

أوقات الفراغ وإشكالية المصطلح

بلحرير ابتسام ، بن معمر عبد الله

جامعة أبي بكر بلقايد. تلمسان،

تاريخ الإرسال: 16-02-2023 تاريخ القبول: 22-05-2023 تاريخ النشر: 16-06-2023

ملخص: كل المجتمعات وبدرجات متفاوتة محكومة بالأوقات التي تعتبر حقيقة ملموسة ومشكلات تحتاج للدراسة، سعينا من خلال هذه المقالة رصد الجوانب المختلفة لهذا الوضع الاجتماعي سواء من ناحية الكشف عن أهم المصطلحات والمفاهيم المتعلقة بأوقات الفراغ، فكثيرة هي المصطلحات التي أطلقت ونستعملها في ثقافتنا على الحيز الزماني الذي يتميز بخصائص وسمات تتشكل من تصور أو خلفية معينة. إذ استخدمت عدة مفاهيم للدلالة على المعنى نفسه (وقت الفراغ).

الكلمات المفتاحية: الوقت، وقت الفراغ، الثقافة، الترويح، الترفيه.

Abstract :

All communities are differently governed by time which is considered as a tangible reality and a problem to be solved. In this article, we seek to monitor the different sides of this social situation, as well as revealing the most important terms and concepts about the free time. Thus, there are many launched terms that we use in our culture.

Keywords : time, leisure time, culture, leisure, entertainment.

المؤلف المرسل، طلبة الدكتوراه، بلحرير ابتسام أسماء، islamchourouk@gmail.com

مقدمة:

لم تعطى معظم المجتمعات اهتماماتها الكافية بأموال الفراغ و الترويح على الرغم من أهميتها المتزايدة في شحن وتحديد طاقات العمل والإنتاج عند الافراد والجماعات وأثرها في تنمية الشخصية وصقل سماتها الايجابية وفعاليتها في تسلية المواطنين والترفيه عنهم وإزالة الشعور بالملل والضجر والهبوط النفسي الذي ينتاب الكثير

بلحرير ابتسام أسماء وابن معمر عبد الله

منهم وذلك لتعدد الحياة وازدياد مشاكلها وتحول عملياتها الاجتماعية إلى فعاليات روتينية تحكمها القوانين والأعراف والقيم الحضارية.

فمشكلات الفراغ شكلت موضوعا للدراسة والتقصي مند عهد بعيدة، فكيفيات وأوجه النشاط التي يقضيها الناس في أوقات فراغهم كانت وما زالت مسألة ذات بعد ثقافي واجتماعي وسياسي وديني بالغ الأهمية. ففي الدول المتقدمة توضع مسألة تنظيم واستغلال الوقت وقت الفراغ من أولويات مخططاتها وبرامجها الثقافية والاجتماعية والسياسية. وهي تسعى في جملة ما تسعى إليه إلى تأمين القاعدة المادية الضرورية لاستغلال أوقات الفراغ عند أفراد المجتمع على اختلاف أجناسهم ووظائفهم وأعمارهم، مما ينعكس إيجابا على مستويات الحياة الثقافية، الاجتماعية، الفكرية، الاقتصادية، الصحية والترفيهية. فمشكلات الفراغ تتعلق بصورة مباشرة بالزمن وكيفية تقسيمه والاستفادة منه كما تتعلق ايضا بقضايا الإنتاج والحلق والإبداع. لقد أصبح وقت الفراغ بالنسبة لعدد لا يستهان به من الأفراد والجماعات والشرائح الاجتماعية في أقطار ومجتمعات مختلفة حقيقة ملموسة وشيئا ظاهرا ومشكلة بحاجة إلى الدراسة والتفكير العميق، والمعالجات الموضوعية (إحسان محمد حسن، ص 73).

تحديد المفاهيم:

يتميز العلم بعنصري الدقة و الموضوعية، بحيث تتطلب هذه الدقة صياغة تعاريف واضحة وسليمة ومحددة لكل مفهوم أو مصطلح مهما كان بسيطا، تجنبا لأي لبس في المعنى قد يقع فيه القارئ أو المطلع على البحث، وبناء على ذلك سوف نعالج المفاهيم الأساسية لهذه الدراسة من خلال تعاريف ووجهات نظر الباحثين الذين تطرقوا لها من قبل، ثم ننتقل بعدها الى صياغة التعاريف الإجرائية لها والتي نعتقد أنها أكثر ملائمة وقربا إلى موضوع البحث.

وفي هذه الدراسة سوف نتطرق إلى أهم المفاهيم التي سوف يتم تداولها والمتمثلة في ما يلي :

مشكلة تحديد المصطلح:

أوقات الفراغ وإشكالية المصطلح

إن تصفح العديد من الأدبيات التي تناولت موضوع وقت الفراغ أو الوقت الحر، نجد أن هناك اختلافاً في التسميات التي نعت بها، حيث يتم التعبير عن الوقت الحر بعدة مصطلحات: وقت التسلية، الترويح، وقت الفراغ، والوقت الثالث .

