أوقات الفراغ في المجتمع .. رؤية فلسفية

أ.فتحي بوخاري: جامعة الوادي : الجزائر

الملخص:

لقد أدّى التقدّم العلمي والتكنولوجي في منتصف القرن الماضي وبداية القرن العشرين إلى تطوّر كبير في مختلف مجالات الحياة خاصّة الاقتصادية والاجتماعية ممّا أدّى إلى ازدياد أوقات الفراغ لدى الناس، وبالتالي اتّسعت الحاجة إلى استثمار هذه الأوقات في ما ينفع الفرد والمجتمع معا، لذا ظهرت فلسفة جديدة تهتمّ بأوقات الفراغ، وكانت البداية بالدول الغربية أو ما كان يعرف بالمعسكر الغربي الذي تمثّله الولايات المتّحدة الأمريكية، ثم انتقلت هذه الفلسفة إلى المعسكر الشرقي بقيادة الاتحاد السوفياتي – روسيا حاليا – وهذا كلّه من أجل استثمار هذه الأوقات أفضل استثمار لأفراد مجتمعاتها وإعادة بنائها بعد خروجها بمعنويات منحطّة جرّاء الحرب العالمية الثانية.

في هذه الورقة نتكلّم عن هذه الفلسفة التي تجلّت في دأب أهل العلم والمعرفة والتخّصص على دراسة فلسفة أوقات الفراغ بمعرفة ماهية وقت الفراغ وأهمّيته ووظيفته، والرؤية التربوية في أوقات الفراغ، والعوامل المؤثّرة فيه والتي تبّين الاختلاف الكبير بين فئات وطبقات المجتمع الواحد في كيفية استغلال هذا الوقت الحرّ حسب عوامل عديدة كالسن والجنس والمستوى التعليمي والمهني.. الخ، ثم الاهتمام الأكاديمي بدراسة أوقات الفراغ وكيف يستغله النظام الأسري.

الكلمات المفتاحية: الوقت، الفراغ، وقت الفراغ

Abstract:

Scientific and technological progress in the middle of the last century and the beginning of the twentieth century led to a great development in various areas of life, especially economic and social, which led to an increase in people's leisure time, and the need to invest these times in the benefit of the individual and society together. And the beginning of Western countries or what was known as the western camp represented by the United States of America, and then moved this philosophy to the eastern camp led by the Soviet Union - Russia now - and all this in order to invest these times the best investment for Members of their communities and rebuild them after they left morale degenerated by the Second World War.

In this paper we talk about this philosophy, which has been manifested in the study of the philosophy of leisure time by knowing the nature of leisure time, its importance and function, and the educational vision in leisure time, and the factors affecting it, which show the great difference between the classes and classes of a society in how to exploit this time Free, according to many factors such as age, gender, educational and professional level, etc., and then academic interest in studying leisure time and how the family system exploits it.

-Keywords: time, space, leisure time

مقدّمة:

إنّ كثرة أوقات فراغ الأفراد في المجتمع، إضافة إلى الوسائل المتطوّرة التي أنتجها التقدّم العلمي والثقافي، وعدم التحكّم في ألياتها وكيفية استثمارها، وقدرتها على جذب الكثير من فئات وشرائح المجتمع إليها، تتطلّب التخطيط لاستثمار أوقات الفراغ لفهم حاجاتهم ورغباتهم، وتموين الوعي بأهمية استثمار أوقات فراغهم، وتدريبهم على حسن استثماره، بوضع برامج تحقّق لهم توازناً انفعاليا وعقليا وصحّيا واجتماعيا، بحيث يغدو وقت الفراغ منفذ تعبير عن حاجاتهم ورغباتهم المكبوتة، وبذلك يكسبهم أنماط من السلوك تعزز صفات إيجابية مثل: المواطنة، التعاون، الصداقة، والشعور بالولاء والانتماء، والمنافسة الشريفة، والمبادرة، والعطاء.. الخ، ويمكّنهم من التكيّف الاجتماعي الذي يتّفق مع المعايير الاجتماعية، وقد يؤدّي عدم استثمار أوقات الفراغ إيجابيا إلى الوقوع في مشكلات عديدة مثل: القلق، التوتّر، الخوف من الذّات، الضّجر، الملل، البطالة، الضياع، السقوط، الانهيار

الأخلاقي، تناول المسكرات، تعاطي المخدّرات، السهر في أماكن منحرفة...وهذه كلّها سلوكيات تؤدي إلى الحطّ من قيمة الإنسان، وزيادة احتمال مظاهر الضعف والجمود والسلبية والانحراف لديهم، وإضعاف شخصيته الاجتماعية وظهور الإنسان الآلة ورجل عصر المعلومات والتكنولوجية الرقمية، ومن هذا المنطلق اهتمت الكثير من دول العالم والعديد من الأكاديميين بتقديم رؤية فلسفية قائمة على استثمار أمثل لأوقات الفراغ لأفراد المجتمعات.

- الوقت لغة:

- **مجد الدين الفيروزي آبادي** في كتابه معجم القاموس المحيط، يقول الوقت هو: المقدار من الدهر، وأكثر ما يستعمل في الماضي، وميقات الحاج هو: موضع إحرامهم. (آبادي، 2007، صفحة 1412)

ويعرّف **السيد الشريف الجرجاني** في كتابه – التعريفات – الوقت بأنّه عبارة عن حالك، وهو ما يقتضيه استعدادك غير المعجول. (الجرجاني، 2006، صفحة 228)

- الفراغ لغة:

مصطلح الفراغ في اللّغة تناوله العديد من العلماء في أمّهات كتب اللّغة العربية، وسوف نقتصر على ذكر التعريفات الأتية:

الفراغ: هو الخلو، والمكان الخالي، متّسع من الوقت لا انشغال فيه، ومنه: "ساعات الفراغ"، والفراغ الشعور بالحرمان والنقص (معجم النفائس الوسيط، صفحة 929)

