

تأملی در
اوقات فراغت
اردشیر منصوری

۱۳۸۷

پیشگفتار

به سبب غفلت از مفهوم اصیل اوقات فراغت، بهره‌مندی از یک زندگی با کیفیت و به طور نسبی مطلوب، برای ما به امری محال و یا دشواریاب بدل شده است. اقتضائات زیست شهری، زندگی در جامعه‌ای صنعتی و غفلت از طبیعت و وضع طبیعی که مشکل عمومی همه جوامع در دنیای کنونی است از یک سو، و ضعف مدیریت‌های ذی‌ربط در مطالعه این اقتضائات و ساماندهی فرصت‌های تعریف شده کار و فراغت، در کشورهای توسعه نیافته از سوی دیگر، محرومیتی مضاعف را در این کشورها دامن زده است.

در حالی که در کشورهای صنعتی و توسعه‌یافته، از زمان توجه به مسئله اوقات فراغت، به مثابه یک موضوع پژوهشی، علمی و آکادمیک حدود یک قرن می‌گذرد، در ایران پیشینه تحقیق و تألیف درباره اوقات فراغت، به زحمت از سه دهه فراتر می‌رود. از این رو چه در مقام نظریه‌پردازی و چه پژوهش‌های کاربردی نیاز به پرداختن هر چه بیشتر به موضوع در سطح ملی احساس می‌شود. مدیریت صحیح اوقات فراغت از آن فرصتی می‌سازد برای توسعه و غفلت از آن می‌تواند، این فرصت را به تهدید بدل کند. می‌توان گفت بسیاری از جرائم و بزه‌ها (بزه‌های غیرسازمان یافته) در واقع در فرصت‌های فراغتی بروز می‌کنند. این در حالی است که بسیاری از اکتشافات و اختراعات علمی دانشمندان نیز در زمان‌های فراغت آنان شکل گرفتند. به تعبیری آشنا می‌توان گفت اوقات فراغت سکه‌ای دو رو است. در صورت مدیریت صحیح مغتنم است و در صورت عدم مدیریت صحیح می‌تواند آسیب‌زا و یا حداقل هزینه بی‌فایده تلقی شود.

در این مقاله پس از تأملی در فلسفه فراغت، نظریه‌های کلان در باب چستی اوقات فراغت معرفی می‌شوند. آنگاه با آشنایی با انواع معمول و مشهور راه‌های گذران فرصت‌های فراغتی، مروری بر عوامل مؤثر بر این انحاء گذران، همچون جنسیت و طبقه اجتماعی صورت خواهد گرفت. در نهایت با ذکر کارکردهای پرداختن به فراغت، به جنبه‌های احتمالی آسیب‌زای آن اشاره خواهد شد تا مقدمه‌باشد بر تصمیم‌ها و اقدام‌های مدیریتی در این زمینه.

مقدمه

در حالی که با نگاهی به زندگی فیلسوفان و نظریه‌پردازان بزرگ تاریخ اندیشه، می‌توان مشاهده کرد که هر کدام به گونه‌ای کمابیش مخصوص به خود وقت‌های فراغت خود را می‌گذراندند، اما در نهایت و به طور کلی دو دیدگاه متمایز را می‌توان به عنوان دو جهت‌گیری در فلسفه فراغت در نظر گرفت. پیش از طرح این دو دیدگاه بد نیست اشاره کنیم که برای مثال ارسطو وقت‌های فراغت خود را به تحقیقات تجربی اختصاص می‌داد، توماس آکوئینی به نیایش، کانت به امور دقیق و منظمی که برای ارتقاء انضباط در خود تعیین کرده بود، مانند قدم زدن در ساعات معینی از روز و نیز تعلیم خصوصی و گفتگو با دوستان اهل علم، ویتگنشتاین به خواندن متون خاص، و بالاخره گادامر به صحبت برای گسترش آخرین منظرش به زندگی.

[۱]

و اما دو دیدگاه؛ عده‌ای از اندیشمندان که می‌توان گفت غالباً ذائقه‌ای مارکسیستی دارند، چندان روی خوشی به این موضوع نشان نمی‌دهند و برای فراغت ارزشی زیاد قائل نیست، و ای بسا پرداختن بدان را مورد انتقاد قرار می‌دهند؛ در حالی که دسته‌ای دیگر از متفکران بدان اقبال می‌کنند و پرداختن بدان را روا می‌دانند. در ادامه به اختصار نگاهی می‌افکنیم به مؤیداتی برای هر دو نظر.

یکی از جامعه‌شناسان برجسته قرن نوزده و بیست، زیمل با اشاره به رواج کوه‌پیمایی‌های ماجراجویانه و پرهزینه در کوه‌های آلپ، اشاره دارد به این که در جامعه مدرن، برای شیوه‌های رایج گذران اوقات فراغت، هیچ هدف والایی وجود ندارد. اکثر مردم فراغت خود را به بطالت می‌گذرانند.

مکتب فرانکفورتی‌ها، که جهت‌گیری نئومارکسیستی دارند، مفهوم اوقات فراغت را یک مفهوم بورژوازی و حتی ضد فرهنگ می‌دانند.

در سوی دیگر متفکرانی را می‌نگریم که با وجود وارد دانستن انتقادهایی به جامعه مدرن، نگاهی مثبت به اوقات فراغت دارند. از نظر تاگور تمدن‌های انسانی سرمایه‌های جاودانی هستند که از کاشت، داشت و برداشت صحیح اوقات فراغت متجلی شده‌اند. برتراند راسل، فیلسوف و ریاضی‌دان انگلیسی، یک جا هنگامی که در نسبت بین علم و تکنولوژی مدرن با رفاه و سعادت انسان سخنی به میان می‌آورد، ابراز می‌دارد که

تکنولوژی مدرن این امکان را فراهم ساخته که اوقات فراغت را تا حدودی از محدوده امتیازات طبقاتی خارج، و بین تمام افراد توزیع کند. و بدین سان مقبولیت اوقات فراغت را تلویحاً می‌پذیرد. و سر انجام یکی از متفکران معاصر، دیوید رایزمن، در نوشته‌ای که با عنوان "انبوه تنها" از او منتشر شده، بر این باور است در صنعتی شدن نوعی تباهی وجود دارد، تنها راه رهایی از این گرداب، پرداختن به فراغت است.

معنا و مفهوم اوقات فراغت

مفهوم "فراغت"، در واقع مفهومی مضاف است. یعنی فراغت، همواره فراغت از چیزی است. در یک معنای کلی منظور از فراغت، فراغت از زمان کار است. اما در کاربرد اصطلاحی، ما آن تعریفی را می‌پذیریم که اوقات فراغت را همه آن زمان‌هایی می‌داند که شخص در خواب نیست و به کار تعریف شده رسمی و موظف مشغول نیست.