إذن كثيرة هي المصطلحات التي أطلقت ونستعملها في ثقافتنا العربية على الحيز الزماني الذي يتميز بخصائص وسمات تتشكل من تصور أو خلفية معينة. إذ استخدمت عدة مفاهيم للدلالة على المعنى نفسه .

1- الوقت الحر:

هو الدقائق والساعات التي بحوزة الفرد والتي لا يعمل خلالها ولا ينتج للمجتمع. (الزين عبد الفتاح، ص40) ويعرفه قاموس علم الاجتماع: بأنه الوقت الذي يتحرر فيه الفرد من النشاط المفضل الذي يوفر الاحساس بالسعادة والرضا محل الأنشطة المألوفة، والضغط المستمر التي تمارسها الالتزامات الاجتماعية للحياة اليومية وقد يؤدي الوقت الحر الى تدعيم التبادل الاجتماعي ولكنه لا ينطوي على المسؤولية الاجتماعية التي يشملها الدور الاجتماعي الروتيني (محمد عاطف غيث، ص)

2- وقت الفراغ:

هو الوقت الحر المتيسر للفرد والذي من خلاله يستطيع ممارسة أنشطة الفراغ التي يختارها والتي تتلاءم مع أذواقه واتجاهاته وأوضاعه وأهدافه ومصالحه والمقصود من هذا المصطلح إنهاء كل الفروض والواجبات وأن الفرد ليس لديه ما يشغله وما يعمل.

إذن، هو الوقت الذي يقضيه في ممارسة نشاطات تقع خارج نطاق عمله، وممارسة هذه النشاطات تكون اختيارية ومن محض إرادته الحرة وتكون مطابقة لأحواله المعيشية والاجتماعية...

ويعرف وقت الفراغ بأنه الوقت الذي يعيشه الفرد دون أن يرتبط بأي عمل، فيكون خالياً من الواجبات، متحرراً من الالتزام بأي منها؛ حيث يمكن استغلال هذا الوقت في الترويح عن النفس وتطويرها في ما تحوى، وفي الاسترخاء والإنجاز الاجتماعي وبناء العلاقات مع المجتمع (سدحان، ص56). تبرز أهمية وقت الفراغ

بلحرير ابتسام أسماء وابن معمر عبد الله

بكونه فرصة من الممكن استثمارها وتوظيفها بشكلٍ يليّ حاجات الأفراد ومطالبهم، ويعالج كثيرا من تقصيرهم في بعض الجوانب التي لم يكن مخطّط لها ضمن المخطّطات اليومية سابقا، كما يمكن استغلاله في تحقيق متطلبات مهمّة لم ينتبه الفرد لها من قبل، أو في إرواء حاجات مهمشة؛ كأداء التمارين الرياضية، أو تجديد النشاط الذهني بالقراءة والتفكير، أو الانخراط في الأعمال التطوعية؛ بهدف ضبط وإشباع حاجاته الجسميّة، والاجتماعية، والعقلية، والانفعالية. (لها أولان)

3- وقت التسلية:

هذا المصطلح بمعنى الراحة والترويح باعتبار أن هذا الوقت يشغله الفرد في ممارسة الألعاب وأنشطة للتسلية.

4- وقت الترفيه:

هو الارتباط الجاد بأوجه النشاط التي يمارسها الفرد في أوقات الفراغ والتي يكون من نواتجها الاسترخاء والرضا النفسي.

وهو الوقت الذي يقضيه الانسان في ممارسة نشاط ترفيهي ينتج عنه سد أوقات فراغه وتطوير شخصيته وتحديد قواه الجسمانية والعقلية المنهكة وتحقيق طموحاته .

من هنا نستنتج ان هناك علاقة وثيقة ومنطقية بين وقت الفراغ والوقت الحر ووقت الترفيه والترويح.

5-الوقت الثالث:

إنه مصطلح ذو أسس اقتصادية على غرار التقسيم الاقتصادي لأنشطة المجتمع.

وقد وضع ذلك عبد الفتاح الزين، حيث اعتبر أن الوقت الحر يمكن أن يطلق عليه وقت التسلية لان الفرد يشغله في ممارسة ألعاب وأنشطة للتسلية يخفف خلالها عن نفسه من ضغط ورتابة الحياة اليومية، مع استحضار دائم للطابع التعليمي والتثقيفي للأنشطة الممارسة.

