



Faculty of Social Sciences
Institute of Social Studies and Research

Quarterly of Social Studies Research in Iran
Vol. 11, No. 1:193-222, Spring 2022
Doi: 10.22059/JISR.2022.309104.1114

**Examine Young People's Live Experiences of Their
Leisure Activities Before and After the Corona Virus ***

Marzieh Ebrahimi¹
Elham Sakhaei²

Received: May 9, 2021 Accepted: February 9, 2022

Abstract

Introduction: Leisure is a set of occupations that a person engages in for his or her own satisfaction (free from coercion) after being released from work, family, and social demands, either for recreation, leisure, or to develop his or her talents. During the onset of coronary heart disease, the behavioral patterns and lifestyles of young people changed in the area of leisure. For some people, intimate relationships with other family members developed during this period, while others faced many problems in their family environment due to lack of social and communication skills and faced many communication challenges. The main objective of this study is to investigate the life experiences of young people in relation to their leisure activities before and after coronavirus.

Method: the method of this research is qualitative. For this purpose, in-depth interviews were conducted with 13 young people living in Tehran. Random sampling was used. The interviews were terminated due to theoretical saturation and the data were analyzed.

Findings: The results indicate differences in leisure patterns by gender and marital status, changes in leisure, attitudes, variety, and familiarity with leisure activities, changes in leisure patterns and leisure activities of participants before and after coronary heart disease, an increase in leisure, to a relative stability in the type of leisure activity and to a change in the location of leisure, to an increase in cultural and artistic content in leisure activities, to an increase in participatory activities in

* Research paper, independent research

1. Assistant Professor Department of Sociology, Shahid Beheshti University, Tehran, Iran (Corresponding author), ma_ebrahimi@sbu.ac.ir

2. Master Degree in Sociology, Shahid Beheshti University, Tehran, Iran, elhamsakhaee74@gmail.com

domestic affairs, to an increase in motivation and awareness to provide leisure facilities at home, and to a change in the style of virtual space. Participating youth also mentioned the opportunities and challenges of their leisure activities during the Corona outbreak. The main opportunities are more time for artistic and personal activities and being with family, and the main challenges are lack of motivation and depression.

Conclusion: The results show that before the corona outbreak, people spent their leisure time outdoors and mostly with colleagues or friends, while after the corona outbreak, they spent their leisure time indoors and with family. People's leisure time increased dramatically during the corona outbreak, and at that time people pursued their activities within the range of their needs and interests. After the corona outbreak, one of the common activities of men and women is their presence in cyberspace and social networks, and the style of using social space has also changed. Married people are more likely to take care of health issues and leisure activities at home than single people. Women are more active in cultural activities than men. Leisure behavior according to the corona is more likely to be a family behavior, then an individual behavior, and finally a social behavior with lower frequency. Participants believe that their leisure behavior is more than ever participatory and within the family, which makes them feel good.

Keywords: Adolescence, Leisure, Participation, Cyberspace, Corona Virus.

Bibliography

- Bagheri, M., & Bahmaei, S. (2014). "Investigating how citizens of Khuzestan province spend their leisure time". **Quarterly Journal of Social Development**, No. 3: 197-222. *(In Persian)*
- Bihagen, E., & Katz- Gerro, T. (2000). "Cultural consumption in Sweden: The Stability of Gender Differences". **Poetics**, No. 27: 327-349
- Bourdieu, P. (1978). Sport and Social Class, In: **Social Science Information**, No. 17.
- Bradley, G. L., & Inglis, B. C. (2012). "Adolescent leisure dimensions, psychosocial adjustment, and gender effects". **Journal of Adolescence**, No.35: 1-10.
- Bryce, J. (2001). "The Technological Transformation of Leisure". **Social Science Computer Review**, No. 7: 7-16.
- Cerin, E., & Leslie, E. (2008). How socio-economic status contributes to participation in leisure-time physical activity. **Journal of Social Science & Medicine**, No. 66: 2596-2609.
- Enayat, H., & Hosseini, M. (2013). The gender study of leisure patterns among the youth of Shiraz and its relationship with various types of capital: 166-185.
- Fakuhi, N., & Ansarabadi, F. (2003). "The leisure time and formation of cultural personality". **Iranian Journal of Anthropology**, No. 4:61-89 *(In Persian)*
- Fazeli, M. (2003), **Consumption and lifestyle**, Qom: Sobh-e- Sadegh. *(In Persian)*
- Fitzgerald, M. (1995). "Leisure activities of adolescent school children". **Journal of Adolescent**, No. 3: 349-359.

- Ghaem, H., Mohammad Salehi, N., & Mohammadbeige, A. (2005). "Assessment of Spending Leisure Time in Students of Shiraz University". **Medical Sciences**, No. 1: 70-80. *(In Persian)*
- Ghasemi, V., Ganji, M., & Moradveisi, R. (2012). "The effect of gender differences on the use of cultural goods (movies, music and books) and how to spend your free time". **Quarterly Journal of Women's Studies Sociological and Psychological**, No. 1: 93-124. *(In Persian)*
- Gholipour, M and Mahdavi, M and Sarukhani, B. (2016). "The role of communication globalization (internet and satellite on how young women spend their leisure time)". *Sociological Studies of Youth*, No. 32: 101-118. *(In Persian)*
- Green, E., Hebron, S., & Woodward, D. (1990). **Women's Leisure, what leisure**, London: Macmillan.
- Hall, S. (2000). **Cultural identity and cinematic representation in film a theory: an anthology**. In R. Stem & T. Miller (Eds): Blackwell.
- Jarvie, G., & Maguire, J. (1994), **Sport and Leisure in Social Thought**. Routledge.
- Kaplan, M. (1975). **Leisure theory and policy**. New York: Wiley.
- Khajehnouri, B., & Hajian, B. (2015). "Investigating the relationship between contextual variables and human needs by spending leisure time". **Social Science Quarterly**, No. 4: ????. *(In Persian)*
- Khajehnouri, B., & Hasheminia, F. (2010). "The relationship between leisure time and delinquency. High school students in Shiraz". **Journal of Social Sciences, Faculty of Letters and Human Sciences**, No1:31-57 *(In Persian)*
- Lizardo, O. (2006). "The puzzle of women's "highbrow" culture consumption: Integrating gender and work into Bourdieu's class theory of taste". **Poetics**, No. 34: 1-23.
- Mattingly, M. J., Bianchi, S. M. (2003). "Gender differences in the quantity and Quality of free time: the U.S. experience". **Social Forces**, No. 3: 999-1030.
- Mohammadi, J., Mohammadi, F., & Zare, M. (2012). "The sociological explanation of the relationship between leisure and new forms of capital (Students of Kurdistan University)". **Sociological Review**, No. 2: 133-160. *(In Persian)*
- Mohammadpour, A. (2011), **Qualitative research method anti-method**. Tehran: Sociologists Publications. *(In Persian)*
- Moslemi, R. (2011). Investigating the effective factors of spending leisure time. **MA Thesis**. Faculty of Social Sciences, Babolsar University. *(In Persian)*
- Neulinger, J. (1981). **The Psychology of Leisure**. 2nd Ed., Thomas.
- Nik-khah, H., & Nakouei Dargazi, M. (2017). "Under the sociological study to evaluate the students' leisure activities. The University of Bandar Abbas". **Hormozgan Cultural Research Journal**, No. 11: 107-129. *(In Persian)*
- Pahlavan, M., & Barzigar, F. (2011). "Investigate attitude How to spend leisure time among high school girls in Amol city", **Sociological Studies of Youth**, No. 3: 53-66. *(In Persian)*
- Pakseresht, M., & Elhampour, H. (2003). "Investigate leisure time pattern of students". **Journal of Educational Sciences and Psychology**, No. 3: 39-62. *(In Persian)*
- Parker, S. (1976). **The Sociology of Leisure**. Allen & Unwin, London.

- Rabbani, R., & Shiri, H. (2009). "The Leisure and social identity. Sociological Investigate leisure time patterns of Youth in Tehran". **Journal of Iranian Cultural Research**, No. 4: 209-242. *(In Persian)*
- Rafatjah, M., Rashvand, M., & Shahidi Zandi, M. (2010), "The sociological explanation leisure activities among young girls". **The Quarterly Journal of Woman**, No. 50: 29-80 *(In Persian)*
- Rojeck, C. (2005). **Leisure Theory**, London: Palgrave.
- Safania, A. (2001), "How to spend leisure time of female students of Islamic Azad universities of the country with emphasis on sports activities". **Quarterly of Harakat**, No.: 9, 127-140. *(In Persian)*
- Sarraf, P., Mohammadsalehi, N., Kheirollahi, F., & Rahimi, Z. (2005), "A study of the ways of spending leisure time and its related variables in the students of Qom university". **Medical Sciences**, No. 9: 127-140. *(In Persian)*
- Sarukhani, B. (1999). **Research methods In the social science**. Tehran: Institute for Humanities and Cultural Studies. *(In Persian)*
- Shafiei, S. (2015). "The reflection on research findings Women's leisure from a sociological perspective". **The Socia- Cultural Research Journal of Rabourd**, No. 15: 271-307. *(In Persian)*
- Strauss, A., & Corbin, J. (2008). **Basics of qualitative research**. Translated by: B. Mohammadi, Tehran: Human Science & Cultural. *(In Persian)*
- Webb, J. (2009). **Understanding representation**. London: Sage publication Ltd.
- Wegner, L., Flisher, A. J., Muller, M. & Lombard, C. (2006). "Leisure Boredom and Substance Use among High School Students in South Africa", **Journal of Leisure Research**, No. 2: 249-266.
- Wu, C. H. (2010). **The relationships among leisure participation, leisure satisfaction, and emotional intelligence among elementary school teachers in Northern Taiwan**, (Unpublished doctoral dissertation). The University of Incarnate Word, Texas, United States.
- Wynne, D. (1998) **Leisure, Lifestyle and the New Middle Class**. London & New York: Routledge.

