

مبانے مدیریت اوقات فراغت بارویکرد ورزش های تفریحی

تالیف:

دکتر میر حسن سید عامری

دانشیار مدیریت ورزشی دانشگاه ارومیه

مرتضی فتاح پور مرندی

سرشناسه	: سید عامری ، میر حسن، 1342-
GV	مبانی مدیریت اوقات فراغت با رویکرد ورزش های تفریحی /میر حسن
181	عنوان و نام
2م8ص/	: سید عامری، مرتضی فتاح پور مرندي؛ ویراستار ادبی فاطمه مدرسی؛
1391	پدیدآورندگان
	ویراستار علمی مهرداد محرم زاده. - ارومیه: دانشگاه ارومیه، 1392.
مشخصات	: 209ص.- (انتشارات دانشگاه ارومیه:132)
ظاهری و نشر	
شابک	: ISBN : 978-600-6648-26-2
فهرست نویسی	: فیپا
نوع منبع	: چاپی.
	: کتابنامه.
موضوع	: 1.اوقات فراغت-- مدیریت .2.تفریح-- مدیریت.الف. فتاح پور
	مرندی، مرتضی، نویسنده همکار. ب. عنوان.ج.فروست.
	: 2م8ص/GV181

مبانی مدیریت اوقات فراغت با رویکرد ورزش های تفریحی

تالیف: میر حسن سید عامری ، مرتضی فتاح پور مرندي
ویراستار ادبی: پروفیسور فاطمه مدرسی (استاد زبان و ادبیات فارسی دانشگاه ارومیه)
ویراستار علمی: دکتر مهرداد محرم زاده (دانشیار مدیریت ورزشی دانشگاه ارومیه)
نوبت چاپ و تاریخ انتشار: اول- 1392
شمارگان: 2000 نسخه
ناشر: انتشارات دانشگاه ارومیه
شابک : 2- 978-600-6648-26-2
ISBN : 978-600-6648-26-2
قیمت: ریال

انتشارات دانشگاه ارومیه

((کلیه ی حقوق اثر مزبور برای انتشارات دانشگاه ارومیه محفوظ است))

تقديم

به شهدای راه علم و حقیقت

پیشگفتار:

چگونگی سپری کردن اوقات فراغت همان گونه که متأثر از فرهنگ و جامعه است در ساختار جامعه و فرهنگ نیز اثر می‌گذارد و به مرور زمان موجبات تغییرات اجتماعی را فراهم می‌آورد؛ به طوری که با برنامه‌ریزی صحیح و حساب شده و مناسب برای اوقات فراغت افراد جامعه، می‌توان به توسعه ملی رسید. امروزه، در سراسر جهان مسئله اوقات فراغت ابعاد تازه‌ای یافته و جایگاه خاصی پیدا کرده است. یکی از حوزه های اوقات فراغت تاکید بر فعالیت بدنی و ورزش در پر کردن فراغت افراد جامعه است. توانایی مدیریت و برنامه ریزی صحیح و اصولی اوقات فراغت با تاکید بر ورزش در سطوح مختلف برای دست اندرکاران این امر یکی از تخصص های بسیار مهم در حوزه مدیریت ورزشی محسوب می‌شود. بدین جهت برخورداری از تخصص های لازم در این زمینه با رویکرد کاربردی برای همکاران و دانشجویان علاقمند تحصیل در دوره های تحصیلات تکمیلی (کارشناسی ارشد و دکتری) مدیریت ورزشی ضروری به نظر می‌رسید، جهت پر کردن این خلاء در تالیف این کتاب سعی شده مطالب آن بر اساس سرفصل پیشنهادی کمیته برنامه ریزی به عنوان الگویی کاربردی در یازده فصل تدوین و در نهایت مورد استفاده علاقمندان طالب این رشته قرار گیرد. در خاتمه یادآوری می‌نماید انعکاس هر گونه نظرات اصلاحی و تکمیلی و انتقاد و پیشنهاد ها جهت بهره مندی در چاپ های بعدی مزید امتنان مولفان خواهد بود.

دکتر میر حسن سید عامری

مرتضی فتاح پور مرندي

فهرست

صفحه

عنوان

فصل اول: نگاهی به مبانی و ماهیت وجودی مفهوم اوقات فراغت.....	6
فصل دوم: تعاریف و مفاهیم اوقات فراغت با رویکرد ورزش تفریحی.....	Error! Bookmark not defined.
فصل سوم: ورزش های تفریحی برون شهری.....	Error! Bookmark not defined.
فصل چهارم: ورزش های تفریحی فضای روباز و فضای سرپوشیده.....	Error! Bookmark not defined.
فصل پنجم: وسایل ، تجهیزات و تسهیلات ورزش تفریحی و اوقات فراغت.....	Error! Bookmark not defined.
فصل ششم: ملاحظات مالی و اعتباری ورزش تفریحی.....	Error! Bookmark not defined.
فصل هفتم: برنامه های متناسب با علایق و نیاز شرکت کنندگان در برنامه ها و ورزش های تفریحی	Error! Bookmark not defined.
فصل هشتم: نیروی انسانی شاغل در مدیریت حوزه ورزش تفریحی.....	Error! Bookmark not defined.
فصل نهم: آشنایی با برنامه های ورزش های تفریحی در سایر کشورها.....	Error! Bookmark not defined.
فصل دهم: آینده اوقات فراغت و ورزش های تفریحی.....	Error! Bookmark not defined.
فصل یازدهم: آشنایی با تحقیقات انجام شده در خصوص اوقات فراغت و ورزش های تفریحی.....	Error! Bookmark not defined.