اگر چه در پی‌گیری پیشینه التفات به مفهوم «اوقات فراغت» می‌توان تا یونان باستان و آراء فیلسوف جامع‌الاطرافی همچون ارسطو عقب رفت، اما اوقات فراغت به معنایی که امروزه از آن اراده می‌شود، متعلق به دوران مدرن و صنعتی است. در دوران باستان و در جوامع ماقبل مدرن که شکل‌های عمده تولید، به کشاورزی و دامداری سنتی محدود می‌شد، فرصت مردمان، از زن و مرد و خرد و کلان، از بامداد تا شامگاه، صرف تولید به همان معنای سنتی می‌شد. بدینسان فرصت چندانی که به طور مشخص به عنوان زمان‌های فراغت از کار رسمی تعریف شده باشد، باز شناخته نمی‌شد.

در مقابل، در جوامع صنعتی، وابستگی تولید به ماشین و تقسیم‌کار معین اقتضا می‌کرد که کارگران ساعت معینی از روز را به کارهای معینی بپردازند (۸ ساعت کار رسمی) و خارج از آن زمان‌های خاص دارای فرصت‌های فارغ از کار مشخص باشند. در این جوامع مدرن، عده‌ای به عنوان کارگر ساده یا کارگر حرفه‌ای و متخصص (بچه آبی‌ها) و عده‌ای به عنوان مدیران راهبر نظام اقتصادی یک واحد صنعتی (بچه سفیدها) هر یک به نوعی به ایفای نقش‌های از پیش تعیین شده در زمان‌های کار رسمی پرداختند. در برابر فعالیت‌های این ساعات کار رسمی که اغلب تحت نظام انعطاف‌ناپذیر، خشک، و غالباً و به تدریج ملال‌آور ناشی از نوع ثابتی از

کار، انجام می‌گرفت، زمان‌های فراغت از کار، صرف اموری می‌شد که دلخواهانه بود و تحت تحکم نظام صنعتی نبود.

از این منظر می‌توان مفهوم تازه متولد شده «اوقات فراغت» را در برابر مفهوم «اوقات کار» چنین باز تعریف کرد:

جدول ۱- ویژگی‌های اوقات فراغت و کار

ویژگی‌های اوقات فراغت	ویژگی‌های اوقات کار
- فارغ از جهت گیری اقتصادی صریح	- صرفاً معطوف به ارزش افزوده اقتصادی
- لذت‌بخش	- کسل کننده
- قابلیت انتخاب	- محدود کننده
- خود یابانه	- بیگانه کننده
- معطوف به استقلال فرد	- مانع شونده

کار در نظام دیوانسالار و صنعتی مدرن، در قالب‌های از پیش تعیین شده و استاندارد شده انجام می‌گیرد. این نوع کار با توجه به تخصص افراد تعریف می‌شود و عموماً به تدریج ملال‌آور خواهد شد. یادآوری فیلم انتقادی «عصر جدید» چارلز چاپلین، به خوبی این ملال‌آوری ناشی از «باخود بیگانه‌سازی» (الیناسیون) کار در کارخانه و صنعت را به ذهن می‌آورد.

اما از سوی دیگر این نظام صنعتی مدرن بود که اهمیت پرداختن به مسئله اوقات فراغت را دریافت. اینک ساماندهی و کنترل اوقات فراغت کارگران، گویی بخشی از وظایف نظام صنعتی مدرن به شمار می‌آید. تأمل در جایگاه اوقات فراغت در نظام صنعتی تیئوریسم و فوردیسم، چگونگی و علل این مسئله را آشکار می‌کند. اما چگونه می‌توان ساماندهی اوقات فراغت را وظیفه مدیریت نظام صنعتی و یا دولت مدرن دانست، در حالی که انتظار می‌رود نظام صنعتی مدرن که رسالت و مأموریت خود را افزایش سود و ارزش افزوده اقتصادی می‌داند، تنها به تنظیم مناسبات اوقات کار همت گمارد.

برای تبیین این مسئله لازم است به رویکردهای مختلف درباره اوقات فراغت نظری بیافکنیم .

رویکردهای گوناگون درباره چستی اوقات فراغت

به طور کلی می‌توان چهار تئوری کلان را برای درک ماهیت "اوقات فراغت" از هم متمایز کرد که از

این قرار اند. [۲]

۱. اوقات فراغت به مثابه وقت بازمانده (residual time)

۲. اوقات فراغت به مثابه زمانی برای بازآفرینی و تجدید قوا (recreation/ refreshment)

۳. اوقات فراغت به مثابه زمانی برای فعالیت‌های خلاقانه دلخواه/ دیدگاه

کارکردی (creational/functional)

۴. اوقات فراغت به مثابه زمان اصلی زندگی یا رویکرد آزادی عمل (freedom)

در رویکرد یکم، اوقات فراغت همانا فرصت‌های بازمانده از زمان کار است. از این منظر، وقت اصلی زندگی، فرصتی است که به انجام کار مشخص و ایفای مسئولیت تعیین شده اختصاص می‌یابد و فرصتی که به انجام کار از پیش تعیین شده تخصیص نیابد، وقت فراغت و یا به تعبیری وقت تلف شده و یا حتی وقت مرده تلقی می‌گردد.

در جامعه ما اکثر مردم و مسئولان از این منظر به اوقات فراغت می‌نگرند، تعبیر پر کردن اوقات فراغت، خود آگاه یا ناخودآگاه مبتنی بر همین تصور از اوقات فراغت است از این دیدگاه، گویی اوقات فراغت زمان‌های خالی‌ای هستند که چنانچه به گونه‌ای پر نشوند، آسیب‌زا خواهند بود. مطابق همین تلقی است که اوقات فراغت مردمان در سنین مختلف عمدتاً با اقدام به کارهای نوبت دوم سپری می‌شود. طبق باوری عمومی اگر شخص، سالم، زرنگ، و باهوش باشد، نباید اساساً وقت فراغت داشته باشد، زیرا در اوقات فراغت یا مشخصاً استعداد اشتغال به انجام امور ناصواب و انحرافی وجود دارد، و یا خمودی و افسردگی.

در سال ۸۲-۸۳ جمعی از استادان روان‌شناسی و جامعه‌شناسی دانشگاه‌های تهران طرحی را با عنوان "ساماندهی فرهنگی/اجتماعی دانشگاه" به اجرا در آوردند. در بخش پایانی این مجموعه که به توصیه‌هایی مبتنی بر پژوهش‌های مربوط اختصاص دارد، این پژوهش‌گران کم شدن ساعات رسمی درسی دانشگاه نسبت به دبیرستان را یک معضل تشخیص دادند و توصیه کردند باید با افزایش ساعات آموزشی به پیشگیری از مشکل اقدام کرد.^[۳] به نظر می‌رسد موضع مختار نویسندگان این توصیه، دیدگاه اول درباره اوقات فراغت است.

بر اساس رویکرد دوم، وقت فراغت، فرصت زائدی نیست که به علت بیکاری و نبود مشغله‌ای رسمی، روی دست شخص مانده باشد. از این منظر، فرصت‌های آزاد و فراغت برای حفظ تندرستی و شادابی کارگر و کارمند باید به درستی برنامه‌ریزی شود، چرا که شخص فاقد شادابی و تندرستی کارگر خوبی نیز نخواهد بود. رویکرد اخیر اگر چه نسبت به رویکرد نخست، اهمیت بیشتری برای اوقات فراغت قائل است، اما برای اوقات فراغت اصالت قائل نیست. طبق این رویکرد، فرصت فراغت تنها از آن جهت که به افزایش بهره‌وری نیروی کار در وقت‌های کاری مدد می‌رساند مهم و شایسته‌اعتناست. ورزش و تفریح، چه مورد علاقه شخص باشد و چه نباشد، برای گذران اوقات فراغت کارکنان و کارگران شرکت‌ها ضروری است تا از آنها کارگران کارآمدی بسازد.