وقال **ابن منظور** في اللسان: الفراغ: خلاء، فرغ يفرغ فراغاً، وفرغ المكان: أخلاه، واستفرغت مجهودي في كذا أي بذلته، والفراغ من الإبل: الصَّفيُّ الغزيرة الواسعة جراب الضرع، والفراغ والأدوية، والفراغ: الأرض المجدبة. (لسان العرب (لسان اللسان – تهذيب لسان العرب)، صفحة 312)

وذكر العلامة **أحمد بن محمد المقري** في كتابه – المصباح المنير – التعريف التالي: (فرغ) من الشغل فروغا من باب قعد، وفرغ يفرغ من باب تعب لغة لبني تميم، والاسم الفراغ وفرغت للشيء وإليه قصدت، وفرغ الشيء خلا ويتعدّى بالهمزة والتضعيف، فيقال: أفرغته وفرَّغته وأفرغ الله عليه الصبر إفراغا أنزله عليه (المصباح المنير – معجم عربي – عربي، 2003، صفحة 279)

- تعريف وقت الفراغ (Leisure Time):

يرى الدكتور **محمد عاطف غيث** أنّ وقت الفراغ هو تحرّر مؤقت من النشاط الروتيني القائم على الالتزامات الاجتماعية المفروضة، وينطوي الفراغ على إحلال نوع من النشاط المفضّل الذي يوفّر الإحساس بالسعادة والرضا محلّ الأنشطة المألوفة، والضغوط المستمرة التي تمارسها الالتزامات الاجتماعية للحياة اليومية، وقد يؤدّي الفراغ إلى تدعيم التبادل الاجتماعي، ولكنّه لا ينطوي على المسؤولية الاجتماعية التي يشملها الدور الاجتماعي الروتيني، ومثال ذلك أنّ ممارسة الألعاب الرياضية كنشاط في وقت الفراغ، تنطوي على تفاعل اجتماعي تعاوني وتنافسي في نفس الوقت، ولكنّ الفوز في المباراة أو خسارتها أمر منفصل تماما عن المكانة العامة للشخص في المجتمع، ومعنى ذلك أنّه عندما يؤدّي الشخص أنشطة وقت الفراغ، فإنّه قد يندمج فيها كلّية دون خشية من الجزاءات والأحكام المفروضة على أدواره الاجتماعية العادية (غيث، 2006، صفحة 247)

ويقول الأستاذ الدكتور **معن خليل العمر** بأنّ مفهوم وقت الفراغ يحدّد – أحيانا – على أنّه ما تبقّى من الوقت بعد العمل المدفوع عليه الأجر. ويكون فيه الفرد أكثر حيويّة في قضاء وقت الفراغ من باقي الأوقات الأخرى، ومع زيادة

الدخل في الغرب وتوفّر المال لربّات البيوت أدّى ذلك إلى رغبتهن لقضاء وقت الفراغ بشكل متزايد. وقد يرجع أيضا إلى تنامي وقت الفراغ الصناعي الذي يقدّم تنوّعا كبيرا من وسائل اللّهو والترفيه. وقد دفعت هذه التطوّرات بعض المعلّقين بمناقشة موضوع وقت الفراغ في المجتمع فتوصّلوا إلى حقيقة مفادها أنّ: وقت فراغ الأفراد يتبلّور من خلال ذاتية الفرد، وليس فراغه أو عمله المدفوع بأجر (العمر، 2006، صفحة 281)

- تعريف ميثاق الفراغ الدولي:

هو ذلك الوقت الذي يكون للفرد فيه حرّية التصرف الكامل في شغله، وذلك بعد انتهائه من عمله ومن مسؤولياته الأخرى، وطريقة استخدام ذلك الوقت له أهمّية كبرى في حياة الإنسان، كما أنّ الفراغ والترويح يعملان على توفير احتياجات الإنسان التي تتطلّبها ظروف الحياة الحالية، فهما يعملان على إثراء حياة المواطن عن طريق ممارسته للرياضة والاسترخاء بالفنون والعلوم الطبيعية، ولذلك كان لاستثمار أوقات الفراغ أهمّية كبيرة لجميع المواطنين سواء أكانوا من السكّان الحضر أو الريف (الشتري، 2001، صفحة 385)

- تعريف دائرة معارف العلوم الاجتماعية:

هو الوقت الذي يتحرّر فيه الفرد من المهام الملزم بأدائها بصورة مباشرة أو غير مباشرة نظير أجر معيّن، وهذا يعني أنّ وقت الفراغ هو الوقت الزائد عن حاجة العمل الذي يقوم به الفرد لغرض كسب العيش (الشتري، 2001، صفحة 87)

ويذكر كلّ من **(رينولد كارلسون** Reynold Carlson، **وجانيت ماكلين** Janet Maclean، **وتيودور ديب** Theodore Deppe، **وجيمس بترسون** James Peterson) والذين اتّفقوا جميعا على تعريف وقت الفراغ بأنّه: "ذلك القدر من الوقت الذي يتمّ خلاله إشباع الحاجات الأساسية ومن ثم لا يتمّ بالإجبار على فعل أيّ شيء، فهو الوقت الذي يمارس خلاله الفرد وبإرادته أنواعا من الخبرات التي يختارها بذاته" (إبراهيم، 2001، صفحة 57)

ويؤكّد **(رالف جليسر** Ralph.G) على أنّ اختيار طرق استثمار وقت الفراغ إنّما يعبّر عن قدرة الفرد أو الجماعة أو المجتمع في التعبير عن الذّات، كما أنّ (برتراند راسل Bertrand Rassul) يؤكّد أيضا على أنّ الاستخدام الواعي لوقت الفراغ إنّما يعدّ حصيلة للتربية والحضارة (مصطفى، 1998، صفحة 18)

