

الفصل الأول

أوقات الفراغ والترفيه

- وقت الفراغ .
- الترفيه .
- الآثار الاجتماعية للتكنولوجيا وعلاقتها بوقت الفراغ والترفيه .
- قائمة المراجع العلمية.

obeikandi.com

وقت الفراغ

- مقدمة.
- مفهوم وقت الفراغ.
- الطرق الأساسية لتعريف وقت الفراغ.
- مستويات المشاركة في مناشط وقت الفراغ.
- طرق تقدير وقت الفراغ.
- دراسات علمية عن وقت الفراغ ومناشطه.

obeikandi.com

وقت الفراغ

مقدمة :

وقت الفراغ وليد منذ بداية الإنسان البدائي ولكن ربما لم تظهر فلسفته إلا في مستهل القرن العشرين في عصر الثورة العلمية والتكنولوجية حيث فرض هذا العصر معادلة العمل ووقت الفراغ .

وفيما مضى كان ينظر لوقت الفراغ على أنه عدد من الساعات الضائعة التي يستسلم الفرد خلالها لوساوس الشيطان وذلك وفقا لرأى كالفن Kalvin . إلا ان الاستخدام المتنامى لمصطلح وقت الفراغ Leisure time يُعد مؤشرا قويا لتغير النظرة إلى مفهومه .

يؤكد برتراند راسل Bertrand Russell على أن الاستخدام الواعى لوقت الفراغ إنما يُعد حصيلة للتربية والحضارة . كما يؤكد رالف جليسر Ralph . G على أن اختيار طرق استثمار اوقات الفراغ إنما يعبر عن قدرة الفرد أو الجماعة أو المجتمع فى التعبير عن الذات .

ولذا فقد اهتمت المؤسسات الترويحية والترىوية والاجتماعية والدينية والسياسية والاقتصادية بدراسة وقت الفراغ وكيفية استثماره وبمردوده وكذلك دراسة المشكلات الناتجة عن عدم استثماره .

كما اتجهت الدراسات العلمية نحو دراسة العلاقة بين الفراغ وعدد من المتغيرات الاجتماعية الأخرى ، وكذا تناولت تلك الدراسات موضوعات الفراغ والعمل والفراغ والأسرة والفراغ والدين والفراغ والسياسة والفراغ والثقافة والفراغ والتربية .

وقد أصبح التحدى الذى يواجه عصرنا بل ويواجه كل مجتمع هو كيفية استثمار وقت الفراغ ومواجهة زيادة الطلب على الفراغ وذلك بعد أن أطلق على القرن

العشرين مصطلح عصر الفراغ . كما أن وقت الفراغ قد أصبح فى القرن المعاصر يرتبط بحرية استخدام الفرد لهذا الوقت وذلك بطرق متعددة ولانهائية .

ولذا فإن الدول المتقدمة حضاريا لاتهتم بتوفير وقت الفراغ لمواطنيها فحسب بل تهتم بطرق ووسائل استثماره حتى لايتحول هذا الوقت إلى وقت ضائع أو وقت تُرتكب فيه الجرائم أو تحدث خلاله الانحرافات أو تؤدى خلاله أعمال تلحق الضرر والأذى بالفرد أو بالمجتمع .

كما يقاس تقدم الحضارة بقدرتها على دعم القيم والاتجاهات الإيجابية نحو الفراغ كنظام اجتماعى له وظائفه الهامة على المستويين الجماعى والفردى .

وقد أكد ناش Nash على قيمة المشاركة فى مناقش وقت الفراغ باعتبارها احدى القيم التى يستند إليها الفراغ كنظام اجتماعى .

مفهوم وقت الفراغ :

إن مصطلح وقت الفراغ مشتق من الأصل اللاتينى Licere ويعنى التحرر من قيود العمل أو من الأرتباطات .

ولقد اختلف المربون والمهتمون بدراسة أوقات الفراغ فى تعريف وقت الفراغ ولذا توجد العديد من الطرق التى تتناوله بالتعريف .

يشير كل من حلمى إبراهيم ولوششن Luschen إلى أنه لاتوجد نظرية موحدة لوقت الفراغ ، كما أنه لا يوجد تعريف للفراغ متفق عليه من قبل المهتمين بدراسته، إلا أنهما يشيران إلى وقت الفراغ فى النقاط الثلاث التالية :

- الوقت غير المشغول بأى عمل أو أداء أو نشاط يتعارض مع وقت العمل ، وهو فى الوقت ذاته يمثل الفترة التى يكون الفرد فى حاجة إليها للشعور بوجوده وكيانه .

- شكل من أوجه النشاط الإنسانى التى تتعارض مع نشاط العمل .

- حالة عقلية لنشاط إنسانى .

ويرى ناش Nash أن وقت الفراغ Leisure time هو الوقت الحر المتبقى بعد الانتهاء من أداء المناشط الأساسية للفرد .

ويشير برايتبل Brightbill إلى وقت الفراغ بأنه الوقت الذي يتحرر فيه الإنسان من قيوده ، ومن ثم تكون درجة المسؤولية فى أدنى درجاتها .

بينما يعرف كل من جيست Gist وفافا Fava وقت الفراغ بأنه الوقت الذى يكون فيه الفرد حرا من ارتباطات العمل أو من أية التزامات أخرى، وبحيث يمكن الاستفادة من هذا الوقت فى الراحة أو الأسترخاء أو فى ممارسة أنواع من النشاط التى تؤدى إلى تطوير ذاته .

وكذلك يرى باركر Parker أن وقت الفراغ هو مجموعة من الوظائف أو المناشط التى ينعكس فيها الفرد بمحض إرادته ، وذلك بحثا عن راحة أو متعة أو لغرض تنمية معلوماته أو لتحسين مهاراته أو للإسهام فى تقديم خدمات تطوعية للمجتمع الذى يحيط به ، وذلك بعد تركه لعمله الاساسى ، الاجتماعى أو العائلى .

ويشير فريدمان Friedmann إلى وقت الفراغ بأنه النشاط الذى يختاره الفرد بكامل حريته والذى يؤديه بطريقة الخاصة ويتوقع منه إحساسا بالرضا والمتعة والنمو.

كما ينظر هاربر ريد Read إلى وقت الفراغ على أنه الوقت الذى نوفره للراحة وللتأمل وللترويح .

وفى دراسة لماكس كابلن Max Kaplan عن وقت الفراغ أشار إلى أنه يُعد عملية ديناميكية تركز على أربع مكونات رئيسية متداخلة وهى :

١ - المعنى : Meaning

ويشير المعنى الى مدى وضوح مفهوم وقت الفراغ لدى الأفراد ومدى إدراكهم لأهمية ممارسة مناشطه وكذلك إلمامهم بالبنية المعرفية المرتبطة بنظريات وفلسفة وقت الفراغ . وأنه بقدر وضوح معنى وقت الفراغ يكون الإقبال على ممارسة مناشطه المتنوعة ، وذلك يتطلب محو الأمية بوقت الفراغ لدى الأفراد .

٢ - الوظيفة : Function

تحدد وظيفة وقت الفراغ في ضوء معنى وقت الفراغ لدى الأفراد . فمن خلال تفهم الأفراد لمعنى وقت الفراغ يتم إدراكهم للأهداف التي يمكن أن تنبثق وتتضح من المعنى ومن ثم فإنه يمكن استنباط وظيفة وقت الفراغ . وبذلك نرى أن أهداف وقت الفراغ مرتبطة بالمعنى وبالتالي فإن الوظيفة مرتبطة بهما . فقد يُنظر إلى وظيفة وقت الفراغ على أنها الترويح عن الذات أو اللعب أو الراحة من العمل أو أنها العزلة الاجتماعية .. والاختلاف في تحديد وظيفة وقت الفراغ يرجع إلى الفلسفة التي يعتنقها الفرد أو التي يتبناها المجتمع.

ويحدد دومازيدي Dumazedier الوظائف الرئيسية لوقت الفراغ وفقا لما يلي :

- الاسترخاء : ويعبر عنه بالإستجمام من أعباء ومشكلات الحياة اليومية .
- التسلية : ويعبر عنها بأنها وسيلة مضادة للملل من روتين الحياة اليومية.
- تطوير الشخصية: ويعبر عنها بالتنمية المعرفية والعقلية وبالمشاركة الاجتماعية.

٣ - الحالة أو الظروف : Condition

والمقصود بذلك المكون هو أن وقت الفراغ مرتبط بحالة الأفراد أو بظروفهم ، فتباين الفروق الفردية بين الأفراد يؤكد على أن وقت الفراغ مرتبط بالعديد من المتغيرات ، ومن أهم تلك المتغيرات نجد :

- السن .
- الجنس .
- المستوى الاجتماعي والاقتصادي .
- نوع ودرجة التعليم .
- طبيعة وحجم العمل.

- الظروف الأسرية .
- الخصائص النفسية للفرد .
- درجة إتقان الفرد للمهارات والهوايات .

٤ - الاختيار : Selection

ويرتبط الاختيار بطريقة وثيقة بحالة أو ظروف الفرد ، ففي ضوء المتغيرات السابقة يمكنه تحديد كم وقت الفراغ وكذلك نوعية المناشط التي يمكن اختيارها لاستثمار ذلك الوقت .

كما أن العوامل الخارجية تؤثر في وقت الفراغ وذلك كطبيعة البيئة الجغرافية والبيئة المناخية وظروف العمل ، وكذلك العوامل الداخلية المتمثلة في الخصائص النفسية للفرد كالدوافع والميول والاتجاهات والحاجات Needs تلعب دورا هاما في عملية الاختيار لأوجه المناشط المرتبطة بوقت الفراغ .

الطرق الأساسية لتعريف وقت الفراغ :

يصنف عدد من الباحثين والفلاسفة المهتمين بدراسة مفهوم أوقات الفراغ والترويج الطرق الأساسية لتعريف وقت الفراغ وفقا لما يلي :

- الطريقة الأولى :

تتناول الأربع والعشرين ساعة التي تكوّن مجمل اليوم مخصصا منها الفترات غير المخصصة لوقت الفراغ ، كوقت تناول الوجبات الغذائية والعمل وإشباع الحاجات الفسيولوجية والنوم ، ويسمى هذا النوع من التعريف بالمتبقى أو الفائض ، ويعرفه قاموس علم الاجتماع بأنه إجمالي الوقت الموجه للنوم وللعمل وللحاجات الأخرى مستقطعا من الأربع والعشرين ساعة .

وبذلك فإن وقت الفراغ يتضمن التحرر من العمل الذي يقوم الفرد بأدائه ويحصل منه على مقابل مادي، وكذلك التحرر من البرامج الدراسية التي تكون جزءا من المقررات التعليمية ، كما يشمل أيضا وقت الفراغ التحرر من الإلتزامات التي

تفرضها الأشكال الرئيسية الأخرى والتي يطلق عليها الإلتزامات الأولية Primary Obligations وذلك كالإلتزامات الأسرية والإلتزامات الاجتماعية .

- الطريقة الثانية :

لا تهتم تلك الطريقة بفكرة الوقت وإنما تعتبر نوع النشاط الذى يتم ممارسته هو الأساس فى تعريف وقت الفراغ . ولذا تؤكد على أنه ليس من الضرورى وجود كم من الوقت المتاح للفرد لقيامه بنشاط ما ، ولكن ما يجب التأكيد عليه هو كيفية مشاركة الفرد فى النشاط فى هذا الوقت المتاح له . ومن ثم فإن هذه الطريقة تركز على أن تكون الأهمية للكيفية التى يتم بها استثمار وقت الفراغ وليس لكم الوقت المتاح للفرد .

- الطريقة الثالثة :

تربط الطريقة الثالثة من طرق تعريف وقت الفراغ بين الطريقتين السابقتين وهما طريقة الفائض أو الكم وطريقة الكيف أو النشاط، ومن ثم يمكن أن ينتج عن هذا الربط أو الدمج العديد من التعريفات المرتبطة بوقت الفراغ والتى يمكن أن نحددها فيما يلى :

- وقت الفراغ هو الوقت الذى يتحرر منه الفرد من العمل أو من أية التزمات أخرى وبحيث يمكن للفرد الاستفادة منه فى الاسترخاء أو الترويح أو النشاط الاجتماعى أو فى تطوير شخصيته .

- وقت الفراغ هو نوع من النشاط يشارك فيه الفرد بمحض إرادته بغرض الراحة أو الترويح عن نفسه أو لتنميته معرفيا أو ليحسن من مهاراته أو للمشاركة فى الحياة الاجتماعية أو لتطوير قدراته، وذلك بعد الانتهاء من أعباء العمل وواجبات الأسرة والمهام الاجتماعية الأخرى .

- وقت الفراغ هو ذلك القدر من الوقت الذى لا يتم خلاله أشباع الحاجات الأساسية ومن ثم لا يتسم بالإجبار على فعل أى شىء ، فهو الوقت الحر المتروك لتقدير الفرد ليفعل فيه ما يشاء أو هو الوقت الذى يمارس خلاله الفرد وبإرادته أنواع من النشاط أو من الخبرات التى يختارها بذاته .

وبوجه عام فإن المفهوم المناسب لوقت الفراغ يجب أن يضع فى الاعتبار بعدى كل من الوقت ونوع وحجم النشاط . وذلك لأن القدر المتاح من الوقت والذي ننظر إليه باعتباره وقت فراغ يحدد إلى حد كبير الشيء الذى يمكن أن نفعله فى هذا الوقت .

ويشير جوردون داهل Gordon Dahl إلى أن وقت الفراغ الذى يحتاجه الفرد اليوم ليس وقتا خاليا بل يحتاج إلى خلو البال .

كما يؤكد جوردون أيضا على أن الفراغ الذى يكون الفرد فى حاجة إليه فى عالمنا المعاصر ليس هو الوقت الحر Free time وإنما يكون فى حاجة إلى الروح الحرة، كما أنه ليس فى حاجة إلى مزيد من الهوايات ووسائل الترويح ولكنه فى حاجة إلى الإحساس بالسعادة وبالسلام وبالابتعاد عن مسئوليات العمل وواجباته .

وكذلك يرى ميشيل سميث Michel Smith أن الفراغ يتصل اتصالا محكما بإحساس الفرد بالمتعة وشعوره بالحرية وبقدرته على تحقيق ذاته والتعبير عنها ويتصل أيضا بالترويح وبالتجديد وبإمكانية الاختيار .

مستويات المشاركة فى مناشط وقت الفراغ :

يوضح ناش Nash مستويات المشاركة فى مناشط وقت الفراغ موضحا طبيعة المشاركة وذلك من خلال الشكل التالى الذى يتضمن ستة مستويات للمشاركة فى وقت الفراغ :

- المستوى الأول : المشاركة الابتكارية .

وتتضمن المشاركة الابتكارية Creative Participation فى مناشط وقت الفراغ العديد من أوجه النشاط المرتبطة بالمستوى الأول ومنها : التأليف والاختراع وابتكار النماذج والتصميمات والعروض...

- المستوى الثانى : المشاركة الإيجابية .

ويشتمل المستوى الثانى على المشاركة الإيجابية Active Participation

لناشط وقت الفراغ والتي من أهمها : المشاركة فى المباريات والمسابقات الرياضية وفى التمثيل المسرحى وفى العزف الموسيقى وفى خدمات البيئة والمجتمع وفى الرحلات والمعسكرات وفى الفنون والهوايات اليدوية...

- المستوى الثالث : المشاركة الوجدانية .

ويحتوى المستوى الثالث على المشاركة الوجدانية فى مناشط وقت الفراغ Emotional Participation والتي تتمثل فى قراءة القصص والروايات ومشاهدة البرامج التليفزيونية ومشاهدة الأفلام والمسرحيات والتمثيلات ومشاهدة البرامج والمسابقات الرياضية والاستماع إلى الموسيقى والبرامج الإذاعية وزيارة المعارض والمتاحف.

- المستوى الرابع : المشاركة السلبية .