فصل اول: نگاهی به مبانی و ماهیت وجودی مفهوم اوقات فراغت

هدف کلی

آشنایی با مبانی و مفهوم اوقات فراغت از زوایای مختلف و دیدگاه های گوناگون

هدف های یادگیری

پس از مطالعه این فصل:

- 1- با پیدایش مفهوم فراغت و گرایش انسان به آن آشنا خواهید شد؛
- 2- با آراء و اندیشه های صاحب نظران پیرامون اوقات فراغت و تفریحات سالم آشنا خواهید شد؛
- 3- با دیدگاه های مختلف در زمینه اوقات فراغت آشنا خواهید شد؛
- 4- با سیر تحولی اوقات فراغت از ابتدا تا به حال آشنا خواهید شد؛

مقدمه

مفهوم تفریح و اوقات فراغت از جمله پدیده ها و موضوعاتی است که از بدو پیدایش انسان در این جهان وجود داشته و با گذر زمان و توسعه دانش بشری، مفاهیم جدیدی به آن اضافه گردیده است. این مفاهیم توجه بسیاری از صاحب نظران و اندیشمندان را به خود جلب نموده است. در این میان جامعه شناسان و متخصصان علوم اجتماعی و انسانی بیشتر به این موضوعات توجه نموده و دامنه تحقیقاتی خود را روی این موضوعات متمرکز کرده اند. جامعه شناسان، اوقات فراغت را واقعیتی کاملاً تازه و نو تصور می کنند که در نتیجه انقلاب صنعتی و توسعه اجتماعی و اقتصادی جهان امروز پدید آمده است. امروزه فعالیت های اوقات فراغت از چنان اهمیتی برخوردار شده اند که کارشناسان از آن به مثابه آیینی تمام نمای فرهنگ یاد می کنند. در این معنا، چگونگی گذران اوقات فراغت افراد یک جامعه به میزان زیادی معرف خصوصیات فرهنگی آن جامعه است. در دهه های اخیر، جامعه شناسان و صاحب نظران مطالعات فرهنگی با پیوند مؤلفه های تشکیل دهنده اوقات فراغت با هویت اجتماعی افقی نوین در این عرصه پژوهشی گشوده اند. مطالعه اوقات فراغت، افزون بر فراهم ساختن بستر مناسب برای برنامه ریزی های فرهنگی و اجتماعی که این مهم به ویژه در جامعه جوان ایران از اهمیتی مضاعف برخوردار است، این امکان را فراهم می سازد تا در پرتو نظریه های مختلف و سنجش ارتباط آن با دیگر متغیرهای اجتماعی الگوی نظری مناسبی برای تحقیق در این عرصه ارائه گردد. در این فصل از کتاب تلاش خواهد شد تا با مروری بر نظریه ها، مفاهیم و کارکرد های اوقات فراغت مبانی و مفاهیم پایه در این زمینه برای مخاطبان و خوانندگان کتاب تبیین و توضیح داده شود. بدیهی است که با توجه به گستردگی و پیچیدگی موضوع کاستی ها و نواقصی در این رابطه وجود خواهد داشت، اما تلاش نویسندگان بر این بوده است تا با توجه به سودمندی عملی نظریه ها برای برنامه ریزی به طرح این موضوعات بپردازند.

1- پیدایش مفهوم فراغت و گرایش انسان به آن

به طور کلی درباره پیدایش فراغت و همچنین گرایش انسان به آن سه نظریه مطرح عنوان شده است که برای تبیین بیشتر این مفاهیم و نظریه ها بطور خلاصه در زیر بیان می شود.

1-1- اولین نظریه حاکی از این است که مبنای تفریح «مذهب» است.

چنانچه در جوامع اولیه عملاً رسوم مذهبی از بازی و تفریح جدا نبوده است و رقص و آواز و نمایش رابطه تنگاتنگ با سنن مذهبی داشته است. فلوئید هاوس در کتاب "سلسله نظریه های اجتماعی" ریشه تفریح در زمان قدیم را مذهب بیان می کند و اضافه می کند که با استیلای مسیحیت بر جهان، پرداختن به تفریح نوعی معصیت تلقی می شده است. از طرفداران دیگر این نظریه می توان دورکیم و جین هاریسن را نام برد. ارنست گروس آلمانی و ژیلبرگ موری انگلیسی هم ارتباط بین مذهب و تفریح را مطرح ساخته اند. در مجموع این نظریه حاکی از این است که تفریح در صورت مختلف از مذهب سرچشمه گرفته و نوعی رفتار اجتماعی است که در ایجاد وحدت میان اعضای یک گروه یا قبیله نقش بزرگی را ایفا می کند.

1-2- دومین نظریه راجع به فراغت، فرضیه غریزی «بازی و تفریح» است.

از طرفداران این نظریه می توان جیمش بالدوین، ویلیام مک دوگال و کارل گروس را نام برد. کارل گروس در کتاب "بازی و مرد" معتقد است که بازی انسان مانند بازی حیوانات از یک نیاز فطری سرچشمه می گیرد و وظیفه اصلی بازی در سنین کودکی آماده سازی طفل برای بزرگسالی است. ویلیام مک دوگال می گوید که میل به بازی تا حدودی از غریزه جنگجویی سرچشمه می گیرد و بالاخره گروس معتقد است که کشش انسان برای بازی و تفریح بیشتر ناشی از طرز زندگی اوست که مبنای غریزی دارد. به نظر او یکنواختی زندگی و نبودن نشاط در دنیای کنونی باعث اختناق می شد که نتیجه آن ایجاد کشش و عشق به تفریح است.