ويعرّف **(بول ويز** Paul,w) وقت الفراغ بأنّه حصّة الوقت في اليوم التي لا تستعمل في مقابلة الاحتياجات الملحّة أو الضرورية لوجود الإنسان. ولقد أوضح (ويز w) أنّ بعض الناس ممّن يدبّرون حياتهم على مستوى الاسترزاق فقط لن تجد عندهم وقت فراغ لأنّ كلّ طاقاتهم موجّهة لأعباء الحياة وواجباتها، وهم أشباه عبيد للحياة، حيث يعتبر لعبهم أو راحتهم مناسبة لاسترداد الأنفاس، أو هي توقّف مؤقّت لمواصلة عملهم وسعيهم في الحياة (الخولي، 1990، صفحة 105)

ويعرّف **(ناش** NACH) وقت الفراغ بأنّه الوقت الذي يتحرّر فيه الفرد من الواجبات والأنشطة الضرورية، فهو الوقت الذي يتبقّى له من بعد ذلك. ويضيف (ناش NACH) أنّه يمكن تصنيف استغلال وقت الفراغ من خلال أسلوبين أحدهما سلبي والآخر إيجابي. ويؤكّد على أهمّية توفير وقت الفراغ لإثراء الحياة الإنسانية ومناشطها، كما يفرّق (ناش NACH) بين وقت الفراغ كوقت خال وبين الترويح كتعبير عن رغبات الإنسان واهتماماته في وقت الفراغ (الخولي، 1990، صفحة 105)

وتعرّف الدكتورة **عطيّات خطّاب** وقت الفراغ بأنّه: "الوقت الحرّ الذي لا يرتبط بضرورة أداء واجب معيّن والذي يتحرّر فيه الإنسان من التزامات وضرورات الحياة، وتكون له حرّية قضائه كيفما يريد ويرغب"

ويرى (**نويمر** NEYMER) أنّه: "ذلك الوقت الذي نتحرّر فيه من القيود أو التي يفرضها علينا عملنا لوظيفي الرسمي. كما يرى (هانهارت HANHART) أنّ: "وقت الفراغ هو كلّ نشاط لا يتعلّق بمجال وقت العمل أو وقت النوم، فما هو إلّا وقت فراغ (خطاب، 1982، صفحة 11)

كما يشير (**جورج فريدمان** George Friedman) إلى نشاط وقت الفراغ بأنّه النشاط الذي يختاره الفرد بكامل حرّيته والذي يؤدّيه بطريقته الخاصّة ويتوقّع منه إحساسا بالرضا والمتعة والنّمو (طه، 2006، صفحة 09)

ويعرّف الدكتور **محمد علي محمد** الفراغ بقوله: "إنّ الفراغ الحقيقي يعني الاختيار الحرّ لنوع النشاط أو السلوك الذي يمارسه الفرد خلال الوقت الحرّ المتاح له، وهذا يقضي تنوّعا في مجال الأنشطة المتاحة (محمد م.، 1985، صفحة 216)

ويعرّفه **عبد الله السدحان** في دراسته: "وقت الفراغ هو الوقت المتبقّي للحدث مجموع ساعات اليوم بعد إطراح الوقت المستغرق في الدراسة والنوم والأكل وحاجات الجسم الفسيولوجية والأعمال العائلية (السدحان، 1994، صفحة 29)

وتشير الدكتورة **تهاني عبد السلام محمد علي** أنّ الفراغ: هو ذلك الوقت الحرّ المتبقّي من الأنشطة الضرورية كالعمل والنوم والأكل، ويكون الإحساس والشعور بالمسؤولية أدناه، ويعرف الفراغ بأنّه كمّية من الوقت، أيّ متى يتوفّر ولا يعرف كيفية قضائه (محمد ت.، 2001، صفحة 122)

ويركّز الدكتور **كامل عمران** على أنّ وقت الفراغ: هو وقت زائد عن وقت العمل الضروري، وعن وقت الراحة يكون للفرد فيه حرّية التصرف (عمران، 2000، صفحة 59)

وتعرّف **سناء محمد سليمان** مصطلح وقت الفراغ بقولها أنّه الوقت المتبقّي للفرد من مجموع ساعات اليوم بعد طرح الوقت المستغرق في الدراسة والنوم والأكل والشرب وحاجات الجسم الفسيولوجية والأعمال العائلية (سليمان، 2007، صفحة 26)

ويشير **محمد عادل خطاب** إلى أنّ وقت الفراغ هو: الوقت الحرّ الذي يفعل فيه الإنسان ما يشاء (خطاب، 1982، صفحة 33)

ويعرف أيضا بأنّه: "وقت حرّ لا يستغل في العمل بمعنى أنّه وقت معزول لا عمل تؤدّيه خلاله (سليمان، 2007، صفحة 25)

كما يعرف وقت الفراغ بأنّه ذلك الوقت الذي يكون للفرد فيه حرّية التصرّف الكامل في شغله وذلك بعد انتهائه من عمله ومن مسؤولياته الأخرى. وذلك طريقة استخدام ذلك الوقت لما له أهمية كبرى في حياة الإنسان. (الشتري، 2001، صفحة 385)

ويشير كل من **حلمي إبراهيم ولوسشن** LUSCHEN إلى أنّه لا توجد نظرية موحّدة لوقت الفراغ، كما لا يوجد تعريف للفراغ متّفق عليه من قبل المهتمين بدراسته، إلا أنّهما يشيران إلى وقت الفراغ في النقاط الثلاثة التالية (الحماحمي، 1997، صفحة 26):

– الوقت الغير المشغول أو النشاط الذي يتعارض مع وقت العمل، هو في الوقت ذاته يمثل الفترة التي يكون الفرد في حاجة إليها للشعور بوجود كيانه.

– شكل من أوجه النشاط الاجتماعي الإنساني الذي يتعارض مع نشاط العمل.

– حالة عقلية لنشاط الإنسان.