ووقت الفراغ حسبه يقصد به الانتهاء من جميع الفروض والواجبات والالتزامات، غير أن هذا المصطلح أي وقت الفراغ يمكن ان يتسم بسمات العدمية والسلبية على اعتبار أن الفراغ يؤدي إلى متاهات نفسية

أوقات الفراغ وإشكالية المصطلح

وأخلاقية . إلا أن هذا التصنيف حسب عبد الفتاح الزين يبرز صفته السلبية كوقت فائض يمكن أن يقود إلى الانفلات نحو الشدود والانحراف .(سدحان، ص22)

التصور العلمي لوقت الفراغ والترويح:

تحديد وقت الفراغ:

وقت الفراغ لغة:

كلمة الفراغ تكاد تجمع جل المعاجم اللغوية على أن معناها يخلو من الشغل والأعمال. "وهي كلمة مشتقة من الأصل اللاتيني *licere* ويعني التحرر من قيود العمل أو مختلف الارتباطات" (درويش، ومحامي ص 26)

و حسب القاموس فرنسي عربي كلمة وقت الفراغ هي مقابل لكلمة *loisir* في اللغة الفرنسية.

(ALOUAN,p)

يشير العديد من الباحثين إلى أنه لا توجد نظرة موحدة لوقت الفراغ. كما لا يوجد تعريف متفق عليه من قبل

المهتمين للفراغ، ولكن اجتمعوا في تعريفه على ثلاثة نقاط، أي أن وقت الفراغ هو:

1- الوقت غير المشغول بأي عمل أو نشاط يتعارض مع وقت العمل، وفي الوقت نفسه يمثل الفترة التي يكون فيها الفرد بحاجة إليها للشعور بوجوده وكيانه.

2-شكل من أوجه النشاط الإنساني الذي يتعارض مع نشاط العمل.

3- حالة النشاط إنساني.

التصور العلمي لوقت الفراغ:

إن الفراغ والعمل هما الأساس الذي تنهض عليهما عملية التنمية والتطور الاجتماعي والعملية الثقافية في

المجتمع ككل، "فالعمل هو الإسهام المباشر في عملية الإنتاج، والفراغ هو الوقت الذي يمكن استغلاله من

بلحرير ابتسام أسماء وابن معمر عبد الله

أجل تنمية دوافع العمل والمشاركة، وترفيه مشاعر وأحاسيس الأفراد والجماعات من خلال الاهتمام بهم لا كأدوات لأداء العمل وإنما ككائنات اجتماعية" (محمد علي، ص 35)

من منظور علماء الاجتماع:

تعريف معجم علم الاجتماع المعاصر: "هو ما تبقى من الوقت بعد العمل المدفوع عليه أجر معين".

وهو الوعاء الحقيقي للعمل الاجتماعي فتوافر الوقت يعني طاقة الإنسان واستخدامه في العديد من الأعمال" (ابراهيم البيومي ص 152).

دائرة معارف العلوم الاجتماعية: تعرف وقت الفراغ على أنه "الوقت الذي يتحرر فيه الفرد من المهام الملزم بأدائها بصورة مباشرة أو غير مباشرة نظير أجر معين، وهذا يعني أن وقت الفراغ هو الوقت الزائد عن حاجة العمل الذي يقوم به الفرد لغرض كسب العيش" (ABDEL-MALEK p153/164).

يعرف د. محمد عاطف غيث الفراغ على أنه: "تحرر مؤقت من النشاط الروتيني القائم على الالتزامات المفروضة، وينطوي الفراغ على إحلال نوع من النشاط المفضل الذي يوفر الإحساس بالسعادة والرضا وقد يؤدي الفراغ إلى تدعيم التبادل الاجتماعي ولكنه لا ينطوي على المسؤولية الاجتماعية التي تشملها الدور الاجتماعي الروتيني، ومثال ذلك ممارسة الألعاب الرياضية كنشاط في وقت الفراغ تنطوي على تفاعل اجتماعي وتعاوني وتنافسي في نفس الوقت" (عاطف، ص 247).

يعرفه كامل عمران على أنه "الوقت الزائد عن العمل الضروري، وقت الراحة يكون للفرد فيه حرية التصرف" (كامل، ص 59).

أما "ماكدويل" Mc Dawell يقدم تعريفين لوقت الفراغ هما :

- 1- وقت الفراغ هو وقت غير مكرس لشيء أساسي، إنه وقت غير مخصص للعمل به، إنه وقت للتحرر من العمل. إنه وقت يخصص للراحة والاسترخاء. وبهذا تعريفه يتوافق مع كل من "كامل عمران"، و"محمد عاطف غيث".

أوقات الفراغ وإشكالية المصطلح

2- إن الفراغ رافد من روافد الشعور، يرتبط بخبرات جمالية محققة تعطي للفرد إحساسا بالسرور وتحقيق الذات.