1-3- سومین نظریه، فرضیه مبتنی بر «استراحت، کسب لذت» است.

اسپنسر در این خصوص، علت گرایش انسان به تفریح را رها شدن وی از نیروهای اضافی می داند و مورتین لاروس روانشناس آلمانی، عامل تفریح را نیاز بشر به استراحت و جبران خستگی بیان می کند. توماس میل رهایی از یکنواختی و به دست آوردن تجربیات را عامل پیدایش تفریح و بازی می شمارد. پاتریک روانشناس امریکایی، پیدایش تفریح و فراغت را رهایی انسان از فعالیت مداوم و تلاش خسته کننده که نتیجه آن خستگی جسمی و روانی شدید افراد جامعه است می داند. گیمبال یانگ در کتاب جامعه شناسی خود، خاطر نشان می سازد که این سرگرمی ها به اعضای جامعه اجازه می دهد تا برای مدت زمانی از قیودات و تعهدات اجتماعی خود رها شوند. سامنر و کلر نیز بازی را ناشی از طلب لذت خوشنودی افراد می دانند.

پیروان فروید نیز تا حدودی این نظریه را قبول کرده و می گویند که در تفریحات و سرگرمی ها، عامل "وانمود کردن" نقش بزرگی را ایفا می کند و بالاخره طرفداران آلفرد آدلر نیز بازی را وسیله ای جهت جبران نواقص جسمی و روحی تلقی می کنند. افرادی مثل روس در مورد پیدایش تفریح و بازی نظری بینابین دارند. یعنی ضمن قبول نظریه مربوط به غریزی

بودن تفریح، فرضیه استراحت، رهایی از مسئولیت و کسب لذت را نیز قبول دارند (ولو اینکه کشش انسان به استراحت خود می‌تواند درونی و غیرارادی باشد) به طوری که برخی معتقد هستند، هدف جشنها و مراسم اقوام بدوی در جهت رهایی یافتن از سنن و رسوم متداول و رسیدن به استراحت بوده است.

2- بررسی آراء و اندیشه های صاحب نظران پیرامون اوقات فراغت و تفریحات سالم :

2-1- ارسطو

از نظر ارسطو مسئله فراغت فقط برای طبقه اجتماعی که از مردان آزاد، نه برده تشکیل می‌شد، مطرح بود. وی فراغت را منبع ارزش‌های روحی و فرهنگی می‌دانست. نظرات ارسطو برای قرن‌ها الهام بخش تفکرات فلسفی بود تا این که در اثر پیشرفت افکار بورژوازی¹ اعیاد مذهبی و تعطیلی روزهای یکشنبه از بین رفت. در همان زمان (قرن نوزدهم) سوسیالیست‌ها روابط بین کار و بیکاری (فراغت) را دوباره مطرح می‌کنند. مسئله روابط کارکردن و کار نکردن در آثار متفکرین چون هگل، سن سیمون، فوریه، مارکس و... مطرح شده است.

2-2- مارکسیسم

مارکس درخصوص اوقات فراغت بحث مستقلی ارائه نکرده است. بحث وی درخصوص فراغت با مفهومی که وی از کار ارائه می‌دهد در ارتباط می‌باشد. از نظر وی فراغت با کلمه لذت یا خوشی یا بهره‌مندی، آزادی و فضائی که در آن هدف فرد متعلق به خود اوست یا حوزه فعالیتهای آزاد که به توسعه و رشد انسانی می‌انجامد مترادف است. برداشت مارکسیسم از فراغت بر مبنای تحلیل مارکس از کار لازم شکل گرفته است. از نظر مارکس زمان کار لازم، زمانی است که فرد بایستی وقف کار کند تا حداقل معیشت خود را جهت ادامه زندگی تأمین نماید. زمان کار لازم یک مفهوم نسبی است و بین یک حداقل و حداکثر در نوسان است. این کار لازم فرد را مجبور می‌کند قسمتی از وقت خود را جهت تمدید قرار کار خود و استراحت اختصاص دهد تا برای تولید آماده شود.

2-3- لافارک

پل لافارک نخستین مقاله را به هواداری از زمان فراغت برای کارگران در اروپا نوشت. وی در این مقاله به نام "حق تن آسایی" پس از بررسی روابط کارگر و کارفرما و تجزیه و تحلیل عواقب کار شبانه روزی طبقه زحمتکش نتیجه می‌گیرد که کار زیاد جز فلاکت و بدبختی ثمری به بار نمی‌آورد و برای رهایی از این وضع باید ساعات کار را تقلیل داد تا انسان بتواند برای آسایش خاطر و بهره‌گیری از لذایذ زندگی اوقات فراغت بیشتری در اختیار داشته باشد.

2-4- تارگور

¹ - Bourgeoisie (French)

فیلسوف هندی معتقد است که تمدنهای انسانی سرمایه‌های جاودانی است که از کاشت و برداشت صحیح اوقات فراغت متجلی گشته است.

2-5- جواهر لعل نهرو

نهرو دانشمند و نخست وزیر فقید هندوستان معتقد بود که یکی از مهمترین مسائلی که در برابر ملت‌ها است و در سالهای آینده خصوصاً در کشورهایی که از لحاظ اقتصادی پیشرفته‌اند و اکنون صنایع و امور اقتصادی آنان به میزان وسیعی به شکل مطلوبی درآمده مسأله اوقات فراغت و بیکاری است، این مسأله در کشورهای توسعه نیافته به اندازه کشورهای پیشرفته مطرح نمی‌باشد.