بر اساس رویکرد سوم، نیازهای انسان به فعالیت و خلاقیت، تنها محدود به زمان‌های رسمی کار نمی‌شود. هر انسانی گرایش روحی متنوعی دارد که مسلماً نمی‌تواند در همه آنها متخصص باشد و در فرصت‌های رسمی کار بدان علایق روحی بپردازد. بنابراین اوقات فراغت نه تنها زائد نیست، بلکه فرصتی هم نیست که تنها به جهت رفع خستگی و به تعبیر فرنگی کلمه، "refresh" شدن و حفظ آمادگی برای وقت بعدی کار مهم باشد.

از این منظر، پرداختن به اوقات فراغت از آن جهت مهم است که افراد بتوانند خارج از زمان‌های کار رسمی، خلاقیت‌های فردی خود را بروز دهند و به فعالیت‌های دلخواهانه بپردازند. اگر چه پرداختن به فعالیت‌های دلخواهانه، به منظور تجدید قوا برای ساعات بعدی کار نیست و بیشتر تابع علایق شخص است، اما به طور غیرمستقیم آن خواسته صاحبان شرکت‌ها و کارفرمایان را نیز تأمین می‌کند.

بنابراین ملاحظه می‌گردد که دیدگاه سوم هم از دیدگاه اول و هم از دیدگاه دوم مترقی‌تر به نظر می‌رسد. از این منظر انسان تنها ماشینی نیست که به اصطلاح به خنک شدن و روغن کاری نیاز داشته باشد و پرداختن به فعالیت‌های فراغتی چیزی بیش از خنک کردن و روغن کاری برای ماشینی که مجدداً به کار خواهد افتاد، دارای ارزش و شایسته‌اعتناست. اما در مقایسه با رویکرد بعدی، این دیدگاه سوم هنوز در مرتبه‌ای پایین‌تر قرار دارد.

و اما دیدگاه چهارم؛ طبق این دیدگاه، آنچه اصیل و ارزشمند است، وقت‌هایی است که آدمیان، رها از هر دغدغهٔ خارجی، احساس آزادی می‌کنند و عمر را آنچنان که می‌خواهند می‌گذرانند. خلاقیت‌های نهفتهٔ انسان‌ها اصولاً در این لحظه‌های آزاد شکوفا می‌شوند. اساساً هنر و ادبیات و اندیشه، و حتی کشفیات علمی و معرفتی درخشان تاریخ بشریت، به دست انسان‌ها و در اوقات اصیل و نابی رخنمون شده‌اند که فارغ از چارچوب‌های خشک فضای کار رسمی بوده است، نه ایام انجام وظیفه‌های تکراری و از پیش تعیین شده.

از این منظر، اوقات فراغت نه تنها زمان زائد و بازمانده نیست، بلکه حتی زمانی برای تجدید قوا و یا انجام فعالیت‌های دلخواهانهٔ تفننی نیز نباید محسوب شود. اوقات فراغت اصلی‌ترین فرصت‌های زندگی‌اند. ما کار می‌کنیم تا سرمایه‌مان را برای گذران بهتر وقت‌های فراغت به کار اندازیم، نه اینکه به فراغت احتیاج داریم تا تجدید قوا کنیم و بهتر کار کنیم.

در تبارشناسی این نظریه تا ارسطو پیش رفته‌اند. ارسطو یک بار در کتاب سیاست، "نخستین اصل (پیش شرط) هر کنشی را وقت فراغت" می‌داند. و بار دیگر در کتاب مشهور خود در باب علم اخلاق با نام اخلاق نیکوماخوسی، که آموزه‌های اخلاقی ارسطو خطاب به فرزندش است، تصریح می‌کند: "ما کار می‌کنیم تا فراغت داشته باشیم". [۴]

راه‌های عمدهٔ گذران اوقات فراغت

مردم به تناسب موقعیت اجتماعی، درآمد، جنسیت و روحیه و علایق شخصی، به گونه‌های مختلف وقت‌های فراغت خود را می‌گذرانند. عمدهٔ راه‌های گذران اوقات فراغت را به طور کلی می‌توان چنین برشمرد:

(الف) راه‌های به رسمیت شناخته شدهٔ اوقات فراغت:

۱- مصرف فرهنگی: تماشا و استفاده از برنامه‌های تلویزیون، سینما، تئاتر، موزه‌ها و... و گوش دادن به موسیقی، عمده راه‌های گذران اوقات فراغت در زندگی امروزه شهرنشینی است.

۲- تولید آثار هنری: خلق آثار نقاشی، موسیقی، صنایع دستی و هنرهای تجسمی، حتی در حد طبع آزمایی و نه لزوماً به طور حرفه‌ای، یکی از راه‌های گذران اوقات فراغت در میان انسان‌های خلاق و البته برخوردار از درجه‌ای از رفاه در جوامع کنونی است.

۳- انجام فعالیت‌های ورزشی: انواع ورزش‌ها، صرف نظر از سطح قهرمانی آن، امروزه در میان قشرهای مختلف مردم، به ویژه شهرنشینان، یکی از راه‌های مهم گذران اوقات فراغت را می‌سازد.

۴- بازی: بازی و سرگرمی از گذشته‌های دور، مورد توجه سنین مختلف مردم، به ویژه کودکان و جوانان بوده است. امروزه در جوامع صنعتی مدرن، تأسیساتی موسوم به "شهربازی"، مظهر نهادینه شدن این شیوه گذران اوقات فراغت است.

۵- گردشگری: شامل انواع گردشگری فرهنگی، طبیعت‌گردی، زیارتی، درمانی و ... آنجا که سفر نه به منزله مقدمه‌ای برای تجارت، انجام مأموریت اداری و حتی تحصیل در نظر گرفته شود، بلکه نفس گشت‌وگذار و تماشای آشنایی با اقوام و ملل و مکان‌های جدید، و تجربه‌آموزی غیرمستقیم مورد نظر باشد، نوع خاصی از گذران اوقات فراغت پدید می‌آید که توریسم یا گردشگری نامیده می‌شود. جالب آنکه از میان گونه‌های مختلف و شناخته شده گذران اوقات فراغت، این گونه، یعنی سیر و سیاحت و گردش، به نحوی مورد اشاره متون دینی، و به طور خاص، کتاب مقدس مسلمانان (قرآن) است. در قرآن سیر در زمین به منظور آشنایی با آثار خلقت الهی و کسب عبرت از سایر اقوام و ملل، توصیه شده است. [۵]

۶- خرید: گشتن در بازارها و میادین عرضه کالا و خرید کالاهای لوکس و فانتری، گاه نه به ضرورت رفع نیازهای خانواده‌ها به ابزار و اثاثیه خاص، بلکه به عنوان فعالیت معینی برای گذران وقت‌های آزاد انجام می‌گیرد.