ويضيف "ماكدويل" إلى تعريفه الجوانب الآتية:

أن الفراغ صورة مرغوبة من المشاركة الجمالية للفرد وهو سرور وإنجاز محدد ذاتيا، يمكن أن يحدث في أي نشاط او خبرة مرغوبة، وبذلك فإن خبرة الفراغ يمكن أن تظهر في صورة نمط فراغي في الشعور يمكن أن يظهر في ثلاثة أبعاد متصلة ببعضها.

أ- بعد توقعي :

بمعنى ان خبرات الفراغ يجب أن تكون ببساطة في شكل توقع أو ترقب وإعداد أو أحلام يقظة، أو تخيلات عن الاشتراك في نشاط بشكل ما، سواء كان ذلك بعد لحظات أو كان ذلك بعد سنوات .

ب- بعد موضوعي :

ويشمل ذلك على الاشتراك في نشاط فعلي يعتبر مصدرا للخبرة، مثل السباحة لخبرة الاسترخاء، تسلق الجبال سعيا وراء خبرة التحرر من الضغوط العصبية.

ج- بعد انعكاسي :

(استرجاعي) حيث تكون خبرات الفراغ محفوظة في الذاكرة حيث يمكن استرجاع هذه الخبرة بعد حدوثها، سواء كان ذلك بسنوات طويلة أو مند لحظات معدودة.

ويرى الباحث أن خبرة الفراغ حالة شرطية و موقفية ودافعية للعقل ولكيان الفرد تتسم بالخصائص الآتية:
*شعور مدرك بالحرية.

*التركيز على ما هو مرغوب في الخبرة.

*تعاون بين القدرة والغرض والإدارة.

*الاختيار الذاتي .

بلحرير ابتسام أسماء وابن معمر عبد الله

* الأمل .

*الجانب الجمالي الموجه ذاتيا أي الذي تستعذب النفس التعبير به ومعاشته.

أما عن أهم التعريفات وأكثرها انتشارا هو ما جاء به :

جوفر دي مازودي *Joffre DUMAZEDIER* الذي يعتبر من أهم مؤسسي سوسولوجيا

الترويح في كتابه سوسولوجية الفراغ فقد عرف وقت الفراغ بأنه مجموع الأنشطة التي يقبل عليها الفرد بملء

إرادته من أجل الاسترخاء أو التسلية أو زيادة معلوماته أو إقامة علاقات اجتماعية وفق قدراته وطاقته،

وذلك بعد القيام بواجبات العمل والأسرة والمجتمع. (عبد الفتاح،ص15)، ووقت الفراغ حسبه هو أسلوب

للسلوك يمكن أن يكون متضمنا في أي نشاط نمارسه بعد عرضه لأنشطة العمل والالتزامات الأسرية

والالتزامات الاجتماعية، الروحية، والسياسية ..ويوافقه في ذلك ريزمان Resman والذي يعد أيضا رائدا في

بمجال وقت الفراغ والداعي إلى الخلط بين ممارسة العمل وممارسة هوايات الفراغ والترويح.

فمفهوم الوقت يختلف حسب نظرة الإنسان للحياة، فهو حالة كونية أوجدها الله سبحانه وتعالى بتغيير أحوال

الشمس والقمر والأرض، فتكونت أشهر السنة وما يحتويها من أزمنة.

لقوله صلى الله عليه وسلم: " إن الزمان قد استدار كهيئته يوم خلق الله السماوات والأرض: السنة اثنا عشر

شهرًا منها أربعة حرم، ثلاث متواليات ... " (البخاري،ص4662): .

لوضع مفهوم واضح للفراغ يجب مناقشته في ضوء مفاهيم متصلة به كالوقت، اللعب، الترويح، العمل،

الثقافة.

إذ تتجلى علاقة وقت الفراغ بالوقت في نوعين:

* وقت الفراغ الحقيقي وهو يعبر عن اختيار ذاتي حر.

* وقت الفراغ الإجباري وهو الوقت الذي يضطر إليه المرء.

أوقات الفراغ وإشكالية المصطلح

أما فيما يتعلق بعلاقة العمل بالفراغ: فهناك أسلوبان مختلفان لدراسة وتحليل موضوع الفراغ في علاقته بالعمل، إذ يعتمد العلماء والمختصون في فهم واستيعاب مشكلات الفراغ التي من الأفراد والجماعات في المجتمعات المتحضرة والراقية.

الأسلوب الأول: يركز على دراسة الفوارق الأساسية بين أوقات العمل وأوقات الفراغ و وضع الخط

الفاصل و الواضح بينهما.

"فوقت العمل هو الوقت الذي يقضيه الإنسان في مزاوله حرفة أو مهنة معينة يستطيع من خلالها كسب عيشه وإشباع حاجاته الأساسية والثانوية وتطوير أنماط حياته الاجتماعية وتفرعاتها المادية وغير المادية المختلفة" (إحسان محمد، ص60).