– الطرق الأساسية لمفهوم وقت الفراغ:

قد تحدّث **(ستانلي باركر** Parker,S) أن هناك ثلاث طرق لتعريف وقت الفراغ، وهو يرى أن هناك ثلاث طرق لتعريف الفراغ:

– الطريقة الأولى: وهي تعريف الفراغ باعتباره الوقت الفائض عن العمل وواجبات الحياة الأخرى مثل النوم والأكل وتحقيق الحاجات الفسيولوجية، وذلك بأن تأخذ الأربع والعشرين ساعة وتسقط منها الفترات التي لا تعد فراغا كالعمل والنوم بالإضافة إلى تحقيق الحاجات الفسيولوجية، وتسمى هذه الطريقة بطريقة البواقي ((الشتري، 2001، صفحة 76)

– الطريقة الثانية: وهي طريقة لا تهتم بفكرة الوقت، وإنّما تعتبر النشاط الذي يتمّ ممارسته هو الأساس في تعريف وقت الفراغ، ولذا تؤكّد على أنّه ليس من الضروري وجود كم من الوقت المتاح للفرد لقيامه بنشاط ما، ولكن التأكيد عليه هو كيفية مشاركة الفرد في هذا النشاط في هذا الوقت المتاح له، ومن ثم فإنّ هذه الطريقة تركّز على أن تكون الأهمية للكيفية التي يتمّ بها استثمار وقت الفراغ وليس لكم الوقت المتاح للفرد (الحماحمي، 1997، صفحة 30)

– الطريقة الثالثة: وهي طريقة تجمع بين التعريفين السابقين، ويذهب إلى أنّه يمكن رؤية وقت الفراغ (كوقت خال من العمل و الواجبات الأخرى ويخصّص للاسترخاء) أو النّمو الشخصي أو تنمية الذات، وكذلك يمكن تعريف وقت الفراغ كعدد من الأعمال التي نغمس فيها الفرد بمحض إرادته إما للراحة أو التسلية أو زيادة معلوماتية أو تحسين مهارته أو زيادة مشاركته في الوسط المحيط بعد استيفاء واجباته الوظيفية والأسرية والاجتماعية (الخولي، 1990، صفحة 108)

– أهمية وقت الفراغ:

نشأ وقت الفراغ منذ نشأة السلالة البشرية، فهو وليد الانسان البدائي، ولكن لم تظهر فلسفته إلاّ في مستهل القرن العشرين، عصر الثورة العلمية والتكنولوجية التي فرضت في هذا العصر معادلة العمل ووقت الفراغ، ولقد كان ينظر لوقت الفراغ على أنّه عدد من الساعات الضائعة يستسلم الفرد خلالها لوساوس الشيطان، حسب رأي **(كالفن** kalvan) ويؤكّد **(برتراند راسل** Bertrand Rassul) على أنّ الاستخدام الوافي لوقت الفراغ إنّما يعدّ حصيلة تربوية.

وقد يعتقد البعض أنّ وقت الفراغ هو ذلك الوقت الذي يفعل فيه الفرد ما يشاء...وهذا مفهوم خاطئ، فالطرق والأساليب التي يقضي فيها الأفراد والجماعات وقت الفراغ تعتبر وجهاً من أوجه الحياة العامّة للأمّة، فهي تؤثّر في سلامة الفرد وسلامة المجتمع. فالخلود إلى الحياة الراكدة أو الانغماس في النشاطات الفاسدة في وقت الفراغ يؤدّي إلى انحطاط قوى الفرد وإلى اضطراب الحياة الاجتماعية وفسادها، وممّا يتبع ذلك من مقاومة السلطات للانحراف والاضطرابات السلوكية (الشربيني، 2005، صفحة 75)

كما يرى **إحسان محمد الحسن** أنّ سياسة الفراغ في المجتمع المتحضّر تعتمد على المبدأ الإنساني الذي يطمح بتحويل وقت الفراغ إلى وقت ترويح يستثمره الإنسان في تطوير قدراته وإمكاناته الجسمانية والعقلية والمهنية. ووقت

الفراغ في المجتمع يفتح أمام الإنسان الإمكانات والاحتمالات التي من شأنها أن تنمّي شخصيته طالما أنّه يستهدف ترسيخ التربية الإنسانية الفاضلة والتنمية الروحية، وتحقيق الأهداف الاجتماعية وبعث وتجديد قوى الحيوية الجسمانية والروحية عند الأفراد والجماعات. (الحسن، 2005، صفحة 75)

ويعتبر استثمار وقت الفراغ من الأسباب الهامّة لمعرفة مدى وضوح مفهومه لدى الأفراد، ومدى إدراكهم لأهمية ممارسة مناشطة، وكذلك إلمامهم بالبنية المعرفية المرتبطة بنظريات فلسفة وقت الفراغ، وأنّه بقدر الوضوح معنى وقت الفراغ يكون الإقبال على ممارسة مناشطه المتنوعة التي تؤثّر على تطورات ونموّ الشخصية، كما يعتبر من المشاكل الهامّة التي توليها المؤسسات والهيئات الاجتماعية القدر الكبير من العناية والاهتمام، بالإضافة إلى أنّ استثمار وقت الشباب يرتبط ارتباطا وثيقا بالعمل التربوي في المؤسسات التربوية للشباب كالمدارس، والجامعات، والمنظمات والشباب، ومحاولة منها لتوجيه الجيل الصاعد والتوعية بأهمية استثمار وقت فراغه بصورة نافعة، تعود عليه وعلى الوطن بالفوائد، وإتاحة الفرصة أمامه لممارسة العديد من الأنشطة الترويجية في وقت فراغه بهدف تربيته وتنميته، ويرى الكثير من المربّين ضرورة الاهتمام بتشكيل أنشطة وقت الفراغ بصورة تسهم في إكساب الفرد الخبرات السارة الإيجابية، وتساعد على نموّ شخصيته وتكسبه العديد من الفوائد الخلقية والصحية والبدنية والنفسي (خطاب، 1982، صفحة 10)

ويضيف كمال درويش أن مستقبل أيّ مجتمع من المجتمعات يتوقّف إلى حدّ كبير على كيفية قضاء أبنائه لساعات الفراغ، فإنّ استغلال وقت الفراغ بطريقة بنّاءة يعود على المجتمع بالفائدة المرجوة (مرسى، 1999، صفحة 29)

ويحرص **الاسلام** على استثمار وقت الانسان من يقظته الى نومه، ويحسن توزيع وقت الإنسان بين العبادة والعمل الجادّ، وكذا الراحة والترفيه الهادف (موسى، 1998، صفحة 165،164)

فالإسلام دين يسر لقوله تعالى: "يريد الله بكم اليسر ولا يريد بكم العسر" سورة البقرة، الآية 185.