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
رتال جامع علوم انسانی

واکاوی تجربه زیسته گذران اوقات فراغت جوانان، پیش و پس از شیوع

کرونا*

مرضیه ابراهیمی^۱

الهام سنخانی^۲

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۱۱/۲۰

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۰۲/۱۹

Doi: 10.22059/JISR.2022.309104.1114

چکیده

در دوران شیوع بیماری کرونا، الگوهای رفتاری و سبک زندگی جوانان در حوزه اوقات فراغت تغییراتی پیدا کرده است. این دوران برای برخی از افراد سبب ایجاد روابط صمیمانه با دیگر اعضای خانواده شده است، اما برخی دیگر به دلیل نداشتن مهارت‌های اجتماعی و ارتباطی دچار مشکلات بسیاری در محیط خانوادگی خود شدند و با چالش‌های ارتباطی زیادی مواجه شدند. هدف از انجام این پژوهش، واکاوی تجربه زیسته گذران اوقات فراغت جوانان، پیش و پس از شیوع کرونا است. روش انجام این پژوهش، کیفی و از طریق تحلیل مضمون است. به این ترتیب که با ۱۳ نفر از جوانان ساکن شهر تهران، مصاحبه عمیق صورت گرفته است، روش نمونه‌گیری، هدفمند است و در نهایت با رسیدن به اشباع نظری، اجرای مصاحبه‌ها متوقف و داده‌ها تجزیه و تحلیل شد. مهم‌ترین نتایج این تحقیق عبارت‌اند از: تغییر الگوی فراغت و فعالیت‌های فراغتی مشارکت‌کنندگان قبل و بعد از شیوع بیماری کرونا، افزایش زمان فراغت، ثبات نسبی نوع فعالیت فراغتی و تغییر در محل گذران فراغت، افزایش محتوای فرهنگی و هنری در فعالیت‌های فراغتی، افزایش فعالیت‌های مشارکتی در امور منزل، افزایش انگیزه و آگاهی برای فراهم کردن امکانات گذران اوقات فراغت در خانه و تغییر سبک استفاده از فضای مجازی. مشارکت‌کنندگان فرصت‌ها و چالش‌های گذران اوقات فراغت در دوران شیوع کرونا را نیز بیان کرده‌اند که مهم‌ترین فرصت‌ها، داشتن زمان بیشتر برای انجام فعالیت‌های هنری و فردی و با خانواده‌بودن و مهم‌ترین چالش‌ها، بی‌انگیزگی و افسردگی است.

واژه‌های کلیدی: اوقات فراغت، بیماری کرونا، جوانان، شبکه‌های اجتماعی، مشارکت.

* مقاله علمی - پژوهشی، تألیف مستقل

۲. استادیار گروه جامعه‌شناسی دانشکده ادبیات و علوم انسانی دانشگاه شهید بهشتی (نویسنده مسئول)،

ma_ebrahimi@sbu.ac.ir

۳. کارشناس ارشد جامعه‌شناسی دانشگاه شهید بهشتی، elhamsakhaee74@gmail.com

مقدمه و طرح مسئله

فراغت^۱ مجموعه‌ای از اشتغالاتی است که فرد کاملاً به رضایت خود (فارغ از اجبار) یا برای استراحت، یا برای تفریح، یا به منظور پرورش استعدادهای خود، بعد از آزادشدن از الزامات شغلی، خانوادگی و اجتماعی به آن می‌پردازد. عوامل متعددی بر نوع انتخاب افراد از چگونگی صرف وقت در هنگام فراغت تأثیر می‌گذارند. دسته اول این عوامل به خود فرد ارتباط دارند؛ اینکه فرد در چه مرحله‌ای از زندگی قرار دارد، نیازهایش کدام‌اند، دارای چه علایقی است، نگرش‌هایش کدام‌اند، چه توانایی‌هایی دارد، شرایط رشدش چگونه بوده است و چه شخصیتی دارد. دسته دوم این عوامل به محیط و شرایطی مرتبط می‌شود که فرد در آن‌ها قرار دارد: بافت اجتماعی که فرد نیز جزئی از آن است، زمانی که در اختیار دارد و نیز شغل و درآمدش که تورکیدسن از آن با عنوان عوامل اجتماعی و محیطی یاد می‌کند. دسته سوم این عوامل نیز به موقعیت‌ها و خدماتی که در اختیار فرد قرار دارند؛ از جمله منابع، تسهیلات، برنامه‌ها، فعالیت‌ها و نحوه مدیریت آن‌ها مربوط می‌شود (تورکیدسن، ۱۳۸۲: ۱۷۲). شرایط اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی هر جامعه بازتاب‌دهنده چگونگی گذران اوقات فراغت است که استفاده مطلوب از این اوقات می‌تواند برای بهبود کیفیت زندگی اجتماعی و اقتصادی افراد جامعه تأثیر بسیاری داشته باشد؛ بنابراین بهره‌گیری شایسته از اوقات فراغت، منوط به برنامه‌ریزی دقیق و متناسب با نیازها و اجرای موفق است. برنامه‌ریزی اوقات فراغت نمی‌تواند چیزی مستقل و بی‌ارتباط با سایر اوقات باشد، بلکه باید با برنامه‌های کلان زندگی ارتباط داشته باشد و مؤید و راهگشا و زمینه‌ساز آن باشد (بزرگیان به نقل از صفانیا، ۱۳۸۰: ۱۲۸). در شرایطی که بحران کرونا بر همه کشورهای جهان سایه افکنده است، مردم ایران نیز درگیر این بحران هستند. به عقیده پزشکان و متخصصان تنها راه مقابله با کرونا و قطع زنجیره انتقال، درخانه ماندن و خودداری از مسافرت است. در ایام قرنطینه، افراد زمان بیشتری برای گذراندن اوقات فراغت با دیگر اعضای خانواده دارند و ممکن است تقسیم کار عادلانه‌تری در خانواده صورت گیرد؛ یعنی بخشی از کار خانم‌ها که در تنهایی و انزوا انجام می‌شده اکنون با آقایان تقسیم شود؛ به گونه‌ای که برخلاف گذشته‌های دور که خانواده به محیط اندرونی و بیرونی تفکیک شده بود و پدران کمتر در کنار همسر و فرزندان خود وقت می‌گذراندند، روابط صمیمانه‌تر و نزدیک‌تری میان پدران و فرزندان به وجود آمده که در گذشته سابقه نداشته است. البته از جانب دیگر، برخی از افراد به دلیل

نداشتن مهارت‌های اجتماعی و ارتباطی در این دوران دچار مشکلات بسیاری در محیط خانوادگی خود شدند و با چالش‌های ارتباطی زیادی مواجه شدند. این خانه‌نشینی اجباری موجب شد تا مصرف اینترنت در کشور نیز چند برابر شود. اینترنت تنها دلخوشی و همدم روزهای قرنطینه و جبران دوری از عزیزان، با برقراری تماس‌های تصویری و حتی انجام برخی کارهای اداری به صورت دورکاری در خانه‌ها است. یکی از اتفاقات خوبی که می‌توان آن را آغازکننده یک حرکت نو و مثبت دانست، فعالیت تلویزیون‌های اینترنتی یا برنامه‌های اینترنتی پخش فیلم و سریال است؛ برای نمونه در این ایام هر شب شاهد پخش زنده کنسرت خوانندگان و گروه‌های موسیقی با همکاری شهرداری تهران از برج میلاد بودیم که هر شب پنج تا شش میلیون بیننده داشته یا اکران فیلم‌ها به صورت اینترنتی است. این تحقیق مربوط به تغییرات گذران اوقات فراغت جوانان در زمان شیوع کرونا (در ایام قرنطینی) است. جوانان یکی از این گروه‌های حساس جامعه محسوب می‌شوند که در همه اعصار و قرون و در هر محدوده جغرافیایی با هر نام و نشانی به آن توجه و تأکید خاصی شده است (سازمان ملی جوانان، ۱۳۸۴). توجه به چگونگی گذران اوقات فراغت جوانان، به دلیل ورود جدی و مستقل آنان به اجتماع و در نتیجه افزایش احتمال بروز رفتارهای نامتعادل و پرخطر در این اوقات، از اهمیت فراوانی برخوردار است. جوانان نیاز به فراغت یا به طور عام‌تر به هیجان و سرگرمی دارند. اگر آنان قادر نباشند که این نیازها را از طریق کانال‌های به لحاظ اجتماعی پذیرفته شده ارضا کنند، ممکن است برای ارضای آن از مجاری بزهکارانه عمل کنند (خواجه‌نوری و هاشمی نیا، ۱۳۸۹: ۳۷). یکی از ضرورت‌های انجام پژوهش در حوزه فراغت جوانان، تغییرات الگوهای رفتاری و سبک زندگی آن‌ها در حوزه اوقات فراغت در دوران شیوع بیماری کرونا است که می‌تواند پیامدهای طولانی‌مدتی داشته باشد. هدف این پژوهش توصیف و سنخ‌شناسی فعالیت‌های فراغتی جوانان از نظر صوری و محتوایی است. در گام بعدی تغییرات این فعالیت‌ها با توجه به شرایط کنونی بررسی و تحلیل می‌شود. در نتیجه پرسش‌های اصلی پژوهش از این قرار است: تجربه زیسته گذران اوقات فراغت جوانان در زمان شیوع کرونا و پیش از آن چگونه است؟ تغییرات زمانی گذران اوقات فراغت جوانان قبل و بعد از شیوع کرونا چگونه بوده است؟ سنخ‌شناسی فعالیت‌های فراغتی پیش و پس از کرونا چگونه بوده است؟ شکل فعالیت‌های فراغتی پیش و پس از کرونا مشارکتی است یا انفرادی؟