إذن "فالعمل مرتبط باتجاهات الأفراد نحو الفراغ و ما يفعلونه خلال هذا الوقت مرتبط باتجاهات نحو العمل" (علي محمد، ص89).

في حين وقت الفراغ هو الوقت الذي يقضيه الإنسان في ممارسة نشاطات تقع خارج نطاق عمله الوظيفي الذي يعتمد عليه في معيشته. وممارسة هذه النشاطات تكون اختيارية و من محض إرادته الحرة وتكون منطبقة مع أحواله المعاشية والاجتماعية مع أذواقه وقيمه ومواقفه وفتته العمرية والطبقية" (إحسان حسن، ص60). إذ حسب هذا الاتجاه من الممكن تقسيم حياتنا إلى عمل و فراغ، نوم على أن نحسب جزء من هذا الوقت المتبقي الذي لا يشغل في النوم أو العمل لإنجاز المهام البيولوجية الضرورية لاستمرار الحياة.

أما **الأسلوب الثاني** الذي يعتمد عليه العلماء والمختصون في دراسة مشكلات الفراغ فهو الأسلوب الذي

يتجاوز تقسيم الوقت إلى قسمين رئيسيين وقت العمل (labour time)، و وقت الفراغ (leisure time) (إحسان حسن، ص60). ويتجه هذا الاتجاه نحو دراسة وقت الانسان دراسة شمولية لا تفصل بين وقت العمل ووقت الفراغ (Zuznek, p26) وهذا هو المفهوم الحديث لوقت الفراغ. فتقسيم الوقت

بلحرير ابتسام أسماء وابن معمر عبد الله

حسب المفهوم الحديث لا يعتمد على طبيعة الفترات الزمنية التي يقضيها الانسان في العمل أو الراحة والاستحمام وإنما يعتمد على طبيعة النشاطات والفعاليات المتنوعة التي يمارسها في حياته اليومية. فالأفراد في المجتمعات المتطورة بغض النظر عن طبيعة النظام الاجتماعي والأيدولوجي الذي يتبناه يخصصون جزءا من وقتهم لعملهم الانتاجي اليومي الذي يعيشون عليه ويخصصون الجزء الآخر للدراسة و اكتساب الثقافة المعرفة والجزء الآخر لتلبية متطلبات عائلتهم وحاجاتهم البيولوجية والجزء الآخر لتلبية المهام الوطنية والقومية والثقافية الملقاة على عاتقهم أما الجزء الأخير المشاركة في نشاطات الفراغ والترويح والإبداع . وجميع هذه الفعاليات والنشاطات التي يمارسها الفرد في المجتمع الحديث ويخصص لها الاوقات المحددة إذ لا يمكن فصل بعضها عن بعض فهي متصلة ومتشابكة ومتكاملة وتؤدي دورها الكبير في اقناع حاجاته الأساسية وتلبية طموحاته وأهدافه الحياتية التي يعيش من أجلها (إحسان حسن،ص61).

الطرق الأساسية لتعريف وقت الفراغ :

حسب **كمال درويش** و**محمد الحمحامي** يصنف الباحثين والفلاسفة المهتمين بدراسة أوقات الفراغ والترويح تحدثوا عن الطرق الأساسية لتعريف وقت الفراغ وفقا لما يلي :

أ- الطريقة الأولى :

وهي تعريف الفراغ باعتباره الوقت الفائض عن العمل والواجبات الحياتية الأخرى مثل النوم وتحقيق الحاجات تتناول الأربع والعشرين ساعة التي تكون مجمل اليوم مخصصا منها الفترات الغير مخصصة لوقت الفراغ ، كوقت تناول الوجبات الغذائية والعمل وإشباع الحاجات الفسيولوجية والنوم، ويسمى هذا النوع من التعريف بالمتبقي أو الفائض، ويتفق مع هذا التعريف **قاموس علم الاجتماع** "هو اجمالي الوقت الموجه للنوم والعمل وللحاجات الأخرى مستقطعا من الأربع و العشرين ساعة .

وبذلك فإن وقت الفراغ يتضمن التحرر من العمل الذي يقوم الفرد بأدائه و يحصل منه مقابل مادي،و كذلك التحرر من البرامج الدراسية التي تكون جزءا من المقررات التعليمية، كما يشمل أيضا وقت الفراغ

أوقات الفراغ وإشكالية المصطلح

التحرر من الالتزامات التي تفرضها الأشكال الرئيسية الأخرى والتي يطلق عليها الالتزامات الأولية وذلك كالاتزامات الأسرية والاجتماعية. (درويش، محامي، ص20/19).

ب- الطريقة الثانية :

هي طريقة لا تهتم بفكرة الوقت وإنما تعتبر نوع من النشاط الذي يتم ممارسته هو الأساس في تعريف وقت الفراغ، ولذا تؤكد على أنه ليس من الضروري وجود كم من الوقت المتاح للفرد لقيامه بنشاط ما ولكن ما يجب عليه هو كيفية مشاركة الفرد في النشاط في هذا الوقت المتاح له ومن تم للفرد .