– وظيفة وقت الفراغ:

تتحدّد وظيفة وقت الفراغ في ضوء مفهومه لدى الأفراد، ويمكن استنباط وظيفة وقت الفراغ ممّا يراه **(ستانلي باركر** Parker,S) أنّ وقت الفراغ هو مجموعة من الوظائف أو المناشط التي ينغمس فيها الفرد بمحض إرادته، وذلك بحثا عن الراحة أو المتعة لغرض تنمية معلوماته أو لتحسين مهارته أو للإسهام في تقديم خدمات تطوعية للمجتمع الذي يحيط به، وذلك بعد تركه لعمله الأساسي الاجتماعي أو العائلي" (خطاب، 1982، صفحة 12،11)

وينظر إلى وظيفة وقت الفراغ على أنّها الترويح عن الذات، أو اللّعب، أو الراحة من العمل والدراسة، أو أنّها العزلة الاجتماعية، والاختلاف في تحديد وظيفة وقت الفراغ يرجع إلى الفلسفة التي يعتنقها الفرد والتي يتبنّاها المجتمع.

ويحدّد **(دوما زيديه** DUMAZEDIER) الوظائف الرئيسية لوقت الفراغ وفقا لما يلي (الحماحمي، 1997، صفحة 28):

– الاسترخاء: ويعبّر عنه بالاستجمام والتخلّص من أعباء ومشكلات الحياة اليومية.

– التسلية: ويعبّر عنها بأنّها وسيلة مضادة للملل من روتين الحياة اليومية.

– تطوير الشخصية: ويعبّر عنها بالتنمية المعرفية والعقلية وبالمشاركة الاجتماعية

– الرؤية التربوية لأوقات الفراغ:

يعتبر الفراغ من أكثر الموضوعات التي اهتم بها الأنثروبولوجيين، وعلماء الاجتماع وعلماء النفس والاقتصاد والتربويون، وذلك لأنّ الأنثروبولوجيين وجدوا في الأنشطة التي تمارسها الجماعات البدائية في أوقات فراغها إحدى مظاهر السلوك الاجتماعي التي تكشف لنا عن بعض قيم وعادات ومعتقدات تلك الجماعات، وبذلك فإنّ تلك الأنشطة التي تمارس في أوقات الفراغ تعكس لنا بعض مظاهر أسلوب الحياة لحضارة تلك الجماعات البشرية، ويرتبط ببناء تلك المجتمعات وبحياة الإنسان فيها، ولا تخلوا أعمال علماء الاقتصاد من إشارة متكرّرة لأهمّية الوظائف الاقتصادية لأنشطة وقت الفراغ بالنسبة للأفراد للمجتمع لما لهذه الأنشطة من مردودات إيجابية بالنسبة للإنتاج الاقتصادي.

هذا وأدرك علماء التربية أهمّية شغل أوقات الفراغ وما يرتبط بحياة الفرد والجماعة والمجتمع وطابع الحياة الاجتماعية لدى الجماعة، إضافة لذلك فقد أدخلوا على أنشطة وقت الفراغ أهمّية تربوية بالتأكيد على ما يتركه من أثر على شخصية الأفراد وعقولهم ونموهم النّفسي والجسماني والاجتماعي أيضا (الجولاني، 2003، صفحة 83)

– العوامل المؤثرة في وقت الفراغ:

كشفت نتائج البحوث التي أجريت عن الفراغ والترويح أنّ هناك العديد من العوامل التي تؤثر في وقت الفراغ من حيث حجمه، ومن حيث طريقه شغله والإفادة منه، ومنها عوامل اجتماعية واقتصادية وثقافية وبيولوجية وغيرها ومن هذه العوامل على سبيل المثال ما يلي: (سليمان، 2007، صفحة 149)

– الجنس: تختلف الأنشطة الترويحية باختلاف الجنس، فالذكر له أنشطة ترويحية تناسبه، كما أنّ للأنثى أنشطة أخرى تناسبها، فالذكور يميلون إلى الأنشطة ذات الطابع البدني التنافسي، في حين تقبل الإناث على الأنشطة الترويحية الهادئة التي تمارس غالبا في المنزل أو مع الصديقات، ومنشأ هذا التباين في الأنشطة الترويحية طبيعة كل منهما، ويظهر هذا الاختلاف بشكل واضح في المجتمعات المسلمة التي تراعي ذلك الأمر.

– العمر (السنّ): يؤثّر العمر في تحديد نوع النشاط الترويحي، فالأطفال لهم أنشطتهم الخاصة، وفي الغالب أنّها ذات طابع حركي مستمر ومتواصل، في حين تكثر الأنشطة الثقافية والقراءة والرحلات بين البالغين، بينما تمتاز أنشطة فئة الشباب بالتنوّع، إلاّ أنّ الجانب الرياضي والرحلات البرّية تطغى عليها.

– المستوى التعليمي: يتدخّل المستوى التعليمي بشكل كبير في تحديد النشاط الترويحي الذي يمارسه الأفراد خلال أوقات فراغهم، فالقراءة مثلا سنجدها تكثر بين ذوي المستويات التعليمية المرتفعة.

– المستوى الاقتصادي للأفراد: يؤثّر هذا العمل من خلال القدرة على تهيئة وتوفير الوسائل والأدوات التي من خلالها يمارس الفرد الأنشطة الترويحية، فالرحلات الخارجية والسفر والسياحة قد لا تتحقّق لأصحاب الدخول المنخفضة.