پیشینه تحقیق

صراف، محمدصالحی، خیراللهی و رحیمی (۱۳۹۵) به بررسی چگونگی گذراندن اوقات فراغت و متغیرهای وابسته به آن در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی قم پرداختند و به این نتیجه رسیدند که صرف اوقات فراغت در دانشجویان دانشگاه پزشکی قم کمتر از حد مطلوب است و با توجه به نحوه گذران اوقات فراغت در فعالیت‌های مختلف مانند وقت‌گذرانی بیشتر در شبکه‌های اجتماعی، استراحت، تفریح و بی‌توجهی به فعالیت‌های درسی و ورزشی در طی روز، به نظر می‌رسد در سطح دانشگاه، برنامه‌ریزی عملیاتی برای استفاده بهینه ورزشی و فرهنگی برای اوقات فراغت ضروری است. قلی‌پور، مهدوی و ساروخانی (۱۳۹۵) به نقش جهانی شدن ارتباطات (اینترنت و ماهواره) بر نحوه گذران اوقات فراغت زنان جوان پرداختند و نشان دادند جوانان به اقتضای سن خود معمولاً اوقات فراغت توأم با لذت‌جویی دارند که این لذت‌جویی و لذت‌گرایی امروز در فرهنگ ما با انحرافات همراه است. جوانان چندان مایل به گذراندن اوقات فراغت با افراد و خانواده نیستند و بیشتر به گذراندن اوقات فراغت با دوستان و دور از خانواده و سرگرمی و وقت‌گذرانی در شبکه‌های اجتماعی و کارکردن در فضای مجازی گرایش دارند. نیکخواه و ناکوئی درگزی (۱۳۹۵) به بررسی جامعه‌شناختی فعالیت‌های اوقات فراغت دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد بندرعباس پرداختند و به این نتیجه رسیدند که در سبک جدید فراغتی، از میزان تحرک مکانی و جسمی دانشجویان به شدت کاسته شده و در عوض دانشجویان در معرض انواع اطلاعات و پیام‌ها قرار گرفته‌اند. خواجه‌نوری و حاجیان (۱۳۹۴) ارتباط متغیرهای زمینه‌ای و نیازهای انسانی را با گذران اوقات فراغت در بین دختران دانش‌آموز دبیرستانی شیراز بررسی کردند. نتایج نشان داد نوع شغل مادر، درآمد پدر و مادر، سطح تحصیلات پدر و مادر، طبقه اجتماعی، بعد خانوار و نیازهای ایمنی، قدردانی، اجتماعی و فیزیولوژیکی با گذراندن اوقات فراغت توسط دختران ارتباط معنادار دارد. شفیعی (۱۳۹۴) به بررسی چگونگی گذران اوقات فراغت زنان و میزان رضایتمندی ایشان در دانشگاه علامه طباطبایی پرداخت و دریافت که مردان به اوقات فراغت همسران خود نظارت دارند، در این زمینه قادر به تصمیم‌گیری هستند و اعمال قدرت می‌کنند. بیشتر زنان بین ۱۰ تا ۱۹ ساعت در هفته فراغت دارند. بیشتر آنان این اوقات را عمدتاً در خانه طی می‌کنند و میزان رضایت آنان از گذران این اوقات در سطح متوسط است. باقری و بهمنی (۱۳۹۳) به بررسی نحوه گذران اوقات فراغت شهروندان استان خوزستان پرداختند و نشان دادند متغیرهای زمینه‌ای سن، جنسیت و

محل تولد با اوقات فراغت دارای رابطه معنادار هستند. عنایت و حسینی (۱۳۹۲) الگوهای گذران اوقات فراغت را در میان جوانان شهر شیراز و رابطه آن با انواع سرمایه‌ها را براساس جنسیت مطالعه کردند و دریافتند مردان در الگوهای فراغتی رسانه‌محور، الگوی فراغتی بیرون از خانه و الگوی فعال و منفعل میانگین بالاتری نسبت به زنان دارند که این تفاوت میانگین در الگوی فراغتی بیرون از خانه و الگوی فراغتی فعالانه مشهودتر است و شکاف بیشتری را نشان می‌دهد. محمدی، محمدی و زارع (۱۳۹۱) به تبیین جامعه‌شناختی رابطه اوقات فراغت و اشکال جدید سرمایه پرداختند و به این نتیجه رسیدند که رابطه‌ای مستقیم و معنادار بین اوقات فراغت و سرمایه فرهنگی-اجتماعی وجود دارد. قاسمی، گنجی و مرداویسی (۱۳۹۱) تفاوت‌های جنسیتی را در مصرف کالاهای فرهنگی و نحوه گذران اوقات فراغت بررسی کردند. مطابق نتایج، بین مصرف کالاهای فرهنگی و جنسیت رابطه معنادار وجود دارد و بین میانگین میزان مصرف کالاهای فرهنگی میان زنان و مردان تفاوت معنادار نیست. پهلوان و برزیگر (۱۳۹۰) گرایش به نحوه گذران اوقات فراغت را در بین دختران مقطع متوسطه شهرستان آمل بررسی کردند. براساس نتایج، الگوهای اوقات فراغت دختران جوان شهری به‌ویژه در اقصای متوسط، از شکل انفعالی و درون‌خانگی به شکل فعالانه و برون‌خانگی میل می‌کند. ربانی و شیرینی (۱۳۸۸) به بررسی جامعه‌شناختی الگوهای گذران اوقات فراغت را در میان جوانان ساکن تهران اقدام کردند و به این نتیجه رسیدند که الگوهای گذران اوقات فراغت در گام نخست متأثر از پایگاه طبقاتی و عامل دوم متغیر جنسیت است. قائم، محمدصالحی و محمدیگی (۱۳۸۶) چگونگی گذراندن اوقات فراغت و همبسته‌های آن را در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی شیراز مطالعه کردند و به این نتیجه دست یافتند که دانشجویان در زمینه پرکردن اوقات فراغت خود دچار مشکل هستند و از طرفی تفاوت در نحوه گذراندن اوقات فراغت دانشجویان را می‌توان به تفاوت‌های فرهنگی، محدودیت‌های اجتماعی و علائق و سلیقه‌های افراد نسبت داد. پاک‌سرشت و الهام‌پور (۱۳۸۲) الگوی گذران اوقات فراغت دانشجویان دانشگاه شهید چمران را مطالعه کردند و به این نتیجه رسیدند که بیشترین وقت فراغت دانشجویان صرف تماشای تلویزیون می‌شود. بعد از آن به ترتیب به گوش دادن نوارهای صوتی، مطالعه روزنامه، گوش دادن به رادیو، مطالعه کتب غیردرسی، ورزش کردن، بادوستان بودن و قدم‌زدن به خود اختصاص داده است.

برادلی و انگلس (۲۰۱۲) ابعاد اوقات فراغت در میان نوجوانان و تفاوت‌های جنسیتی آنان را بررسی کردند و نشان دادند پسران بیشترین زمان فراغت خود را به بازی‌های کامپیوتری،

شرکت در مسابقات و فعالیت‌های فیزیکی اختصاص می‌دهند؛ درحالی‌که دختران بیشتر زمان فراغت خود را به صحبت‌کردن با دوستان، خرید، مطالعه و شرکت در فعالیت‌های خلاقانه نظیر موسیقی، رقص و هنر می‌پردازند. کرین و لسلی (۲۰۰۸) پژوهشی انجام دادند با عنوان «چگونه پایگاه اجتماعی-اقتصادی به مشارکت در فعالیت‌های جسمی در اوقات فراغت کمک می‌کند». نتایج حاکی از آن بود که همه مقیاس‌های پایگاه اجتماعی-اقتصادی به‌صورت مستقل با عامل فردی و واسطه‌های اجتماعی روابط فعال پایگاه اجتماعی-اقتصادی پیوند داشتند. در مطالعه واگنر و همکاران (۲۰۰۶) ملاحظه شد که به‌دلیل نداشتن منابع اوقات فراغت برای برخی از گروه‌های اقلیتی، مشارکت جوانان در فعالیت‌های اوقات فراغتی سالم محدود شده است؛ بنابراین بسیاری از جوانان وقت خود را در گروه‌های خارج از خانه و در خیابان‌ها سپری کرده‌اند. متینگلی و بیانچی (۲۰۰۳) در تحقیق خود نشان دادند اوقات فراغت در میان زنان کمتر از مردان است. فراغت محض در آنان کمتر است. همچنین فراغت آن‌ها بیشتر با کارهای خانگی آمیخته است، زنان بیش از مردان اوقات فراغت خود را با فرزندانشان سپری می‌کنند و بیشتر در زمان گذران اوقات فراغت نگران کارهای خانه و کارهای بیرون از خانه هستند. جوای (۲۰۰۱) به بررسی رابطه بین فناوری و فراغت پرداخت و اظهار کرد که استفاده روزافزون از اینترنت و رسانه‌های اجتماعی از جمله بازی‌های کامپیوتری سبب شده است که شیوه تجربه فراغت و فعالیت‌های فراغتی دگرگون شود. رسانه‌ها به‌ویژه اینترنت سبب شده است که تجربه فراغت از حالت محلی خارج شود و وجهه جهانی و بین‌المللی یابد. همچنین فضاهای رسانه‌ای و سایبر می‌تواند سبب گسترش تجربه‌های انحرافی فراغت شود، از جمله شرکت در اعمال خرابکارانه و گرایش به رفتارهای پرخطر جنسی. نتایج تحقیقات پیشین نشان می‌دهد گذران اوقات فراغت متأثر از پایگاه طبقاتی و جنسیت است و فراغت زنان نسبت به مردان بیشتر در خانه و با فرزندان سپری می‌شود. پسران زمان فراغت خود را بیشتر با دوستان، بازی‌های کامپیوتری و شرکت در فعالیت‌های فیزیکی و دختران، زمان فراغت خود را صحبت با دوستان، رفتن به مراکز خرید و گوش‌کردن موسیقی می‌گذرانند. روش استخراج داده‌ها بیشتر کمی و پرسشنامه است و در تعداد کمی از مقالات از روش‌های کیفی و مصاحبه عمیق استفاده شده است. در این مقاله، تغییرات در نحوه گذران اوقات فراغت در پیش و پس از کرونا بررسی می‌شود که در زمان کرونا مقاله داخلی در این زمینه کار نشده است.