ت- الطريقة الثالثة :

هي طريقة تجمع بين التعريفين السابقين طريقة الفائض أو الكم وطريقة الكيف أو النشاط، ويذهب إلى أنه يمكن رؤية وقت الفراغ (كوقت خال من العمل والواجبات الأخرى ويخصص للاسترخاء أو النمو الشخصي أو تنمية الذات) وكذلك يمكن تعريف وقت الفراغ في مجموعة من النشاطات أو الأعمال التي ينغمس فيها الفرد بمحض إرادته إما للراحة أو التسلية أو زيادة معلوماته وتحسين مهاراته أو زيادة مشاركته في الوسط المحيط بعد استيفاء واجباته الوظيفية والأسرية والاجتماعية..، ومن تم يمكن أن ينتج عن هذا الربط أو الدمج العديد من التعريفات المرتبطة بوقت الفراغ والتي يمكن أن نحددها فيما يلي :

وقت الفراغ هو الوقت الذي يتحرر فيه الفرد من العمل أو من أية التزامات أخرى و يمكن للفرد الاستفادة منه في الاسترخاء و الترويح أو النشاط الاجتماعي أو التطوير شخصيته .

فإن هذه الطريقة تركز على أن تكون الأهمية للكيفية التي يتم بها استثمار وقت الفراغ و ليس لكم الوقت المتاح.

إذن وقت الفراغ هو ذلك القدر من الوقت الي لا يتم خلاله إشباع الحاجات الأساسية ومن تم لا يتسم بالإجبار على فعل أي شيء، فهو الوقت الحر المتروك لتقدير الفرد ليفعل فيه ما يشاء أو هو الوقت الذي يمارس خلاله الفرد ويزادته أنواع النشاط أو الخبرات التي يختارها بذاته.(درويش، محامي، ص30)

بلحرير ابتسام أسماء وابن معمر عبد الله

وقت الفراغ هو الوقت الذي يقابل التزامات الحياة اليومية المتمثلة في زمن الدراسة أو زمن العمل، الزمن العائلي، وينقسم إلى قسمين:

أولا من الناحية الكمية:

هو الوقت الفائض من اليوم بعد أداء مستلزمات الحياة الضرورية من عمل ونوم وغذاء وقضاء الحاجات البيولوجية أو الشخصية.

وقت الفراغ = 24 ساعة - (وقت العمل + وقت النوم + وقت الغداء + وقت قضاء الضروريات الأخرى) لحياة الانسان.

ثانيا من الناحية الكيفية:

يتحرر الإنسان من أي التزامات أو واجبات، ولإنسان الحرية المطلقة في قضاء وقت فراغه بالكيفية التي يرتضيها وفقا لميوله ورغباته، إذ يعبر الفرد من خلالها عن نفسه تعبيرا كاملا دون تأثر بأي قيود أو ضغوط خارجية .

تصنيفات تعريف وقت الفراغ:

يحدد كل من محمد الحمحامي وعائدة عبد العزيز الطرق الأساسية لتعريف وقت الفراغ في أربعة تصنيفات هي :

أ- وقت الفراغ بمثابة التأمل :

يرى الباحثين والفلاسفة في مجال وقت الفراغ أنه يعد بمثابة التأمل، فهو مرتبط بحالة عقلية وثقافية ووجودية ويتفق مع هذا المفهوم آراء كل من :

دي جرازيه إذ يشير إلى وقت الفراغ بأنه حالة وجودية وكذلك يعد مؤشرا لحالة متقدمة أو ظروف الفرد لمناشط الحياة.

*أما بيبر إذ ينظر لوقت الفراغ على أنها حالة تأملية وأنه يعد في مرتبة متقدمة لمناشط الحياة.

*هاربرت ريد الذي يرى أن وقت الفراغ هو الوقت الذي نوفره للراحة والتأمل. (العجال، ص44).

أوقات الفراغ وإشكالية المصطلح

ب- وقت الفراغ بمثابة نشاط :

كذلك تشير إلى أن وقت الفراغ يعد بمثابة نشاط و بأنه عادة ما يكون من غير نشاط العمل وإن وقت الفراغ يعد كحقل تجريبي يمارس خلاله الفرد مناشط تتضمن العديد من القيم والخبرات ويتفق مع هذا المفهوم كل من:

* جورج فريدمان George Friedman الذي يؤكد أن وقت الفراغ هو ذلك النشاط الذي يختاره الفرد بكامل حريته والذي يؤديه بطريقته الخاصة ويتوقع منه إحساسا بالرضا والمتعة والنمو .
* باركر يشير أن وقت الفراغ هو مجموع من الوظائف والمناشط التي ينغمس فيها الفرد بإرادته وذلك بحثا عن الراحة أو المتعة أو بغرض تنمية معلوماته أو لتحسين مهاراته أو الإسهام في تقديم خدمات تطوعية للمجتمع الذي يحيط به. (العجال، ص44)