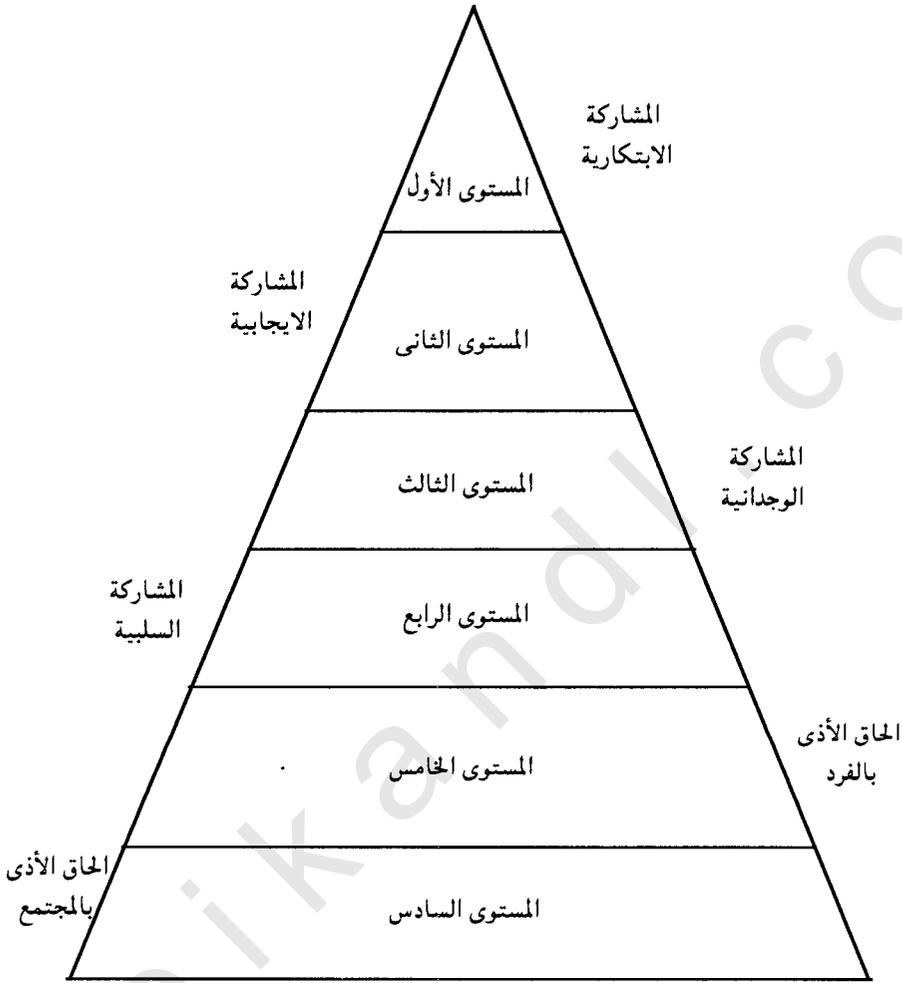
ويمثل المستوى الرابع المشاركة السلبية Passive Participation والتي يتم التعبير عنها من خلال لقاءات الأقارب والأصدقاء والتسليه والترفيه واللهو واستهلاك الوقت وتبادل الأحاديث مع الآخرين والمجالسة حول المائدة والمشاركة فى تناول الطعام والمشروبات.

- المستوى الخامس : مناشط تلحق الأذى بالفرد .

ويتضمن المستوى الخامس المناشط التى تلحق الأذى أو الضرر بالفرد Harmful to Self وذلك من خلال المشاركة فى مناشط ضارة بالفرد كتعاطى المخدرات ولعب الميسر وارتكابه لأفعال غير تربوية.

- المستوى السادس : مناشط تلحق الأذى بالمجتمع .

يضم المستوى السادس المناشط التى تلحق الأذى أو الضرر بالمجتمع Harmful to Society وذلك من خلال المشاركة فى مناشط ضارة بالمجتمع كارتكاب الجرائم والتطرف وأعمال العنف.



شكل رقم (١)

مستويات المشاركة في مناشط وقت الفراغ

وفقا لرأى ناش Nash

ويتضح من الشكل رقم (١) أن المستويات الثلاثة الأولى من مستويات المشاركة في مناشط وقت الفراغ تُعد أفضل المستويات الستة للمشاركة وهي

الاشتراك الخلاق أو الابتكارى والاشتراك الإيجابى والاشتراك الوجدانى أو العاطفى أو الانفعالى .

بينما المستوى الرابع والذي يمثل المشاركة السلبية فى مناشط أوقات الفراغ يُعد أقل أهمية من المستويات الثلاثة الأولى، إلا أنه يندرج أيضا ضمن مناشط الترويح .

فى حين أن المستويين الأخيرين (الخامس والسادس) هما من المناشط أو الأعمال غير الهادفة والتي يتسبب عن المشاركة فى مناشطها أضرار تلحق بالفرد أو بالمجتمع ، ومن ثم لا يندرجان ضمن مناشط الترويح وذلك لعدم اتصافها بالهادفية والبنائية .

طرق تقدير وقت الفراغ :

يعتقد بعض المهتمين بعلم الاجتماع أنه لا يمكن قياس الفراغ ويعللون ذلك بأن الفراغ ليس له مقياس ، وأن كل المحاولات التى جرت لقياسه ربما كانت غير صادقة فى نتائجها، وذلك لأن الفراغ شىء لا يمكن قياسه بطريقة موضوعية حيث يتأثر بالآراء وبالحالة المزاجية للفرد المبحوث ومن ثم من الصعوبة قياسه . إلا أن البعض الآخر من المهتمين بعلم الاجتماع يرون أنه بالإمكان تقدير الفراغ وقياسه بطريقة كمية.

ويشير كابن Kaplan إلى أنه يمكن تقدير وقت الفراغ وقياسه من خلال الحصول على معلومات ترتبط بالمتغيرات التالية :

- النفقات المالية التى يتم صرفها على مناشط وقت الفراغ .
- أنماط أو مستويات المشاركة فى مناشط وقت الفراغ .
- ضرائب الدخل التى يتم تحصيلها من الرسوم المقررة على مناشط وقت الفراغ.
- دراسات الحالة Case Studies للأفراد وللأسرة عن وقت فراغهم.

- حجم الإمكانيات والتسهيلات التي توفرها الدولة لمناشط وقت الفراغ .
- دراسة نشاط المؤسسات الأهلية المهتمة بمناشط وقت الفراغ .
- بينما يرى دى جرازيا De Grazia أنه توجد ثلاث طرق يمكن الاستفادة منها في تقدير وقت الفراغ وهي :
- معرفة أوجه النشاط التي يقوم الأفراد بإنفاق أموالهم عليها .
- تحديد المناشط التي يمارسها الأفراد في وقت الفراغ وكذلك الأهمية التي يولونها لهذه المناشط .
- تحديد الوقت الذي يتم تخصيصه من قبل الأفراد لممارسة كل من هذه المناشط.
- كما يتجه فريق من الباحثين إلى تقدير وقت الفراغ من خلال معرفة معدل ساعات العمل للفرد والمهام المتصلة بالعمل، وكذلك تحديد الساعات التي يقضيها الفرد في أداء ارتباطاته والتزاماته الشخصية أو العائلية ، ليكون ماتبقى من يومه هو وقت الفراغ .
- في حين يتجه فريق آخر من الباحثين إلى تقدير حجم وقت الفراغ من خلال جمع وتحليل معلومات ترتبط بالمتغيرات التالية :
- عدد ساعات العمل في الاسبوع .
- مدة الأجازات والعطلات .
- سن التقاعد عن العمل (سن المعاش) .
- ويوضح محمد على محمد أنه توجد ثلاثة أساليب لقياس الوقت بوجه عام ووقت الفراغ بوجه خاص حيث يتم تسجيل الفرد لكم الوقت المخصص لمختلف المناشط والأعمال التي يقوم بها على مدار يومه سواء ما هو مرتبط بوقت الفراغ أو دونه . وهذه الأساليب هي :

- التتابع الزمني للوقت مثل الساعة الواحدة ، الساعة الثانية ، الساعة الثالثة، الساعة الرابعة .. وهكذا.

- الاتجاهات أو المعانى المتصلة بالوقت وتصور الأفراد لعلاقات تتابع الأحداث.

- الوحدات الزمنية المنتظمة مثل الأجازات ، ساعات العمل ، ساعات النوم...

وتُعرف أداة البحث التى تُستخدم لتقدير وقت الفراغ اليومي باسم ميزانية الوقت Time Budget . ويمكن تعريفها بأنها سجل يومي لكل مايقوم به الفرد فى ساعات اليقظة . ولذا فإنه يتم برمجة اليوم على فترات زمنية منتظمة مقدار كل منها ساعة واحدة أو أقل من الساعة حتى يتم تحديد أى من المناشط التى يسجلها المبحوث هى ممارسات حقيقية لوقت الفراغ .

الا انه يوجد العديد من الصعوبات التى تواجه ميزانية الوقت والتى من أهمها الصعوبات التالية :

- عدم اقبال المبحوثين على الاستجابة لتقدير الوقت بهذا الاسلوب .

- اخطاء الذاكرة لاعتماد المبحوثين على الذاكرة فى تقدير الوقت وتحديد المناشط التى تتم فى ذلك الوقت .

- الاهمال من جانب المبحوثين أو النسيان أو الملل من الاستجابة لميزانية الوقت.

- تداخل المناشط فى توقيت واحد وذلك مثل قيام الفرد بأكثر من نشاط فى وقت واحد .

- اختلاف أنماط المناشط الإنسانية باختلاف أيام الأسبوع وباختلاف شهور السنة .

ولكن بالرغم من تلك الصعوبات فإن الدراسات التى تستخدم ميزانية الوقت

كأداه للبحث تُعد دراسات ذات قيمة علمية فى مجالات وقت الفراغ والترفيه حيث تمدنا بنتائج عن أنماط ومستويات المشاركة فى أداء الأعمال أو النشاط أو الواجبات أو الارتباطات وكذلك تمدنا بحجم أو كم الوقت الذى يستغرقه الفرد فى أدائها . إذ تركز تلك الدراسات على استفتاء المبحوثين على مايلى :

- أوجه النشاط التى يمارسونها فى أوقات العمل وفى أوقات الفراغ .

- تقدير فترة التردد أو المشاركة فى هذه الأوجه من النشاط .

دراسات علمية عن وقت الفراغ ومناشطه :

من أهم الدراسات التى تناولت استفتاء المبحوثين على النشاط التى يمارسونها فى اوقات الفراغ باستخدام ميزانية الوقت، مايلى :

قام المركز القومى للحياة فى اليابان بدراسة أهم النشاط التى يقضى فيها اليابانيون أوقات فراغهم فى اليوم وفى الأجازات والعطلات الرسمية، وكذلك دراسة أوجه نشاط وقت الفراغ التى يرغب اليابانيون القيام بها . ولقد توصلت تلك الدراسة (١٩٧٨) إلى أهم النتائج التالية :

جدول رقم (١)

أهم مناشط وقت الفراغ لدى اليابانيين

م	مناشط وقت الفراغ	الترتيب	
		وقت الفراغ اليومى	وقت الفراغ فى الاجازات والعطلات
١	مشاهدة التليفزيون وسماع الرديو	١	٢
٢	قراءة الصحف	٢	١٠
٣	المجالسة والتحدث مع الأسرة	٣	١٢
٤	قراءة الكتب	٤	٦
٥	مصاحبة الأصدقاء والجيران	٥	١٥
٦	مصاحبة الأقارب	٦	٥
٧	الاسترخاء والنوم أثناء النهار	٧	١١
٨	الاستماع إلى التسجيلات الصوتية	٨	١٣
٩	تناول الطعام خارج المنزل والتسوق	٩	٤
١٠	المساعدة فى تعليم الأطفال الحرف اليدوية	١٠	٢٢

تابع جدول رقم (١)
اهم مناشط وقت الفراغ لدى اليابانيين

م	مناشط وقت الفراغ	الترتيب	
		وقت الفراغ اليومي	وقت الفراغ في الأجازات والعطلات
١١	تنسيق الحدائق	١٠ م	-
١٢	هوايات الجمع	١٢	١٦
١٣	مشاهدة الأفلام في دور العرض	١٣	٧
١٤	المشي ومزاولة التمرينات البدنية	١٤	١٨
١٥	ممارسة ألعاب الكرة	١٥	١٧
١٦	ممارسة مناشط الرياضة	١٦	٨
١٧	ممارسة مناشط الفنون	١٧	١٩
١٨	التجوال سيراً على الأقدام	١٨	٣
١٩	أعمال مكتبية	١٩	٢٨
٢٠	السفر مع قضاء ليلة خارج المنزل	٢٠	* ١
٢١	لعب الشطرنج	٢١	٢٠
٢٢	زيارة المتاحف ومعارض الفن والحدائق	٢٢	١٣ م
٢٣	تربية الحيوانات الليفة	٢٣	٢٦
٢٤	قيادة السيارات	٢٤	٩
٢٥	الدراسة للحصول على المزيد من المؤهلات	٢٥	٢٣
٢٦	مصاحبة الجنس الآخر	٢٦	٢٤
٢٧	خدمات اجتماعية تطوعية	٢٧	٢٩
٢٨	مناشط دينية وسياسية	٢٨	٢٥
٢٩	السونا (حمامات البخار)	٢٩	٢٦ م
٣٠	السفر عبر البحار	٣٠	٢١

يتضح من الدراسة التي قام بها المركز القومي للحياة في اليابان بأن أكثر المناشط التي يقضى اليابانيون من خلالها وقت فراغهم اليومي هي : مشاهدة التلفزيون وسماع الراديو ، وقراءة الصحف والمجالسة والتحدث مع الأسرة، وقراءة الكتب، ومصاحبة الأصدقاء والجيران، ومصاحبة الاقارب، والاسترخاء والنوم أثناء النهار، والاستماع إلى التسجيلات الصوتية، وتناول الطعام خارج المنزل والتسوق،

* السفر مع قضاء ليلة أو أكثر خارج المنزل.

والمساعدة فى تعليم الأطفال الحرف اليدوية ، حيث تُعد هذه المناشط هى المناشط العشرة الأولى فى الترتيب بين المناشط التى يقضى من خلالها اليابانيون وقت فراغهم اليومى .

بينما أكثر المناشط التى يقضى من خلالها اليابانيون وقت فراغهم فى الأجازات والعطلات هى: السفر مع قضاء ليلة أو أكثر خارج المنزل، ومشاهدة التليفزيون وسماع الراديو، والتجوال سيرا على الأقدام، وتناول الطعام خارج المنزل والتسوق، ومصاحبة الاقارب، وقراءة الكتب، ومشاهدة الأفلام فى دور العرض، وممارسة مناشط الرياضة، وقيادة السيارات، وقراءة الصحف، حيث أن هذه المناشط قد احتلت المراكز العشر الأولى فى الترتيب بين المناشط التى يقضى من خلالها اليابانيون وقت فراغهم فى الأجازات والعطلات .

فى حين أن أكثر المناشط التى يرغب أو يتمنى اليابانيون قضاء وقت فراغهم من خلالها هى : السفر عبر البحار، والسفر مع قضاء ليلة أو أكثر خارج المنزل، وممارسة مناشط الرياضة، والدراسة للحصول على المزيد من المؤهلات العلمية، والتجوال سيرا على الأقدام، وممارسة مناشط الفنون، ومشاهدة الأفلام فى دور العرض، وهوايات الجمع، وقراءة الكتب، والمشى ومزاولة التمرينات البدنية، حيث جاءت تلك المناشط فى المراتب العشرة الأولى بين المناشط التى يرغب أو يتمنى اليابانيون قضاء وقت فراغهم من خلالها .

كما يتضح ايضا من تلك الدراسة أن المناشط التالية قد حازت على ترتيب ضمن العشرة مناشط الأولى من حيث أقبال اليابانيين عليها سواء فى وقت فراغهم اليومى أو فى وقت فراغهم فى الأجازات والعطلات وهى :

- مشاهدة التليفزيون وسماع الراديو.... (٢:١) *

- قراءة الصحف..... (١٠:٢)

* الرقم الأول يدل على ترتيب النشاط فى وقت الفراغ اليومى، بينما الثانى يدل على ترتيب النشاط فى وقت الفراغ فى الأجازات والعطلات.

- قراءة الكتب..... (٤ : ٦)

- مصاحبة الأقارب..... (٥ : ٦)

- تناول الطعام خارج المنزل والتسوق (٤ : ٩)

بينما قراءة الكتب قد احتلت ترتيب ضمن العشرة مناشط الأولى من حيث أقبال اليابانيون عليها سواء في وقت فراغهم اليومي أو في وقت فراغهم في الأجازات أو العطلات أو فيما يرغب أو يتمنى اليابانيون قضاء وقت فراغهم من خلالها . ولقد كانت قراءة الكتب هي النشاط الوحيد الذى حظى بهذا الاهتمام لدى اليابانيين فى مختلف أوقات فراغهم .

وكذلك يتضح من دراسة المركز القومى للحياة فى اليابان أن السفر مع قضاء ليلة خارج المنزل (أو أكثر) قد احتل الترتيب الأول فى مناشط وقت الفراغ فى الأجازات والعطلات، وكذلك احتل الترتيب الثانى فيما يرغب فى فعله اليابانيين فى وقت فراغهم بينما كان يحتل الترتيب العشرون فى مناشط وقت الفراغ اليومي .

واحتل التجوال سيرا على الأقدام الترتيب الثالث فى مناشط وقت الفراغ فى الاجازات والعطلات، وكذلك احتل الترتيب الخامس فيما يرغب فى فعله اليابانيين فى أوقات فراغهم، بينما كان يحتل الترتيب الثامن عشر فى مناشط وقت الفراغ اليومي .

وأيضاً احتل نشاط قيادة السيارات الترتيب التاسع فى مناشط وقت الفراغ فى الأجازات والعطلات، بينما كان يحتل الترتيب الرابع والعشرين فى مناشط وقت الفراغ اليومي .

وكذلك احتل السفر عبر البحار الترتيب الحادى والعشرون فى مناشط وقت الفراغ فى الأجازات والعطلات، بينما كان يحتل الترتيب الثلاثون فى مناشط وقت الفراغ اليومي، إلا أنه احتل الترتيب الأول فيما يرغب أو يتمنى اليابانيين فى فعله فى وقت الفراغ .

ومن النتائج السابقة يتضح أن تقدم بعض المناشط فى الترتيب فيما يرتبط

بوقت الفراغ فى الأجازات والعطلات أو فيما يرتبط بما يرغب أو يتمنى اليابانيون من فعله فى وقت الفراغ قد يرجع إلى مايلى :

- أن هذه الأوجه من النشاط تحتاج للإقبال عليها لوقت فراغ أكبر من وقت الفراغ اليومى .