۷- دید و بازدیدهای فامیلی و دوستانه: شاید آسان‌ترین شیوه گذران اوقات فراغت را بتوان دیدار با قوم و خویش و دوستان دانست. نفس با هم بودن و ساعاتی را در کنار هم گذراندن صرف نظر از اینکه موضوع مشخص و از پیش تعیین شده‌ای در میان باشد، در این مصاحبت‌ها هدف به شمار می‌آید.

۸- فعالیت‌های مذهبی: عبادت‌های انفرادی یا جمعی، زیارت اماکن مقدس و سپری کردن وقت در مسجد، کلیسا یا آرامگاه شخصیت‌های مذهبی، یکی از راه‌های گذران فرصت‌های غیرکاری است.

۹- مشارکت در امور اجتماعی و فعالیت‌های فرهنگی-سیاسی: انجام فعالیت‌های خیریه‌ای و کمک به نیازمندان، تخصیص فرصتی برای پیشبرد اهداف یک حزب یا گروه یا جمعیت اجتماعی یا سیاسی که اهدافی

همچون صلح، محیط زیست و یا رقابت برای پیروزی در یک انتخابات را تعقیب می‌کند، مشارکت در اداره یک فرهنگسرا یا موسسه فرهنگی از راه‌های غنی‌سازی و التذاذ از فرصت‌های آزاد است که به ویژه طبقاتی از مردم را با انگیزه و استعداد فعالیت‌های جمعی، به خود جلب می‌کند.

۱۰- فعالیت‌های علمی آزاد- مطالعه: بسیاری از مردم تحصیل کرده مطالعه غیرتخصصی را راه مناسبی برای گذران اوقات فراغت می‌دانند. خواندن داستان و رمان، شعر، کتاب‌های تاریخی و مطالعه روزمره مجلات و روزنامه‌ها، از جمله فعالیت‌های اوقات فراغتی رایج در زندگی امروزی‌اند. همچنین، به ویژه برای جوانان، می‌توان انجام فعالیت‌هایی همچون نجوم آماتوری، پژوهش غیررسمی در باره موضوعی خاص که پرسش یا مسئله‌ای شخصی محسوب می‌شود، و نیز دست زدن به آزمایش‌های سبک و تولید وسایل ساده الکترونیکی یا مکانیکی و ... را می‌توان از جمله فعالیت‌های فراغتی دانست.

این ده عنوان، از جمله موارد کلی و عمده راه‌های گذران اوقات فراغت بودند که هر یک شامل انواع جزئی‌تر می‌شوند و می‌توان در مورد جوانب و ابعاد گوناگون هر کدام به شرح و بحث پرداخت. همین جا باید یادآور شد که این ده مورد ذکر شده، عمده راه‌های سالم اوقات فراغت‌اند. اما گذران اوقات فراغت قشرهای مختلف مردم و به ویژه جوانان، محدود به این طریقه‌های به رسمیت شناخته شده نمی‌شوند. برای تکمیل راه‌های گذران اوقات فراغت، بد نیست به دو نوع کلی دیگر نیز اشاره کنیم.

ب) راه‌های گذران غیررسمی اوقات فراغت:

یک) برخی از راه‌های گذران فراغت می‌توانند بالقوه مستعد رخدادهای نامطلوب باشند و در صورتی که درست جهت دهی نشوند، یا مصداق گذران وقت به بطالت‌اند و یا در شرایط بدتر، برای فرد و جامعه آسیب‌زا خواهند بود. از جمله این راه‌ها عبارتند از:

- پرسه زنی بی‌هدف در خیابان‌ها و پارک‌ها
- چت کردن‌های اینترنتی بی‌هدف
- دوست‌یابی‌های پنهانی در میان جنس مخالف
- شرکت در مجالس جشن و پایکوبی و خوش گذرانی‌های افراطی
- عضویت در باندها و گروه‌های غیررسمی

دو راه‌های گذرانی که آشکارا و بدون مجامله ناسالم‌اند و هم به لحاظ اخلاقی و هم قانونی، ناهنجار

شمرده می‌شوند:

- استعمال مواد مخدر و مصرف الکل

- تخریب اموال عمومی (وندالیسم)

- قمار و شرط‌بندی

- بزه‌های جنسی

- مزاحمت‌های تلفنی و اینترنتی و ...

بر این تعداد می‌توان مواردی را افزود، همچون: خوابیدن‌های طولانی و بیش از حد نیاز روزانه، و میدان دادن به خیالات واهی که می‌تواند زمینه‌ساز انواع افسردگی‌ها و استرس‌ها و حتی تصمیم‌های خطرناک مانند خودکشی باشد.

اگر چه شیوه‌های گوناگون رسمی و غیر رسمی، یا مطلوب و نامطلوب گذاران اوقات فراغت را کمابیش در میان سنین و قشرهای گوناگون جامعه می‌توان سراغ گرفت، اما شاید نظر به فراوانی برخی انواع آسیب‌زا در میان جوانان، ساماندهی به اوقات فراغت این قشر از جامعه از اهمیت بیشتری برخوردار باشد. دست‌یابی به نحوه مطلوب گذران وقت‌های فراغتی به عوامل مختلفی همچون: جنسیت، پایگاه اقتصادی-اجتماعی و جغرافیای زیستی اشخاص بستگی دارد. بنابراین لازم است به اختصار، هر یک از این عوامل و تاثیر آن بر نحوه گذران اوقات فراغت در بخش مستقلی مورد تأمل قرار گیرد.

جنسیت و مسأله‌ی اوقات فراغت

تفاوت‌های فیزیولوژیک و روانی بین جنس زن و مرد، و مهم‌تر از آن، تفاوت‌هایی که سنت‌ها و باورهای رایج اجتماعی بین این دو جنس می‌گذارند، تأثیر مستقیم و غیرقابل انکاری بر نحوه گذران اوقات فراغت آنان دارد. این تأثیرگذاری و نحوه گذران متفاوت وقت‌های فراغت، به ویژه در جوامع سنتی و متأثر از جهت‌گیری‌های مذهبی به نحو بارزتری مشاهده می‌شود. زنان و دختران در برخی مکان‌ها یا رسماً اجازه ورود ندارند و یا به دلیل احساس عدم امنیت و یا تأمین شرایط، خود حضور نمی‌یابند. برای مثال سرانه مکان‌های ورزشی برای زنان در جامعه ما بسیار کمتر از سرانه مربوط به مردان است. همچنین فرصت‌هایی نظیر

تماشای مسابقات ورزشی در میادین بزرگ مانند استادیوم‌های چند ده هزار نفری، فرصت‌های انجام برخی فعالیت‌های ورزشی مانند کشتی، بوکس و ... منحصر به مردان است.

از سوی دیگر تمایلات عاطفی و روانی در میان جنس‌های مختلف، متفاوت است. بنابراین لازم است برنامه‌ریزان اوقات فراغت، به خصوص در بخش‌های دولتی و مدیریت‌های کلان، با اشراف به تفاوت‌های علاقه‌ای و هویتی، و وجود محدودیت‌های به حق یا نابه‌حق جامعه درباره هر کدام از دو جنس، و میزان نحوه برخورداری آنان از فرصت‌های فراغتی، نسبت به تصحیح نگرش‌ها و نحوه عملکرد درباره گذران اوقات فراغت قشرهای مختلف، به ویژه دختران جوان، اقدام نمایند.