2-6- نظرات و اندیشه‌های جامعه‌شناسان اوقات فراغت

در عصر ما اندیشه درباره فراغت کم و بیش با پیدایش جامعه‌شناسی فراغت، یعنی دانشی که در نظر دارد این مسائل را به وسیله روشهای علمی مورد بررسی قرار دهد و تفکری سازمان یافته ایجاد کند مرتبط است. در این قسمت با پدیدار شدن جامعه‌شناسی اوقات فراغت، نظر دانشمندان و محققین این حوزه درباره اوقات فراغت بررسی می‌شود. جامعه‌شناسان برای فراغت به معنی امروزی دو شرط قائلند. اول آنکه فعالیت فارغ از اجبارهای اجتماعی، مذهبی و عمومی که در آن نوعی گزینش یا انتخاب آزاد مطرح است، باشد. دوم اینکه باید کاری که از آن فرد معیشت خود را تأمین می‌کند از سایر فعالیتها جدا باشد. نظر جامعه‌شناسان امروزی این است که فراغت واقعی است کاملاً تازه که در بافت جامعه صنعتی پدید آمده است و آنرا نمی‌توان با بیکارگی قرون قبل مقایسه کرد و تصور می‌شود که جامعه‌شناسی فراغت به عنوان امری ضروری مطرح است. زیرا دانشی است که می‌خواهد مسائل واقعی تحولات حوزه کار و شیوه زندگی را مطالعه کند.

جامعه‌شناسی فراغت در آمریکا پدیدار شد و مراحل رشد خود را در آنجا گذراند. در ربع دوم قرن بیستم بود که روشهای تجربی مطالعه افکار عمومی در آمریکا بکار گرفته شد. جامعه‌شناسی فراغت در این دوره رشد شایانی پیدا کرد.

2-6-1- رایزمن

از نظر رایزمن تنها از طریق پرداختن به اوقات فراغت است که انسان این فرصت را دارد تا به صورتی آزادانه با جامعه مصرفی خود سازگار گردد. کتاب رایزمن بنام "توده تنها" بشارت دهنده اساسی در گذران اوقات فراغت بود. رایزمن برای اولین بار این تز را مطرح کرد که تنها زمان فراغت است که به انسان این فرصت را می‌دهد تا به صورتی آزادانه با جامعه مصرفی خود سازگار سازد.

پس از چند سال تحقیق، او تعریفی جدید از فراغت ارائه داد و فراغت را به عنوان ارزش تمدن، به عنوان وسیله رهایی، رشد و شکوفایی شخصیت و خلاقیت در چارچوب جامعه تحت سلطه تلقی می‌کرد.

2-5-2- فریدمن

به وظایف تفریح و نقش جبران کننده فراغت نسبت به کار توجه نشان می‌دهد و برای فراغت در تمدن صنعتی اهمیت زیادی قائل است. وی در تلاش بود نقش فراغت را در تعیین دوباره جای انسان در تمدن زیر سلطه فناوری نشان دهد.

2-6-3- وبلین

در سال 1899 توریستن وبلین، اوقات فراغت را مصرف زمان بدون تولید می‌داند و معتقد است اوقات فراغت ثروت و یا درآمدی حاصل نمی‌کند از این رو با کار متفاوت است.

2-6-4- جورج لوندبرگ

لوندبرگ در کتاب خود به نام بیکاری می‌نویسد: ایام بیکاری عبارت از ایامی است که طی آن روشنترین و رسمی‌ترین وظائف خود که برای انجام آن مزد می‌گیریم و یا این که ملزم به انجام آن هستیم آزاد می‌باشیم.

2-6-5- مارگارت مید^۲

در دهه 1960 تحقیقات متعددی در زمینه فراغت انتشار یافت که این حوزه را غنی تر ساخت ولی در عین حال انتقادی هم علیه خود مفهوم فراغت تلقی می‌شد. مارگارت مید در این دوره با انتشار کتاب "فراغت توده وار" تصویری تیره از معنی فراغت در جامعه آمریکایی بعد از جنگ دوم جهانی داد. او فراغت جدید را چیزی جز سعی در چاشنی زدن به زندگی نمی‌بیند. در این دوره اریک فروم هم از فراغت انتقاد کرد.

2-6-6- گرازیا

گرازیا هم به نوبه خود کوشش کرد مفهوم بسیار خوش بینانه فراغت را در هم شکند. گرازیا فراغت را در طبقات اشرافی جستجو می‌کند و نشان می‌دهد که تفریح و سرگرمی های گوناگون ویژه طبقه مرفه اشراف بوده و طبقه پایین زحمتکش برای تامین حداقل معیشت خود چاره ای جز کار و تلاش شبانه روزی نداشتند و نیز به قول برتراند راسل اساسا این فکر که فقرا هم از فراغت بهره ای داشته باشند همیشه مایه ناراحتی اغنیا بوده است.