- أن بعض هذه الأوجه من النشاط قد تحتاج إلى نفقات عالية مما يضع تلك المناشط فى دائرة التمنى لدى العديد من اليابانيين .

وفى دراسة ثانية لاستطلاع الرأى العام فى اليابان عن أهم مايسعى اليابانيون إلى تحقيقه فى حياتهم ، اسفرت نتائج الدراسة عن مايلى :

أولاً : لقد كانت نتائج استطلاع الرأى العام فى اليابان فى عام ١٩٧٣ وفقاً للترتيب التالى :

- توفير المسكن ووسائل الراحة .

- الاستمتاع بمناشط وقت الفراغ .

- توفير الطعام .

- توفير الأدوات والأجهزة الكهربائية والأثاث ووسائل النقل .

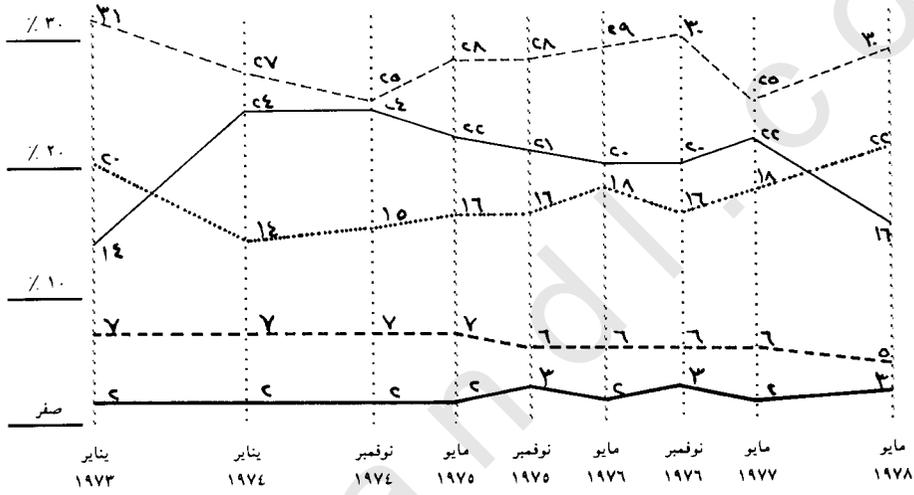
- توفير الملابس .

ثانياً : لقد كانت نتائج استطلاع الرأى فى اليابان لأعوام ١٩٧٤ ، ١٩٧٥ ، ١٩٧٦ ، ١٩٧٧ وفقاً لما يلى :

- جاء ترتيب الاستمتاع بمناشط وقت الفراغ فى الترتيب الثالث بعد توفير المسكن ووسائل الراحة، وتوفير الطعام .

- يرجع التغير فى تأخر الاستمتاع بمناشط وقت الفراغ للترتيب الثالث إلى أزمة النفط التى اجتاحت أوروبا عقب حرب أكتوبر ١٩٧٣ .

ثالثاً : لقد اسفرت نتائج استطلاع الرأى فى اليابان لعام ١٩٧٨ عن عودة الاستمتاع بمناشط وقت الفراغ إلى الترتيب الثانى فى أهم مايسعى اليابانيون إلى تحقيقه فى حياتهم وذلك بعد توفير المسكن ووسائل الراحة .



- وسائل الراحة ، السكن
 ————— الطعام
 الأنشطة فى أوقات الفراغ
 ----- منقولات المستهلك (الأدوات الكهربائية ، الأثاث ، العربات)
 ————— الملابس

شكل رقم (٢)

اهم مايسعى اليابانيون إلى تحقيقه فى حياتهم

وفى دراسة أجراها معهد جالوب (Gallup) للدراسات بالولايات المتحدة الأمريكية عن مناشط وقت الفراغ ، قام من خلالها بسؤال المبحوثين (أفراد عينة

البحث) عن المناشط التى قاموا بها فى وقت فراغهم خلال العام السابق عن وقت اجراء الدراسة ، اسفرت النتائج عن مايلى :

- (٥٤) مليوناً تقريباً أقبلوا على مشاهدة الأفلام السينمائية فى دور العرض.

- (٥٠) مليوناً تقريباً أقبلوا على قراءة الكتب .

- (٢٦) مليوناً تقريباً أقبلوا على مشاهدة المباريات الرياضية .

- تفضيل المبحوثين لمشاهدة الألعاب والمسابقات والاحتفالات الرياضية والمشاركة فيها عن ارتياد المسرح ومشاهدة الفرق الموسيقية العالمية والمناشط الثقافية الأخرى .

ومن الدراسات التى تناولت استفتاء المبحوثين لتقدير فترة التردد أو فترة الاشتراك فى مناشط وقت الفراغ توجد دراسة أجريت فى (١٢) دولة باستخدام ميزانية الوقت ، وقد أسفرت نتائجها عن مايلى :

- يقضى (٤٠٪) من الشباب وقتهم فى مشاهدة برامج التلفزيون .

- يقضى الشباب مايقرب من (٩٠) دقيقة على الأقل فى مشاهدة هذه البرامج يوميا .

- يقضى الصبية مايقرب من (٣٠) دقيقة على الأقل فى مشاهدة برامج التلفزيون يوميا .

- تقضى المرأة مايقرب من (٧) ساعات تقريبا فى مشاهدة برامج التلفزيون يوميا وخاصة فى فصل الشتاء .

وفى دراسة قام بها اندرسون Anderson فى الولايات المتحدة الأمريكية عن مناشط وقت الفراغ ، أسفرت النتائج عن مايلى :

- (٤٥٪) من وقت الفراغ يمضى فى مشاهدة البرامج التلفزيونية أو فى الاستماع للراديو .

- (٣٤٪) من وقت الفراغ يمضى فى قراءة الجريدة ، (٨٪) من الوقت يمضى فى قراءة المجلة .

- (٦٪) من وقت الفراغ يمضى فى الاستماع للتسجيلات الصوتية .

- (٦٠ ، ٢٪) من وقت الفراغ يمضى فى مشاهدة عروض الفيديو .

- (٤٠ ، ٠٪) من وقت الفراغ يمضى فى قراءة الكتب .

وفى دراسة أخرى عن تقدير فترة التردد أو الاشتراك فى مناشط وقت الفراغ باستخدام ميزانية الوقت كأداة للبحث قام بها سزال Sazalle فى الولايات المتحدة الأمريكية، أسفرت نتائجها عن مايلى :

- متوسط مشاهدة الفرد للراديو يعادل (٨) دقائق تقريبا فى اليوم .

- متوسط مشاهدة الفرد للتليفزيون يعادل (٨٤) دقيقة تقريبا فى اليوم .

- متوسط قراءة الفرد للصحف يعادل (١٦) دقيقة تقريبا فى اليوم .

- متوسط قراءة الفرد للكتب يعادل (١٤) دقيقة تقريبا فى اليوم .

- متوسط قراءة الفرد للمجلة يعادل (٥) دقائق تقريبا فى اليوم .

- متوسط مشاهدة الفرد للأفلام فى دور العرض يعادل (٤) دقائق تقريبا فى اليوم .

وفى دراسة أخرى أجريت فى دولة النرويج أشارت النتائج إلى مايلى :

- وقت الفراغ لدى الفرد فى النرويج تمثل نسبة (١٠٪) من ميزانية الوقت لديه وذلك بعد استبعاد ساعات نومه اليومية .

- (٤٠٪) من وقت الفراغ يتم قضائه فى الزيارات وفى ممارسة النشاط الرياضى وفى القيام بالرحلات وفى السياحة .

- يقضى الفرد مايقرب من ساعتين من وقت فراغه فى الترويح عن نفسه خارج المنزل .

وفى دراسة قام بها روبلتز Robeltz (١٩٦٢) لتقدير حجم وقت الفراغ لدى المتعلمين فى المرحلة الثانوية بجمهورية المانيا الديمقراطية أوضحت النتائج مايلى :

- بلغ وقت الدراسة (٣٣) ساعة ، (٣١) دقيقة من الوقت الكلى للأسبوع* وهذا الوقت يمثل نسبة (٩, ١٩٪) من الوقت الكلى .

- قدر وقت التحصيل الدراسى وأداء الواجبات الدراسية بـ (٨) ساعات ، (٤) دقائق وهو يعادل (٨, ٤٪) من الوقت الكلى للأسبوع .

- بلغ حجم وقت الالتزامات اليومية الضرورية (٣٢) ساعة ، (١٠) دقائق وهو يمثل (٢, ١٩٪) من الوقت الكلى للأسبوع .

- قدر وقت النوم بـ (٦٥) ساعة ، (٢٩) دقيقة وهذا الوقت يعادل (٣٩٪) من الوقت الكلى للأسبوع .

- بلغ حجم وقت الفراغ (٢٨) ساعة ، (٣٦) دقيقة وهو يمثل نسبة (١, ١٧٪) من الوقت الكلى للأسبوع .

وفى دراسة قام بها محمود طلبة عن وقت الفراغ لدى طلبة جامعة المنيا فى كل من الريف والحضر أثناء الأجازة الصيفية باستخدام ميزانية الوقت لتقدير وقت الفراغ (١٩٩٢) أسفرت النتائج عن أهم مايلى :

- وجود فروق داله إحصائيا بين طلاب جامعة المنيا فى الريف وفى الحضر ولصالح طلاب الحضر وذلك فى وقت الأجازة الصيفية فى كل من المتغيرات التالية :

- الحاجات اليومية الضرورية .

- المساعدة فى أعمال المنزل .

- النوم ليلا .

* أجريت الدراسة وقت أن كان نظام الدراسة فى تلك المدارس يحدد يوماً واحداً لعطلة نهاية الأسبوع.

- حجم وقت الفراغ .
- وجود فروق داله إحصائيا بين طلاب جامعة المنيا فى الريف وفى الحضرة ولصالح طلاب الريف فى مساعدة الوالد فى عمله خلال الأجازة الصيفية.
- جاء حجم وقت النوم فى الليل فى المرتبة الأولى لدى طلاب الجامعة فى الحضرة بنسبة (٣٨٪) من استجاباتهم ولدى أقرانهم فى الريف بنسبة (٨٣, ٣٢٪) وذلك فى الأجازة الصيفية .
- جاء حجم وقت الفراغ فى المرتبة الثانية لدى طلاب الجامعة فى الحضرة بنسبة (٨٣, ٣٣٪) من استجاباتهم ولدى أقرانهم فى الريف بنسبة (٦٧, ٢٩٪) وذلك فى الاجازة الصيفية .
- جاء حجم وقت الحاجات اليومية الضرورية فى الترتيب الثالث لدى طلاب الجامعة فى الحضرة بنسبة (١٧, ١٠٪) من استجاباتهم بينما جاء فى الترتيب الثالث لدى طلاب الجامعة فى الريف وقت مساعدة الوالد فى العمل بنسبة (٨٣, ١٧٪) وذلك فى الاجازة الصيفية .
- احتل حجم وقت المساعدة فى أعمال المنزل المرتبة الأخيرة لدى طلاب جامعة المنيا فى الريف بنسبة (١٧, ٢٪) من استجاباتهم بينما جاء فى الترتيب الأخير لدى طلاب الجامعة فى الحضرة وقت مساعدة الوالد فى العمل بنسبة (٨٣, ٣٪) وذلك فى الاجازة الصيفية .
- وفى دراسة قام بها مدحت شوقى عن دراسة حجم الوقت الحر من خلال تحليل ميزانية الوقت لطلاب جامعة اسيوط (١٩٩٠) أشارت النتائج إلى مايلى :
- احتل حجم وقت الفراغ فى يوم الأجازة الأسبوعية الترتيب الأول، وفى الترتيب الثانى جاء حجم وقت الفراغ فى أقصر يوم دراسى، ثم فى الترتيب الأخير جاء حجم وقت الفراغ فى أطول يوم دراسى وذلك لدى طلاب الكليات النظرية وطلاب الكليات العملية .
- وجود فروق داله إحصائيا فى حجم وقت الفراغ فى كل من أقصر يوم دراسى

وأطول يوم دراسى لصالح طلاب الكليات النظرية وإن ذلك يرجع إلى زيادة وقت التحصيل الدراسى وزيادة أوقات الدراسة لدى طلاب الكليات العملية عن ذلك الوقت المخصص للتحصيل الدراسى والدراسة لدى طلاب الكليات النظرية .

- عدم وجود فروق داله إحصائيا فى حجم وقت الفراغ فى يوم الأجازة الأسبوعية بين طلاب الكليات النظرية وطلاب الكليات العملية .

- بلغ حجم وقت الفراغ لدى الطلاب فى يوم الأجازة الأسبوعية (٦) ساعات ، (١٠) دقائق وهو يعادل (٦٩, ٢٥٪) من الوقت الكلى تقريبا .

- قدر وقت الفراغ لدى الطلاب فى أقصر يوم دراسى بـ (٢) ساعة ، (٤٦) دقيقة وهو يمثل نسبة (٥٣, ١١٪) من الوقت الكلى تقريبا .

- بلغ حجم وقت الفراغ لدى الطلاب فى أطول يوم دراسى (ساعة) ، (٣٥) دقيقة وهو يعادل (٦٠, ٦٪) من الوقت الكلى تقريبا .

وفى دراسة علمية أجراها كل من: محمد الحماحمى، وعبد الرحمن ظفر عن أوجه نشاط وقت الفراغ لدى طلاب جامعة أم القرى بالمملكة العربية السعودية وذلك على عينة من الطلاب مكونة من (٣٠٥) طالبا تم اختيارهم عشوائيا من قسمى التربية الرياضية والتربية الفنية ومن أقسام علمية أخرى من كلية التربية وذلك خلال الفصل الدراسى الثانى لعام (١٤٠٥هـ - ١٩٨٥م) ، أسفرت النتائج عن مايلى :

- يتوفر لدى طلاب جامعة أم القرى من ذوى التخصصات العلمية المختلفة وقت فراغ بشكل منتظم فى أيام العطلة الدراسية أكثر مما يتوفر لديهم من وقت فراغ منتظم يوميا أو اسبوعيا وفقا لاستجابة (احيانا) .

- أهم أوجه النشاط التى يقبل عليها الطلاب فى وقت فراغهم هى وفقا للترتيب التالى :

١ - مجالسة الأسرة .

- ٢ - مصاحبة الأصدقاء .
 - ٣ - القراءة .
 - ٤ - مشاهدة البرامج التليفزيونية .
 - ٥ - مصاحبة الأقارب .
 - ٦ - تبادل الزيارات العائلية .
 - ٧ - المشى .
 - ٨ - كرة القدم .
 - ٩ - القيام برحلات خارج المدينة .
 - ١٠ - ارتياد الشواطئ أو المصايف .
 - ١١ - ملاعبة الأطفال .
 - ١٢ - المجالسة لتناول الشاي أو القهوة .
 - ١٣ - الاستماع إلى البرامج الإذاعية .
 - ١٤ - المشاركة في الحفلات الاجتماعية .
 - ١٥ - التصوير الفوتوغرافى .
 - ١٦ - الجرى .
 - ١٧ - زيارة الحدائق والمتنزهات .
 - ١٨ - التسوق .
 - ١٩ - التجوال ومشاهدة أفلام الفيديو والرسم .
- يقبل طلاب جامعة أم القرى من ذوى التخصصات العلمية المختلفة على
مناشط وقت الفراغ وفقا للترتيب التالى :
- ١ - النشاط الاجتماعى .
 - ٢ - النشاط الثقافى والعلمى .

- ٣ - مناشط الخلاء والسياحة .
- ٤ - النشاط الرياضى .
- ٥ - النشاط الفنى والهوايات .

كما أجريت عطيات خطاب دراسة لبحث ميزانية الوقت لدى المتعلمين فى المرحلة الثانوية بجمهورية مصر العربية (١٩٧٦) ولقد أسفرت النتائج عن مايلى :

- بلغ حجم وقت الفراغ لدى التلاميذ (٢٤) ساعة ، (٢٤) دقيقة فى الأسبوع وهو مايعادل (١٤, ٥٢٪) من الوقت الكلى للأسبوع تقريبا .
- قدر متوسط وقت الفراغ اليومى بـ (٣) ساعات، (٢٩) دقيقة تقريبا وذلك لدى التلاميذ .
- بلغ حجم وقت الفراغ لدى التلميذات (١٨) ساعة ، (٥٤) دقيقة أسبوعيا وهو مايمثل نسبة (١١, ٢٥٪) من الوقت الكلى للأسبوع تقريبا .
- قدر متوسط وقت الفراغ اليومى بـ (٢) ساعة ، (٤٢) دقيقة تقريبا وذلك لدى التلميذات .
- يزيد حجم وقت الفراغ لدى التلاميذ عن مثيله لدى التلميذات ويرجع ذلك إلى زيادة وقت التحصيل الدراسى وأداء الالتزامات اليومية الضرورية لدى التلميذات عن مثيله لدى التلاميذ .

obeikandi.com

الترويح

- مقدمة .
- مفهوم الترويح .
- أهمية الترويح .
- مستويات المشاركة في مناشط الترويح.
- التغير في اتجاهات الأفراد نحو أنماط المشاركة في مناشط الترويح .
- المتغيرات المرتبطة بحجم وقت الفراغ والترويح :
 - الجنس .
 - السن .
 - درجة التعلم .
 - نوع العمل .
 - حجم الأسرة .
 - المستوى الاجتماعى والاقتصادى.

obeikandi.com

الترويج

مقدمة :

لقد أصبحت ظاهرة الفراغ والترويج تدخل ضمن نسيج النظم الاجتماعية التي يتألف منها المجتمع . كما بدأ الاهتمام بالترويج كأحد مظاهر السلوك الحضارى للفرد، ولذا فقد تزايد الاهتمام بالترويج وتعددت مجالاته لمواجهة الزيادة النامية لوقت الفراغ فى المجتمع المعاصر وزيادة الطلب على الترويج لاستثمار هذا الوقت .