در اینجا برای نشان دادن تفاوت‌های ناشی از جنسیت به یافته‌های یک پژوهش اشاره می‌کنیم. اطلاعات جدول زیر مربوط به طرح پژوهشی سازمان ملی جوانان است که در سال ۱۳۷۶، به منظور آگاهی از چگونگی گذران اوقات فراغت جوانان در فرصت‌های فراغتی تابستان، به اجرا در آمده بود.

پیش از مطالعه جدول‌های مورد نظر، ذکر چند نکته حائز اهمیت است:

۱- چنانکه ذکر شد این اطلاعات به وسیله سازمان ملی جوانان در شهرها و مناطق مختلف به انجام رسیده است. محققان، مناطق را بر اساس میزان بزرگی و برخورداری از امکانات و فناوری‌های مدرن به درجات مختلف تقسیم کردند. جدول‌های مورد استفاده ما مربوط به جوامع شهری است.

۲- چنانکه ذکر شد، این اطلاعات مربوط به یافته‌های تحقیقی در سال ۷۶ است، از سال ۷۶ تاکنون تحقیق جامع و فراگیری از این دست تجدید نشده اما پژوهش‌های موردی و پراکنده‌ای در خصوص علایق جوانان شاغل در دانشگاه‌ها به انجام رسید که یافته‌های آنان بعضاً تفاوت‌هایی با اطلاعات این جدول‌ها دارد.

۳- اطلاعات مورد استفاده ما شامل گزیده‌ای از مؤلفه‌های جدول‌های چاپ شده در کتاب سازمان ملی جوانان است که به مبحث مورد نظر ما نزدیک اند. برای کسب اطلاع کامل باید به اصل کتاب مراجعه کرد.

[۶]

جدول ۲: ورزش و بازی مورد علاقه جوانان به تفکیک جنسیت (جوانان ۱۵ تا ۲۹ سال)

ردیف	نوع فعالیت	زن (%)	مرد (%)
۱	فوتبال	۶/۰	۵۷/۵
۲	کشتی	۰/۵	۸/۱
۳	والیبال	۳۶/۴	۱۲/۷
۴	کوهنوردی	۴/۷	۶/۵
۵	ورزش های رزمی	۱/۴	۱۰/۳
۶	دو و راهپیمایی	۱۱/۲	۷/۸
۷	شطرنج	۱۲/۵	۱۰/۱
۸	بدمینتون	۹/۴	۱/۹
۹	بدنسازي	۱۶/۴	۹/۴
۱۰	بازی با کارت (ورق)	۵/۵	۱/۶

جدول ۳: موسیقی مورد علاقه جوانان به تفکیک جنسیت (جوانان ۱۵ تا ۲۹ سال)

ردیف	نوع فعالیت	زن (%)	مرد (%)
۱	موسیقی اصیل ایرانی	۲۹/۰	۴۹/۷
۲	موسیقی خارجی	۰/۹	۱/۷
۳	موسیقی شاد	۱۷/۶	۹/۴
۴	آثار خوانندگان قبل از انقلاب	۲۰/۲	۱۱/۸
۵	موسیقی غمگین	۲/۴	۱/۱
۶	سرودهای انقلابی	۳/۷	۳/۳

جدول ۴: میزان فعالیت در مؤسسه‌ها و کانون‌های فرهنگی به تفکیک جنسیت (جوانان ۱۵-۲۹ که بخشی از اوقات فراغت خود را در کانون‌ها سپری می‌کنند. کلاً ۳۶/۶ درصد جوانان وقت خود را در کانون‌ها می‌گذرانند)

ردیف	نوع فعالیت	زن (%)	مرد (%)
۱	امور هنری (نقاشی، خوشنویسی، ...)	۴۴/۲	۳۱/۰
۲	کلاس‌های عقیدتی و آموزش قرآن	۱۱/۸	۱۱/۸
۳	کلاس‌های آموزش زبان و کامپیوتر	۱۷/۵	۱۲/۸
۴	استفاده از کتابخانه	۱۲/۸	۱۳/۶
۵	فعالیت‌های تبلیغاتی و تهیه نشریات و	۲/۶	۷/۶

جدول ۵: انواع دیگر فعالیت‌های فراغتی بین جوانان ۱۵ تا ۲۹ سال به تفکیک جنسیت

ردیف	نوع فعالیت	زن (%)	مرد (%)
۱	رفتن به مناطق خوش آب و هوا	۴۴/۶	۴۷/۰
۲	رفتن به مسافرت	۵۰/۳	۵۰/۵
۳	زیارت اماکن مقدس، اهل قبور، شهدا	۵۸/۳	۵۱/۶
۴	تماشا (مسابقات ورزشی ، ...)	۵/۲	۳۵/۲
۵	بازدید از موزه‌ها ونمایشگاه‌ها	۱۶/۱	۱۹/۳

چنانکه ملاحظه شد جدول‌های ۲ و ۳، نشانگر علاقه جوانان به دو مقوله ورزش و موسیقی بود که از میان انحاء مختلف گذران اوقات فراغت، برای نمونه انتخاب شدند و جدول‌های ۴ و ۵ هم دو نمونه از راهایی بودند که عملاً در سال ۷۶، جوانان ۱۵ تا ۲۹ سال مناطق شهری بدان طریق اوقات فراغت خود را گذراندند. مقایسه جنسیت جوانان نشان می‌دهد در مواردی مانند ورزش و بازی فوتبال (پسران: ۵۷/۵ در مقابل دختران: ۶) صرف نظر از اینکه امکانات موجود چقدر اجازه پرداختن به این مقوله را به دختران و پسران بدهد، تفاوت علاقه مشهود است. در مقابل فوتبال که دختران در مقایسه با پسران بسیار کمتر به انجام آن علاقه نشان دادند، ورزش و بازی بدمینتون بسیار بیش از پسران مورد علاقه دختران است (دختران: ۹/۴ در مقابل پسران: ۱/۹).

در مواردی مانند مسافرت (دختران: ۵۰/۳ و پسران ۵۰/۵) هم تفاوتی دیده نمی‌شود. ذکر اطلاعات این جدول تنها از باب نمونه برای تاکید بر اهمیت لحاظ کردن تفاوت‌های جنسیتی در مدیریت اوقات فراغت جوانان بود.

پایگاه طبقاتی و گذران اوقات فراغت

درآمد شخص یا خانواده، سطح تحصیلات شخص یا والدین، بافت شهری محل سکونت و امکانات موجود در ناحیه شهری مورد نظر و فرهنگ عمومی مردم هر جامعه، در شکل‌گیری طبقه اجتماعی افراد مؤثر است و مجموعه این عوامل، بر نحوه گذران اوقات فراغت تأثیری معنی‌دار دارد.