وقت الفراغ بمثابة الوقت الحر:

ترى هذه الطريقة أن وقت الفراغ بمثابة وقت حر، وقت لتقدير الفرد، وقت اختياري، وإن ذلك الوقت يمكن استخدامه وفقا لما يراه الفرد مناسبا ويمكن استخدامه وفقا لما يراه الفرد مناسبا ويمكن استثماره بطرق مختلفة بعيدا عن وقت العمل المدفوع الأجر ويتفق مع هذا المفهوم آراء كل من :
برات الذي يشير إلى وقت الفراغ بأنه الوقت الحر المتبقي من الأربع و العشرين ساعة بعد حذف الوقت الذي يحتاجه الإنسان لتلبية احتياجاته اليومية بما في ذلك ساعات نومه ، والذي يستغله لما يريده.
ناش الذي يعرف وقت الفراغ بأنه الوقت الحر الذي يتبقى من وقت الفرد بعد انتهائه من أداء المناشط الأساسية لحياته .

براتبيل الذي ينظر إلى وقت الفراغ على أنه الوقت الحر الذي يتحرر الفرد خلاله من قيوده، وتكون التزاماته ومسؤولياته في أدنى درجاتها .

ث - النظرية الشمولية لوقت الفراغ :

بلحرير ابتسام أسماء وابن معمر عبد الله

الآراء التي تتبنى النظرة الشمولية لوقت الفراغ ترى أن وقت الفراغ هو مجموع الآراء الثلاثة سابقة ويؤكد ذلك كل من كارلسون ماكلني Maclean Carlson، و ديب وبيرتسون Deppe Peterson إذ يرون أن وقت الفراغ هو ذلك القدر من الوقت الذي لا يتم خلاله إشباع الحاجات الأساسية للفرد، ومن ثم لا يتسم بالإجبار على فعل أي شيء، فهو الوقت الحر المتروك لتقدير الفرد ليفعل فيه ما يشاء، أو هو الوقت الذي يمارس خلاله الفرد وإرادته أنواع الخبرات التي يختارها بذاته.

أهمية وقت الفراغ:

نشأ وقت الفراغ منذ نشأة السلالة البشرية فهو وليد الإنسان البدائي ، ولكن لم تظهر فلسفته إلا في مستهل القرن العشرين. إذ ساهم عصر الثورة العلمية والتكنولوجية التي فرضت في هذا العصر معادلة وثنائية (العمل و الفراغ).

- يعتبر استثمار وقت الفراغ من الأسباب الهامة التي تؤثر على تطورات ونمو الشخصية، كما يعتبر من المشاكل الهامة التي توليها المؤسسات والهيئات الاجتماعية القدر الكبير من العناية والاهتمام، هذا بالإضافة إلى أن استثمار وقت الشباب يرتبط ارتباطا وثيقا بالعمل التربوي في المؤسسات التربوية للشباب كالمدارس والجامعات ومنظمات الشباب .

- وقت الفراغ في المجتمعات المتقدمة لا يعتبر فقط وقتا للترويح والاستحمام واستعادة القوى، ولكنه أيضا بالإضافة إلى ذلك إلى ذلك يعتبر فترة من الوقت يمكن في غضونهما تطوير وتنمية الشخصية بصورة متزنة وشاملة.

- إن الممارسة الرياضية من منظور الكثير من علماء الرياضيين وعلماء الطب الرياضي إنها عامل هام من عوامل الراحة الايجابية النشطة، ينبغي أن ينظر إليها كمجال هام من أهم المجالات في تشكيل وقت الفراغ لجميع الأفراد.

أوقات الفراغ وإشكالية المصطلح

- إن من أهم العوامل التي تعمل على الارتقاء بالمستوى الصحي والبدني وتكسب القوام الجيد وتمنح الفرد السعادة والسرور والمرح والانفعالات الإيجابية السارة وتجعله قادرا على العمل والإنتاج وتعمل على الارتقاء بالفرد والمجتمع معا، كما يسهم في إكسابه النمو الشامل والمتزن. (محمد الخطاب، ص12).

خصائص وسمات وقت الفراغ:

حسب آماني متولي البطراوي ومحمد عبد العزيز سلامة أن للفراغ سمات تميزه عن غيره من المناشط الأخرى تتمثل في :

1- خاصية التحرر :

في وقت الفراغ يظهر الاختيار الحر كممارسة أساسية للنشاطات، والاختيار الحر للأفراد يعني التحرر من الالتزامات.