ويرى المهتمون بدراسة الترويج أنه يمكن التعرف على حضارة المجتمعات من خلال معرفة الوسائل التي تستخدمها تلك المجتمعات فى مواجهة وقت الفراغ ، وأنه توجد علاقة وثيقة بين ثقافة المجتمع ومستويات المشاركة فى مناشط الترويج السائدة فى هذا المجتمع.

كما أن عصرنا هذا قد أطلق عليه العديد من المسميات والتي من أهمها عصر التكنولوجيا ، عصر القلق ، عصر الفراغ ، عصر الترويج . ولذا فقد اهتمت الدول المتقدمة بالترويج لإدراكها بأنه يُعد أفضل استثمار لوقت الفراغ ، حيث توجد علاقة وثيقة بين وقت الفراغ والترويج، إذ أنه كلما زاد وقت الفراغ زادت الحاجة إلى الترويج.

كما توجد علاقة بين التكنولوجيا والترويج، إذ أنه كلما زاد التقدم التقنى فى المجتمع زاد تطور تكنولوجيا الترويج وتعددت وسائله وتطورت منشآته وأجهزته وأدواته، وذلك إلى جانب تأثير التكنولوجيا على زيادة حجم البطالة وبالتالي زيادة وقت الفراغ لدى العاطلين عن العمل، مما يستدعى الاهتمام بالترويج لزيادة الطلب عليه.

وكذلك توجد علاقة بين الترويج والقلق، حيث أن المشاركة فى مناشط الترويج تسهم فى التخفيض من حدة القلق والتوتر النفسى والتوتر العصبى، ولذا فإنه فى

هذا العصر الذى أطلق عليه مسمى عصر القلق ازداد الطلب على الترويح لمواجهة القلق مما أدى بالمهتمين بالترويح إلى إطلاق مسمى عصر الترويح على عصرنا هذا.

ويشير بول دوجلاس Paul Douglass إلى أنه قد وقع حدثين متلازمين مع بداية القرن العشرين، وأولها قد وقع فى عام (١٩٠٥) عندما وضع اينشتين معادلته التى أدت إلى اكتشاف الطاقة الذرية والتى نتج عنها المزيد من ساعات الفراغ للإنسان، وثانيهما قد حدث فى العام التالى مباشرة (١٩٠٦) حين تكونت الجمعية الاهلية للترويح للمساعدة على تمتع الإنسان بوقت فراغه .

ونتيجة للتغيرات والاستحداثيات التى واكبت عصرنا هذا فقد زاد الاهتمام الجاد بالترويح المنظم والمخطط له على أسس علمية وتربوية وسوسولوجية ليصبح الترويح احدى السمات المميزة لهذا العصر.

مفهوم الترويح :

إن مصطلح الترويح مشتق من الأصل اللاتينى ReCreatio ولقد تم استخدامه فى بادىء الأمر لتعريف النشاط الإنسانى الذى يتم اختياره بدافع شخصى والذى يؤدي الى تجديد حيوية الفرد ليكون قادرا على ممارسة عمله وأداء مناشطه المختلفة . إلا أنه قد لحق بالترويح العديد من الإضافات للتدليل على أهدافه فى تنمية شخصية ممارسيه وفى تنمية المجتمع .

وبتحليل مصطلح الترويح Recreation نجد أنه يعنى إعادة الخلق ، إذ أن المقطع الأول من المصطلح وهو (Re) يعنى إعادة، بينما الجزء المتبقى منه (Creation) يعنى الخلق . كما يشير مصطلح الترويح إلى التجديد أو الانتعاش كحصائل أو نواتج Outcomes لممارسة مناشطه .

وبوجه عام فقد تباينت الآراء حول مفهوم الترويح وذلك لعدم وجود تعريف محدد له ، ولذا سوف نتناول بالدراسة عرضا لأهم الآراء للمهتمين بدراسة مفهوم وأهمية الترويح حتى يمكننا من فهم الترويح وفقا للاتجاهات المعاصرة فى المجال التربوى وفى المجال الاجتماعى .

يرى بتلر Petler أن الترويح يُعد نوعاً من أوجه النشاط التي تمارس في وقت الفراغ والتي يختارها الفرد بدافع شخصي لممارستها والتي يكون من نواتجها اكتسابه للعديد من القيم البدنية والخلقية والاجتماعية والمعرفية .

وينظر كل من كراوس Kraus وبربارا باتس Barbara Bates إلى الترويح على أنه نشاط وخبرة وحالة انفعالية تطرأ على الفرد من مشاركته في مناشط وقت الفراغ بدافع شخصي . كما يشير إلى أن الترويح قد يرتبط ببعض الممارسات العابرة أو الوقتية لمناشطه أو قد يرتبط ببعض أنواع الممارسات لمناشطه طوال الحياة .

وكذلك يرى تشارلز بيوتشر Charles Bucher أن الترويح هو الارتباط الجاد بأوجه النشاط التي يمارسها الفرد في أوقات الفراغ والتي يكون من نواتجها الاسترخاء والرضا النفسي .

ويؤكد تشارلز برايتبل Charles Brightbill على أن الترويح يُعد أسلوباً للحياة ويعمل على تنمية شخصية الفرد الذي يختار مناشطه بدافع شخصي ليمارسها في أوقات الفراغ .

بينما يرى كل من كارلسون Carlson وماكلين Maclean وديب Deppe وبيترسون Petersson أن الترويح هو نشاط وحالة وجدانية وغط اجتماعي منظم أو أنه أسلوب لاستعادة حيوية وقوى الفرد للعمل أو أنه الاختيار الإرادي للخبرة في وقت الفراغ.

ولأهمية الترويح في حياة الإنسان وفي حياة المجتمعات ، ينادى جون ديوى John Dewey بضرورة استبدال مصطلح "الترويح" بمصطلح "التربية الترويحية" حيث أن الخبرات المتمثلة في المناشط الترويحية تُعد خبرات تربوية ، وأن تلك المناشط تُعد من أهم مظاهر الحياة الإنسانية في العصر الحديث .

كما أن المعلومات والخبرات والمهارات والقيم التي يتعلمها الفرد في التربية الترويحية تُعد جزءاً من التربية العامة وتفيد في التأثير الإيجابي على اتجاهات وسلوك الفرد في أوقات الفراغ .

ومن دراستنا لمفهوم الترويح نستطيع أن نؤكد أن له العديد من الخصائص التى تميزه عن غيره من المناشط الأخرى والتى يتحدد أهمها فى مايلى :

- الهادفية : بمعنى أن الترويح يُعد نشاطا هادفا وبناءاً ، إذ يسهم فى تنمية المهارات والقيم والاتجاهات التربوية والمعرفة لدى الفرد الممارس لمناشطه، ومن ثم فإن الترويح يسهم فى تنمية وتطوير شخصية الفرد .

- الدافعية : بمعنى أن الإقبال والارتباط بمناشطه يتم وفقا لرغبة الفرد وبدافع من ذاته للمشاركة فى مناشطه ومن ثم تكون المشاركة إرادية .

- الاختيارية : بمعنى أن الفرد يختار نوع النشاط الذى يفضله عن غيره من المناشط الترويحية الأخرى للمشاركة فيه ، وذلك يسمح بأن يقوم الفرد باختيار مناسط الترويح الرياضى أو الترويح الخلوى أو الترويح الاجتماعى أو الترويح الثقافى أو الترويح الفنى أو الترويح التجارى أو الترويح العلاجى، كما يسمح باختيار أحد أنواع تلك المناشط المختلفة .

- يتم فى وقت الفراغ : وذلك يعنى أن الترويح يُعد أهم المناشط التربوية والاجتماعية لاستثمار أوقات الفراغ التى يكون الفرد خلالها متحررا من ارتباط العمل أو من أية التزامات أو واجبات أخرى.

- حالة سارة : وهذا يفيد أن مناسط الترويح تجلب السرور والمرح إلى نفوس المشاركين فيها وبذلك يكونوا فى حالة سارة أثناء مشاركتهم فى مناسط الترويح .

- التوازن النفسى : وذلك يعنى أن المشاركة فى مناسط الترويح تؤدي إلى تحقيق الاسترخاء والرضا النفسى وكذلك إشباع ميول وحاجات الفرد النفسية مما يحقق له التوازن النفسى.

أهمية الترويح :

تشير الجمعية الامريكية للصحة وللتربية البدنية وللترويح (AAHPER) إلى إسهامات الترويح فى حياة المجتمعات المعاصرة ، فى النقاط التالية:

- تحقيق الحاجات الإنسانية للتعبير الخلاق عن الذات .
 - تطوير الصحة البدنية والصحة الانفعالية والصحة العقلية للفرد .
 - التحرر من الضغوط والتوتر العصبى المصاحب للحياة العصرية .
 - توفير حياة شخصية وعائلية زاخرة بالسعادة والاستقرار .
 - تنمية ودعم القيم الديمقراطية .
- ويعتقد بتلر Petiler أن الترويح يسهم فى تحقيق السعادة للإنسان ويعمل على تطوير صحته البدنية وصحته العقلية وكذلك ترقية انفعالاته وأخلاقه، كما يسهم الترويح فى رفع الروح المعنوية والشعور بالأمان لدى الفرد ، ومن جانب آخر يعمل على دعم الحياة الديمقراطية وانعاش الحالة الاقتصادية للفرد وللمجتمع وأيضا يسهم فى التقليل من ارتكاب الانحرافات والجرائم .
- وترى تهانى عبد السلام أن تحقيق السعادة التى يتطلع إليها كل إنسان دون اعتبار للجنس أو للعنصر البشرى أو للعقائد هو المحور الأساسى للترويح .
- ويشير أحد تقارير نقابة الأطباء الأمريكية إلى أن لبرامج الترويح دورا هاما فى الإقلال والحد من التوتر العصبى والاكتئاب النفسى والقلق.ومن العديد من الأمراض النفسية والعصبية التى يعانى منها الإنسان فى المجتمع المعاصر .
- كما يرى الباحثون فى مجال الترويح والصحة النفسية أن مناشط الترويح ذات الطابع التنافسى تتيح للفرد التعبير عن الميول والاتجاهات وإشباع حاجاته النفسية، ومن ثم يمكن للفرد من التعبير عن ذاته وعن ميوله من خلال مشاركته الإيجابية فى تلك المناشط دون الحاجة إلى كبت ميوله . وبذلك تقوم مناشط الترويح ذات الطابع التنافسى بدور الوقاية من الملل والقلق والاكتئاب النفسى والاحباط والصراع النفسى والتى تُعد من أمراض العصر المرتبطة بالاضطرابات النفسية والعقلية التى تنتج عن كبت الرغبة فى إشباع بعض الميول .
- وفى دراسة أجريت على طلاب المدارس والكليات الجامعية بالولايات المتحدة الأمريكية أوصى الباحثون بأن تكون مناشط الرياضة والترويح جزءا من حياتهم

وذلك لتحسين حالتهم النفسية، حيث أشارت نتائج الدراسة إلى شكواهم من بعض الأمراض النفسية وانهيار أعصابهم وعدم قدرتهم على الانتباه والتركيز العقلي، بالإضافة إلى تعاطيهم العقاقير الطبية المهدئة والمنومة للهروب من الضغوط النفسية والعصبية التي يعانون منها .

إلا أن الدراسة قد أكدت على أنه لا ينبغي الاعتقاد بأن الترويح هو الدواء ذو التأثير الفعال والسحري للشفاء من كل تلك الأمراض ، ولكنه يُعد من أهم العوامل والمؤثرات المساهمة في سلامة الصحة النفسية والصحة العقلية للفرد .

وأكد الأطباء والمتخصصون في مجالات الطب النفسى وعلم النفس والترويح والتربية البدنية والرياضة على أهمية وضرورة مشاركة الفرد في مناشط الترويح لتقليل من التوتر العصبي والنفسى الناتج عن الإرهاق في العمل . كما أكدوا على طبيعة العلاقة بين الترويح والصحة النفسية والعقلية للفرد .

وفي العديد من الدراسات العلمية أكدت النتائج أن ممارسة مناشط الترويح بوجه عام ومناشط الترويح الرياضى بوجه خاص تؤدي إلى مايلي :

- زيادة قدرة العاملين على زيادة الإنتاج في المؤسسات التي يعملون بها .
- الإقلال من أيام غياب العاملين عن العمل لظروف المرض :
- الإقلال من نسبة إصابات العمل لدى العاملين .
- زيادة مستوى التحصيل العلمى لدى المتعلمين .

وفي دراسة قام بها كمال درويش وآخرون (١٩٨١) لبحث أثر ممارسة متوسطى العمر من العاملين بالمؤسسات الإنتاجية لبعض مناشط الترويح الرياضى، أشارت النتائج إلى أن الممارسة تقلل من الإصابة بالعديد من الأمراض والتي من أهمها :

- أمراض الأسنان .
- أمراض العيون .
- فقر الدم .
- ارتفاع ضغط الدم .

- زيادة نسبة الزلال فى البول .
- دوالى الساقين .

ومن دراستنا لمفهوم ولأهمية الترويح نستطيع أن نحدد أهداف أو نواتج الترويح وفقاً لما يلى :

- تنمية وتطوير الشخصية الإنسانية المتكاملة .
- إكتشاف الحياة بمنظور التفاؤل .
- إثراء الحياة الفردية والحياة الأسرية .
- تحقيق السعادة والحرية للفرد .
- إشباع الحاجات الإنسانية المرتبطة بوقت الفراغ .
- تجديد نشاط وحيوية الفرد .
- إشباع الميول والدوافع المرتبطة بالترويح .
- الحد أو التخلص من القلق والاكتئاب النفسى .
- تقدير وتحقيق الذات .
- التعبير عن الذات .
- تنمية المفهوم الإيجابى للذات .
- تحقيق التوازن النفسى .
- البعد عن روتين الحياة .
- التأمل .
- الإبداع والابتكار .
- تطوير الصحة العقلية .
- تنمية الخبرات الحياتية .
- تنمية المواهب والقدرات .

- تحقيق التنمية الذاتية للفرد .
- الارتقاء بالتذوق الفنى والجمالى .
- تكوين العلاقات الإنسانية .
- تقدير قيمة العمل الجماعى .
- التخلص من ضغوط وأعباء العمل .
- زيادة القدرة على الإنجاز .
- التوازن الاجتماعى .

ويتضح من الدراسات والآراء السابقة التى تناولت موضوع الترويج بالبحث والتحليل العلمى أهميته فى حياة الفرد والمجتمع ودوره الفعال فى كل من المجال التربوى والصحى والاجتماعى والنفسى .

ولذا فقد أوصى بول دودلى هويت Paul .D. White بضرورة العمل على تكوين إتجاهات إيجابية نحو الترويج لضمان إقبال الأفراد على ممارسة مناشطه . كما يجب ان يكون الاهتمام بالترويج بقدر الاهتمام بالعمل والتغذية والنوم .

مستويات المشاركة فى مناشط الترويج :

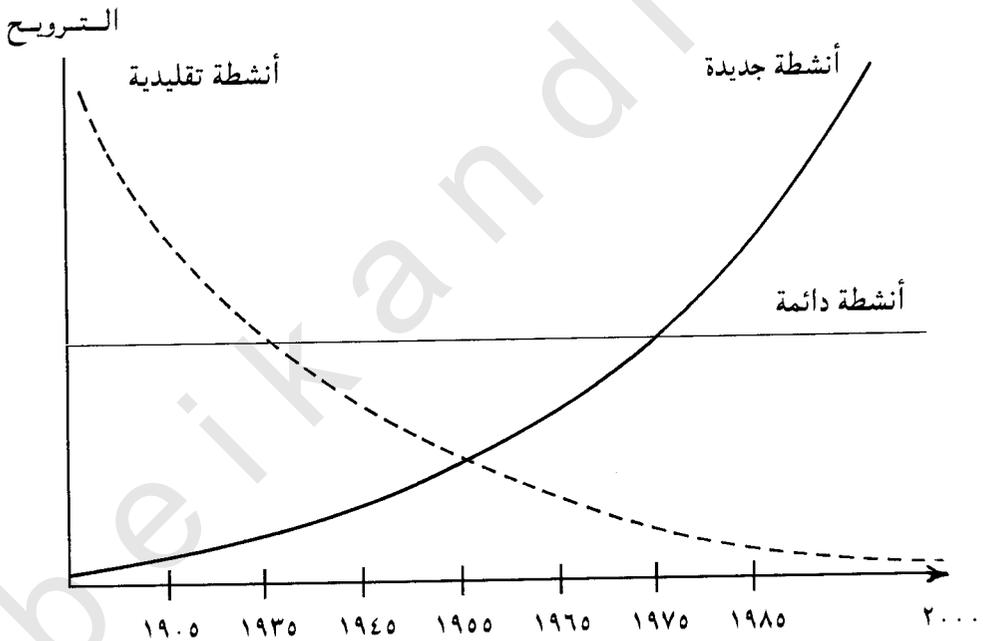
يرى حلمى إبراهيم أنه يمكن تحديد المستويات الأربعة التالية لمناشط الترويج وهى :

- المشاركة الابتكارية التى تتيح للفرد الممارس لمناشط الترويج الاندماج الكامل فى النشاط والابتكار والإبداع فى أدائه .
- المشاركة الإيجابية التى تتيح للفرد المشاركة الفعلية فى النشاط وتحقيق التنمية الذاتية للفرد .
- المشاركة العاطفية التى تسمح بالمشاركة الوجدانية للفرد من خلال الاستمتاع بمشاهدة مناشط الترويج .