2-6-7- رایت میلز، اندرسون و کاپلان

رایت میلز هم در فراغت نوعی از خود بیگانگی مشاهده می‌نمود. تنها اندرسون و کاپلان بودند که تا حدی نسبت به فراغت، نظری خوش بینانه داشتند. این دو نویسنده را با توجه به تزهایی که در مورد فراغت طرح کردند شاید بتوان ذهنی گرا معرفی کرد. اندرسون فراغت را زمان فروخته نشده‌ای می‌داند که متعلق به فرد است. زمانی که فرد به میل خود از آن استفاده می‌کند. او می‌گفت که کار در جامعه غربی کمتر نیازهای انسان را پاسخ می‌دهد و بیشتر تابع منافع شغلی است. اندرسون در فراغت نوعی فعالیت خودانگیخته و آزادی‌گزینی مشاهده می‌کند. کاپس کاپلان در کتاب "فراغت در آمریکا

² - Margaret Mead

" در مفهوم فراغت بر حسب زمینه های ذهن گرایانه خود تجدید نظر می کند و در فراغت ابعاد متعددی می بیند. برای او فراغت آنتی تز کار است، خاطره ای دلپذیر و نوعی رهایی از وظایف اجتماعی است. نوعی ادراک روانی آزادی است و نوعی فعالیت فرهنگی است و بالاخره سرشتی از نوع بازی دارد. کاپلان فراغت را از جهت محتوای آن یعنی نوع فعالیت های آن تحلیل نکرده بلکه از نظر رابطه ای که انسان با این فعالیت های برقرار می کند، مطالعه کرده است. این تحلیل به طور کلی فراغت را از مفهوم فعالیت مجزا کرد و جهت تازه ای به جامعه شناسی فراغت داد که بیش از پیش بر ارضای ذهنی توجه پیدا کرد. کاپلان فکر می کرد که فراغت باید از دو زاویه مورد بررسی قرار گیرد. فردی و اجتماعی یعنی یک رضایت درونی و دیگری، ارزشی که جامعه بر آن قائل است.

2-6-8- هاویگوست

هاویگوست به نوبه خود سعی کرد فراغت را در رابطه با شخصیت مورد بررسی قرار دهد. او فراغت را در رابطه با مراحل مختلف زندگی فرد تحلیل کرد و فعالیت های فراغتی را در سنین مختلف با یکدیگر مقایسه کرد.

3- اوقات فراغت و دیدگاه های مختلف در این زمینه

قبل از طرح دیدگاه های برخی از مکاتب در مورد اوقات فراغت لازم است به دو نکته اساسی اشاره نمائیم .
الف - اوقات فراغت بخشی از عمر و فرصت حیات بشری است که ارزش و اهمیت آن متاثر از ارزش و اهمیتی است که فرد برای عمر و حیات خود قائل است.
ب- اهمیت و ارزشی که هر فرد برای زندگی و حیات خویش قائل است، خود متاثر از مجموعه شناخت های کلی و اساسی است که از جهان و نظام هستی ، انسان و زندگی دارد و این شناختها است که فرد را در یافتن فلسفه زندگی یاری می دهد. این فلسفه است که بر همه ابعاد زندگی و فعالیت های فرد، در تمام دروان زندگی سایه می افکند و به همه آنها از جمله وقت و عمر معنی می دهد، به عبارت دیگر، ارزش و اهمیت وقت و عمر برای هر فرد مستقیماً متاثر از جهان بینی و ایدئولوژی اوست. به این معنا است که هر قدر شناخت و طرز نگرش فرد از جهان، انسان، زندگی و ابعاد آنها وسیعتر و عمیقتر باشد فرد با دید جامعتر و کاملتری به ارزش و اهمیت وقت و عمر نگریسته و برای استفاده و بهره وری از آن برنامه ریزی می نماید.

3-1- مکاتب مادی

در مکاتب مادی که افق دید آنها از زندگی بشر و حیات او تا لحظه مرگ است و همه مراحل تکامل و پیشرفت بشر را در محدوده جهان مادی و گذران زندگی این جهان می بیند. در این مکاتب اهمیت عمر و زمان بسیار کمتر و محدودتر است از دیدگاهی که یک انسان الهی نسبت به حیات و زندگی دارد. براساس این دیدگاه انسان مادی از لحظه لحظه عمر خود باید بیشترین استفاده را در ایجاد شرایط بهتر و مناسب تر برای کسب لذت های دنیوی برده و با کسب علوم و تسلط بر قوانین حاکم بر نظام طبیعت امکانات موجود در عالم را که در زمین و آسمان ها و کرات است به خدمت در آورد.
در این دیدگاه وقت و عمر حیات بشری از دو جهت محدود است :

1 – محدودیت کمی : چرا که زندگی و حیات بشر را محدود به همین دنیا می داند، پس وقت و عمر انسان محدود به این دنیاست و اوقات فراغت هم محدود به ساعاتی خاص از ساعات شبانه روز است. که براساس میل و رغبت شخصی شکل می گیرد.

2 – محدودیت کیفی : چرا که وقت و عمر انسان صرفاً صرف امور مادی و دنیوی می شود و از این سرمایه گرانبها در جهت تامین نیازهای دنیوی و لذت های مربوط به آن استفاده می گردد نه نیازهای معنوی و اخلاقی که در ادامه به آن اشاره خواهیم نمود.

3-1-1- دیدگاه ایده آلیسم

دیدگاههای این مکتب درباره اوقات فراغت مبتنی بر نگرشهای اخلاقی، زیبایی شناسی و منطقی است و هدف سرگرمی و فعالیتهای فوق برنامه را متوجه رفاه و راحتی انسان و کاستی از رنج بشر و افزایش ارزشهای زیبایی شناختی می داند. به بیانی دیگر تأکید این مکتب بر ساختن درون و تهذیب نفس و تقویت توانمندی های درونی فرد است. از جمله طرفداران این مکتب افلاطون و ارسطو هستند. ارسطو بر استفاده از انرژی بدنی در حین اوقات فراغت برای از بین بردن رذایل و اعتلای شأن اخلاقی تأکید می کرد.

3-1-2- دیدگاه رئالیسم

این دیدگاه بر سیطره آدمی به همه جوانب حیات طبیعی و اجتماعی تأکید می نماید. فرانسیس بیکن در این مورد معتقد است که انسان باید از طبیعت اطاعت کند تا بتواند بر آن چیره شود رئالیستها به اهمیت توجه به جسم به دلیل این که واقعیت محسوس از وجود آدمی در این دنیاست تأکید می کنند. جان لاک و رایبلیه را می توان از طرفداران این دیدگاه برشمرد.