– مقدار وقت الفراغ: وهذا العمل يؤثّر بشكل كبير وأساسي في تحديد نوعية النشاط الترويحي، إذ هناك من الناس من ينصرف عن ممارسة نشاط معيّن لأنّه يحتاج إلى وقت فراغ كبير قد لا يتوفّر له.

– مكان الترويح ونوعية المشاركين: إذ غالبا ما يتأثّر الفرد بمن حوله ويندمج معهم في ممارسة النشاط الترويحي لمجرّد أنّه يشاهد غيره يمارسه.

– المستوى الاقتصادي والمادي للمجتمع: لكلّ مرحلة من مراحل نمو المجتمع الاقتصادية ما يناسبها من الأنشطة الترويحية، فإن كان المجتمع يمرّ بمرحلة تدهور اقتصادي فهذا الوضع الاقتصادي المتردّي سيجعل أفراده يمارسون أنشطة ترويحية تختلف عن الأنشطة الترويحية التي يمارسونها عند ظهور تحسن اقتصادي ورخاء مادّي، فمقدار الدخل السنوي للأفراد ومستوى المعيشة للمجتمع بشكل عام له أثره في بروز أنشطة ترويحية والتركيز عليها دون غيرها.

– خصوصية المجتمع الدينية والثقافية: إنّ طبيعة المجتمع وخصائصه الدينية والثقافية التي تميّزه عن المجتمعات الأخرى، لها دور كبير في تحديد نوعية الأنشطة الترويحية التي يمارسها أفراده، ولا يمكن إغفال دورها في ظهور أنشطة ترويحية تتناسب وطبيعة ذلك المجتمع، كما تؤدّي هذه الخصوصية للمجتمع إلى اختفاء أنشطة ترويحية أخرى.

– الاهتمام الأكاديمي بدراسة أوقات الفراغ:

من خلال مفهوم وقت الفراغ ومعرفة مختلف وجهات النظر التي من خلالها تم تأسيس ما يعرف بالوقت الحرّ، وإبراز الإسهامات العلمية لكلّ من العلوم الاجتماعية والإنسانية والتربوية والنفسية في التعامل مع قضية الفراغ وكيفية استثماره، هذا ما جعله محطّ اهتمام الكثير من المفكرين والعلماء والساسة والإداريين، خاصّة ما يعرفه العالم من تطوّر علمي رهيب وتقدّم تكنولوجي وبروز مصطلح العولمة.

والمتتبّع لتاريخ علم الاجتماع سوف يلمس أيضا اهتماما أكاديميا وواقعيا بقضية الفراغ، وإن كانت الدراسات الاجتماعية التقليدية لم تهتم بإبراز هذا الاهتمام، فالمعالجة التي قدّمها **كارل ماركس** للعمل بوصفه قيمة إنسانية أساسية تكشف عن اهتمامه بتحليل العلاقة بين العمل والملكية الجماعية والتقدّم التكنولوجي ووقت الفراغ المتاح للإنسان المعاصر. ومن ثم ما يجب أن يبذل من جهد للتغلّب على الفجوة أو التناقض بين متطلبات العمل وبين الفراغ. ممّا يسهم بدوره في تنمية شخصية الإنسان بعيدا عن التأثير الذي يحدثه الاغتراب، ومعنى ذلك بعبارة أخرى: أنّ القضاء على التناقض بين العمل والفراغ هو أحد المداخل الممكنة على طريق تنمية إنسان غير مغترب (محمد م.، 1985، صفحة 41)

ولقد كان أوّل كتيب عن الفراغ لدى العامل هو ذلك الذي أصدره **(بول لافارج** lavag poul) الذي كان مناضلا اشتراكيا وحمل عنوان – حق التعطيل – ولم تكد تنقضي العشرينات والثلاثينات حتى ظهرت في أوروبا والولايات المتحدة، الدراسات الإمبريقية المبكّرة عن الفراغ التي أجراها علماء الاجتماع. ولقد بعث إدخال يوم الثماني ساعات عمل أمال المصلحين وآثار قلقهم في الوقت ذاته، خاصّة فيما يتعلّق بكيفية استغلال الإنسان للوقت الحرّ وطرق تمضيته (محمد م.، 1985، صفحة 42)

وفي عام 1899 ظهرت في الولايات المتحدة الأمريكية الطبعة الأولى لكتاب **(فيبلن** 1857–1929) الذي كان بعنوان (Théorie de la classe de loisir) حيث ميّزت فيه (فيبلن Veblen) بين طبقتين اجتماعيتين موجودتين في الولايات المتّحدة الأمريكية في نهاية القرن الثامن عشر وبداية القرن التاسع عشر وهما: طبقة الترويح، والطبقة الصناعية (Veblen، 2011، صفحة 15)

ومن خلال نتائج البحوث التي أجريت في أوروبا، وفي الولايات المتحدة الامريكية، تبيّن أنَ هناك علاقة بين الفروق الطبقية واستخدامات أوقات الفراغ، ونذكر على سبيل التمثيل أنّ الفئات العمّالية تميل إلى قضاء أوقات فراغها

بطريقة سلبية، فهي تسعى إلى التسلية من خلال مشاهدة برامج التلفزيون أو تمضي وقتا طويلا في الاسترخاء. وتميل الفئات الوسطى إلى الأسلوب الإيجابي في قضاء أوقات الفراغ، ويتمثّل ذلك من خلال المشاركة في النشاطات العقلية والجسمية. ومن العوامل المؤثّرة في هذا الصدد عامل العمر.

وقد قدّم (**ك. روبرتس** ROBERTS) سبع مبرّرات لمختلف أنماط وقت الفراغ بين ذوي المهن المختلفة على النحو الآتي:

– تتطلّب الأعمال اليدوية وقتا وطاقة أكثر، وهذا ما يجعل المشتغلين بهذه الأعمال ليست لديهم القدرة على استغلال أوقات فراغهم.