2- خاصية الذاتية :

إن كانت هذه الخاصية خاصة جوهرية و تليها كل الوظائف البارزة لوقت الفراغ المعبر عنها من طرف الممارسين أنفسهم في مقابل الواجبات الأولية المفروضة من طرف المجتمع وإلا يفقد خواصه الأساسية. (عبد الفتاح، ص31).

3- انعدام الغرض:

أي خاضع لقوانين الضرورة الفيزيائية والاجتماعية فهو نشاط اجتماعي، فإذا سيطرت عليه أي أغراض تجارية أو نفعية أو إيديولوجية يفقد خاصيته كونه وقت متحرر، فوقت الفراغ يخلو من المصلحة.

4- قدرته على الإشباع:

إذ تعد المتعة واللذة صفتان لازمتان لأنشطة الوقت الحر، بل هي هدف من أهدافه. يمكن أن يشبع الفرد حاجاته خلال العمل، إلا أن الرضا والمتعة والبهجة هي أحد خصائص الفراغ الجوهرية ، فلا وجود لأي ارتباطات للفراغ سواء كانت مادية أو قانونية أو غيرها.

بلحرير ابتسام أسماء وابن معمر عبد الله

5- إسهاماته في التكامل الشخصي:

ويغلب على الوقت الحر الصفة الشخصية دون اعتبار الالتزامات المجتمعية. ويمكن أن يكون وقت الفراغ عامل بناء يخلو من المنفعة المادية والأيدولوجية، و يفتح آفاق جديدة واقعية وخيالية أو يبعث القدرات الخلاقة بعيدا عن الأعمال الروتينية. (محمدسعيداوي،ص3)

بالإضافة إلى تطوير وتنمية الشخصية للفرد بصورة متزنة وشاملة فأنشطة أوقات الفراغ تسهم في إكساب الفرد الخبرات. (محمدسعيداوي،ص50)

وعلى العموم مهما تعددت المصطلحات التي اطلقت على هذا الحيز الزمني، فإن الخاصية الأساسية التي تميز الوقت الحر عن غيره من الأزمنة الاجتماعية، تتجلى في اعتباره فرصة يتحرر فيها الفرد من التزاماته وقيوده. (عبد الفتاح،ص31/30).

قائمة المراجع:

- 1) إحسان محمد حسن، دار وائل للنشر، عمان، ط2،
- 2) الزين عبد الفتاح، سوسيوولوجيا الوقت الحر والتنشيط الثقافي، المرصد الوطني لشؤون الطفولة، 1999،
- 3) محمد عاطف غيث، قاموس علم الاجتماع، الاسكندرية، دار المعرفة الجامعية للطبع والنشر والتوزيع
- 4) عبد الله سدحان، قضاء وقت الفراغ وعلاقته بانحراف الاحداث ، الرياض المركز العربي للدراسات الأمنية،
- 5) كيف يمكنك ملئ وقت فراغك بذكاء، لها اونلاين، 21-01-2014 ، اطلع عليه في 14-07-2021
- 6) درويش كمال، محامي محمد، رؤية عصرية للترويج و أوقات الفراغ، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1997
- 8)Ferial ALOUAN et autres, Dictionnaire Français Arabe, Dar elkitab el limia, Beirout,p
- 9)محمد علي محمد، وقت الفراغ في المجتمع الحديث، دار النهضة العربية، بيروت، 1985
- 10)ابراهيم البيومي، نظام الوقت والمجتمع المدني في الوطن العربي
- 11)La sociologie du temps libre et le devenir de l'homme, thèse préliminaires, homme et société 1967
- 12) غيث محمد عاطف، قاموس علم الاجتماع، دار المعرفة الجامعي للطبع و النشر، الاسكندرية، 2000،
- 13)عمران كامل، وقت الفراغ من منظور طلبة جامعة دمشق، مجلة جامعة الاخوة متنوري، قسنطينة، العدد14

أوقات الفراغ وإشكالية المصطلح

15) صحيح البخاري، كتاب القسامة والمحاربين والقصاص والديات باب تغليط تحريم الدماء والأعراض والأموال، قوله "إن عدة الشهور عند الله اثنا عشر شهرا في كتاب الله، يوم خلق الله السماوات والأرض منها أربعة حرم، حديث رقم 3087، ص 4662، 10 جمادى 1426

16) Jiri Zuznek ,Time Budget trends inthe USSR: 1922-1970 ,published by Tylor francis Ltd, april 1979

17) فراش العجال، كيفية استثمار وقت الفراغ في ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية عند طلبة الإقامات الجامعية، جامعة عبد الحميد بن باديس، 2013

18) عطيات محمد الخطاب، أوقات الفراغ و الترويح، كلية التربية الرياضية للبنات، 1990، ط 1

19) سعيداوي محمد، إدارة وقت الفراغ عند العمال، كلية العلوم الاجتماعية، قسم علم الاجتماع، جامعة وهران،