مرور مفاهیم

اسمیت نظریه‌های ویژه‌ای را که در زمینه فراغت از سوی متفکران اجتماعی اظهار شده به سه دیدگاه نظری تقسیم می‌کند: نظریه اجتماعی‌شدن، نظریه نقش و پایگاه، نظریه خرده‌فرهنگ خاص جوانان. نظریه اجتماعی‌شدن، فراغت را جزئی از مجموعه فعالیت‌هایی می‌داند که از طریق آن آموخته‌های لازم برای ورود به بزرگسالی باید آموخته شود. دیدگاه دوم، این دوره را یک دوره موقت و ناپایدار به لحاظ نقش و پایگاه می‌داند و نظریه سوم هم خرده‌فرهنگ جوانان را مستقل از فرهنگ جامعه و حتی گاه متضاد با آن می‌بیند. اسمیت به تفاوت گروه سنی جوانان با سایر گروه‌های سنی در زمینه نحوه گذران اوقات فراغت اشاره می‌کند. در واقع، رسانه‌های گروهی ویژه جوانان، آنان را به لحاظ فکری به هم پیوند می‌دهند. این مسئله سبب تضعیف پیوستگی جوانان با خانواده و افزایش اثر اجتماع همسالان بر انتخاب اوقات فراغت می‌شود. از آنجا که جوانان در پی کسب تجربه‌های جدید هستند و ذوق و سلیقه‌های تازه را می‌جویند، در انتخاب فراغت، کمتر از الگوهای پایدار و ثابت پیروی می‌کنند و خواستار تنوع در اوقات فراغت هستند (روجک، ۱۳۸۸: ۹۴). پیر بوردیو با پرداختن به کارکرد اجتماعی سبک زندگی و اوقات فراغت، مفهوم دوگانه فرهنگ بالا و پایین را رد می‌کند. وی به بررسی کاربرد اولویت‌های فرهنگی گروه‌های مختلف، هماهنگی‌شان با یکدیگر و تمایزشان از دیگران می‌پردازد. پویایی‌های مصرف سبک زندگی و انتخاب‌های مربوط به اوقات فراغت جایگاه فرد را در یک حوزه مشخص می‌کند و از این طریق، دیدگاه او را درباره خود و دیگران شکل می‌دهد. به تعبیر وی، گزینه‌های انتخابی اوقات فراغت جملگی بازتابنده چارچوب‌های کلی سبک زندگی هستند که هم‌تراز با طبقه اجتماعی‌اند. جاروی و مگواپروی (۱۹۹۴) انتخاب‌های سبک‌های زندگی را تحلیل کردند و آن را از این جهت بااهمیت دانستند که تمایزات اجتماعی و ساختاری در دهه اخیر مدرنیته به‌طور روزافزونی از رهگذر صور فرهنگی بیان می‌شوند. از دید بوردیو «شرایط وجودی» آن دسته از شرایط طبقاتی و خانوادگی است که شخص در آن‌ها به دنیا می‌آید. این شرایط به مجموعه‌ای از موارد شرطی‌سازی می‌انجامد و به سیستمی از خواست‌ها تبدیل می‌شود. این حالت، بنیادی است که سبک زندگی اوقات فراغت بر پایه آن شکل می‌گیرد. هم سیستم خواست‌ها و هم منطق تجربه به‌طور ناخودآگاه در تمام سلیقه‌ها و علائق فعالیت‌های اوقات فراغت از ورزش و هنر گرفته تا عضویت باشگاه و انجمن‌ها و رفتن به مسافرت در ایام تعطیل و فعالیت‌های غیررسمی مانند استفاده از برنامه‌های دستگاه‌های

ارتباط‌جمعی و اوقات فراغت مبتنی بر خانه عمل می‌کند. او سپس استدلال می‌کند که اهمیت فعالیت‌ها، فضا و شیوه‌های خاص، همبسته به توزیع اجتماعی آن‌ها است. به این معنی که افراد گزینش‌های خود را با توجه به آگاهی‌هایی که درمورد گزینه‌های سایر افراد دارند، انجام می‌دهند (بورديو، ۱۹۷۸). با توجه به «نظریهٔ تجربه» بورديو، تجربه‌های دوران کودکی سبب «ترکیب و شکل‌گیری منش» می‌شود. این ترکیب نظامی از حالات و خواست‌های قابل‌انتقال است که به‌عنوان مجموعه‌ای از ادراک‌ها، سلیقه‌ها، علایق، احساسات و کنش‌ها عمل می‌کند و راهی برای درک جهان و تمیز فعالیت‌های مناسب و نامناسب است. «خواست‌های قابل‌انتقال»، یعنی سلیقه‌ها و علایق مربوط به فراغت، به سلیقه‌ها و علایقی بستگی دارد که در فعالیت‌های دیگر بروز می‌کند. «منش» براساس تجربیات شکل می‌گیرد و در ذهن جای‌گیر می‌شود و از آنجا که از اوایل کودکی در ذهن قرار گرفته، به‌طور ناخودآگاه عمل می‌کند و نمی‌توان چیزی را به‌صورت کامل جایگزین آن کرد؛ بنابراین «شرایط وجودی»، آن دسته از شرایط خانوادگی و طبقاتی است که شخص در آن‌ها به دنیا می‌آید و به مجموعه‌ای از موارد شرطی‌سازی و سیستمی از خواست‌ها (منطق تجربه) تبدیل می‌شود. این حالت از نظر بورديو، بنیادی است که سبک زندگی و فراغت بر پایهٔ آن شکل می‌گیرد (هی‌وود و همکاران، ۱۳۸۰: ۳۵۶-۳۵۸).

روش‌شناسی پژوهش

در این پژوهش، از روش کیفی و تکنیک مصاحبهٔ عمیق و برای تحلیل داده‌ها از روش تحلیل تماتیک (مضمون) استفاده شده است. با انجام ۱۳ مصاحبهٔ عمیق در میان افرادی که در محدودهٔ سنی ۱۸ تا ۲۹ سال قرار داشتند و از طریق ملاک‌هایی همچون تنوع در مشاغل، وضعیت تأهل، رشته تحصیلی و... انتخاب شدند، اشباع نظری مدنظر حاصل شد. فرایند کار بدین‌صورت بود که پس از انتزاع مفاهیم از گزاره‌ها و سطر به سطر داده‌ها به روش تحلیل خرد، آن‌ها با یکدیگر مقایسه و مفاهیم مرتبط تحت عنوان یک مفهوم کلی‌تر به نام مقوله، یکپارچه شدند. تمامی مفاهیم به‌دست‌آمده تحت پوشش هفت مقوله قرار گرفتند. با یکپارچه‌کردن، مقایسه و تعمق در این مقوله‌ها، یک مقولهٔ هسته به نام نحوهٔ الگوی گذران اوقات فراغت و سبک زندگی پیش و پس از کرونا حاصل شد که مقوله‌ها و مفاهیم جزئی را پوشش می‌داد. سیمای مشارکت‌کنندگان در تحقیق حاضر مطابق جدول ۱ است.

جدول ۱. سیمای مشارکت کنندگان

ردیف	نام مستعار	جنس	سن	وضعیت تاهل	مقطع تحصیلی	رشته تحصیلی	شغل
۱	مریم	زن	۲۵	مجرد	کارشناسی ارشد	معماری	دانشجو
۲	مهسا	زن	۲۳	مجرد	کارشناسی ارشد	ادبیات فارسی	دانشجو
۳	احمد	مرد	۲۷	مجرد	کارشناسی ارشد	تربیت بدنی	آزاد (مغازه و سایل چوبی)
۴	زهرا	زن	۲۶	متاهل	کارشناس	طراحی لباس	طراح لباس
۵	رضا	مرد	۲۸	متاهل	کارشناسی ارشد	صنایع	تولید رنگ
۶	سیما	زن	۲۴	مجرد	کارشناسی ارشد	مدیریت بازرگانی	دانشجو
۷	علی	مرد	۲۸	متاهل	کارشناسی ارشد	مدیریت مالی	کارمند بانک
۸	محمد	مرد	۲۹	متاهل	دکتری	حقوق	وکیل
۹	حسن	مرد	۲۵	مجرد	کارشناسی ارشد	برق	دانشجو
۱۰	صبا	زن	۲۵	مجرد	کارشناسی ارشد	فلسفه	دانشجو
۱۱	بهار	زن	۲۴	مجرد	لیسانس	حسابداری	حسابدار شرکت
۱۲	حسین	مرد	۲۸	متاهل	دکتری	مکانیک	شرکت ایران خودرو
۱۳	علیرضا	مرد	۲۶	مجرد	کارشناسی ارشد	جامعه‌شناسی	دانشجو

یافته‌های تحقیق

مقوله‌ها و مفاهیم مستخرج از مصاحبه‌ها به شرح جدول ۲ است.

جدول ۲. مقوله‌ها و مفاهیم مستخرج از مصاحبه‌ها

مقوله اصلی	مفاهیم	مقوله‌های فرعی
نحوه الگوی گذران اوقات فراغت و سبک زندگی در پیش و پس از کرونا	تحلیل جنسیتی تغییرات گذران اوقات فراغت جوانان	حضور در فضای مجازی و شبکه‌های اجتماعی، افزایش فعالیت‌های بدنی و ورزش مردان نسبت به زنان، افزایش مطالعه زنان نسبت به مردان، تغییر نگرش زنان به آشپزی به مثابه هنر
	تغییر در الگوی فراغتی متأهلان	پایبندی بیشتر متأهلان به رعایت اصول بهداشتی نسبت به مجردان
	فعالیت‌های فراغتی مشارکت‌کنندگان قبل و بعد از شیوع بیماری کرونا	تغییر محل گذران اوقات فراغت افراد از محیط‌های بیرون از خانه به درون خانه، خانوادگی شدن فعالیت‌های خانوادگی، کاهش چشمگیر هزینه‌های اوقات فراغت، افزایش زمان گذران اوقات فراغت، داشتن امکانات کافی برای گذران اوقات فراغت
	افزایش فعالیت‌های مشارکتی در خانواده برای گذران اوقات فراغت	مشارکت شوهران در تقسیم کار خانگی، شباهت اوقات فراغت مردان به فراغت زنان در انجام کارهای خانگی
	تغییر سبک استفاده از فضای مجازی در پیش و پس از شیوع کرونا	قبل از شیوع کرونا گذراندن وقت در کانال‌ها و شبکه‌های اجتماعی صرف خواندن و اطلاع از محتوای طنز و اخبار مهم اجتماعی، پس از کرونا: فعال‌شدن کتابخانه‌های مجازی در ایران و جهان، برگزاری کلاس‌های آنلاین، ارائه نرم‌افزارهای کاربردی، طراحی کتاب‌های صوتی و...
	تغییر سبک زندگی افراد تحت تأثیر تغییر در الگوی گذران اوقات فراغت	تغییر در سبک غذا، فعالیت‌های بدنی، دیدوبازدیدها و احوال‌پرسی‌ها و مطالعه کردن...
	فرصت‌های گذران اوقات فراغت در دوران شیوع کرونا	طراحی لباس، کیف چرمی، چهل‌تکه، ساختن وسایل چوبی و صنایع‌دستی، مطالعه کردن، فیلم و سریال تماشا کردن، آشپزی کردن و استفاده از فضای مجازی