– الإجهاد الجسمي الذي يسبّبه العمل اليدوي يجعل المشتغلين بهذه الأعمال يميلون إلى قضاء وقت فراغهم في الاسترخاء (خطاب، 1982، صفحة 44، 43)

– الأشخاص من ذوي المستوى الاقتصادي الأدنى ليس لديهم الدخل الكافي للاستثمار وقت الفراغ خارج المنزل، أو لمزاولة النشاط في النوادي أو المسارح أو غيرها من المجالات التي تحتاج إلى إنفاق مالي.

– الأسر ذات المستوى الاجتماعي والاقتصادي العالي، لهم فرصة السفر والقيام برحلات خارجية، وهذا في حدّ ذاته يثير لديها الاهتمام لقضاء وقت الفراغ.

– التعليم يحفّز الأسر ذات المستوى الاجتماعي والاقتصادي العالي إلى الاهتمام بأنشطة الفراغ في مجالات مختلفة.

– إنّ العمل الذي يزاوله أصحاب المستوى الاجتماعي والاقتصادي العالي يتيح لهم فرصة الاكتساب والتنمية لمهارات يمكن استغلالها في وقت الفراغ.

– إنّ عادات الفراغ تعبّر عن اتجاهات المكانة التي تنشأ بدورها في مجال العمل، وهي تمارس تأثيرها في أنشطة الناس خال وقت الفراغ (محمد م.، 1985، صفحة 176)

– النظام الأسري وأوقات الفراغ:

الأسرة (Family) هي البيئة الاجتماعية الأولى التي تتولّى الإشراف على رعاية وتوجيه الطفل، وتوفير حاجياته المادّية والنفسية والاجتماعية بما يتناسب مع نموّه الزمني والعقلي، لأنّ التنشئة الاجتماعية المتوازنة تستدعي تأمين غذاء الجسم، وغذاء الروح على حد سواء (بلغيث، 2007، صفحة 82)

والأسرة هي المؤسسة التربوية الأولى التي تتلقّى المخلوق البشري منذ أن يفتح عينيه النور، وهي الوعاء الذي تتشكّل داخله شخصية الطفل تشكيلا فرديا واجتماعيا، كما أنّها المكان الأنسب الذي تطرح فيه أفكار الآباء والكبار ليطبّقها الصغار وعلى مرّ الأيام تنشئتهم في الحياة.

وتعتبر الأسرة أوّل جماعة يعيش فيها الطفل، ويشعر بالانتماء إليها ويتعلّم كيف يتعامل مع الأخرين في سعيه لإشباع حاجاته، كما تعتبر الأسرة الوحدة الاجتماعية البنائية الأساسية في المجتمع، وتنشأ منها مختلف التجمّعات الاجتماعية، وهي المسؤولة الرئيسية عن تطوير المجتمع وتوجيهه، وتنظيم سلوك الأفراد بما يتلائم والأدوار الاجتماعية المحدّدة وفقا للنمط الحضاري العام، وتعتبر الأسرة كذلك الثمرة الطبيعية للزواج (ناصر، 1996، صفحة 62)

ويعتبر الترويح الذي لا يكون إلاّ في وقت الفراغ من الأنشطة الهامة في حياة الأسرة، إذ يساعد على تماسكها والتكامل بين أفرادها، ويربط بينهم برباط مشترك من الاهتمامات والميول. ومن العوامل التي أسهمت في أهمية الترويح للأسرة العصرية في عصرنا الحالي: التقدّم العلمي والتكنولوجي الذي ساعد على تطوير الحياة في المنزل وإدخال الكثير من الوسائل التي لم تكن معروفة من قبل. (خطاب، 1982، صفحة 69)

ولقد أكّد (**كيلي** kelly) في دراسة علمية له ما يقرب من حوالي (3 %) من مناشط الترويح وأوقات الفراغ قد بدأت في الأسرة، وأنّ ما يقارب (70%) من المناشط الإبداعية قد تمّت عن طريقها.

وكذلك وجد (**ناش** Nash) في نتائج أبحاثه أنّ (70%) من ميول وهوايات أهالي مدينة نيويورك قد بدأت في الأسرة، وأنّ (70%) من هذه الهوايات أيضا ظهرت قبل سنة الثانية عشرة. (مصطفى، 1998، صفحة 177)

إنّ هذه الدراسات ونتائج البحوث التي تناولها بيّنت ممّا لا مجال للشكّ أهمّية الاهتمام بمناشط أوقات الفراغ والترويح بالنسبة للأسر والآثار الإيجابية على مستقبل الطفل وبناء شخصيته.

ومهما كانت التغيّرات الاجتماعية فإنّ التربية الترويحية لوقت الفراغ هي أوّلا مسؤولية الأسرة في المنزل.

ولا يمكننا أن نتجاهل أهمّية الترويح العائلي، فقد كانت نتائج الأبحاث مؤكّدة بأن المهارات التي يمارسها معظم الكبار من الشباب قد تعلّموها في مرحلة الطفولة، ومن أجل هذا يجب المزيد من العناية والاهتمام بوضع خطط وبرامج داخل الأسرة تساعد الكبير والصغير في الاستثمار الجيّد والنافع لأوقات الفراغ، وعدم ترك منافذ لبعض الأعمال الفاسدة التي تعكّر من صفو الأسر، وبالتالي تنعكس على الترابط الأسري.