3-1-3- دیدگاه پراگماتیسم

این مکتب مفهوم اوقات فراغت را از خلال سود عملیاتی مشخص می کند یعنی می توان گفت فعالیتهای سرگرمی و اوقات فراغت، میزان ارزشمندی خود را به استناد نتایج عملی باز پس داده و مردود تبیین می نماید. ویلیام جیمز و جان دیوئی از بانیان اولیه این دیدگاه محسوب می شوند.

3-2- مکاتب الهی

از دیدگاه مکاتب الهی این دنیا مقدمه حیات ابدی است و زندگی این جهانی زمینه سازندگی سراسر سعادت و یا شقاوت جهان آخرت است. لذا انسان موحد نه تنها اوقات زندگی خود را صرفاً برای کسب لذایذ و خواسته های نفسانی و مادی صرف نمی کند، بلکه چون این جهان را گذرگاه رسیدن به سعادت ابدی می داند به حیات دنیا بعنوان مقدمه حیات آخرت و زندگی جاودانه می نگرد. لذا از لحظه لحظه عمرش بیشترین استفاده و بهره وری را در جهت رشد و کمال همه جانبه خود می نماید. از آنجائیکه انسان موحد عمر و فرصت حیات را یک نعمت الهی می داند، لذا در همه لحظات عمر، اعمال و رفتار خود را در مسیر قرب الهی قرار می دهد، یعنی کار، استراحت، عبادت، تفریح و ... همه و همه برای خداوند و در مسیر کمال است.

3-2-1- دیدگاه اسلام

از دیدگاه اسلام حیات زندگی هر فرد از یک مبدأ شروع و به مقصد خاصی که تحت مشیت الهی است رهنمون می‌شود. انسان در میدان زندگی، هدفدار، معتقد و جهت‌دار بوده و لذا سرگرمی‌ها و اوقات فراغت براساس اعتقاد و هدف او تحت الشعاع قرار می‌گیرد. به عبارت دیگر اوقات فراغت او به وسیله نیروی محرکه ای دیگر که هدفدار و جهت یافته است، متأثر و مشخص می‌شود. بر این اساس هر لحظه از زندگی فرد جهت داراست و شامل امور زیر می‌شود:

1- قسمتی به کار

2- قسمتی به امور خانوادگی

3- قسمتی به عبادت و بخشی هم به تفکر و اندیشه در آفرینش.

خداوند در قرآن کریم خطاب به رسول اکرم (ص) و بطور کلی به انسانها در این زمینه می‌فرماید:

«فاذا فرغت فانصب و الی ربک فارغب»³

آنگاه که از وظیفه ای فارغ شدی به وظیفه ای دیگر بپرداز و به سوی پروردگار خویش روی آور. همانطوری که مضمون آیه فوق نشان می‌دهد، انسان در هر لحظه از زندگی در حال انجام وظیفه است خواه این انجام وظیفه در اوقات فراغت باشد و یا در اوقات کار روزانه یعنی در همه حال حتی اوقات فراغت باید اعمال و رفتارش متوجه و در جهت خداوند باشد. امام علی (ع) در این زمینه نیز گفتاری دارد. از دیدگاه وی اوقات مؤمن در شبانه روز به سه بخش تقسیم می‌شود که عبارتند از :

1- بخشی از آن به عبادت پروردگار

2- بخشی از آن برای تأمین معاش

3- بخشی دیگر به استفاده از مواهب الهی و بهره گیری از نعمتها و لذات حلال که به نظر می‌رسد مختص به اوقات فراغت باشد.

در واقع انسان مسلمان نمی‌تواند اوقات فراغت به مفهوم مادی آن داشته باشد، چرا که اگر فرصتی هم برای او فراهم شود، آنرا برای تجدید قوا و آمادگی روانی و جسمی پیش بینی نموده است. اگر می‌خورد یا می‌آشامد یا ورزش می‌کند و ... برای این است که قادر باشد با بدنی آماده تر و توانمندی بیشتر خدمت خالصانه به خلق خدا نماید تا رضایت خداوند را از این طریق بیشتر حاصل نماید.

« قو علی خدمتک جوراحی »⁴

افق دید یک انسان الهی و مسلمان نسبت به وقت و عمر و حیات و زندگی و به تبع آن اوقات فراغت از زاویه ای بازتر و جامعتر در مقایسه با مکاتب مادی است. چرا که از دیدگاه اسلام :

1 - عمر و فرصت حیات یک نعمت الهی است. پس برای فرد مسلمان نه تنها ارزشمند است بلکه مسئولیت آور است و روز قیامت باید پاسخگوی چگونگی استفاده از آن باشد.

3 - سوره الانشراح، آیه 7، 8

4 - سوره انعام (6)، آیه 162

2 - عمر و حیات دنیایی مقدمه جهان آخرت و حیات ابدی است. «الدنیا مزرعه الاخره». پس از این فرصت و عمر نه تنها باید برای آسایش و سعادت دنیوی بهره گیری کرد، بلکه از آن برای رسیدن به تقرب الهی و سعادت ابدی نیز سود جست.

3 - محدودیت کمی ندارد، چرا که از نظر اسلام حیات و زندگی بشر محدود به این دنیا نیست. «و لا تحسبن الذین قتلوا فی سبیل الله امواتا بل احياء عند ربهم یرزقون⁵» و در تمامی لحظات عمر با هدفی واحد به تلاش و فعالیت می پردازد. «ما خلقت الجن و الانس الا ليعبدون⁶». اوقات فراغت انسان نیز در همین راستا سپری می شود و میل و رغبت او در انتخاب فعالیتها جهت الهی دارد نه شخصی و فردی.