مطالعات انجام شده نشان می‌دهند بین افزایش سطح تحصیلات و افزایش درآمد افراد و خانواده‌ها، با بهره‌مندی بیشتر و بهتر از فرصت‌های فراغتی، ارتباط مستقیم برقرار است. دو پژوهش مستقل در این باره، یکی انجام شده در سال ۱۳۵۴ به وسیله حمید فروزانفر و دیگری ۱۳۷۲ به وسیله ابراهیم عقدایی، مؤید این نظر است. [۷]

امروزه ورزش‌هایی وجود دارند که خاص قشرهای پُر درآمد شناخته می‌شوند و مردم محروم حتی یک بار هم در طول عمر آنها را تجربه نمی‌کنند. دست بردن به امور خلاقانه برای گذران اوقات فراغت، تنها به علاقه و استعداد بستگی ندارد، بلکه به ابزار و وسایل و در نتیجه سطح درآمد افراد بستگی دارد.

عدم برخورداری از رفاه اقتصادی، تنها در کیفیت بهره‌مندی از اوقات فراغت مؤثر نیست، بلکه در کمیت آن، یعنی میزان وقتی که به انجام فعالیت‌های فراغتی اختصاص می‌یابد نیز مؤثر است. معمولاً افراد و خانواده‌های با درآمد کم، سعی می‌کنند با انجام کار ثانویه، خارج از زمان رسمی کار، درآمد بیشتری برای گذران امور روزمره کسب کنند. واضح است که در این شرایط دیگر زمان و فرصتی به نام اوقات فراغت، باز شناخته نمی‌شود.

جامعه اطلاعاتی و اوقات فراغت

به دلیل رشد کمی و کیفی اطلاعات در جامعه جهانی، و تأثیر بنیادی و انقلابی این پدیده بر مناسبات فردی و اجتماعی انسان‌ها، گاه از عصر حاضر به عنوان عصر اطلاعات یاد می‌شود و به این اعتبار جامعه کنونی جهان را جامعه اطلاعاتی یا ارتباطاتی یا شبکه‌ای می‌نامند.

پدید آمدن چنین وضعیتی بر مسئله اوقات فراغت انسان‌ها و جوامع هم بی‌اثر نبوده است. این تأثیر را به طور کلی به دو گونه می‌توان دسته‌بندی کرد:

۱- تأثیر بر مدت زمان‌های فراغتی از طریق به هم ریختن تقسیم‌بندی زمانی دوگانه "کار-فراغت". توسعه

حیرت‌آور فناوری مبادله اطلاعات در دنیای کنونی این امکان را فراهم آورده است که اشخاص

بتوانند در مکان‌هایی غیر از محل‌های تعریف شده برای کار، و در زمان‌هایی خارج از زمان‌های رسمی تعیین شده برای کار، بتوانند به انجام امور محوله و دلخواه بپردازند. بنابراین از طرفی این امکان فراهم می‌شود که امور کاری وارد فضا و فرصت فراغتی شوند و احياناً جا را برای فرصت‌های فراغتی تنگ کنند؛ از طرف دیگر امکان مدیریت زمان برای اشخاص فراهم می‌شود که به میل خود به کار و متقابلاً به فعالیت‌های فراغتی بپردازند. از این منظر، امکانات اطلاعاتی و ارتباطاتی از طریق حذف بسیاری سفرهای زائد و وقت‌گذرانی‌های زائد که لازمه جستجوی اطلاعات و ایفای نقش به سبک سنتی بوده است، باعث ذخیره شدن زمان و در نتیجه اضافه شدن به وقت‌های فراغت می‌گردد.

طبق پژوهشی که پتر آیتون، یکی از کارشناسان مرکز آمار و تحقیقات انگلیس، انجام داده است، بسیاری از مردم انگلیس برای خرید، به جای مراجعه مستقیم به بانک‌ها و مراکز خرید، از اینترنت استفاده می‌کنند. در حالی که در سال ۱۹۹۸ میلادی تنها ۳۸۰ هزار حساب بانکی از طریق اینترنت پیگیری می‌شد، در سال ۲۰۰۵ این رقم از ۱۷ میلیون حساب بانکی فراتر رفت. از این رهگذر وقت فراغت انگلیسی‌ها در ده سال اخیر به طور چشم‌گیری افزایش یافته است. این پژوهش حاکی است ۷۵ درصد مردم انگلیس از مدت زمان فراغت خود راضی‌اند و تنها ۵ درصد انگلیسی‌ها اوقات فراغت خود را کافی نمی‌دانند. [۸]

۲- تأثیر بر نحوه و چگونگی گذران اوقات فراغت. فناوری اطلاعات موجب پدید آمدن یک دنیای جدید به نام دنیای مجازی شده است. در این دنیای مجازی نسخه بدل همه امور دنیای واقعی را می‌توان یافت و البته به علاوه چیزهایی بیشتر. از یک دیدگاه جانب‌دارانه نسبت به جدی بودن دنیای مجازی، شاید ما نباید نام نسخه بدل را بر موجودات این دنیای مجازی بنهیم؛ چه بسا موجودات این دنیا گاه از موجودات دنیای واقعی تأثیرگذارتر و منشأ تأثیرات بیشتری هستند. به هر روی امروزه به یمن این امکانات دنیای شبکه‌ای، می‌توان در خانه یا دفتر کاری نشست و به اطراف و اکناف عالم

سفر کرد، می‌توان در این دنیا بازی کرد، موزه‌گردی کرد، خرید کرد، دید و بازدید کرد و به گپ و گفت‌وگو و چت پرداخت.

آمارها نشان می‌دهند جوانان ایرانی از مشتریان پروپا قرص اینترنت و شهروندان فعال این دنیای مجازی‌اند. امکانات جامعه شبکه‌ای را می‌توان تهدیدی برای نحوه گذران مفید و مطلوب اوقات فراغت جوانان، از جمله دانشجویان دانست؛ و می‌توان با آن به مثابه یک فرصت برخورد کرد. برنامه‌ریزی متمرثر در خصوص استفاده صحیح از امکانات این دنیای جدید، به هوشیاری نهادهای ذی‌ربط تعلیم و تربیت، خانواده‌ها و سازمان‌های فرهنگی و هنری وابسته است. در این خصوص تأثیرهای احتمالی فناوری اطلاعات و جامعه شبکه‌ای بر نگرش اجتماعی و نوع تلقی جوانان از اوقات فراغت و نحوه گذران آن، به شرح زیر خاطر نشان می‌گردد:

تأثیرهای نامطلوب

- تشدید مصرف‌گرایی و حیرانی در برابر انواع بسیار متنوع و هر لحظه نو شونده کالاها (افزایش مصرف)
- تغییر و تنوع بیش از پیش ذائقه در مصرف فرهنگی و هنری و نحوه گذران اوقات (بحران در نوع مصرف)
- سرگشتگی در دنیای رنگارنگ و پرتراфик اطلاعات و انفجار نشانه‌ها (بحران معنا، بحران هویت)

تأثیرهای بالقوه مثبت

- توسعه امکان انتخاب در فضای رقابتی عرضه محصولات (مصرف بهتر در وقت‌های فراغت)
- امکان حضور خلاقانه و آسان شدن تولید، توزیع و تکثیر اطلاعات (فعالیت‌های تولیدی در فرصت‌های فراغتی)
- بهره‌گیری سریع و آسان از اطلاعات و آموزش‌های فراغتی، بدون نیاز به هزینه‌های گزاف و صرف وقت فراوان

کارکردهای فعالیت‌های فراغتی

در صورتی که اوقات فراغت به درستی شناسایی و مورد برنامه‌ریزی صحیح قرار گیرد، دارای کارکردهای مهمی خواهد بود که برخی از مهم‌ترین آنها از این قرار است.