- المشاركة السلبية والتي لا تتيح للفرد ممارسة مناسط الترويج أو الاستمتاع بها، ومن ثم فإن ذلك المستوى من المشاركة لا يرقى إلى درجة التأثير الانفعالي أو الوجداني في الفرد .

التغير في اتجاهات الأفراد نحو أنماط المشاركة في مناسط الترويج:

لقد أتاحت الاستخدامات الجديدة في الوقت الحاضر للفرد حرية الاختيار من بين أكثر من (١٠٠٠٠) من مناسط الترويج للاستمتاع بها في أوقات الفراغ . والشكل التالي يوضح التغير في اتجاهات الأفراد نحو أنماط المشاركة في مناسط الترويج وذلك منذ عام (١٩٠٥) وحتى عام (٢٠٠٠) وفقا لما هو متوقع حدوثه .



شكل رقم (٣)

التغير في اتجاهات الأفراد نحو أنماط المشاركة في مناسط الترويج

المتغيرات المرتبطة بحجم وقت الفراغ والترويج :

إن حجم وقت الفراغ والترويج والخبرة المرتبطة بهما تختلف وفقا لطبيعة المجتمعات والثقافات السائدة فيها ، وكذلك تختلف باختلاف الأفراد والجماعات ويرجع ذلك إلى العديد من المتغيرات التي ترتبط بوقت الفراغ والترويج .

ففي دراسة عالمية استخدمت ميزانية الوقت كأداة للبحث أجريت في كل من الدول التالية : المانيا والاتحاد السوفيتي والولايات المتحدة الأمريكية وفرنسا وبلجيكا وبيرو وبلغاريا ويوغسلافيا وتشيكوسلوفاكيا وبولندا والمجر وذلك لتقدير الوقت الذي يقضيه الأفراد في العديد من مناشط وقت الفراغ والترويج والتي تم تحديدها في :

- النوم .
- استقبال الزوار .
- أداء عمل مقابل أجر .
- التسوق .
- اللعب مع الأطفال .
- القراءة .
- مشاهدة التلفزيون .
- الهوايات المختلفة .

أشارت تلك الدراسة إلى أن كل من حجم وقت الفراغ ومناشطه والترويج يتأثر بالعديد من المتغيرات التي ترتبط بـ : الجنس، السن، درجة التعليم، نوع العمل، حجم الأسرة، المستوى الاجتماعي والاقتصادي .

وفيما يلي سوف يقوم المؤلفان بتوضيح المتغيرات المرتبطة بحجم وقت الفراغ ومناشطه والترويج مع الاسترشاد ببعض الدراسات العربية والأجنبية التي تمت في

هذا المجال، حتى يمكن إدراك أهمية تلك المتغيرات وتأثيرها على حجم وقت الفراغ ومناشطه وعلى مناشط الترويح ، وإن كان هناك العديد من التداخل بين هذه المتغيرات:

الجنس :

تشير الدراسات العلمية إلى أن أوجه النشاط التي يمارسها الذكور تختلف عن تلك التي تمارسها البنات . فالبنات في مرحلة الطفولة تفضل اللعب بالدمى والألعاب المرتبطة بالتدبير المنزلى والخرز والمكعبات، بينما يفضل البنين اللعب باللعب المتحركة وباللعب الآلية وكذلك يفضلون ألعاب المطاردة .

ولقد أوضحت دراسات هونزيك Honzik أن البنين يميلون إلى اللعب العنيف أكثر من البنات كما أنهم يبدون اهتماما أكبر من البنات باللعب .

كما يشير هونزيك أيضا إلى أن الفروق بين الجنسين تبدو واضحة فيما يرتبط بالقراءة والاستماع إلى برامج الإذاعة ومشاهدة برامج التلفزيون والأفلام .

وكذلك أوضحت دراسة اليزابيث تشايلد E. Child إلى أن البنات والبنين في مرحلة الطفولة من سن (٣-١٢) سنة يميلون إلى ممارسة المناشط البدنية والإبداعية والتخيلية ، إلا أن ترتيب تلك المناشط لدى البنين هو وفقا للترتيب السابق بينما تأتي ممارسة المناشط البدنية لدى البنات في الترتيب الأخير .

السن :

تشير الدراسات العلمية إلى أن ألعاب الأطفال تختلف عن ألعاب الكبار وأن الطفل كلما نمى وكبر فى السن قل نشاطه فى اللعب .

وتوضح دراسات كل من ليتمان وويتى Lehman and Witty أنه كلما كبر الطفل زادت مسؤولياته وارتباطاته وبالتالي قل حجم وقت الفراغ المتاح له . كما أشارت دراساتها إلى أن مقدار اللعب الاجتماعى يتناقص مع التقدم فى عمر الفرد، حيث أوضحت النتائج أن متوسط ألعاب الأطفال فى سن السابعة والنصف من

العمر قد بلغ (٢٧) نشاطا للعب بينما انخفض هذا المقدار إلى (١٣) فى سن السادسة عشرة والنصف .

وكذلك يشير سوللينجر Sullenger إلى أن الأطفال فى نهاية مرحلة الطفولة المتأخرة وبداية مرحلة المراهقة تأخذ مناشطهم أشكالا أخرى غير التى كانوا يمارسونها من قبل، وذلك كالقيام بمشاهدة برامج التلفزيون ومشاهدة الأفلام فى دور العرض والاستماع إلى الموسيقى والقراءة وممارسة النشاط الرياضى.

ويرى أيضا كل من جيرلسيد وتاش Jirلسid and Tach أن الإقبال على ممارسة المناشط البدنية يتناقص كلما كبر الفرد، بينما يزداد إقباله على ممارسة المناشط ذات الطابع العقلى والاجتماعى.

كما دلت العديد من الدراسات العلمية على أن ممارسة مناشط الرياضة تقل بين كبار السن وخاصة المناشط التى تتصف بالمخاطرة، بينما يزداد إقبالهم على قضاء وقت الفراغ فى الراحة والاسترخاء وفى المشى والتجوال .

وكذلك أوضحت العديد من الدراسات العلمية تفضيل كبار السن للسياحة وزيارة المعارض والمتاحف عن ممارسة النشاط الرياضى. وأنهم يقضون وقتا أطول فى متابعة برامج الإذاعة والتلفزيون وقراءة الصحف اليومية وفى تبادل الزيارات العائلية والاحتفال بالمناسبات وذلك بالمقارنة بالوقت الذى يقضيه غيرهم من ذوى العمر الأقل.

كما تشير دراسات ماكس كابن Max Kaplan إلى أنه كلما تقدم الفرد فى السن اتجه إلى تركيز مناشط وقت فراغه فى إطار الأسرة وداخل المنزل .

وكذلك أوضحت الدراسات العلمية أن الفرد بعد سن التقاعد عن العمل يكون لديه وقت فراغ أطول عن غيره من الفئات العمرية الأقل .

وفى دراسة قامت بها عايدة عبد العزيز على عينة مكونة من (١٦٠٠) من خريجات جامعة انديانا بالولايات المتحدة الأمريكية تم تصنيفهن فى أربع مجموعات متساوية العدد وفقا لفئات العمر التالية (٢١-٣٠)، (٣١-٤٠)، (٤١-٥٠)،

(٥١-٦٠)، دلت النتائج على أنه يوجد تناسب عكسى بين نسبة المساهمة فى مناقش الترويج والسن، إذ أشارت النتائج إلى أن المشاركة فى تلك المناشط تقل مع التقدم فى السن .

درجة التعليم :

يتفق كل من برايتبل Brightbill وسامبسون Simpson فى أن التعليم له دور هام وتأثير فعال فى استفادة الفرد من وقت فراغه وفى استثماره على نحو مرضى . كما يشير بيترسون Peterson إلى أن التعليم يستثير دوافع الفرد للاشتراك فى مناقش الفنون والرياضة .

كما أكدت بعض الدراسات الأمريكية على أن التعليم يزيد من فرص المشاركة فى المناشط الرياضية وكذلك يزيد من الميل والرغبة فى المشاركة فى هذه المناشط .

وكذلك أثبتت نتائج بعض الدراسات الأمريكية أن درجة ونوع التعليم يؤثران فى كيفية استفادة الفرد من وقت فراغه وأن الأفراد المتماثلين فى التعليم تتوفر لديهم احتمالات التشابه فى نوع الممارسة للمناشط الرياضية بغض النظر عن المستوى الاجتماعى والاقتصادى الذى ينتمون إليه . فقد أشارت نتائج تلك الدراسات إلى أنه بالرغم من أن ممارسة السباحة لاتتطلب تكلفة عالية إلا أنها غير منتشرة بين ذوى الدخول المادية المنخفضة من ذوى التعليم المتوسط ، بينما يقبل على ممارستها ذوى الدخول المادية المرتفعة من ذوى التعليم الجامعى .

ومن جانب آخر أكدت الأبحاث العلمية التى أجريت فى الولايات المتحدة الأمريكية وفى إنجلترا على أن الاهتمام بالمشاركة الإيجابية فى المناشط الترويجية وخاصة المشاركة فى الفنون يرتبط بنوع ودرجة التعليم الذى يتلقاه الفرد .

وفى دراسة علمية أجراها كل من محمد الحماحمى وعبد الرحمن ظفر على عينة من طلاب جامعة أم القرى مكونة من (٣٠٥) طالبا منهم (١٣٥) طالبا من قسم التربية الرياضية ، (٨٠) طالبا من قسم التربية الفنية ، (٩٠) طالبا يمثلون

تخصصات علمية أخرى مختلفة ، وذلك خلال الفصل الدراسي الثانى لعام (١٤٠٥هـ - ١٩٨٥م)، أسفرت النتائج عن مايلى :

- للتخصص العلمى دور فى إقبال الطلاب على نوع أوجه النشاط فى وقت الفراغ .

- وجود فروق داله إحصائيا بين الطلاب من ذوى التخصصات العلمية المختلفة فى استجاباتهم نحو ممارسة كل من النشاط الرياضى ومناشط الخلاء والسياحة ولصالح طلاب تخصص التربية الرياضية .

- وجود فروق داله إحصائيا بين الطلاب من ذوى التخصصات العلمية المختلفة فى استجاباتهم نحو ممارسة النشاط الفنى والهوايات ولصالح طلاب تخصص التربية الفنية .

- لاتوجد فروق داله إحصائيا بين الطلاب من ذوى التخصصات العلمية المختلفة فى استجاباتهم نحو ممارسة كل من النشاط الاجتماعى والنشاط الثقافى والعلمى .

نوع العمل :

يرى ريمون ارون Remon Aron أن معنى الفراغ فى حضارة ما يعتمد على المعنى الذى نعزوه للعمل ، إذ أن ما يحتاجه الفرد من الفراغ يعتمد على ما يحصل عليه من العمل أو من عدم الحصول عليه وكذلك يعتمد على نوع التعليم الذى تلقاه فى حياته .

ويشير روبرتز Roberts إلى أن نوع أو طبيعة العمل تحدد إلى درجة كبيرة كيف يقضى الإنسان فى المجتمعات الصناعية وقت فراغه واين يقضيه ؟ كما يرى وجود علاقة بين المكانة المهنية ومناشط وقت الفراغ والترويج .

ولقد أوضحت دراسة أجراها ولينسكى Wilensky أن الوقت المتاح لمناشط وقت الفراغ اقل من الوقت المتاح للعمل، وذلك لدى أصحاب المهن التى تتطلب مستوى فنى عال ولدى المديرين ولدى كبار الموظفين بالدولة .

كذلك يشير محمد على محمد إلى أنه قد لوحظ في بولندا أن فترة وقت الفراغ اليومية لدى عمال الصناعة تبلغ من (٣-٥) ساعات ، بينما تكون ساعتان لدى عمال السكك الحديدية وتصل إلى ثلاث ساعات لدى الموظفين الذين يؤدون أعمال مكتبية ولدى المدرسين ولدى المهندسين ، في حين تكون ساعتين لدى العلماء والمتخصصين في العلوم الطبيعية .

ويؤكد روبرتر Roberts على أن اختلاف أنماط المشاركة في أوقات الفراغ بين ذوى المهن المختلفة يرجع إلى المتغيرات التالية :

- تتطلب الأعمال اليدوية وقتاً أطول ومجهوداً في العمل أكبر ما يجعل القائمين بهذه الأعمال غير قادرين على الاستفادة من وقت فراغهم بطريقة إيجابية .

- يؤدي الإجهاد البدنى الناتج من العمل اليدوى إلى ميل القائمين به إلى الاسترخاء فى وقت فراغهم .

- العمل الذى يزاوله ذوى المستوى الاجتماعى والاقتصادى المرتفع يتيح الفرص لتنمية العديده من المهارات التى يمكن الاستفادة منها فى وقت الفراغ .

- مستوى دخل المهنة يحدد طبيعة نشاط الفراغ التى يمكن أن يقبل عليها الفرد .

كما أشارت دراسات كل من جيرستل Gerstel وكلارك Clark إلى أن طبيعة العمل أو المهنة تحدد تفضيل الفرد لطبيعة ونوع نشاط وقت الفراغ .

ويؤكد مايرسون Meyersohn أنه بالرغم من تأثر نشاط وقت الفراغ والترويح بالمستوى الاقتصادى والاجتماعى إلا أنه قد أصبح نوع العمل أو المهنة يمثل متغيراً حاسماً لا تقل دلالته عن المستوى الاقتصادى والاجتماعى فى التأثير على نشاط وقت الفراغ والترويح .

كما لاحظ ليونارد ريسمان Leonard Reissman أن الأفراد الذين يشغلون وظائف ذات مكانة عالية أكثر نشاطا في قضاء وقت فراغهم بطريقة إيجابية من الذين يشغلون مراكز مهنية دنيا .

كما أكدت الدراسات التي أجراها ساكسون جراهام Saxon Graham على أن نسبة العمال الماهرين الذين يواظبون على مناقش وقت الفراغ تكاد تصل إلى ضعف نسبة العمال غير الماهرين .

وكذلك أشارت دراسة كل من كلارك Clark وبوردج Burdge إلى أن الأفراد الذين يشغلون مكانة مهنية عالية يشاركون في أنواع متعددة من مناقش وقت الفراغ أكثر من مشاركة هؤلاء الذين يشغلون مكانه مهنية أدنى .

حجم الأسرة :

أشارت دراسات ماكس كابن Max Kaplan إلى وجود العديد من المتغيرات التي تؤثر في خبرات الفراغ في الأسرة خلال المراحل العمرية المختلفة، ومن أهم تلك المتغيرات السن وحجم الأسرة والنوع (الجنس) .

ولقد أوضحت نتائج العديد من الدراسات أهمية الترويح في الترابط الأسرى. فالأسرة الحديثة الزواج تبدأ في تكوين اتجاهات نحو الترويح وتهتم بمناقشته لتوفر وقت الفراغ، إلا أنه مع كثرة إنجاب الأطفال تبدأ فرص الترويح تتضاءل نتيجة لزيادة مسئولية الأسرة تجاه تربية أبنائها، ثم تعود فرص الترويح إلى الإزدياد مرة أخرى بين الوالدين بعد ماتقل مسئولياتهما نحو تربية أبنائهما بعد أن يكونوا قد كبروا .

كما أجريت دراسة على عينة مكونة من (٢١٦) من الأزواج و(٢٢٦) من الزوجات حول الوقت الذي يقضيه كل منهما على حده أو سويا أو في نشاط مشترك للترويح، وقد أسفرت النتائج عن أن الارتباط والتفاهم الأسرى يتم في بداية الزواج وكذلك في أواخره حيث يكون الأبناء قد كبروا واعتمدوا على أنفسهم بعد تربيتهم .

ويشير محمد على محمد إلى أنه كلما زادت الأعباء الأسرية وتقدمت السن تتركز أوجه نشاط الفراغ في إطار الأسرة وفي المنزل .

المستوى الاجتماعى والاقتصادى :

لقد أوضحت نتائج دراسات كل من كلود وايت Claude White وجراهام Graham وكريستل Grestel وريسمان Reissman وتوماس Thomas وجود علاقة دالة إحصائيا بين الفروق فى الوضع الطبقي الاجتماعى وبين استخدامات وقت الفراغ.

وبرى ماكدونالد Mac Donald أن المستوى الاجتماعى والاقتصادى يؤثر فى مناشط الترويج وذلك من الناحية الكمية ومن الناحية الكيفية على حد سواء .

كما يشير كل من بوينتون Boynton ويانج Wang إلى أن الأطفال الذين ينتمون إلى مستوى اجتماعى واقتصادى راقى يفضلون مناشط الترويج التى تتكلف ممارستها نفقات مالية وذلك كالتنس والاسكواش والكروكية بينما يفضل أقرانهم من المستويات الأدنى المناشط التى لا تتطلب مصروفات مالية .