• تحلیل جنسیتی تغییرات گذران اوقات فراغت جوانان

مقوله جنسیت در بیشتر پژوهش‌های اجتماعی تأثیرگذار و معنادار است. در خصوص گذران اوقات فراغت در زمان شیوع بیماری کرونا نیز این متغیر در نظر گرفته شد و نتایج نشان داد می‌توان با متغیر جنسیت، الگوهای فراغتی متفاوتی را در نظر گرفت. مطابق یافته‌ها، سه الگوی گذران اوقات فراغت با تأکید بر متغیر جنسیت در میان مشارکت‌کنندگان وجود دارد:

فعالیت‌های فراغتی مجازی به‌مثابه الگویی فراجنسیتی و مشترک: در الگوی مشترک، هر ۱۳ مشارکت‌کننده، از اینترنت و شبکه‌های اجتماعی استفاده می‌کردند. به عبارت دیگر یکی از فعالیت‌های مشترک میان زنان و مردان در زمان فراغتشان، حضور در فضای مجازی و شبکه‌های اجتماعی است. این امر می‌تواند از یک سو نشان‌دهنده فراجنسیتی بودن استفاده از فضای مجازی باشد و از سوی دیگر افزایش استفاده از این فضا به دلیل قرنطینه خانگی فارغ از جنسیت افراد باشد. یکی از موارد مهم و قابل تأمل در این امر، گستره وسیع مخاطبانی است که از فضای مجازی برای گذران اوقات فراغت خود در دوران کرونا استفاده می‌کنند. این داده از جهت برنامه‌ریزی و سیاست‌گذاری‌های کلان در حوزه‌های مختلف بسیار مهم و تأثیرگذار خواهد بود. یکی از دغدغه‌های برنامه‌ریزان در شرایط کنونی، همگرایی و مشارکت عمومی در حوزه کنترل و پیشگیری از این بیماری است که به نظر می‌رسد از طریق مدیریت محتوا و ارائه آن در فضای مجازی می‌توان به صورت غیرمستقیم و مستقیم پیام‌های ضروری برای مقابله و پیشگیری از کرونا را منتقل کرد؛ برای مثال مریم می‌گوید:

«زمان زیادی در اینستاگرام هستم و معمولاً پیج‌های مد، اخبار سلبریتی‌ها و پیج‌های آشپزی رو دنبال می‌کنم. توی تلگرام هم عضو کانال‌های خبری هستم.»

در بین شرکت‌کنندگان، اینستاگرام محبوب‌تر از شبکه‌های اجتماعی دیگر است. اغلب مشارکت‌کنندگان زن صفحات آشپزی و لباس و مد، و اغلب مشارکت‌کنندگان مرد صفحات ورزشی و خبرهای روز را دنبال می‌کنند. اما یافته‌های تحقیق نشان می‌دهد که هریک از مشارکت‌کنندگان، در شبکه‌های اجتماعی بیشتر صفحاتی را پیگیری می‌کنند که مربوط به شغل و رشته تحصیلی آنها است که پیش از این به صورت رودررو و حضوری آن را دنبال می‌کردند.

الگوی فراغتی مردانه؛ استمرار تحرک و فعالیت بدنی: نتایج تحقیق نشان می‌دهد مردان بیش از زنان به فعالیت‌های بدنی و ورزش در اوقات فراغت خود اهمیت می‌دهند. یکی از

دلایل این امر می‌تواند کاهش فعالیت‌های روزانه آن‌ها به دلیل عدم حضور یا حضور کمتر در محل کار است؛ برای مثال علی می‌گوید:

«قبل از کرونا هفته‌ای یک بار با دوستانم دسته‌جمعی فوتبال بازی می‌کردم و باشگاه می‌رفتم، ولی با اومدن کرونا همه برنامه‌ها منقطع به هم ریخت. نزدیک خونمون پارک هستش. گاهی برای پیاده‌روی می‌رفتم پارک -خیلی کم- و تو خونه با وسایل ورزشی مثل تن‌تاک و میله بارفیکس ورزش می‌کردم.»

با توجه به استمرار وضعیت کرونا، بیشتر مشارکت‌کنندگان راهکارهایی برای انجام فعالیت‌های بدنی خود در منزل در نظر گرفته‌اند. این راهکارها از طریق نصب اپلیکیشن یا استفاده از رسانه‌های جمعی، پیاده‌روی‌های فردی و... برای ادامه فعالیت‌های بدنی مورد نظر آن‌ها قرار گرفته است. یکی از فرصت‌هایی که این مسئله پیش‌روی خانواده‌ها قرار می‌دهد، افزایش فعالیت‌های بدنی و انجام این فعالیت‌ها به صورت خانوادگی (و نه صرفاً دوستانه) است.

الگوی فراغتی زنانه؛ معنادارکردن فعالیت‌های روزمره: یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد در میان زنان مشارکت‌کننده، کتاب‌خواندن بیشتر از مردان اولویت دارد. در یک الگوی مقایسه‌ای، زنان فعالیت‌های فرهنگی و هنری را دارای اولویت می‌دانند و تمایل بیشتری به انجام آن دارند. برخی از زنان شاغل در زمان شیوع کرونا زمان بیشتری را به آشنایی اختصاص می‌دهند و تغییر رویکرد قابل توجهی به این فعالیت از «آشنایی به مثابه انجام یک تکلیف» به «آشنایی به مثابه انجام یک هنر» داشته‌اند. در واقع یافته‌های پژوهش نشان می‌دهد زنان علاوه بر استفاده بیشتر از فعالیت‌های فرهنگی و هنری توانسته‌اند برخی فعالیت‌های روزمره خود را معنادار کنند و به عنوان یک فعالیت فراغتی بدان بپردازند. زهرا می‌گوید:

«من طراحی لباس می‌کنم و دیوانه‌وار به این کار هنری علاقه دارم. زمان کرونا همه‌ش تو خونه بودم، بیشتر زمان برای این کار می‌داشتم. توی اینستاگرام، پیج‌های آشنایی هم دنبال می‌کردم و خیلی غذاهای جدید با تزئینات متنوع، کلی دسر و کیک‌های جدید درست کردم که عالی بود.»

یافته‌های تحقیق نشان می‌دهد افزایش کمی و کیفی حضور خانواده در کنار یکدیگر توانسته تمرکز و تمایل بیشتری برای زنان ایجاد کند تا آن‌ها بتوانند به فعالیت‌هایی بپردازند که یا پیش از این فرصت انجام آن را نداشته‌اند یا ممکن است به دلیل نگرانی انجام کارهای خانواده و به خصوص فرزندانشان آن فعالیت‌ها را در اولویت قرار نداده باشند. همچنین در حوزه فراغت

زنان بعد از شیوع کرونا، تغییرات محسوسی به چشم می خورد. یافته‌های پژوهش نشان می دهد استفاده از انواع فیلم برحسب جنسیت متفاوت است. مردان بیشتر فیلم‌های اکشن و جنایی و زنان بیشتر فیلم‌های درام، رمانتیک و خانوادگی نگاه می کنند. همچنین استفاده از انواع کتاب‌ها برحسب جنسیت متفاوت است. زنان بیشتر کتاب‌های رمان، شعر، هنری و روان‌شناسی و مردان بیشتر کتاب‌های فلسفی و حقوقی را مطالعه می کنند. مصرف برخی از انواع موسیقی نیز برحسب جنسیت متفاوت است: زنان بیشتر موسیقی‌های پاپ و رپ و مردان بیشتر موسیقی سنتی گوش می دهند. همچنین مردان در زمان فراغت بازی‌های اینترنتی انجام می دهند.

• تغییر در الگوی فراغتی متأهلان

در این پژوهش، ۵ نفر از مشارکت‌کنندگان متأهل بودند (دو نفر از آن‌ها هرکدام دارای یک فرزند) و ۸ نفر از مشارکت‌کنندگان مجرد بودند. در مجموع همه مشارکت‌کنندگان متأهل پایبند به رعایت اصول بهداشتی بودند و قرنطینه خانگی را رعایت می کردند و ۵ نفر از مشارکت‌کنندگان مجرد هم قرنطینه خانگی را رعایت کردند. از این میان، ۳ نفر از مشارکت‌کنندگان مرد که مجرد هم بودند، در موارد معدودی با دوستانشان دور هم جمع می شدند. حسن می گوید:

«قبلاً با دوستانم خیلی بیرون می رفتیم. بیشتر فراغتمون تو محیط بیرون از خونه بود الان واقعاً ۲۰ روز بود دوستانم رو ندیده بودم و از بس تو خونه بودم داشتم دیوانه می شدم. یه قرار گذاشتیم بریم بیرون. البته هم ماسک زدیم، هم فاصله‌هامون رو رعایت کردیم.»

یافته‌ها نشان می دهد افراد متأهل پیش از شیوع کرونا، زمان فراغتشان کمتر از افراد مجرد است. افراد متأهل بیشتر از افراد مجرد قائل به رعایت مسائل بهداشتی و گذران اوقات فراغت در منزل بوده‌اند. آن‌ها تمهیدات مختلفی برای خود و فرزندانشان در راستای گذران اوقات فراغت در نظر می گرفتند و به مرور زمان با خلاقیت و ابتکار توانسته بودند شرایط دشوار و بی‌حوصلگی ناشی از شیوع بیماری را کمتر کنند.

• مقایسه فعالیت‌های فراغتی مشارکت‌کنندگان قبل و بعد از شیوع کرونا

جدول ۳ بیشترین فعالیت و محل گذران اوقات فراغت مشارکت‌کنندگان را پیش و پس از شیوع کرونا نشان می دهد.