4 - محدودیت کیفی ندارد، چرا که یک انسان موحد از عمر و وقت خود صرفا برای تامین نیازهای مادی خود بهره نمی برد، بلکه تامین نیازهای روحی و روانی و معنوی و اخلاقی خود را از ضروریاتی می داند که گاه مقدم بر نیازهای مادی و دنیوی به تامین آنها می پردازد.

5 - به زمان و وقت بعنوان یک ارزش الهی، مهم و با عظمت می نگرد، چرا که خداوند متعال به آن قسم یاد کرده است و در قرآن می فرماید:

«والعصر، ان الانسان لفی خسر ...»

واژه عصر در اصل به معنای فشرده است، ولی به معنای دیگری از جمله (وقت عصر، زمان، دوران تاریخ بشر، عصر ظهور اسلام و قیام پیامبر اکرم (ص)، و ...) استعمال شده است. بعضی دیگر از مفسران آن را اشاره به سراسر زمان و تاریخ بشریت دانسته اند که مملو از درسهای عبرت، و حوادث تکان دهنده و بیدارگر است و روی همین جهت آنچنان عظمتی دارد که شایسته سوگند الهی است.⁷

6 - وقت و زمان عمر در زندگی مسلمان باید همواره با تحرک و پویایی همراه باشد و از آن برای رشد و کمال خویش استفاده نماید. «من تساوی یوماه فهو مغبون». کسی که دو روزش با هم برابر باشد زیانکار است.

4- تاریخ و پدیده ای به نام اوقات فراغت (سیر تحولی اوقات فراغت)

درباره اینکه اصولا زمان فراغت پدیده خاص جامعه صنعتی است یا آغاز آن را می توان با خلقت بشر و شروع زندگی اولیه انسان دانست، همه صاحب نظران هم عقده نیستند، اما آنچه مسلم است مفهوم اوقات فراغت و چگونگی گذران آن در دوره های مختلف زندگی بشر متفاوت بوده و با تحولات اجتماعی، بر کمیت و کیفیت آن افزوده شده است. اکنون بصورت کوتاه به بررسی سیر تحول چگونگی گذران اوقات فراغت می پردازیم.

4-1 سیر تحولی اوقات فراغت

الف) انسانهای اولیه و زندگی قبیله ای

5 - آل عمران (3)، آیه 169

6 - سوره النازیات (51)، آیه 56

7 - تفسیر نمونه جلد 27 ص 293

انسان از همان دوران اولیه حضورش در کره زمین، برای تامین معاش خود به ستیز با طبیعت برخاست و نوعی اشتغال در زندگی روزمره‌اش ظاهر شد. اما طبیعت این اشتغال و میزان پرداختن به آن به گونه ای بوده است که می‌توان گفتن نه تنها موجب خستگی نمی شده که بعضاً خود نوعی تفریح نیز بوده است، به عبارت دیگر عملاً مفهوم کار و اشتغال و بازی و تفریح برای او یکی بوده است. صاحب نظرانی مانند تورشاین ویلن نیز با اعتقاد بر اینکه در آن دوران جادوگران قبایل معمولاً از کار معاف بوده اند بر وجود فراغت در دوران اولیه زندگی بشر تاکید می کنند.

ب- عصر کشاورزی

کار و اشتغال در زندگی اجتماعی، حتی در عصر کشاورزی هم از نوع آنچه در عصر صنعت ظاهر شد، نبوده است. در این دوران نیز به لحاظ ویژگیهای کار و اشتغال هنوز نمی‌توان از فراغت به مفهومی که امروزه از آن مقصود است، سخن گفت. در واقع در عصر کشاورزی فراغت معنا و مفهوم تازه ای یافت به گونه ای که نه مانند زندگی قبیله ای محدود به ستیز با طبیعت بود و نه مانند جامعه صنعتی در اسارت ماشین، بلکه میل و رغبت و اختیار و همراهی با طبیعت را می‌توان از شاخصه های آن به شمار آورد.

- کشاورز خودکارفرما و صاحب کار بود و لذا با میل و رغبت به کار می پرداخت.

- با اختیار خود، کار را شروع می کرد و با اختیار خود از آن دست می کشید.

- کار به فصول معینی از سال محدود بود و کشاورز به استقبال فصل کار می رفت.

- کار روزانه به ساعتی معین از روز محدود نبود و معمولاً از طلوع آفتاب تا غروب آفتاب ادامه داشت.⁸

ج- دوره قبل از انقلاب صنعتی (نیمه اول قرن 19)

بررسی چگونگی زندگی، کار و فراغت در این دوره نشانگر آن است که طبقات ممتاز جامعه بیشتر از مزایای فراغت بهره مند بوده اند. مردم عادی جامعه به علت انجام کارهای سنگین و ممتد عملاً فرصت کوتاهی برای استراحت و بازدید از یکدیگر و شرکت در مراسم ملی و مذهبی داشته اند. انجام کارهای سنگین و طاقت فرسا توسط مردم عادی به گونه ای ادامه پیدا کرد که در نیمه اول قرن نوزدهم 85 ساعت کار هفتگی برای کارگران آمریکایی و 90 ساعت کار در هفته برای کارگران انگلیسی یک امر عادی و معمولی تلقی می‌شود.