ويوضح كرامر Cramer أن الأطفال الذين ينتمون إلى أسر ميسورة ماديا وثقافيا يفضلون المشاركة فى مناشط أوقات الفراغ التى تتميز بالرقى وذلك كالموسيقى والفنون والرحلات والمخيمات .

ومن جانب آخر يشير فوكس Fox إلى أن وقت الفراغ لدى الأطفال يتأثر بالمستوى الاجتماعى والاقتصادى لأسرهم. وأن ذلك يتضح فى الأسر ذات الدخل المنخفض حيث يشارك الأبناء فى وقت فراغهم أسرهم فى تحمل أعباء الحياة ، ومن ثم يكون حجم وقت الفراغ المتاح لهم أقل من وقت الفراغ لدى الأبناء من ذوى المستوى الاجتماعى والاقتصادى المرتفع .

كما يرى دومازيديه Dumazadier أن المجتمع الصناعى قد أدى إلى زيادة دخل الفرد من جانب وإلى زيادة وقت الفراغ لديه من جانب آخر. وأنه فى السنوات الأخيرة قد زادت نسبة الإنفاق على مناشط وقت الفراغ وذلك بالمقارنة بالإنفاق على تلك المناشط فى السنوات الماضية .

ووفقا لما أوردته وكالة اليونيتدبرس United Press فإن الإنفاق على مناشط وقت الفراغ قد بلغ مائة مليون دولار فى الولايات المتحدة الأمريكية وذلك فى عام

(١٩٧٢) وأن مبيعات قوارب النزهة البحرية قد ارتفعت بنسبة (٢٥٪) عما كانت عليه في عام (١٩٧١) .

كما ينفق الأمريكيون (٨٠٠) مليون دولار على عدد من مناشط الرياضة والتي من أهمها الرماية بالسهم والهوكي وكرة السلة والبولو والتزحلق على الماء .

ويوضح الجدول التالي حجم الإنفاق الأمريكي على الأدوات والمعدات الرياضية وفقا لبعض أنواع النشاط وذلك في عام (١٩٧٥) ، كما يبين الجدول نسبة الزيادة في الإنفاق على هذه الأدوات والمعدات بالمقارنة بالعامين السابقين .

جدول رقم (٢)

حجم الإنفاق الأمريكي على الأدوات والمعدات الرياضية

م	أدوات ومعدات وفقا لنوع النشاط	الإنفاق في عام ١٩٧٥ م بملايين الدولارات	نسبة الزيادة في الإنفاق عن العامين السابقين ١٩٧٣م، ١٩٧٤م
١	الدراجات	١,١٤٤,٦٠٠,٠٠٠	٦٠٪ *
٢	الرماية والصيد	١,٠٦٣,٨٠٠,٠٠٠	٣٧٪
٣	الجولف	٥٤٣,٥٠٠,٠٠٠	٢٣٪
٤	التنس	٥٢٢,٥٠٠,٠٠٠	٨٥٪
٥	صيد الأسماك	٤٦١,٧٠٠,٠٠٠	١٣٪
٦	التزحلق على الجليد	٣٧٨,٠٠٠,٠٠٠	٣٨٪
٧	المسكرات	٣٣٤,١٠٠,٠٠٠	١٣٪
٨	البيس بول	١٦٩,٠٠٠,٠٠٠	٢١٪

وفي فرنسا وصلت قيمة مبيعات أدوات اللعب إلى مليارين من الفرنكات تقريبا، وذلك في عام (١٩٧٦) . وتُعد فرنسا في المرتبة الرابعة بين الدول المنتجة لأدوات اللعب بعد كل من الولايات المتحدة الأمريكية واليابان وألمانيا الاتحادية.

والجدول التالي يوضح النسبة المئوية لحجم مبيعات أدوات اللعب في فرنسا في

* انخفاض الإنفاق عن عامي ١٩٧٣ ، ١٩٧٤ .

سنوات (١٩٦٩ ، ١٩٧٥ ، ١٩٧٦) . كما يبين الجدول التغير فى نسب حجم المبيعات خلال تلك السنوات الثلاثة فى كل صنف من أدوات اللعب .

جدول رقم (٣)

النسبة المئوية لحجم مبيعات أدوات اللعب فى فرنسا

% وفقا لحجم المبيعات			أدوات اللعب
١٩٧٦	١٩٧٥	١٩٦٩	
٧,٥١	٧,٩٠	١٢,٢٧	الدمى
٨,١٦	٨,٩١	٦,٢٨	لُعب الحشو
٥,٢٧	٦,١٤	٨,٤٦	أدوات الاحتفال بالأعياد
٣,١٦	٣,١١	٣,٧٣	قطارات سكك حديدية كهربائية
٢,١٠	١,٧٧	٣,٢٠	عربات تسير كهربائيا
٦,٠٨	٣,٧١	٣,٢١	ألعاب تتحرك ببطاريات
١,١٧	٢,٠٢	٣,٦٤	ألعاب ميكانيكية
١٠,٧٩	١٠,٤٦	١٠,٧٠	أدوات للألعاب الرياضية وأنشطة الخلاء
١٨,٠٥	١٨,٤٨	١٠,٤٠	ألعاب تعليمية
٨,٩٦	١٠,١٢	٩,٧٨	ألعاب فى صورة أشكال هيكلية
٢,٧٩	٢,٩٩	٢,٢٥	ألعاب على كرتون مقوى "بنك السعادة"
٣,٨٣	٥,٢٣	٦,٤٧	لعب أطفال فى سن مبكر
٢,٨٠	٢,٥٨	٢,٠٦	العاب تركيب
١٩,٣٣	١٦,٥٨	١٧,٥٠	العاب أخرى غير مصنفة

وتشير الإحصائيات الفرنسية إلى أن حجم مبيعات أدوات اللعب فى فرنسا يزداد بمعدل (١٠٪) سنويا تقريبا . مما يدل على تزايد إنفاق الفرنسيين على أدوات اللعب من عام لآخر .

والجدول التالى يوضح حجم الإنفاق السنوى للفرد الفرنسى على أدوات اللعب وذلك من عام (١٩٦٩) وحتى عام (١٩٧٦) .

جدول رقم (٤)
حجم الإنفاق السنوي للفرد على أدوات اللعب فى فرنسا
من عام ١٩٦٩ إلى عام ١٩٧٦

عام	١٩٦٩	١٩٧٠	١٩٧١	١٩٧٢	١٩٧٣	١٩٧٤	١٩٧٥	١٩٧٦
الإنفاق بالفرنك	٣٤,٥٩	٣٤,٨٧	٤٢,٦٣	٤٧,٩٤	٥٣,٨٧	٦٩,٢٦	٧٣,٢٣	٩١,٩٧

ويشير اسكرديجلى Skardegley إلى أن الإنفاق على أدوات اللعب يتأثر بنوع العمل وبالمستوى الاجتماعى والاقتصادى وبالمستوى التعليمى والثقافى للفرد .

وبذلك يمكن اعتبار أن زيادة الإنفاق على مناشط وقت الفراغ مؤشرا دالا على زيادة دخل الفرد . كما أنه فى ذات الوقت يمكن اعتبار زيادة الدخل وارتفاع المستوى الاجتماعى والاقتصادى مؤشرا دالا على إقبال الأفراد على ممارسة بعض الأنواع من مناشط وقت الفراغ .

وبالرغم من أنه يمكن اعتبار أن الإنفاق على وقت الفراغ يُعد مؤشرا على ممارسة أوجه مناشط الترويج، إلا أنه ليس بالضرورة وجود علاقة طردية بينهما ، والدليل على ذلك امتلاك بعض الأثرياء للعديد من أدوات وأجهزة اللعب وبالرغم من ذلك يمضون وقت أقل فى ممارسة المناشط الترويحية عن غيرهم ممن لا يمتلكون تلك الأدوات والأجهزة .

ولذا فإن ماكس كابلن Max Kaplan يحذر من الاعتماد على المحددات الطبقية بطريقة مطلقة فى التنبؤ بأساليب قضاء وقت الفراغ وفى التعرف على الاهتمامات والحاجات المختلفة للأفراد وذلك لأن انتشار الثقافة قد أدى إلى المتغيرات التالية :

- زيادة معدلات الحراك الاجتماعى .
- اتساع نطاق وسائل الاتصال الجماهيرية .
- إتاحة الفرصة لقضاء وقت الفراغ لجميع فئات المجتمع من المستويات المختلفة.

الآثار الاجتماعية للتكنولوجيا وعلاقتها بوقت الفراغ والترفيه

- مقدمة .

- العلاقة بين ساعات العمل ووقت الفراغ .
- العلاقة بين العمل ووقت الفراغ والترفيه .
- العلاقة بين التكنولوجيا والبطالة والترفيه.

obeikandi.com

الآثار الاجتماعية للتكنولوجيا وعلاقتها بوقت الفراغ والترفيه

مقدمة :

يكشف المجتمع الصناعى الحديث عن عدد من الملامح التى تميزه عن كل المجتمعات التى سبقته الى الوجود وذلك لارتباطه بالثورة العلمية التى اجتاحت عالم اليوم .

ولذا فإن المفكرين يتحدثون عن الثورة الصناعية بالمعنى ذاته الذى يتحدثون به عن الثورة العلمية وذلك استنادا على أن التفكير العلمى يُعد هو الركيزة الأولى التى قامت عليها الثورة الصناعية .

ولقد أدت تلك الثورات فى مجال العلم والصناعة والتكنولوجيا - تطبيقات العلم الحديث - إلى إحلال الآلات محل الأيدى العاملة، بل وفى كثير من الأحيان أصبحت تلك الآلات تحل محل الدماغ أو المخ البشرى . كما أن النظم السيبرنيطيقية أصبحت تعمل بدقة وسرعة لم تتحقق للجنس البشرى من قبل وذلك بعد أن أصبح علم السيبرنيطيقيا Cybernation - علم التوجيه - الآلى - يغزو مجالات الصناعة والعديد من المجالات الأخرى .

إلا أن العديد من المفكرين الذين يهتمون بدراسة الآثار المترتبة عن الثورة العلمية والتكنولوجيا على المجتمع ، يرون أن هذا التقدم فى مجال العلم والتكنولوجيا وانعكاساته على الصناعة يقابله تدهور سريع فى العديد من القيم المرتبطة بالمجتمع مما ينتج عنه العديد من المشكلات والتعقيدات .

كما يرون أن الإنسان المعاصر قد أصبح يعانى من الاغتراب عن النظم الاجتماعية التى أسسها هو نفسه لكى تكون بمثابة مبادئ تنظم العلاقات المتبادلة بين الأفراد وبعضها وبين الجماعات وبعضها، وكذلك يرون أنه قد أصبح أيضا

مغتربا عن جوهر ذاته أو عن شخصيته الحقيقية وذلك نتيجة لما يواجهه من قيم مستحدثة فى المجتمع .

ومن جانب آخر يرى المهتمون بوقت الفراغ والترريح بأن الفراغ أو الترويح يُعد أساسا للمجتمع الصناعى المنتج، حيث يرون أنه الوجه الآخر للعمل فى هذا المجتمع ، وأنه أصبح يمثل نظاما اجتماعيا له خصائصه المتميزة .

ويشير روبرتز Roberts إلى أن المناشط التى يمارسها الأفراد فى أوقات فراغهم تؤثر بفعالية فى تطوير إحساسهم بذاتهم مما جعل وقت الفراغ يمثل نظاما شأنه فى ذلك شأن النظم الاجتماعية الأخرى، كما انه يتبادل التأثير والتأثر مع هذه النظم .

العلاقة بين ساعات العمل ووقت الفراغ :

تُعد الزيادة فى حجم وقت الفراغ نتيجة حتمية للانخفاض المستمر فى عدد ساعات العمل الأسبوعية والتى تتأثر بمستحدثات الثورة العلمية والتكنولوجيا وانعكاساتها على مجالات الصناعة .

ومن دراستنا لساعات العمل الأسبوعية يتضح أنها كانت تقدر بـ (٤٨) ساعة عمل -تقريبا- فى عام (١٨٠٠م) وانخفضت إلى (٧٢) ساعة فى عام (١٨٥٠م)، ولقد استمر هذا الانخفاض فى عدد ساعات العمل حتى بلغ (٦٠) ساعة فى عام (١٩٠٠م) ووصل إلى (٣٦,١) ساعة عمل فى الأسبوع وذلك فى عام (١٩٧٥م).

والجدول التالى يوضح التطور الحادث فى ساعات العمل الأسبوعية منذ عام (١٨٠٠م) إلى عام (١٩٧٥م).

جدول (٥)
تطور عدد ساعات العمل الأسبوعية
من عام ١٨٠٠م إلى عام ١٩٧٥م

عام	١٨٠٠	١٨٥٠	١٩٠٠	١٩١٠	١٩٣٠	١٩٥٠	١٩٦٠	١٩٧٠	١٩٧٥
عدد ساعات العمل	٨٤	٧٢	٦٠	٥١,٣	٤٢,١	٣٩,٨	٣٨,٦	٣٧,١	٣٦,١

وتشير المعلومات إلى أن الفرد في المجتمع الصناعي المتقدم يحصل على (١٠٤) يوما -تقريبا- أجازة على مدار السنة من خلال اجازة لمدة يومين في كل أسبوع من الأسابيع الاثني والخمسين التي تتكون منها السنة . كما أن الفرد يحصل من جانب آخر على عدد من العطلات التي تمثل الاحتفال بمناسبات أو أعياد قومية أو دينية يتراوح بين (١٤-٣٠) يوما سنويا .

وبذلك يكون مجموع الأيام التي يحصل عليها الفرد كأجازة أو عطلة بعيداً عن العمل يتراوح بين (١١٨-١٣٤) يوما وذلك على مدار السنة ، وبالرغم من ذلك فإنه من المتوقع أن ينخفض عدد ساعات العمل الأسبوعية إلى (٣٢) ساعة تقريبا نتيجة للتوسع المستقبلي في استخدام الآلات والأجهزة الآلية المتطورة ، وحينئذ قد تصل الأجازة الأسبوعية إلى ثلاثة أيام .

كما اقترن تناقص عدد ساعات العمل بظاهرة الوقت المرن والتي تسمح بالمواءمة بين المجهود المبذول من جانب العامل لزيادة الإنتاج وحاجاته إلى وقت فراغ مناسب يستفيد منه في تجديد نشاطه من عناء العمل وفي الاستمتاع بحياته من خلال الأقبال على مناسبات الترويح في ذلك الوقت المتاح له .

ولقد أدركت المؤسسات العمالية أهمية تطبيق نظام الوقت المرن حتى تتيح الفرص للعاملين بها لاختيار أوقات العمل التي تروق لهم وتناسب ظروفهم ، حيث أكدت الدراسات العلمية أن حرية اختيار أوقات العمل طبقا لنظام الوقت المرن يؤدي إلى زيادة إنتاج العامل .

ويعتمد نظام الوقت المرن على تحديد وقت بداية ونهاية يوم العمل - من الساعة السابعة صباحا إلى السابعة مساء - وعلى اختيار العاملين بالمؤسسات العمالية لوقت بدء يوم عملهم وفقا لما يتناسب مع ظروفهم الشخصية أو ارتباطاتهم العائلية أو الاجتماعية ، وذلك بغرض تحديد وقت فراغهم وفقا لما يرغبونه .

ولقد طُبّق هذا النظام فى العديد من دول العالم الصناعى وذلك على العمال والموظفين العاملين بمؤسساتها. وقد أثبت نجاحه أكثر فى أوساط الموظفين حيث أن عملهم لا يرتبط بنظام العمل فى الورديات، كما أنهم لا يعملون على الآلات أو الأجهزة أو المعدات التى يتم تشغيلها فى ساعات محددة فى أثناء يوم العمل .

وتبعاً لدراسة أجريت بالولايات المتحدة الأمريكية على العاملين بالمجال الصناعى، أشارت النتائج إلى أن الفرد الأمريكى يقضى من عمره الوقت التالى:

- (٢٠) عاما فى العمل .

- (٢٠) عام فى النوم .

- (١٦) عاما فى المشاركة فى مناشط أوقات الفراغ والترفيه .

ويتساءل دومازيديه Dumazidier : هل حضارتنا هى حضارة عمل وكذا؟ أم هى حضارة راحة واستجمام؟ وهل سوف تصبح الراحة الإدمان الجديد للشعوب؟ وفى ذات الوقت يؤكد كازيماتس Kazimates على أن الراحة والاستمتاع بوقت الفراغ قد أصبحا هما سمة الحياة المتحضرة .

وبالرغم من الإنخفاض فى معدل ساعات العمل الأسبوعية وماتج عنه من زيادة وقت الفراغ ، إلا أنه لا يجب النظر إلى كل الوقت الذى يقضيه الفرد بعيدا عن العمل على أنه وقت فراغ ، إذ توجد أنواع أخرى من الارتباطات البعيدة عن العمل الرسمى تؤثر فى حجم الوقت الحر المتاح للفرد كوقت فراغ .

ومن أهم الارتباطات التى تقلل من حجم وقت الفراغ والبعيدة عن العمل الرسمى نجد الارتباطات التالية :

- العمل لعدد من ساعات العمل الإضافية بغرض زيادة دخل الفرد وبخاصة لدى محدودى الدخل .

- الدراسة لعدد من الساعات للحصول على مؤهلات علمية أعلى .

- الاشتراك لعدد من الساعات فى حضور دورات دراسية أو دورات تدريبية بغرض الترقى الوظيفى أو زيادة المعرفة فى مجال التخصص .