جدول ۳. فعالیت و محل گذران اوقات فراغت مشارکت‌کنندگان پیش و پس از شیوع کرونا

مقایسه هزینه فراغت مشارکت‌کنندگان (به تومان)		محل گذران اوقات فراغت		بیشترین فعالیت
هنگام شیوع کرونا	قبل از کرونا	پس از شیوع کرونا	قبل از شیوع کرونا	
۵۰	۲۵۰	خانه (از طریق دانلود و خرید مجازی)	سینما	فیلم دیدن
۱۵۰	۳۰۰	خانه (اینترنتی)	مراکز خرید و پاساژها	خرید لباس و کتاب
۷۰	۱۵۰	آشپزی در خانه	رستوران	خوردن غذا
۵۰	۳۰۰	شبکه‌های اجتماعی و تلفن	کافی شاپ	تعامل با دوستان
۵۰	۲۰۰	در خانه، پیاده‌روی، کوهنوردی	باشگاه‌ها	ورزش
۲۰	۱۵۰	خانه	کلاس‌های آموزشی	فعالیت‌های هنری و فرهنگی
۱۵۰	۴۰۰			
۱۰۰	۷۵۰			
۵۰	۱۵۰			
۶۰	۲۰۰			
۴۰	۲۵۰			
۱۰۰	۶۰۰			
۷۰	۲۰۰			

یافته‌های تحقیق نشان می‌دهد علاوه بر تغییر محل گذران اوقات فراغت افراد از محیط‌های بیرون از خانه به درون خانه، الگوی گذران وقت و فعالیت‌های انجام‌شده تغییر زیادی نداشته است. به عبارت دیگر محتوا و حوزه علائق مشارکت‌کنندگان همچون زمان‌های عادی تعریف می‌شود، اما شکل انجام آن تغییرات محسوسی داشته است. البته شایان ذکر است که در ابتدای بروز بیماری کرونا افراد به صورت محسوسی دچار مشکلات تصمیم‌گیری و گذران اوقات فراغت بودند که به مرور زمان راهکارهای آن را پیدا و اجرا کردند. به این معنا که افراد در حیطه فعالیت‌های گذشته خود توانسته‌اند در خانه فعالیت‌های فراغتی خود را ادامه دهند. نکته مهم و قابل توجه در این میان، تغییر نگرش، تنوع و خانوادگی شدن فعالیت‌های فراغتی است. پیش از

کرونا افراد بیشتر وقت خود را با همکاران یا دوستان خود صرف می‌کردند؛ درحالی‌که در زمان شیوع کرونا بیشتر زمان فراغت در کنار خانواده گذرانده شده است. همچنین در میان تمام مشارکت‌کنندگان، هزینه‌های گذران فراغت تغییر قابل توجهی داشته است. یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد در مدیریت اقتصادی خانواده می‌توان این امر را یک فرصت تلقی کرد و این مسئله نتیجه مهمی است که افراد توانسته‌اند به علائق و نیازهای فراغتی خود درون خانواده با هزینه کمتر پاسخ دهند.

• فعالیت‌های فراغتی مشارکت‌کنندگان در دوران کرونا

یافته‌ها نشان می‌دهد در دوران شیوع بیماری، اولویت‌بندی فعالیت‌های فراغتی مشارکت‌کنندگان تغییر زیادی داشته، به طوری‌که پیش از شیوع بیماری، بیشتر زمان افراد در فضاهای بیرون خانه و حول فعالیت‌های خارج از خانه می‌گذشته، اما در شرایط کنونی این الگو و اولویت‌بندی متفاوت شده است. اولویت‌ها در زمان بیماری به ترتیب عبارت‌اند از: ۱) استفاده از فضای مجازی؛ ۲) تماشای فیلم و سریال؛ ۳) کتاب‌خواندن؛ ۴) آشپزی کردن؛ ۵) ورزش کردن؛ ۶) انجام کارهای هنری؛ ۷) انجام بازی‌های آنلاین و ۸) استراحت کردن. استفاده از فضای مجازی در این دوران محور فعالیت‌های فراغتی افراد قرار گرفته است. افراد بیشتر زمان خود را در خانه و از طریق گذران اوقات فراغت در شبکه‌های اجتماعی می‌گذرانند. این امر علاوه بر فرصت‌هایی که ایجاد کرده، پیامدهایی منفی نظیر انزوا، کاهش روابط رودررو و تعاملات خانوادگی، احساسات منفی و... را به همراه دارد. همان‌گونه که در بخش‌های قبلی اشاره شد، افراد پیش از شیوع بیماری کرونا از نظر کمی زمان محدودی برای گذران اوقات فراغت داشتند و بیشتر فعالیت‌های آن‌ها در عرصه‌های عمومی و محیط‌هایی که به صورت حضوری مراجعه می‌کردند (از جمله حضور در سینما، رستوران، کتابخانه و...) انجام شده است.

افزایش زمان گذران فراغت مشارکت‌کنندگان: مشارکت‌کنندگان در دوران کرونا اوقات

فراغت بیشتری داشته‌اند. میانگین ساعت فراغت آن‌ها ۵ ساعت بوده و بیشترین زمان فراغت ۱۲ ساعت و کمترین آن ۲ ساعت اعلام شده است. اما پیش از کرونا اوقات فراغت کمتری داشته‌اند، میانگین ساعت فراغت آن‌ها ۲ ساعت و ۳۰ دقیقه بوده و بیشترین زمان فراغت ۴ ساعت و کمترین آن ۲ ساعت اعلام شده است. علی می‌گوید:

«قبل کرونا اوقات فراغتم خیلی کم بود. هرروز سرکار می‌رفتم و شاید فراغتم ۳ ساعت در طول روز بود، ولی با کرونا همه‌ش تو خونه بودم و زمان بیشتری داشتم - شاید ۱۲ ساعت- که بیشتر با خانواده باشم، استراحت کنم و با پسرم بازی کنم.»

ثبات نسبی فعالیت فراغتی مشارکت‌کنندگان و تغییر در محل گذران فراغت: درخصوص فعالیت‌های فراغتی افراد، بیشترین تغییر در محل گذران فراغت اتفاق افتاده و افراد در حیطه نیازها و علائق خود فعالیت‌هایشان را به درون خانه منتقل کرده‌اند. البته در بخش‌هایی از مصاحبه آن‌ها اظهار کرده‌اند که حضور افراد در خانه علاوه بر داشتن فواید و مزایایی همچون افزایش کمی و کیفی فعالیت‌ها می‌تواند ابعادی منفی همچون احساس افسردگی، خستگی و... را به همراه آورد. یافته‌ها حاکی از آن است که در شرایط قرنطینه خانگی، افراد علاوه بر اینکه بیشتر در کنار خانواده و به امور پیشین خود می‌پرداختند، دچار افسردگی، بی‌انگیزگی و بی‌حوصلگی می‌شدند. صبا می‌گوید:

«ما قبل کرونا هر هفته با خاله‌هام می‌رفتیم خونه مامان بزرگم، ولی الان یک ماهه هیچ کسی از فامیل و دوستانم رو ندیدم. هر ده روز یک بار دوستانم رو می‌دیدم؛ مثلاً با دوستانم می‌رفتم کافی‌شاپ و رستوران، و بعضی موقع‌ها فیلم خوبی اکران می‌شد. می‌رفتیم سینما، ولی الان همه‌ش تو خونه‌م، با واتس‌آپ و تلگرام در ارتباطیم، ولی واقعاً دلم برای دوستانم و فامیل خیلی تنگه.»

برخی مشارکت‌کنندگان معتقدند که حضور در خانه سبب شده احساسات مثبتی در گذران فراغتشان داشته باشند و کارهایی که پیش از این امکان و زمان انجامش را نداشته‌اند، انجام دهند.

افزایش محتوای فرهنگی و هنری در فعالیت‌های فراغتی مشارکت‌کنندگان: مشارکت‌کنندگان در دوران شیوع بیماری فعالیت‌های فراغتی فرهنگی و هنری بیشتری را تجربه کرده‌اند. به عبارت دیگر در میان فعالیت‌های فراغتی آن‌ها «مصرف فرهنگی» بیشتری وجود داشته است. سیما می‌گوید: «علاقه زیادی به کتاب‌خواندن دارم؛ مخصوصاً رمان خیلی می‌خونم. از زمان شیوع کرونا، به رمان قطور رو کمتر از به هفته می‌خونم.»

با توجه به افزایش دسترسی به کتاب‌های صوتی، دسترسی آزاد به منابع برخی از کتابخانه‌های معتبر، تولید محتوا و پادکست در مباحث فرهنگی و اجتماعی، مشارکت‌کنندگان

توانسته‌اند مصرف فرهنگی خود را افزایش دهند و پیش‌بینی می‌شود این سبک در دوران پساکرونا نیز ادامه پیدا کند.

تغییر شکل الگوی فراغت در میان مشارکت‌کنندگان: شناخت الگوی فراغتی افراد در جامعه می‌تواند چشم‌انداز خوبی برای برنامه‌ریزی‌های آتی فراهم کند. در این پژوهش سه الگوی فراغتی شناسایی شده و با توجه به فراوانی الگوها مطالعه و بررسی شده‌اند. در مقایسه الگوی فراغتی قبل و بعد از کرونا، یافته‌ها نشان می‌دهد بیشترین الگو، الگوی خانوادگی، سپس الگوی فردی و در نهایت الگوی اجتماعی با فراوانی کمتر است. مشارکت‌کنندگان معتقدند بیش از قبل الگوی گذران وقت آن‌ها به صورت مشارکتی و درون خانواده رخ می‌دهد و این توانسته حس خوبی را برای آن‌ها به همراه داشته باشد. نتایج نشان می‌دهد کسانی که تعاملات خانوادگی آن‌ها به دلایل مختلف (مسائل خانوادگی، ویژگی‌های فردی و شخصیتی و...) کمتر بوده، فعالیت‌های فراغتی‌شان بیشتر جنبه فردی داشته است. فعالیت‌های آن‌ها در موارد مختلف به تنهایی رخ می‌دهد؛ برای نمونه حضور در فضای مجازی، ورزش‌های فردی به خصوص پیاده‌روی و... در محور فعالیت‌های فراغتی‌شان قرار دارد. در مصاحبه‌های انجام‌شده، این افراد بیشترین زمان فراغت خود را به صورت فردی می‌گذرانند و زمان کمی از فراغتشان را با دیگر اعضای خانواده سپری می‌کنند؛ به طور مثال افراد زمان زیادی را در شبکه‌های اجتماعی و اینترنت می‌گذرانند یا اینکه مطالعه می‌کنند، نقاشی می‌کنند و موسیقی گوش می‌کنند. فعالیت‌هایی که بعضی از افراد با دیگران انجام می‌دادند به طور مثال آشپزی کردن، نظافت منزل و گاهی تماشای دسته‌جمعی فیلم بوده است. از طرف دیگر برخی افراد همچنان فراغتشان را در جمع و به صورت الگوی بیرون از خانه ادامه می‌دادند که گرچه تعداد آن‌ها اندک بود، با توجه به شرایط کنونی و تبعات آن، این الگو باید مطالعه و بررسی شود.