د) دوران صنعت

با ورود صنعت و دگرگونی نظام اجتماعی، کار و اشتغالات روزمره انسان صورت سازمان یافته ای به خود گرفت و هویت تازه یافت که مهمترین آنها عبارتند از :

- کارگر خود کارفرما و صاحب کار نبود.

- در ازای انجام کار دستمزد پرداخت می شد.

- در تمام طول سال کار ادامه و جریان داشت.

⁸ - بدیهی است در جوامعی که نظام فئودالی حاکم بود چنین مفهومی از فراغت وجود نداشت.

- کار روزانه به ساعات معینی از شبانه روز محدود شد (در شروع و ختم کار اختیاری نداشت).

حاکمیت این نظام کاری بر زندگی انسان در جامعه صنعتی، برای صاحبان اندیشه این نگرانی را موجب شد که همزیستی انسان و ماشین نهایتاً به بی روح شدن و ابزار شدن وی بینجامد. لذا برای رهایی انسان جامعه صنعتی از دام خودبیگانگی به طرح موضوع فراغت در مقابل کار پرداختند. بدین معنی که از ساعات غیرکاری افراد به عنوان فرصتی برای بازیافتن خود و تجلی یافتن بعد معنوی انسان استفاده شود.

با شروع انقلاب صنعتی، تفریح و سرگرمی جزء زندگی مردم عادی قرار گرفت و با کاهش زمان کار عملاً فرصت استراحت و فراغت عام مردم افزایش یافت و پرداختن به انواع و اقسام فعالیت های فراغت همگانی شد. اختراع رادیو و تلویزیون نیز این امکان را بوجود آورد که فراغت از محدوده امتیازات طبقات ممتاز خارج و در بین عموم مردم و جامعه رایج گردد.

افکار عمومی و خواست همگانی، در استفاده و گسترش فعالیتهای فراغتی موجب شد که در اواخر قرن نوزدهم و اوایل قرن بیستم نوعی نهضت های اجتماعی با همت و کوشش اتحادیه های کارگری، تحت عنوان نهضت تفریحات سالم با هدف کاهش ساعات کار و فراهم نمودن امکانات تفریحی و تربیتی و ... برای برخورداری کارگران از یک زندگی ثمربخش و مفید شکل گیرد.

با ایجاد این تحول فکری درباره اوقات فراغت و رشد روزافزون تحقیقات علمی، دانش بشری، کاربرد و استفاده از نتایج تحقیقات و پیشرفت های علمی، گسترش صنعت برای تولید بیشتر و افزایش بهره وری عملاً از میزان ساعات کار کاسته و بر مقدار اوقات فراغت نیروی کار افزوده شده است. به همین سبب عده زیادی از جامعه شناسان و اقتصاد دانان بر این باورند که تحول جوامع انسانی به سوی تمدن فراغت است و تمدن فراغت به زعم آنها چیزی جز خودکار شدن وسایل تولید صنعتی و کشاورزی، افزایش درآمد سرانه و در نتیجه طولانی تر شدن اوقات فراغت از کار نخواهد بود. و در این تمدن، انسان قادر خواهد بود اوقات فراغت خود را در سایه پیشرفتهای اجتماعی و اقتصادی متعادل تر و دلپذیرتر سپری سازد.

4-2- فراغت در دوران جدید

4-2-1- مشخصات اصلی فراغت در جهان کنونی

مشخصات اصلی فراغت در جهان کنونی را می توان با توجه به توسعه جوامع بشری و دگرگونیهای اجتماعی و فرهنگی به چهار شاخصه اصلی تقسیم بندی نمود.

شاخص اول

در جوامع رشد یافته، دیگر فراغت به طبقات ممتاز و متنعم اختصاص ندارد، بلکه به طبقات دیگر تعمیم یافته است و با توسعه صنعت و تکامل فنی نه فقط گسترش می یابد، بلکه افزایش پیدا می کند.

شاخص دوم

این است که در سابق، طبقات کوچکتر جامعه به لحاظ محدود از آزادی و آسودگی برخوردار بودند. این اوقات درون خانه و خانواده صرف می شد و صورت غیر رسمی و خودمانی داشت و به همنشینی و محاوره با خویشاوندان و پیوند با دوست و همسایگان می گذشت. با پیشرفت جوامع و پراکندگی وظایف خانواده، تدریجاً جنبه رسمی و در مواردی تجارتي پیدا کرد و جزء وظایف موسسات خاص در آمد.

شاخص سوم

عبارت است از به کار بردن روز افزون وسایل و اسباب ماشینی چون اتومبیل، رادیو و تلویزیون و مانند آن که هر یک در گذران اوقات فراغت و آسایش سهمی بزرگ و نقشی نمایان دارند.

شاخص چهارم

اهمیت خاصی است که انسان در حیات فردی و اجتماعی احراز کرده است، چنانکه زمان کار از زمان فراغت به کلی جدا شده و اوقات فراغت ارزشی بذاته پیدا کرده است.

4-2-2- ویژگی های اصلی فراغت در جهان کنونی

با بررسی تعاریفی که برای اوقات فراغت ارائه شده است مشاهده می گردد که مهم ترین و بارزترین ویژگی های اوقات فراغت عبارتند از :

1 - جدا بودن وقت فراغت از کار و مسئولیت های دیگر

وقت فراغت از کار و مسئولیت فرد، جدا و به ایامی آزاد که فرد در آن زمان هیچگونه تقید و التزامی به انجام کاری خاص نداشته باشد، اطلاق می گردد.

2 - وجود میل و فعالیت دلخواه و در نهایت داشتن حق انتخاب

عده ای از صاحب نظران تنها داشتن حق انتخاب