- المساعدة فى تأدية الأعمال المنزلية نتيجة لمشاركة المرأة للرجل فى المجالات المختلفة للعمل، وذلك من قبل الزوج .

- الارتباط بتأدية فروض الصلاة فى دور العبادة .

ويرى كذلك فوت Foote أن أى وقت فراغ يتاح للفرد فى حضارتنا هذه سرعان مايرتبط بعمل روتينى جديد .

ويشير دى جرازيا De Grazia إلى أن اتساع نطاق ارتباطات الفرد بعيدا عن نطاق ساعات العمل الرسمية من شأنه أن يجعل الانخفاض الحادث فى ساعات العمل الأسبوعية أمرا ظاهريا أكثر من كونه واقعيا .

ولكن من المؤكد أن انخفاض ساعات العمل قد أدى إلى زيادة وقت الفراغ عن المعدل الذى كان عليه قبل الدخول فى عصر الميكنة الصناعية مع الوضع فى الاعتبار الارتباطات خارج نطاق ساعات العمل الرسمية .

كما نستطيع أن نشير إلى وجود علاقة بين ساعات العمل ووقت الفراغ وهى علاقة عكسية مؤداها أنه كلما قلت عدد ساعات العمل أتاحت فرص أكبر لزيادة وقت الفراغ. أو أنه كلما زادت عدد ساعات العمل قلت فرص زيادة وقت الفراغ .

العلاقة بين العمل ووقت الفراغ والترويح :

يُعد الإنسان هو صانع الحضارة والتاريخ ، كما أن العمل الإنسانى يُعد هو الجوهر الوحيد لكل أشكال الثقافة . ولذا فإنه يتعين البحث عن جوهر الإنسان فى

العمل الإنساني حيث أن هذا الجوهر لا يمكن تحديده إلا في ضوء أشكال من النشاط والوجود .

ولا يجب النظر إلى العمل على أنه وسيلة للحياة فحسب ، بل يجب النظر إليه على أنه أيضا يُعد الشكل الذي يتخذه الإنسان لتأكيد ذاته ومن ثم فإنه يمكن اعتبار العمل نشاطا نافعا يشكل شرطا أوليا للوجود الاجتماعي، وبدونه لا يمكن للفرد الاستمرار في حياته ، ولذا فإن اجتماعية الإنسان تشكل بالضرورة جزءا من مفهوم جوهره .

ويشير ناش Nash إلى العمل بقوله إنه "نشاط مفيد ومنتج وأنه يضيف على الحياة معنى وقيمة".

أما برايتبل Brightbill فإنه ينظر للعمل على أنه رمز للنمو والتقدم وبدونه لاوجود للفراغ ، كما أنه بدون الفراغ لا يمكن للإنسان أن يستمر في أداء عمله. وفي هذا الصدد أشار أرسطو Aristotle في حكمته إلى أن غاية العمل هي كسب الفراغ. كما عبر شيشرون Cicero عن ذلك بقوله : "إن الفراغ هو الشيء الذي يجعل الحياة تستحق أن يحيها الفرد".

وفي العصور السابقة كان يُنظر إلى العمل على أنه المعاناة والمشقة والعبودية، إلا أنه مع الانتقال من العصور الوسطى إلى العصر الحديث بدأت النظرة القديمة للعمل تتلاشى بفضل دعاة الحركة الإنسانية على الإغلاء من قيمة العمل .

ففي أواخر القرن الثامن عشر بدت الحاجة الملحة والضرورية للعمالة وذلك نتيجة الثورة الصناعية ومانتج عنها من فتح آفاق جديدة للعمل ومن ثم ازدادت الحاجة إلى العمالة حتى تدور عجلة العمل في العديد من مجالات المجتمع الصناعي، مما دعى آدم سميث Adam Smith إلى التأكيد على أن العمل قد أصبح قوام ثروة الأمم وذلك في عام ١٧٧٦م .

وكذلك رأى ماركس Marx أن تاريخ العالم يقدر بما ينتجه العامل في عمله وأن فائض القيمة هو ما يميز العامل الأجير عن غيره من أنواع العمل في كل مراحل التطور التاريخي للعمل.

أما الفلسفة الاجتماعية التي استوحتها حركة كلفن Calvin من أفكار ترجو Targo وفخته Fichte وغيرهما من المهتمين بالعمل ، فقد أوضحت فكرة "الحق في العمل" من خلال تحديدها للمبادئ الأساسية التي تؤكد على حق كل فرد من أفراد المجتمع في التزود بالقدرة على الكسب المادى من خلال عمله ليوفر سبل معيشتة .

وفى أواخر القرن التاسع عشر بدأ الاهتمام بالإبداع فى العمل والإعلاء من قيمته بدعوى أن حق العمل قد أصبح يشكل ضرورة حتمية لحق كل فرد فى أن يعيش حياة طيبة . ولذا يشير بردون Bourdon إلى أن كل ما فى العالم وما فى الإنسان من قدرة على الابتكار والإبداع إنما يتمثل فى العمل .

وكذلك يؤكد كازيماتس Kazimates على أن الحياة الاجتماعية ماهى إلا معاناة إنسانية للبناء والاستمرار فى النضال لمواجهة ظروف الحياة ويشير إلى أن العمل يُعد هو الركيزة أو هو قوام الحياة الاجتماعية ، إلا أنه يعود ليؤكد أن العمل فى ذاته ليس هو الغاية حيث أنه لم يقدر للإنسان ان يعمل فحسب بل قدر له أن يبتكر ويبدع فى عمله وفى حياته .

ومن جانب آخر يحدد جاكارد Jacard ثلاث حاجات أساسية يقوم العمل بإشباعها لدى الفرد، وهى الحاجات التالية :

- **الوجود** : يُعد وظيفة اقتصادية من وظائف العمل لتوفير مستوى معيشى أفضل للفرد .

- **الإبداع** : ويعبر عن الوظيفة النفسية للعمل وتأثيرها على الرضا النفسى للفرد .

- **التواصل** : يُعد وظيفة اجتماعية من وظائف العمل لتوفير الحياة الاجتماعية للفرد وللتواصل بين الأجيال المختلفة .

وفى الوقت الحاضر يوجد اتجاهان عالميان يحكمان وضع العمل وهما : الاتجاه الكلاسيكى والاتجاه الرومانسى نحو ما يؤديه الفرد من عمل . ويتناول الاتجاه

الكلاسيكى العمل فى واقعة أو فى اطاره الاجتماعى ، اما الاتجاه الرومانسى فهو يهتم ويركز على النزعة الإنسانية للعمل ، أى يهتم بالعمل فى إطاره الإنسانى .

ويؤكد برديايف Berdiaeff على أن التكنولوجيا ليست إلا تنويعا بقدرة الفرد على الابتكار والإبداع ومن ثم لم يعد الاتجاه الرومانسى نحو العمل حجة تستند إلى العقل فى نزعته الخيالية لنبد التكنولوجيا . ويبرر على ذلك بقوله : "إن الآله وحدها غير قادرة على الإبداع فى حين أن الفكر الإنسانى وحده هو الذى ينفرد بسمه القدرة على الإبداع " .

ومن جانب آخر فقد أوضح العديد من الدارسين المعاصرين أن الفراغ يُعد نتاج المجتمع الصناعى الحديث، ويرى روبرتز Roberts أنه توجد علاقة بين التصنيع والفراغ وأن هذه العلاقة تتمثل فى النقاط التالية :

- يُعد الفراغ متغيرا ملازما أو كرد فعل للعمل فى المجتمع الصناعى .
- يمثل الفراغ النواتج المترتبة على تزايد الحرية الفردية فى عصر التصنيع .
- انبثق الفراغ من المجتمع الصناعى الحديث كنظام اجتماعى له خصائصه المتميزة .

كما أشار العديد من المهتمين بدراسة العلاقة بين الفراغ والعمل إلى وجود علاقة بينهما، وأن هذه العلاقة تتحدد فى النقاط التالية :

- يُعد الفراغ هدفا للحياة بينما يُعد العمل هو مجرد وسيلة لتحقيق هذا الهدف .
- الفراغ والعمل جانبان متفاعلان يثرى كل منهما الآخر ويجب أن يتكاملان من أجل تحقيق حياة أفضل للفرد .

وكذلك قام جروس Gross بتحليل العلاقة بين العمل والفراغ ، ولقد خلص إلى أهم النقاط التالية فى تحليله لهذه العلاقة :

- التوافق : وتُعد وظيفة التوافق (الاقتصاد) فى مناشط الفراغ والترويح هى

العمل على التقليل من درجة التعب والإجهاد الناتج عن العمل وأعبائه .

- تحقيق الهدف : ويقصد بتحقيق الهدف زيادة الفرص المتاحة للاستمتاع بوقت الفراغ .

- التكامل : وتحقق وظيفة التكامل من خلال الاستمتاع الجماعى بأوقات الفراغ ومايصاحبه من تآلف اجتماعى بين الأفراد داخل وخارج نطاق الأسرة .

- الكمون : ويتمثل فى المناقشات والآراء والأفكار التى تتضح من خلال المناشط الجماعية فى وقت الفراغ .

كما يشير ولينسكى Wilensky إلى أن تطوير أساليب قضاء وقت الفراغ يؤدي إلى تحقيق الإشباع للابتكار والتعبير عن الذات ، كما يُعد تعويضا عن الانتشار الهائل لأسلوب العمل الخالى من الاهتمامات الإنسانية .

بينما يشير كل من لارابى Larrabee ومايرسون Mayerson إلى أن الشىء الذى نستطيع أن نقدمه لعصر الفراغ الذى نعيشه هو أن نمنح أوقات الفراغ بعضا من خصائص العمل وفى المقابل نمنح أيضا العمل بعضا من خصائص وقت الفراغ .

ويحذر لينز Lynez من أن العلاقة بين وقت الفراغ غير المستثمر والمرض والوهم سوف تزداد كلما اتجه المجتمع إلى تقديس العمل دون غيره من المناشط الأخرى، وكذلك كلما نظر المجتمع إلى وقت الفراغ نظرة غير جديده .

ولقد أشارت الدراسات إلى أن كلا من العمل ومناشط الفراغ والترريح هما أفضل أسلوبين لتقوية مشاعر الانتماء والإشباع الاجتماعى، إذ أن العمل يؤكد الشعور بالانتماء والمسئولية، كما أن مناشط الفراغ والترريح تؤدي دورا ماثلا فى تحقيق الانتماء والإشباع، وأن العلاقة بين العمل والفراغ فى هذا الجانب تُعد علاقة

متبادلة فيما بينهما ، فالفراغ وحده لا يحقق الإشباع كما أن العمل بمفرده أيضا لا يحقق الانتماء والإشباع للفرد .

وفى هذا الصدد يشير محمد على محمد إلى أن الفراغ لا يكون له معنى عند الأفراد الذين لا يعملون، كما أنه لا يحظى بالأهمية ولا يصبح له قيمة عندما لا يستطيع الفرد الاستمتاع به أو عندما لا يوجد لديه الوقت المتاح لهذا الاستمتاع. ومن ثم فإنه يجب تحقيق نوع من التوازن العادل فى الاهتمام بكل من العمل والفراغ، وذلك للاستمتاع بوقت الفراغ بطريقة أفضل ولتأدية العمل على نحو أكثر كفاءة وفعالية .

ولذا فقد تزايد الاهتمام فى هذا العصر بوقت الفراغ والترويح لتحقيق التوازن العادل بين نضال الفرد للعمل لتوفير متطلبات الحياة من جانب واحتياجه لفترة سكون من العمل المتواصل للراحة والاسترخاء وتجديد النشاط ، وذلك لكون وقت الفراغ والترويح يمثلان الشقان التاليان :

أولاهما: جزءا من عملية الانتاج ، حيث أن الترويح فى وقت الفراغ قد أصبح ضرورة لتجديد النشاط البدنى والعقلى للفرد العامل ، حيث أن العمل المتواصل يستهلك القوى البشرية ويدعو إلى الملل .وفى هذا الصدد يشير وليامز Williams بضرورة الاهتمام بفترات الراحة أثناء العمل والاهتمام كذلك بالترويح باعتبار أن ذلك يمثل إحدى استراتيجيات استثمار وقت الفراغ فى الترويح من أجل زيادة الإنتاج .

كما يؤكد على أهمية تنمية المفهوم الإيجابى لوقت الفراغ وللترويح واستخدامات وقت الفراغ فى تحقيق الاسترخاء البدنى والعقلى والنفسى للفرد العامل فى هذا العالم الصناعى الحديث .

ثانيهما: عاملا أساسيا لتنمية الفرد العامل ، حيث أن الترويح فى وقت الفراغ قد أصبح ضرورة لتنمية الفرد من الجوانب البدنية والنفسية والعقلية والاجتماعية . كما يسهم فى تحقيق الإحساس بالانتماء الاجتماعى

والارتباط بالقيادة من أجل تحقيق الأهداف وتأكيد القيم والمبادئ
وتفهم الفرد العامل لظروف عمله ولواجباته نحوها.

ومن ثم فإن العمل لكي يصبح منتجا يجب توفير الوقت للفرد العامل
واستثماره في الترويح عن ذاته ليتخلص من الملل والتوتر ويزيد من نشاطه وحيويته
حتى يقبل على العمل مرة أخرى بطريقة جادة وأكثر إنتاجية .

وبذلك أصبح مفهوم وقت الفراغ جزءا لا يتجزأ من ساعات العمل وأصبح مفهوم
الترويح يختلف عما كان عليه في الماضي حيث أن الثورة التكنولوجية قد أدت إلى
خلق مناخ جديد وإلى ظهور أفكار وآراء حديثة بوقت الفراغ والترويح. ولذا لم يعد
وقت الفراغ هو الوقت الفائض المتاح للفرد -يوميا- بعيدا عن ساعات العمل، بل
أصبح هو الوقت الذي يجب استثماره في الترويح عن الفرد لتنمية شخصيته وزيادة
إنتاجه. وبذلك أصبح الترويح نتيجة حتمية للتفاعل بين وقت العمل ووقت الفراغ .

ولذا يرى بلانشارد Blanchard أنه في عصر المجتمع الصناعي الحديث يجب
العمل على توفير التكامل الجدلي للإنسان العامل، وذلك من خلال السعي لتنشئة
الإنسان العامل ، الإنسان الاقتصادي ، الإنسان السياسي ، الإنسان الفاهم لمعنى
الترويح .

وقد اهتمت المؤسسات العمالية في المجتمع الصناعي الحديث بتقديم الخدمات
الترويحية بطريقة أكثر تنوعا، وذلك لتنمية العاملين بها ولإستثمار وقت فراغهم
وزيادة إنتاجهم كما اهتمت برصد الأموال للتخطيط لبرامجها الترويحية .

ونذكر في هذا المقام شركة دايتون الأمريكية التي أعدت منشآت رياضية على
مساحة (١٦٦) هكتار ليمارس عليها العاملين بها العديد من المناشط الترويحية،
ولقد شملت هذه المنشآت بعض الحمامات للسباحة وبعض مساحات اللعب للعديد من
المناشط الرياضية كالجولف وكرة السلة والكرة الطائرة والعديد من الألعاب الرياضية
الأخرى إلى جانب بعض الصالات المغلقة .

وكذلك نجد مصانع فورد لصناعة السيارات Ford Motor Company قد
أنشأت للعاملين بها العديد من ساحات اللعب وذلك للعب كرة القاعدة Base - Ball

والعديد من الألعاب والرياضات الأخرى، كما أنشأت ميادين للرمية وأماكن مغلقة للترحلق على الجليد الصناعى.

كما قامت شركة ستاندرد اويل Standar Oil Company بإنشاء أندية لليخوت الشراعية لممارسة العاملين بها لمناشط الترويح الرياضى .

وفى جمهورية مصر العربية نجد اهتمامات شركة غزل المحلة الكبرى وشركة المقاولون العرب وشركة الامونيوم بإنشاء العديد من المنشآت الرياضية للعاملين بها لممارسة المناشط الترويحية .

وقد أشارت الدراسات التى أجراها دو مازيديه Dumazedier فى فرنسا إلى أن الشباب الفرنسى يبحث عن الأعمال التى تتاح فيها فرص استثمار وقت الفراغ والتى تقدم المؤسسات للعاملين بها العديد من الخدمات الترويحية.

ونستطيع القول أنه توجد علاقة بين العمل ووقت الفراغ والترويح وذلك من خلال الإشارة إلى النقاط التالية :

- توجد علاقة تبادلية بين العمل ووقت الفراغ حيث أن العمل يوفر الاستمتاع بوقت الفراغ. كما أن وقت الفراغ يوفر للعامل فرص الراحة والاسترخاء وتنمية الشخصية .

- الترويح ضرورة حتمية لمواجهة ظاهرة زيادة وقت الفراغ ولمقاومة رتابة الحياة العصرية .

- الترويح يُعد عاملا رئيسا فى زيادة إنتاج العاملين .

- يزداد وقت الفراغ كلما قلت ساعات العمل ومن ثم يزداد الطلب على الترويح.

- الفراغ هو الوجه المقابل للعمل وكلاهما يتفاعل معا .

- الترويح والعمل هما الأساس الذى تنهض عليه عملية التنمية والتطور الاجتماعى فى المجتمع ككل .