امکانات کافی گذران اوقات فراغت مشارکت‌کنندگان در خانه: بیشتر مشارکت‌کنندگان امکانات لازم برای گذران اوقات فراغت در منزل را داشته‌اند و این نشان می‌دهد که در دوران پیش از شیوع بیماری علت گذران وقت آن‌ها در خارج از خانه به دلیل نداشتن امکانات نبوده است. رضا می‌گوید: «وسایلی که من تو خونه نیاز داشتم، مثلاً گوشی موبایل، لپ‌تاپ، کتاب و وسایل ورزشی برام کافی بود و احتیاج به چیزی نداشتم که از بیرون تهیه کنم.» یافته‌های پژوهش نشان می‌دهد علت اولویت‌دادن افراد به فعالیت‌های فراغتی خارج از خانه، پیش از

شیوع کرونا، صرفاً نداشتن امکانات نبوده است. این داده می‌تواند در تنظیم الگوهای راهبردی گذران اوقات فراغت کلیدی باشد. ارتباط این یافته با کاهش هزینه‌های گذران فراغت نشان‌دهنده آن است که ممکن است افراد تاکنون به فکر گذران وقت درون خانواده و با امکانات موجودشان نبوده‌اند یا مهارت استفاده از این شرایط را نداشته‌اند. با شکل‌گیری این الگوها می‌توان از یک طرف میزان تعاملات خانوادگی را افزایش داد و از طرف دیگر بخشی از مسائل و بحران‌های اقتصادی خانواده را با اولویت‌بندی و کاهش هزینه‌ها مرتفع ساخت.

• افزایش فعالیت‌های مشارکتی در خانواده برای گذران اوقات فراغت

مشارکت شوهران در تقسیم کار خانگی، موجب تسهیل امر و افزایش اوقات فراغت در دسترسی زنان به تفریح رضایت‌بخش خواهد شد. در تحقیقات انجام‌شده مشاهده می‌شود مشارکت مردان در انجام کار خانگی کم است، اما در قرنطینی، برخی از مشارکت‌کنندگان مرد در امور خانه از جمله آشپزی کردن، نظافت منزل و بازی کردن با بچه‌ها مشارکت بیشتری نسبت به قبل از کرونا دارند و اوقات فراغت مردان شباهت بیشتری به فراغت زنان یافته که یکی از دلایل آن می‌تواند تعطیلی امور بیرون از منزل باشد. حسین می‌گوید:

«وای تازه الان دارم درک می‌کنم که چقدر کار خونه و از همه مهم‌تر سروکله‌زدن با بچه
سخته؛ واقعاً خیلی خیلی سخته. قبل از این اتفاق سرکار می‌رفتم و دانشگاه و درس... ولی
حالا دیگه بهانه‌ای ندارم، مجبورم به همسرم تو کارهای خونه کمک کنم و خیلی از زمان رو
با دخترم بازی می‌کنم. حالا متوجه شدم کار بیرون راحت‌تر از کارای تو خونه‌س.»

مشارکتی‌شدن الگوی فراغت و گذران وقت درون خانواده در میان برخی افراد متأهل سبب شکل‌گیری درک مشترک آن‌ها از کار خانه شده است. این امر می‌تواند موجب تغییر نگرش مردان به کار خانگی شود و پس از کرونا مشارکت آن‌ها در امور منزل را افزایش دهد.

• تغییر سبک استفاده از فضای مجازی

با توجه به اینکه استفاده از فضای مجازی پیش و پس از کرونا در فعالیت‌های فراغتی افراد وجود داشته و در زمان شیوع بیماری مدت آن افزایش پیدا کرده است، درصدد بودیم تغییرات کیفی استفاده از فضای مجازی را نیز رصد و بررسی کنیم. تغییرات مذکور در جدول ۴ آمده است.

جدول ۴. تغییر سبک استفاده از فضای مجازی

تغییرات	قبل از شیوع کرونا	پس از شیوع کرونا
محتوا	محتوای طنز و اخبار	محتوای علمی و فرهنگی و هنری
گستره ارتباطات و مخاطب	ارتباط با دوستان	ارتباط با خویشاوندان و نزدیکان
هدفمند شدن	ثبت نام در کلاس‌ها و دوره‌ها	شرکت در دوره‌ها و کلاس‌ها
استفاده از قابلیت‌های متفاوت	تماس صوتی و پیام	تماس تصویری و نرم‌افزارهای متنوع

همان‌گونه که در جدول ۴ مشاهده می‌شود، قبل از شیوع کرونا افراد بیشتر وقت خود را در کانال‌ها و شبکه‌های اجتماعی صرف خواندن و اطلاع از محتوای طنز و اخبار مهم اجتماعی می‌کردند، اما پس از کرونا این فضا یکی از منابع موثق و قابل اعتماد برای فعالیت‌های روزانه و تخصصی نیز شده است. فعال شدن کتابخانه‌های مجازی در ایران و جهان، برگزاری کلاس‌های آنلاین، ارائه نرم‌افزارهای کاربردی، طراحی کتاب‌های صوتی و... موجب افزایش و تنوع محتوای مطالب شده است. یافته‌ها نشان می‌دهد گستره مخاطبان افراد برای ارتباط از طریق فضای مجازی بیشتر و متنوع‌تر شده و خویشاوندان درجه یک و گاهی پدر یا مادر نیز به مخاطبان اضافه شده‌اند. در واقع علاوه بر افزایش کمی تعاملات و مخاطبان، استفاده از فضای مجازی کیفیت بیشتری پیدا کرده و روابط حمایتی و عاطفی بیشتری را در خود داشته است. همچنین روابط رسمی و ارتباط با دوستان، همکاران یا افراد غریبه با رویکردهای «پیشبرد منافع» در فضای مجازی رخ می‌دهد. یافته دیگری که در این پژوهش به دست آمده هدفمند شدن حضور و به‌کارگیری فضای مجازی است؛ به این شکل که پیش از این استفاده از فضای مجازی صرفاً ابزار رسیدن به اهداف تعریف می‌شد؛ در حالی که بعد از شیوع کرونا استفاده افراد از این فضا برای تحقق اهدافشان به شکل جدی‌تری مدنظر قرار گرفته است. در نهایت نیز به دلیل نیاز به فضای مجازی برای گذران بهینه اوقات فراغت، افراد از قابلیت‌های متفاوت این فضا استفاده می‌کنند و نکته جالب این است که پدران و مادران افراد به رغم سنین بالا و دشواری یادگیری استفاده از این فضا توانسته‌اند در این دوران برای ارتباط با فرزندان‌شان و گاهی سرگرم شدن و گذران اوقات فراغت، مهارت‌های مختلفی را فراگیرند.

• تغییر سبک زندگی افراد تحت تأثیر تغییر در الگوی گذران اوقات فراغت

در حال حاضر با شیوع کرونا سبک زندگی افراد، دچار تغییر و تحول شد و سبک غذا، فعالیت‌های بدنی، دیدوبازدیدها و احوال‌پرسی‌ها، مطالعه‌کردن و... به شدت تغییر یافت. برخی از تغییراتی که مشارکت‌کنندگان به آن اشاره کرده‌اند عبارت‌اند از:

سبک غذا: قبل از شیوع کرونا، بیشتر مشارکت‌کنندگان برای گذران فراغتشان با دوستان و خانواده به رستوران می‌رفتند، اما با شیوع کرونا و تعطیل‌شدن رستوران‌ها و فست‌فودها، سبک غذایی افراد تغییر کرد و در خانه مشغول آشپزی و غذا هستند. زهرا می‌گوید: «یکی از کارهایی که برای گذران فراغتمون انجام می‌دادیم این بود که با همسر معمولاً آخر هفته‌ها می‌رفتیم رستوران. الان این برنامه کلاً حذف شده، ولی بد نشد. بیشتر غذاهای جدید تو خونه درست می‌کنم.»

سبک فعالیت‌های بدنی: بعضی از مشارکت‌کنندگان برای گذران فراغتشان ورزش (معمولاً در باشگاه)، گردش و تفریح، بازی‌های دسته‌جمعی مانند فوتبال و کوهنوردی می‌کردند، ولی با شیوع کرونا افراد در خانه دچار کم‌تحركی و حتی بی‌تحركی شدند. علیرضا می‌گوید: «معمولاً با دوستانم برنامه کوهنوردی یا فوتبال داشتیم و با هم بودیم و بعضی اوقات با بچه‌ها می‌رفتیم بیرون برای گردش، ولی الان دیگه از همه این کارها محرومیم و فقط تو خونه موندیم. برای اینکه کمی تحرک داشته باشم، تو خونه شروع به ورزش کردم.»

سبک دیدوبازدیدها: بیشتر مشارکت‌کنندگان برای گذران فراغتشان به صورت حضوری به منزل اقوام و آشنایان می‌رفتند، ولی با شیوع کرونا به صورت اینترنتی (غیرحضوری) و از طریق برنامه‌هایی مانند واتس‌آپ با یکدیگر معاشرت می‌کردند.

سبک مطالعه‌کردن: با شیوع کرونا، مشارکت‌کنندگان زمان بیشتری برای مطالعه اختصاص دادند و ساعت مطالعه افراد نسبت به گذشته رو به افزایش است. مهسا می‌گوید: «قبل از کرونا هم اهل کتاب‌خواندن بودم، ولی حالا دیگه همیشه تو خونه ساعت مطالعه‌م چندین برابر شده و حتی چند کتاب هم اینترنتی سفارش دادم که برام آوردن.»

