Heinz Gunter Vestes

2 - Hugo Van der poel

به نظر پارکر^۱ وقت آزاد وقتی است که پس از پرداختن به همه اموری که تفریح به حساب نمی آید، باقی مانده باشد. در این معنا، ملاک زمان فراغت، انجام اموری است که تفریح به شمار می آید. به عقیده برایت بیل، اوقات فراغت زمانی است که به صلاحدید و انتخاب خود فرد مورد استفاده قرار می گیرد. در این معنا، فراغت زمانی است که به صلاحدید و انتخاب خود فرد سپری می شود. گرین^۲ معتقد است کمبود زمان و محدودیت انتخاب گزینه های اوقات فراغت دختران و زنان، در نتیجه تأثیر جنسیت بر اوقات است. به زعم کلارک و کریچر^۳، زنان وقت کمتری برای اوقات فراغت دارند و دامنه گزینه های فراغتی آنان محدودتر است و بیشتر اوقات فراغت خود را در خانه و خانواده می گذرانند (گرین و همکاران، صص ۱۳۸-۱۳۶).

اوقات فراغت زنان از نظر زمان، فعالیت و فضا محدود است. آنها وقت کمی برای فراغت دارند، فضاهای فیزیکی و اجتماعی که زنان می توانند در آنجا به فعالیت های فراغتی بپردازند محدود است و در واقع گزینه های اوقات فراغت آنها دچار محدودیت است. برای زنان ترسیم خط میان کار و فراغت دشوار است و در نظر گرفتن فراغت به منزله وقت آزاد با تجربه بیشتر زنان بیگانه است (ر. ک. هی وود و همکاران، ۱۳۸۰)

نظریه دوم این است که اوقات فراغت از فعالیت هایی تشکیل یافته است که آموزنده و آگاهی بخش است. از این منظر، اوقات فراغت فعالیت های زیادی را دربر می گیرد. پیاده روی، تماشای تلویزیون، گوش دادن به موسیقی، رفتن به رستوران، بازی با کامپیوتر، دیدار از دوستان و محله ها، انواع ورزش ها، هنر، کارهای باغبانی، ملاقات دوستان در مسجد و مطالعه می توانند فعالیت فراغتی محسوب شود. کاپلان^۴ با توصیف اوقات فراغت به منزله فعالیتی متمایز از کار به عنوان هدف به آن نگاه می کند و فراغت را شامل شماری از فعالیت ها می داند که ممکن است فرد به اختیار خود در آنها برای استراحت، سرگرم ساختن خود، افزودن به دانش خود یا توسعه مهارت هایش بهره گیرد. دومازیه اصطلاح «نیمه فراغت» را برای فعالیت هایی وضع کرده است که شخص مجبور به انجام آنها است، اما در هنگام انجام، رضایت خاطر او را فراهم می کند. گرین معتقد است جنسیتی شدن حوزه اجتماعی بر طیف فعالیت های تفریحی مؤثر بوده و حتی تفریحات درون منزل نیز با جنسیت در ارتباط است. از نظر او، دختران و زنان کمتر در فعالیت های اجتماعی شرکت می کنند و وضعیت فعالیت نامساعدی دارند (گرین و همکاران، ۱۹۹۰، صص ۱۹۲-۱۹۰)، استانلی و گریگوری معتقدند که ترس زنان از مورد آزار قرار گرفتن در فضاهای فراغتی، عامل مهمی در محدودیت فعالیت های فراغتی زنان است. از نظر تاریخی، پسران بیشتر به فعالیت های

1 - Parker
2 - Green
3 - Clark & Cricher
4 - Kaplan

ورزشی تمایل نشان می دهند، چرا که به لحاظ اجتماعی برای فعالیتهای ورزشی پسران، فرصت و بهای بیشتری صرف می شود و در نتیجه دختران انگیزه کمی کمتری برای پرداختن به فعالیتهای ورزشی خواهند داشت. در مورد برخی از فعالیتهای فراغتی مثل رفتن به سینما یا پارک، تفاوت چندانی بین مردان و زنان دیده نمی شود، اما غالب فعالیتهای ورزشی به استثنای یوگا و نرمش های هوازی تحت تسلط مردان قرار دارد (هی وود و همکاران، ۱۳۸۲ ص: ۱۹۶).

در نظریه سوم، مطابق الگوی انسان شناختی، اوقات فراغت فی نفسه هدف تلقی می شود و حالتی از بودن است. پی بر معتقد است اوقات فراغت نتیجه ساده و اجتناب ناپذیر عوامل خارجی یا وقت آزاد نیست، بلکه در درجه اول یک نوع طرز فکر و یک حالت روحی-روانی است. فراغت یا فارغ بودن در این معنا «حالت آرام یک وقار فکورانه» است. دوگرازی^۱ فراغت را به معنای رها بودن از ضرورت های زندگی روزمره می داند. او معتقد است که ذهنیت نگاه کردن به ساعت، شتابی بی روح و اعمالی غیر فکورانه را به وجود می آورد. به زعم او فراغت، مردان و زنان را به کمال رسانده و دریچه ای را به آینده می گشاید (تورکیدسن، ۱۳۸۰: صص ۷۴-۳۱).

اوقات فراغت از دیدگاه جامعه شناسان و اندیشمندان

اوقات فراغت و نحوه گذران آن از مباحث تازه ای است که پس از انقلاب صنعتی و رشد صنایع و فناوری، توجه جامعه شناسان را برانگیخته و به موضوعی مهم در حوزه علوم اجتماعی تبدیل شده است.

مفهوم زمان فراغت در برابر درگیری ها و کار روزمره که اغلب عامل خستگی است به کار می رود و تعریف و تبیین آن به گشایش شاخه های جدیدی از علوم اجتماعی با عنوان «جامعه شناسی اوقات فراغت» و «انسان شناسی اوقات فراغت» انجامیده است درباره اینکه اصولاً زمان فراغت خاص جامعه صنعتی است، تمام پژوهشگران هم عقیده نیستند و برخی از آنها بر این باورند که زمان فراغت در تمام مراحل تاریخی زندگی بشر وجود داشته و خاص زمان مشخصی نیست. آنان معتقدند که فراغت پدیده جدیدی نیست، بلکه یک مفهوم قدیمی است (فکوهی، انصاری مهابادی، ۱۳۸۲).

در عصر ما اندیشه درباره فراغت کم و بیش با پیدایش جامعه شناسی فراغت، یعنی دانشی که در نظر دارد این مسائل را به وسیله روش های علمی مورد بحث قرار دهد و تفکری سازمان یافته ایجاد کند مرتبط است (کوهستانی، خلیل زاده، ۱۳۷۸).

جامعه شناسان برای فراغت به معنی امروز دو شرط قائلند. اول آنکه فعالیت باشد فارغ از اجبارهای اجتماعی - مذهبی و عمومی که در آن نوعی گزینش یا انتخاب آزاد مطرح