العلاقة بين التكنولوجيا والبطالة والتزويج :

لقد أدت الثورة العلمية والتكنولوجية إلى اعتماد المجتمعات على الميكنة وعلى النظم السيبرنطيقية، مما أدى إلى حدوث انخفاض معدل ساعات العمل اليومية والأسبوعية وانتشار البطالة فى المجتمع الصناعى الحديث .

وللتدليل على أن علم السيبرنيطقيا Cybernation - علم التوجيه الآلى - قد ساهم فى انتشار البطالة فى المجتمع الصناعى الحديث من خلال الاستغناء عن الكثير من الأيدى العاملة نتيجة للاعتماد على هذه النظم، نشير إلى بعض النماذج التالية :

- نظام المرور المتبع فى بعض الدول يعمل بواسطة برنامج مثقب Punched Tape على أجهزة الكمبيوتر، مما أدى إلى الاستغناء عن العديد من العاملين فى تنظيم المرور.

- استخدام الحاسب الآلى بالبنوك يؤدى إلى القيام بعمل (٤٠٠) موظف إدارى يتم الاستغناء عنهم، إذ أن تلك الحاسبات لديها إمكانات إجراء (٢٣٧٠٠٠) عملية حسابية فى الدقيقة .

- استخدام مكاتب الحجز للسفر على الخطوط الجوية لحاسبات آلية لإجراء عمليات الحجز لمقاعد المسافرين على متن خطوطها حيث تبين هذه الحاسبات الأماكن المحجوزة وغير المحجوزة على كل رحلة من الرحلات التى تنظمها وذلك فى فترة زمنية لاتتجاوز (٠,٠١) من الثانية، قد أدى إلى الاستغناء عن عدد كبير من الأيدى العاملة بهذه المكاتب .

- استخدام العديد من الشركات فى المجتمع الصناعى الحديث فى إنتاج الحديد والصلب لحاسبات آلية تقوم بالتحكم فى العمليات التى تتم فى الأفران قد أدى إلى الاستغناء عن العديد من العاملين فى هذه الشركات.

- استخدام الحاسبات الآلية فى العديد من الوظائف والمهن وفى العديد من مجالات العمل المختلفة قد أدى إلى الاستغناء عن العديد من الأيدى العاملة.

ولقد أدت ظاهرة الاستغناء عن الأيدي العاملة فى المجتمع الصناعى نتيجة للتقدم العلمى والتكنولوجى الذى اجتاحت المجتمعات فى عصرنا هذا، إلى التساؤل عما يلى :

- ماهو مصير هؤلاء العمال الذين فقدوا فرص عملهم أو وظائفهم فى ظل هذه المتغيرات العصرية؟

- ماذا سوف يفعل هؤلاء العمال لمواجهة أعباء والتزامات الحياة؟

- ماتأثير البطالة على هؤلاء الذين يرتبط العمل لديهم بالإحساس بالأمان والطمأنينة؟

- ماتأثير البطالة على هؤلاء الذين يعتبرون العمل بأنه يُعد مغذى الحياة وهدفها؟

- هل يمكن إزالة الآثار النفسية المترتبة على البطالة بالاهتمام باستثمار وقت الفراغ لدى هؤلاء العمال الذين فقدوا فرص عملهم أو وظائفهم؟

ولقد عبر الكثير من علماء الاجتماع عن قلقهم ومخاوفهم على مستقبل البشرية من جراء التغيرات والضغط المستمر التى تجتاح المجتمع الصناعى الحديث نتيجة للتوسع الهائل فى استخدام التكنولوجيا فى كافة مجالات العمل والحياة وذلك من بعد إنتهاء الحرب العالمية الثانية فى عام (١٩٤٥م) .

وفى حوار ومناقشات جادة دارت فى الكونجرس الأمريكى فى عام(١٩٥٥م) عبرَ الكثيرون من المهتمين بعلم الاجتماع وعلم الاقتصاد عن قلقهم من انتشار ظاهرة البطالة وما استحدثته من آثار بعيدة المدى فى مختلف الاتجاهات نتيجة لظهور ماسمى فى ذلك الوقت "بالمصنع الآلى" .

ولقد تأكد بعد سبع سنوات من تلك المناقشات أن من بين ستة ملايين وخمسمائة ألف عاطل فى الولايات المتحدة الأمريكية يوجد مليونان من ضحايا التقدم التقنى الذى أخذت به الدولة فى كافة المجالات والذى أدى إلى توفير الكثير من الأيدي العاملة .

كما أشار جيمس كونانت James Connant - الرئيس السابق لجامعة هارفارد Harvard University بالولايات المتحدة الأمريكية إلى أن (٧٠٪) من الطلبة والطالبات الذى تتراوح أعمارهم ما بين (١٦-٢٠) سنة قد تركوا دراستهم وهجروا حقل التعليم ولم يوفقوا فى الحصول على العمل، وذلك إلى جانب (٦٣٪) من خريجي المدارس العليا يعانون من البطالة .

وقد نوه كونانت الى الآثار الخطيره المترتبة على البطالة التى تسود بين هؤلاء الشباب وحذر من اتجاه العاطلين منهم إلى أعمال العنف أو إلى ارتكاب الجرائم أو إلى القيادة الطائشة للسيارات. كما أشار إلى أن مخالفات الشباب لقواعد وآداب المرور فى الطريق العام تبلغ ثلاثة أضعاف مخالفات الراشدين وكبار السن وذلك فى قيادتهم للسيارات .

وكذلك حذر كونانت من مؤشرات سوء استغلال وقت الفراغ المتزايد نتيجة للبطالة الناجمة عن أخذ المجتمع الأمريكى بالنظم السيبرنطيقية فى المجالات المختلفة للعمل بقوله "أن المشاكل الاجتماعية المترتبة عن أخذ المجتمع بالتقدم التكني سوف تأخذ أبعادا وأشكالا جديدة سوف تزيد من صعوبة المجتمع فى مواجهتها فى ذلك الوقت".

ولقد سارع الرئيس الامريكى فى ذلك الوقت - جون كنيدي John Kennedy فى تشكيل لجنة استشارية لدراسة المشكلات المتولدة عن هذا التقدم التكني، وافتتح كنيدي جلسة أعمال اللجنة بخطاب استهل بدايته : "إن تحقيق التقدم التكني بدون تضحيات إنسانية أو تضحيات اجتماعية إنما يتطلب وبالخاص تناسق وتضافر كل الجهود الحكومية والأهلية وذلك من أجل البقاء على مبدأ المجتمع الحر من خلال إيجاد الحلول للمشكلات المترتبة على ذلك".

ومن جانب آخر أكد كل من روثويل Rothwell وزيجفليد Zegfled على أن الآثار المترتبة على التقدم التكني وكذلك الآثار الاجتماعية المترتبة على البطالة الناتجة عن هذا التقدم إلى جانب ظاهرة انخفاض معدل ساعات العمل اليومية

والأسبوعية، أصبحت تنتشر في المجتمع الصناعي الحديث بطريقة أسرع من قدرة السلطة السياسية في هذا المجتمع على مواجهتها ومعالجتها .

وفي دراسة بعنوان (ثورة العمل) أشار بول ديكسون Paul Dikson إلى أهمية التكيف الاجتماعي والنفسي لاحتواء ظاهرة اجتياح التقدم التقني للمجتمع الصناعي الحديث وعلاقة هذا التقدم بانتشار البطالة ، وذلك حتى يمكن الحد من الآثار الاجتماعية التي تنتج عن البطالة .

والواقع أن العلاقة المتبادلة بين العمل والفراغ أو بين البطالة والفراغ أو بين التكنولوجيا والبطالة قد حظيت باهتمام العديد من المهتمين بعلم الاجتماع وعلم الاقتصاد والمهتمين بأوقات الفراغ والترويح .

ولقد لقي الترويح في القرن العشرين اهتماما واسعا من قبل المجتمع الصناعي الحديث، وأصبح يُنظر إليه على أنه ضرورة وحاجة قومية لدوره في تحقيق التكيف النفسي والاجتماعي للعاطلين عن العمل ولدوره الفعال في استثمار أوقات الفراغ المتزايدة نتيجة للبطالة .

ومن ثم فإن مشكلتي البطالة والترويح قد فرضتا نفسها على مسرح الحياة الاجتماعية والسياسية في أوروبا منذ مايزيد عن خمسين عاما، وذلك لبحث المتغيرات والآثار الناتجة عن البطالة ودور الترويح في الحد من تلك الآثار وفي تأثيره النفسي والاجتماعي الذي يحدثه في الأفراد العاطلين عن العمل في المجتمع الصناعي الحديث .

ومما تقدم نستطيع التأكيد على أن التقدم العلمي والتقني قد أدى إلى الاستغناء عن الكثير من الأيدي العاملة في المجتمع الصناعي الحديث وانتشار البطالة وزيادة وقت الفراغ لدى هؤلاء الشباب، مما دعا الدول المتقدمة في المجال الصناعي إلى الاهتمام المتزايد بالترويح لقيمته التربوية والاجتماعية في الحد من الآثار الاجتماعية الناتجة عن التقدم العلمي والتقني وفي استثمار أوقات الفراغ المتزايدة لدى هؤلاء العاطلين عن العمل .

وبذلك يمكن القول أنه كلما تقدم المجتمع الصناعى فى مجال التكنولوجيا زادت فرص البطالة وزاد وقت الفراغ مما يحتم زيادة الطلب على الترويج كضرورة حتمية وقومية لمواجهة المشكلات الاجتماعية المترتبة عن ظاهرة تفشى البطالة فى المجتمع الحديث .

ولذا نؤكد على وجود علاقة بين كل من التقدم فى مجال التكنولوجيا والبطالة من جانب والبطالة وزيادة وقت الفراغ من جانب ثانى والبطالة وزيادة الطلب على الترويج المنظم من قبل الدولة من جانب ثالث .

قائمة المراجع العلمية

(الفصل الاول)

- ١ - ابراهيم حامد قنديل وآخرون: الأوقات الحرة لدى الشباب السعودي. الطبعة الثانية ، مكة المكرمة ، مركز البحوث التربوية والنفسية بجامعة أم القرى ، ١٤٠٥هـ-١٩٨٥م .
- ٢ - برهان الرايس: وقت الفراغ فى المجتمعات السائرة فى طريق النمو. تونس، دورية الاتحاد الدولى للتربية البدنية باللغة العربية، اكتوبر ١٩٨١ .
- ٣ - تاما وتوكوهيا: السياحة فى اليابان منها وإليها: ترجمة أحمد رضا. المجلة الدولية للعلوم الاجتماعية، اليونسكو، العدد (٤٢)، ١٩٨١ .
- ٤ - تهانى عبد السلام: أسس الترويح والتربية الترويحية . القاهرة ، دار المعارف ، ١٩٧٩ .
- ٥ - حلمى إبراهيم: الترويح وأوقات الفراغ. القاهرة، مطبعة المعرفة، ١٩٦١ .
- ٦ - عطيات خطاب: أوقات الفراغ والترويح . الطبعة الثالثة ، القاهرة ، دار المعارف ، ١٩٨٢ .
- ٧ - فيولا البيلاوى: الأطفال واللعب . مجلة عالم الفكر ، المجلد الثامن ، العدد الرابع ، الكويت ، ١٩٧٨ .
- ٨ - كمال درويش: دراسات وبحوث فى التربية الرياضية والترويح. القاهرة ، دار الفكر العربى ، ١٩٨٢ .
- ٩ - كمال درويش، محمد المحامى، أمين الخولى: اتجاهات حديثة فى الترويح. القاهرة ، دار الفكر العربى ، ١٩٨٢ .

- ١٠ - محمد على محمد: وقت الفراغ فى المجتمع الحديث . القاهرة ، دار النهضة العربية ، ١٩٨٥ .
- ١١ - محمد محمد المحامى: دراسة لبعض المتغيرات المتصلة باتجاهات طلاب جامعة أم القرى نحو الترويح . جامعة المنيا ، المؤتمر العلمى الأول "تطور علوم الرياضة، كلية التربية الرياضية للبنين بالمنيا، مارس ١٩٨٧ .
- ١٢ - _____: أصول اللعب والتربية الرياضية والرياضة . مكة المكرمة ، مكتبة الطالب الجامعى ، ١٩٨٦ .
- ١٣ - محمد محمد المحامى ، عبد الرحمن ظفر : أوجه نشاط وقت الفراغ لدى طلاب جامعة أم القرى من ذوى التخصصات العلمية المختلفة . جامعة حلوان . المؤتمر العلمى الأول للتربية الرياضية والبطولة ، كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة، يناير ١٩٨٧ .
- ١٤ - محمود إسماعيل طلبه: وقت الفراغ والاهتمامات الترويحية لطلبة جامعة المنيا فى كل من الريف والحضر أثناء الأجازة الصيفية. جامعة حلوان . المؤتمر العلمى "رؤية مستقبلية للتربية الرياضية المدرسية" الذى نظمته كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة فى الفترة من ٢٢-٢٥ ديسمبر ١٩٩٢م ، المجلد الثالث ، ١٩٩٢م .
- ١٥ - مدحت شوقى طوس: دراسة تحليلية لحجم الوقت الحر والانشطة الترويحية التى يميل اليها طلبة كلية التربية باسيوط . بحث مقدم ضمن الحصول على درجة دكتوراه الفلسفة فى التربية الرياضية، جامعة اسيوط، كلية التربية، ١٩٩٠ .

16 - Anderson, N.: Work and Leisure. Routledge & Kegan Paul, London, 1961.

17 - Brightbill, Charles Kestner: Man and Leisure : A Philosophy of Recreation . Englewood Cliffs, Prentice - Hall, inc. N. J. 1962.

- 18 - Bucher, Charles: Foundation of Physical Education and Sports. 9th Edition ,the C. V. Mosby Co. Saint - Louis, 1983.
- 19 - Carlson, R. and Others: Recreation and Leisure . 3 ed Edition. Wads Worth Publishing Co. Inc, California, 1979.
- 20 - Cheek, Neil H., Burch, William: The Social Organization of Leisure in Human Society . Harper and Row, New - York 1976.
- 21 - Clayre, A: Work and Play. Weidenfeld and Nicolson, London, 1974.
- 22 - Corbin, H. , Fait, W. : Education for Leisure. Englewood Cliffs, Prentice Hall Inc, N. J. 1973.
- 23 - Dauguet, Francois: Le Loisir ou Liberte d' Etre. Casterman, Paris, 1970.
- 24 - De Grazia. S. : Of Time, Work and Leisure. Twentieth Century Fund: New York, 1962.
- 25 - Dumazedier, J. : Sociology of Leisure. Elsevier Scientific Publishing Co., Amsterdam, 1974.
- 26 - _____ , Vers une Civilisation des Loisirs. Ed. Du Seuil, Paris, 1966.
- 27 - Ellis, Michael. : Why People Play. Englewood Cliffs, Prentice - Hall, Inc., N. J. 1973.
- 28 - Eorle, F. : Philosophical Foundations for Physical Health and Recreation. Englewood Cliffs, Prentice - Hall , N.J. , 1964.
- 29 - Fourastie, J., Des Loisirs: Pour Quoi Faire ? Coll. "m. O." Casterman, Paris, 1970.
- 30- Friedmann, G: Ou Va le Travail Humain., N. R. F., Paris 1963.

- 31 - Godbey, G., Parker, S.: Leisure Studies and Services W. B, Saunder Co. Philadelphia London, Toronto, 1976.
- 32- Gray, D., Pelegrino, D. : Reflections on the Recreation and Park Movement. Brown, New York, 1973.
- 33 - Hilmi, I., Martin, F. : Leisure and Introduction, Hwong Publishing Co. , California, 1977.
- 34 - Hourdin, G., une Civilisation des Loisirs, Calmann - Levy, Paris, 1961.
- 35 - Kaplan, M. : Leisure: Theory and Policy. John Wiley and Sons. New York, 1975.
- 36- _____ : Leisure Theory and Practice , Wiley Sons, Inc. New York, 1975.
- 37 - Kraus, R. : Recreation and Leisure in Modern Society . Appleton - Century, Crofts, New York , 1971.
- 38 - Kraus, R. . Bates, B. : Recreation Leadership and Supervision : Guidelines for Professional Development. W. B. Saunder Co. , Philadelphia, 1975.
- 39 - Lanfant, M. : Les Theories du Loisir. Presses Universitaires de France, Paris, 1972.
- 40 - Murphy, James F., : Recreation and Leisure Services. W. C. Brown Co., Publishers. Dubuque, 1975.
- 41 - _____ : Concepts of Leisure, Philosophical Implications. Englewood Cliffs, Prentice - Hall, Inc. N. J. 1974.
- 42 - Nash, J. : Philosophy of Recreation and Leisure. W. C Brown, Co, Dubuque , 1960.

- 43 - Paraque , R. : La Semaine de Trente Heures . Edition du Seuil, Paris 1967.
- 44 - Parker, S. : The Sociology of Leisure. Georges Allen & Unurin L. T. Z, London, 1976.
- 45 - _____ : Future of Work and Leisure. Paladin, London, 1972.
- 46 - Roberts, K. : Leisure. Longman, London, 1970.
- 47 - Sue, Roger. : Le Loisir Que Sais - je ? 2^{ème} Edition Presses Universitaire De France, Paris 1980.
- 48 - Veblen, The . : Theorie de la Classe de Loisir, Editions Gallimard, Paris, 1970.
- 49 - Weiskopf. Donald C: A Guide to Recreation and Leisure. Allyn and Bacon, Inc., Boston, 1975.