۱- هویت‌یابی: برگزاری سفرها و برنامه‌های گردشگری و سیاحتی و زیارتی، شرکت در کلاس‌های آموزشی فرهنگی و هنری و مطالعه‌های غیر درسی، از جمله فعالیت‌هایی هستند که فرد را با پیشینه فرهنگی و تاریخی خود آشنا می‌سازند. علاوه بر آن، باعث کشف و شکوفایی استعدادها و علایق فردی می‌شوند و از این طریق به رشد شخصیت و تکوین هویت جمعی مدد می‌رساند.

۲- بهره‌مندی از زندگی با کیفیت: باید بین زنده بودن و تداوم حیات، با برخورداری از لحظه‌های مطلوب و لذت‌بخش در زندگی فرق گذارد. احساس لذت و کسب رضایت خاطر از زندگی را باید از دست‌آوردهای مهم فعالیت‌های فراغتی برنامه‌ریزی شده به حساب آورد.

۳- خود شکوفایی و بروز خلاقیت: از جمله دست‌آوردهای مهم فعالیت‌های فراغتی، بروز یکی از مهم‌ترین اوصاف ذاتی انسان یعنی خلاقیت است. چنانچه فعالیت‌های فراغتی به نحو صحیحی برنامه‌ریزی شوند و شخص را به دور از تحمیل‌های شرایط رسمی زمان کار، در موقعیت انبساط خاطر و پرداختن به امور آزادانه و هر چند تفننی قرار دهند، جوهر اصلی فرد شکوفا می‌شود، حال اگر شخص از حظی از خلاقیت و نوآوری بهره‌مند باشد، می‌تواند به دست‌آوردهای جالب و حتی بدیعی دست یابد.

۴- کارکردهای آموزشی و علمی: گاه اشخاص در شرایط تحمیلی و غیردلخواهانه کاری، از فراگیری عمیق برخی از اطلاعات و علوم باز می‌مانند. در حالی که اگر همان اطلاعات به طور غیرمستقیم و در قالب فعالیت‌های غیرتحمیلی و فراغتی به آنان عرضه گردد، به راحتی و با درجه ماندگاری بیشتری آن را می‌پذیرند. برخی نظریه‌های تعلیم و تربیت برآن‌اند که اساساً تمام آموزش را باید به بازی و سرگرمی و فعالیت‌های دلخواهانه و آزادانه تبدیل کرد.

۵- پیش‌گیری از آسیب‌های روانی و اجتماعی: هم کار طاقت‌فرسا و هم بیکاری مفرط و بدون برنامه‌ریزی، می‌توانند بستری برای بروز افسردگی، احساس خستگی و سوق دهنده به سمت رفتارهای پرخاشگرانه باشند. روی آوردن به اعتیاد، پرسه‌زنی در خیابان‌ها، مزاحمت‌های تلفنی، انحرافات جنسی و بسیاری دیگر از رفتارهای ناصحیح اخلاقی، محصول فقدان برنامه‌ریزی صحیح اوقات

فراغت افراداند. در حالی که شخص هنرمند یا ورزشکار و یا کسی که برای همه ساعات فراغت خود از پیش برنامه‌ریزی کرده، کمتر در معرض این آسیب‌ها و انحراف‌ها خواهد بود.

۶- رشد شخصیت اجتماعی و جامعه‌پذیری: برای برخورداری از شخصیتی رشد یافته و آشنا با اقتضائات جامعه کلانی که قرار است دانشجوی پس از فراغت از تحصیل در آن زیست و تعامل کند، برنامه‌ریزی‌ای لازم است تا بتوان ساعات و ایامی، دانشجوی را از فضاهای رسمی کلاس و درس خارج کرد و به فعالیت‌های اجتماعی هدایت کرد.

ب) توجه کافی به انواع زمان‌های فراغت

مسئولان و مدیران اوقات فراغت در دستگاه‌های مختلف مرتبط، به ویژه مدیریت شهری، باید چشم‌انداز صحیح و کاملی از زمان‌های فراغت قشرهای داشته باشند و بدان حساس باشند. زمان‌های فراغت را به طور کلی می‌توان به سه تا چهار دسته عمده تقسیم کرد:

۱- ساعات فراغت روزانه (ساعات غیرکاری روزانه) که ما آن را اوقات فراغت کوتاه مدت می‌نامیم.

۲- وقت‌های فراغتی پایان هفته که می‌توان آنها را اوقات فراغت میان مدت نامید.

۳- فرصت‌های فراغتی چند روزه یا چند هفته که اوقات فراغت بلند مدت نام می‌گیرند، مانند

تعطیلات پایان نیمسال تحصیلی که به تعطیلات بین ترم موسوم اند. تعطیلات طولانی مدت

عید نوروز و تعطیلات تابستانه دانشجویان و دانش‌آموزان را می‌توان در این دسته گنجانند.

جالب است که معمولاً ادارات و بخش‌های مربوط به مدیریت‌های اوقات فراغت دانشجویان، در ساعات

و روزهای اداری مشغول کاراند و در ساعات و ایامی که مردم در تعطیلات به سر می‌برند آنها هم تعطیل اند.

ج) آگاهی از علایق خودآگاه و نیازهای احیاناً ناخودآگاه

لازم است مدیریت‌های امور فراغتی و فرهنگی در زمان‌های معینی، نسبت به سنجش علایق

قشرهای مختلف مردم اقدام کنند. این سنجش می‌تواند با استفاده از روش‌هایی همچون انجام مصاحبه و

پرسشنامه، به طور مستقیم گرایش‌ها و خواسته‌های مردم را مشخص کند، یا به طور غیرمستقیم، آنچه برای

غنی‌سازی اوقات فراغت آنان لازم و مفید است، اما احیاناً خود بدان وقوف ندارند، تعیین نماید. برای مثال ممکن است قشرهایی از جوانان تهرانی، به طور مستقیم نسبت به آگاهی از نوع زندگی مردم شهرهای، روستاها و نواحی مختلف کشور اعلام نیاز نکنند. اما به کمک پرسش‌های ویژه، فقدان آگاهی در این زمینه را می‌توان معلوم کرد. حال اگر ضرورت این نوع آگاهی را برای توفیق بیشتر جوانان دانش‌آموخته یک کشور در امر برنامه‌ریزی یا ایفای نقش در مقام یک مدیر یا کارگزار متخصص، به منظور نیل به توسعه‌ای متوازن و متعادل در نظر آوریم، به نیازسنجی جامع‌تری دست خواهیم یافت و این امر به غنی‌سازی برنامه‌های گردشگری مدد می‌رساند.