وقد تزعزع كيان الأسرة ممّا يؤثّر سلبا على تنشئة الأطفال ويسبّب التفكك الأسري. (محمد ت.، 2001، صفحة 209)

- خاتمة:

من خلال ما تشهده المجتمعات اليوم من تطوّر عظيم في جميع العلوم والفنون الحديثة التي تتعاون فيما بينها وتهدف لتحقيق غاية مشتركة وهي ترقية الانسان ومحاولة إسعاده بأعلى قدر ممكن، وتوجيه الحياة إلى ما يسعد أكبر عدد ممكن من الانسانية، وذلك من خلال النتاج الضخم في جميع الميادين سواء الاقتصادية أو الاجتماعية أو الثقافية ...إلخ، نتج عنه بالمقابل الحاجة الماسّة للترويح عن النفس والتنفيس عنها في أوقات الفراغ، هذه الأخيرة موجودة بالنسبة لأغلب فئات وشرائح المجتمع ولكنّ فلسفة استغلالها واستثمارها هو ما قد يختلف من طبقة لأخرى أو من فئة لأخرى أو ربّما حتى من مجتمع لأخر، على غرار الفرق الكبير بين المجتمعات الغربية المتطوّرة ومجتمعات العالم الثالث في استغلال أوقات الفراغ بالمجتمع أحسن استغلال، وما دراسات واهتمامات الأكاديميين والباحثين وأهل المعرفة والتخصّص ببلورة رؤية فلسفية لأوقات الفراغ لدليل قاطع على أهمّية أوقات الفراغ في عصرنا الحالي.

- قائمة المصادر والمراجع:

- القرآن الكريم

*** المراجع باللغة العربية:**

أ- الكتب:

- اسماعيل القرة غولي، مروان عبد المجيد إبراهيم، التربية الترويحية وأوقات الفراغ، الطبعة الأولى، عمان، الأردن، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع، 2001

- السيد علي الشتا، فادية عمر الجولاني، الترويح واستثمار أوقات الفراغ في المجتمع العربي، سلسلة الطفل العربي، عدد 15، الاسكندرية، المكتبة المصرية، 2003
- إحسان محمد الحسن، علم اجتماع الفراغ، الطبعة الأولى، عمان، دار وائل للنشر والتوزيع، 2005
- كمال درويش ، محمد الحماحمي، رؤية عصرية للترويح وأوقات الفراغ، الطبعة الأولى، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1997
- كمال درويش، أمين الخولي، أصول الترويح وأوقات الفراغ – مدخل العلوم الانسانية، القاهرة، دار الفكر العربي، 1990.
- عبد المجيد سيد أحمد منصور، زكريا الشربيني، الشباب بين صراع الأجيال المعاصرة والهدى الإسلامي: المشكلات، القضايا، مهارات الحياة، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي، القاهرة، 2005
- سلطان بلغيث، دليل المربّين في التعامل مع الناشئين، الطبعة الأولى، الجزائر، دار قرطبة للنشر والتوزيع، 2007
- عطيات محمد خطاب، أوقات الفراغ والترويح، الطبعة الثالثة، القاهرة، دار المعارف، 1982
- سناء محمد سليمان، كيفية تنظيم الوقت وشغل أوقات الفراغ، سلسلة ثقافية سيكولوجية للجميع، عدد 12، الطبعة الأولى، القاهرة، عالم الكتب، 2007
- طه عبد الرحيم طه، مدخل إلى الترويح، الطبعة الأولى، الاسكندرية، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، 2006
- تهاني عبد السلام محمد، الترويح والتربية الترويحية، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي، 2001.
- محمد علي محمد، وقت الفراغ في المجتمع الحديث، دار النهضة العربية، بيروت، 1985
- حسين أحمد الشافعي، سوزان أحمد مرسى، تاريخ التربية البدنية في المجتمعين العربي والدولي، الرياضة والمرأة، الإسكندرية، منشأة المعارف، 1999
- محمد محمد الحماحمي، عايدة عبد العزيز مصطفى، الترويح بين التربية والتطبيق، الطبعة الثانية، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1998
- عبد الفتاح تركي موسى، التنشئة الاجتماعية، مصر، المكتب العلمي للنشر والتوزيع الاسكندرية، 1998.
- إبراهيم ناصر، علم الاجتماع التربوي، ط 2، بيروت، عمان دار الجيل، مكتبة الرائد العلمية، 1996

ب- الرسائل العلمية:

- عبد العزيز بن حمود الشتري، وقت الفراغ وشغله في مدينة الرياض، دراسة ميدانية، رسالة ماجيستر منشورة، مطابع الجامعة، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، المملكة العربية السعودية، 2001

ج- المجلّات:

- عمران, ك. (2000, ديسمبر 14). وقت الفراغ في منظور طلبة جامعة دمشق. مجلة العلوم الانسانية. 2000, جامعة منتوري قسنطينة: منشورات جامعة منتوري قسنطينة.

د- القواميس والموسوعات والمعاجم:

- أحمد بن محمد الفيومي المقري، المصباح المنير – معجم عربي – عربي، طبعة جديدة، القاهرة، دار الحديث، 2003.
- جمال الدين محمد بن منظور، لسان العرب (لسان اللسان – تهذيب لسان العرب)، المكتب الثقافي لتحقيق الكتب، إشراف الأستاذ علي مهنا، الطبعة الأولى، الجزء الثاني، بيروت، دار الكتب العلمية
- جماعة من المختصين، إشراف أحمد أبو حاقة، معجم النفائس الوسيط، الطبعة الأولى، دار النفائس للطباعة والنشر والتوزيع.
- السيد الشريف الجرجاني، التعريفات، اعتنى به مصطفى أبو يعقوب، الطبعة الأولى، المغرب، مؤسسة الحسنى، 2006
- مجد الدين محمد الفيروزي آبادي، معجم القاموس المحيط، رتبه ووثقه، خليل مأمون شيحا، الطبعة الثانية، بيروت، دار المعرفة للطباعة والنشر والتوزيع، 2007
- محمد عاطف غيث، قاموس علم الاجتماع، الاسكندرية، دار المعرفة الجامعية للطبع والنشر والتوزيع، 2006
- معن خليل العمر، معجم علم الاجتماع المعاصر، الطبعة الاولى، الإصدار الثاني، عمان، دار الشروق للنشر والتوزيع، 2006

*** المراجع باللغة الأجنبية:**

Thorstein Veblen, Théorie de la classe de loisir, editions gallimard, paris, 2011