از این رو پیشنهاد می‌گردد، مسئولان ذی‌ربط در مدیریت فراغتی و فرهنگی سازمان‌های ذی‌ربط، از جمله شهرداری، که نقشی ستادی در جهت‌گیری‌های کلان مدیریت فراغتی شهری دارند، برنامه‌های سنجشی و پژوهشی را با لحاظ کردن شاخص‌های کلان زیر در دستور کار قرار دهند:

- زمان‌های فراغتی قشرهای مختلف مردم؛
- سرانه مالی شخصی و دولتی تخصیص یافته به فعالیت‌های فراغتی؛
- انواع راه‌های موجود گذران اوقات فراغت دانشجویان؛
- انواع راه‌های مطلوب گذران اوقات فراغت دانشجویان؛

این پژوهش‌ها می‌توانند به طور متمرکز و زیر نظر شهرداری تهران، یا با توصیه و هدایت شهرداری تهران بزرگ، به طور مستقل در هر یک از مناطق ۲۲گانه اجرا گردند.

(د) آموزش و تصحیح نگرش

آموزش اوقات فراغت (Leisure Education) امروزه یک مبحث آشنا در مراکز آموزشی جهان توسعه‌یافته است. صرف نظر از تلقی تخصصی و حرفه‌ای در باب مدیریت اوقات فراغت، که آموزش اوقات فراغت را تا سطح یک گرایش تحصیلی دانشگاهی ارتقاء می‌دهد، درباره نحوه نگرش به اوقات فراغت و چگونگی ساماندهی به آن، می‌توان برنامه‌های آموزشی ساده اما مهم و کارآمدی، به ویژه برای مخاطب جوان و شهری طراحی کرد.

برای طراحی یک برنامه آموزشی جامع و کارآمد در خصوص مدیریت اوقات فراغت، توجه به چند نکته لازم به نظر می‌رسد:

۱- آگاهی بخشی عمومی برای تصمیم به آزادسازی وقت‌های فراغت و عزم در بهره‌گیری بهینه از آن. اولاً قشرهای مختلف مردم، ثانیاً مدیران و کارگزاران مرتبط با فعالیت‌های فراغتی، باید نگاهی جامع‌تر نسبت به کارکردها و انحاء گذران فرصت‌های فراغتی بیابند. نباید به بهانه تأمین معاش یا جبران عقب‌ماندگی‌های درسی یا پیروزی در رقابت‌های علمی-آموزشی، وقت فراغت را به کار و فعالیت‌های درسی طاقت‌فرسا سپرد. بدین منظور برگزاری کارگاه‌هایی برای مدیران و کارشناسان پیشنهاد می‌شود.

۲- شناسایی و آموزش راه‌های کم‌هزینه اما با بهره‌وری بالای فعالیت‌های فراغتی. متأسفانه نه برای خانواده‌ها، نه دانشجویان و نه حتی بسیاری از مسئولان، راه‌های کم‌هزینه و نسبتاً سهل‌الوصول پرداختن به فعالیت‌های فراغتی، چندان آشنا نیست. در جامعه ما ضمن وجود محرومیت‌های مالی و عملی در خصوص پرداختن به اوقات فراغت، توقع و انتظارات موجود نیز چندان به جا و مقرون به واقع و کارگشا نیست؛ ضمن آنکه وجود حداقلی لازمی بودجه برای هر فعالیت فراغتی، غیرقابل انکار است، اما باید اذعان داشت تخصیص بودجه‌های هنگفت نیز تنها شرط پرداخت مطلوب به فعالیت‌های فراغتی نیست.

سخن آخر

آگاهی‌بخشی در خصوص نحوه پرداختن به اوقات فراغت برای نیل به زندگی با کیفیت، وظیفه دستگاه‌های مختلف، از آموزش و پرورش تا آموزش عالی و رسانه‌های عمومی دولتی و غیر دولتی است. در جوامع توسعه یافته‌تر در سبد هزینه خانوار، سر فصل اصلی‌ای برای هزینه‌های اوقات فراغت وجود دارد. برای مثال در سبد هزینه یک خانواده فرانسوی در حالی که بیشترین نرخ با ۲۱/۸ درصد به مسکن و کمترین آن با ۵/۴ درصد به پوشاک اختصاص دارد، ۷/۵ درصد به تفریح و اوقات فراغت تخصیص می‌یابد.

این مقدار حتی بیشتر از هزینه لوازم خانگی است که از نرخ ۷/۳ در صد برخوردار است. اما این شاخص‌ها در یک خانواده ایرانی چه نسبتی می‌یابند؟! پژوهش انجام شده درباره گذران اوقات فراغت در انگلیس، نشان می‌دهد در حالی که در سال ۱۹۹۳ هزینه صرف شده برای سفرهای تفریحی ۹ میلیارد پوند بوده، این رقم در سال ۲۰۰۳ به ۲۰ میلیارد پوند رسید. [۹]

تغییر نگرش در باره اوقات فراغت باید در خانواده‌ها اتفاق بیافتد. اما این امر محقق نمی‌شود مگر اینکه سازمان‌های متولی امور جوانان دست به کار یک آگاهی بخشی بنیادی در میان سازندگان خانواده‌های فردا (جوانان و دانشجویان) شوند. برخورداری از زندگی با کیفیت، منوط به بهره‌مندی از اوقات فراغتی سرشار است، و این امر محقق نمی‌شود مگر با یک تغییر نگرش.

منابع:

(۱) با الهام از:

- Ramsay, Hayden, *Reclaiming Leisure (Art, Sport and Philosophy)*, p: 25, palgrave, 2005.

(۲) این تقسیم بندی چهارگانه با الهام از دسته‌بندی مفاهیم اوقات فراغت که به وسیله لس هیوود و همکارانش در کتاب زیر ارائه شده، تنظیم شده است:

- Haywood, Les, *Understanding Leisure*, Second edition, Nelson Thorn Ltd, Uk, 2002.

شایان ذکر است ترجمه ای فارسی از این کتاب به قلم دکتر محمد احسانی از سوی انتشارات امید دانش و با حمایت پژوهشکده تربیت بدنی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری، در سال ۱۳۸۰ منتشر شده است که نگارنده در پاره ای موارد از آن سود جسته است.

(۳) ساماندهی فرهنگی دانشگاه تهران، معاونت دانشجویی و فرهنگی دانشگاه تهران، ۱۳۸۳.

4) Miller, Michael, *The Leisure Theory of Value*; www.quackgrass.com/leisure.html, september, 2005.

(۵) در قرآن کریم ، در چهار موضع سیر در ارض توصیه شده است. از جمله در آیه ۲۰ سوره عنکبوت آمده است: " قل سیروا فی الارض فانظروا کیف بدأ الخلق ثم الله ینشی النشاء الاخره ان الله علی کل شیء قدیر".

(۶) چگونگی گذران اوقات فراغت نوجوانان و جوانان در فصل تابستان (جامعه شهری)، سازمان ملی جوانان، تهران، ۱۳۷۹.

(۷) بررسی وضعیت اوقات فراغت جوانان، سازمان ملی جوانان، تهران، ۱۳۸۱، ص ۷۰.

(۸) مشهدی رجبی ، مونا ، "مهم ترین مدیران اوقات فراغت"، فرهنگ و پژوهش ، ۱۹۹ ،

مرداد ۱۳۸۴، ص ۱۰.

(۹) همان ، ص ۱۱.