• فرصت‌های گذران اوقات فراغت در دوران شیوع کرونا از منظر مشارکت‌کنندگان

نتایج پژوهش نشان می‌دهد در زمان شیوع کرونا، فرصت‌هایی برای گذران اوقات فراغت افراد به وجود آمده است که پیش از شیوع کرونا، فرصت انجام این امور بسیار کم بوده است. شرکت‌کنندگان در زمان شیوع کرونا، فرصت بیشتری برای انجام فعالیت‌های هنری و فردی از

جمله طراحی لباس، ساختن وسایل چوبی و صنایع دستی ایجاد شده است. پس از شیوع کرونا فرصت انجام امور مورد علاقه افراد بیشتر شده است، از جمله: مطالعه کردن، فیلم و سریال تماشا کردن، آشنایی کردن و استفاده از فضای مجازی. همچنین در این زمان شرکت کنندگان مهارت های جدیدی را فرا گرفته اند، از جمله: درست کردن غذاهای جدید با تزئینات و ایده های نو، استفاده از ویدیوهای آموزشی در شبکه های اجتماعی (اینستاگرام) برای انجام فعالیت های هنری مانند کیف چرمی، چهل تکه، صنایع دستی و طراحی لباس. گذران اوقات فراغت برخی از شرکت کنندگان با خانواده افزایش یافته است و ساعت مطالعه افراد نسبت به پیش از کرونا افزایش چشمگیری داشته است. فرصت هایی که برای شرکت کنندگان به وجود آمده سبب تغییر و تحول در الگوی گذران فراغت در پس از کرونا می شود.

• چالش های گذران اوقات فراغت در دوران شیوع کرونا از منظر مشارکت کنندگان

نتایج پژوهش نشان می دهد در زمان شیوع کرونا، علاوه بر اینکه فرصت هایی برای گذران اوقات فراغت افراد به وجود آمده است، چالش هایی نیز با خود به همراه داشته است که پیش از شیوع کرونا، شرکت کنندگان در گذران اوقات فراغت با آنها مواجه نبوده اند. در زمان شیوع کرونا چالش هایی که برای شرکت کنندگان به همراه داشته است شامل کاهش تعاملات خانوادگی (بیشتر فراغت خود را در شبکه های اجتماعی و گوش کردن به موسیقی می گذرانند)، تکراری شدن فراغت روزمره و ایجاد بی انگیزگی برای گذران اوقات، کم شدن فعالیت های خارج از خانه و ندیدن اقوام و دوستان که موجب افسردگی شده است و در نهایت تحرک و فعالیت های بدنی کاهش یافته است. از یافته ها می توان نتیجه گرفت که الگوی فراغت افراد تغییر کرده است و پایبند به اصول بهداشتی هستند، اما با خود چالش ها و اثرات منفی به همراه داشته است؛ برای مثال مریم می گوید: «شغل بابام آزاده و تو این مدت خیلی خسارت مالی بهش وارد شد. واقعاً چند وقته که درآمد بابام به صفر رسیده. فشار اقتصادی زیادی روی دوش پدرم هست. بابام همه ش تو خودشه. خیلی کم حرف می زنه و اون شور و حال قبل رو نداره. کل خانواده بیشتر تو فضاهای مجازی هستن.» یکی از علت های کاهش تعاملات خانوادگی، مشکلات اقتصادی و معیشتی یک خانواده است. این موضوع، هم موجب ایجاد اضطراب در والدین می شود و هم حوصله ایجاد گفت و گو و رابطه با دیگر اعضای خانواده را از آنها می گیرد. در واقع استرس های شغلی و مالی والدین سبب خستگی روانی افراد خانواده می شود.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف این پژوهش واکاوی تغییرات اوقات فراغت جوانان در زمان شیوع بیماری کرونا است. پیش از کرونا افراد اوقات فراغت خود را در محیط خارج از منزل و بیشتر با همکاران یا دوستان خود سپری می‌کردند؛ به‌طور مثال برای تماشای فیلم به سینما، برای تعامل با دوستان به کافی‌شاپ و رستوران، به‌منظور انجام فعالیت‌های بدنی به باشگاه و برای آموزش مهارت‌های هنری و فرهنگی به کلاس‌های آموزشی می‌رفتند. پس از شیوع کرونا، افراد فراغت خود را در محیط داخل خانه و در کنار خانواده می‌گذرانند و تمام فعالیت‌های بیرون از منزل به داخل منزل انتقال یافته است؛ برای مثال تماشای فیلم در خانه از طریق دانلود و خرید مجازی، تعامل با دوستان از طریق شبکه‌های اجتماعی و تلفن، فعالیت‌های بدنی در خانه یا با پیاده‌روی انجام می‌شود. می‌توان نتیجه گرفت که سبک زندگی افراد، دچار تغییر و تحول شده است و سبک غذا، فعالیت‌های بدنی، دیدوبازدیدها و احوال‌پرسی‌ها، مطالعه کردن و... به‌شدت تحت تأثیر قرار گرفته است. همچنین در میان تمام مشارکت‌کنندگان، هزینه‌های گذران فراغت تغییر قابل توجهی داشته است. یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد در مدیریت اقتصادی خانواده می‌توان این امر را به‌عنوان یک فرصت تلقی کرد و این مسئله نتیجه مهمی است که افراد توانسته‌اند به علائق و نیازهای فراغتی خود درون خانواده با هزینه کمتر پاسخ دهند. زمان اوقات فراغت افراد در شیوع کرونا افزایش چشمگیری داشته و در این زمان افراد در حیطه نیازها و علائق خود فعالیت‌هایشان را انجام می‌دادند. فعالیت‌هایی که افراد برای گذران فراغتشان انجام می‌دادند به ترتیب اولویت عبارت‌اند از: ۱. استفاده از فضای مجازی، ۲. تماشای فیلم و سریال، و کتاب خواندن، ۳. آشپزی کردن، ۴. ورزش کردن، ۵. انجام کارهای هنری، ۶. انجام بازی‌های آنلاین، ۷. استراحت کردن. یافته‌های پژوهش حاکی از آن است که در شرایط قرنطینه خانگی، افراد علاوه بر اینکه بیشتر در کنار خانواده و به امور پیشین خود می‌پرداختند و این امر می‌تواند به‌عنوان یک فرصت تلقی شود، به دلیل نداشتن مهارت‌های ارتباطی یا بی‌تجربگی و فشارهای ناشی از شیوع بیماری دچار مسائلی می‌شدند که عموماً با عناوین افسردگی، بی‌انگیزگی و بی‌حوصلگی آن را بیان می‌کردند. نتایج نشان داد می‌توان با متغیر جنسیت، الگوهای فراغتی متفاوتی را در نظر گرفت. پس از شیوع کرونا یکی از فعالیت‌های مشترک میان زنان و مردان، حضور در فضای مجازی و شبکه‌های اجتماعی است و همچنین سبک استفاده از فضای اجتماعی دچار تغییر و تحول شده است. قبل از شیوع کرونا افراد بیشتر وقت خود را در کانال‌ها و شبکه‌های اجتماعی

صرف خواندن و اطلاع از محتوای طنز و اخبار مهم اجتماعی می‌کردند، اما پس از کرونا یکی از منابع موثق و قابل‌اعتماد برای فعالیت‌های روزانه و تخصصی نیز همین فضا قرار گرفته است. فعال‌شدن کتابخانه‌های مجازی در ایران و جهان، برگزاری کلاس‌های آنلاین، ارائه نرم‌افزارهای کاربردی، طراحی کتاب‌های صوتی و... سبب افزایش و تنوع محتوای مطالب شده است. مردان بیش از زنان به فعالیت‌های بدنی و ورزش در اوقات فراغت خود اهمیت می‌دهند و همچنین سبک فعالیت‌های بدنی تغییر کرده است و پیش از کرونا مشارکت‌کنندگان ورزش (معمولاً در باشگاه)، گردش و تفریح، بازی‌های دسته‌جمعی مانند فوتبال، کوهنوردی می‌کردند، ولی با شیوع کرونا افراد در خانه دچار کم‌تحرکی و حتی بی‌تحرکی شدند.

یافته‌های پژوهش نشان می‌دهد افراد متأهل بیشتر از افراد مجرد قائل به رعایت مسائل بهداشتی و گذران اوقات فراغت در منزل بوده‌اند. همچنین مطابق یافته‌ها، زنان در حیطه فعالیت‌های فرهنگی فعال‌تر از مردان هستند. زنان مشارکت‌کننده در خواندن کتاب و گوش‌کردن به موسیقی مشتاق‌تر از مردان هستند. استفاده از کالاهای فرهنگی برحسب جنسیت متفاوت است. مردان بیشتر فیلم‌های اکشن و جنایی و زنان بیشتر فیلم‌های درام، رمانتیک و خانوادگی نگاه می‌کنند. همچنین استفاده از انواع کتاب‌ها برحسب جنسیت متفاوت است و زنان بیشتر کتاب‌های رمان، شعر، هنری و روان‌شناسی و مردان بیشتر کتاب‌های فلسفی و حقوقی را مطالعه می‌کنند. مصرف برخی از انواع موسیقی نیز برحسب جنسیت متفاوت است؛ زنان بیشتر موسیقی‌های پاپ و رپ و مردان بیشتر موسیقی سنتی گوش می‌دهند. مردان در زمان فراغت بازی‌های اینترنتی انجام می‌دهند. یافته‌ها نشان می‌دهد الگوی فراغتی بعد از کرونا بیشتر خانوادگی، سپس فردی و در نهایت الگوی اجتماعی با فراوانی کمتر است. مشارکت‌کنندگان معتقدند بیشتر از قبل الگوی گذران وقت آن‌ها به‌صورت مشارکتی و درون خانواده رخ می‌دهد و این توانسته حس خوبی را برای آن‌ها به همراه داشته باشد. برخی از مشارکت‌کنندگان مرد در امور خانه از جمله آشپزی کردن، نظافت منزل و بازی کردن با بچه‌ها مشارکت بیشتری نسبت به قبل از کرونا داشته‌اند و اوقات فراغت مردان شبا‌هت بیشتری به فراغت زنان کرده که یکی از دلایل آن می‌تواند تعطیلی امور بیرون از منزل باشد.

منابع

- باقری، معصومه و بهمنی، سجاد (۱۳۹۳)، «بررسی نحوه گذران اوقات فراغت شهروندان استان خوزستان». *فصلنامه توسعه اجتماعی*، شماره ۳: ۱۹۷-۲۲۲.
- باکاک، رابرت (۱۳۸۱)، *مصرف*. ترجمه خسرو صبوری. تهران: شیرازه.
- پاکسرشت، محمدجعفر و الهامپور، حسین (۱۳۸۲)، «بررسی الگوی گذران اوقات فراغت دانشجویان». *مجله علوم تربیتی و روان‌شناسی*، شماره ۳-۴: ۳۹-۶۲.
- پهلوان، منوچهر و برزیگر، سیده فاطمه (۱۳۹۰)، «بررسی گرایش به نحوه گذران اوقات فراغت در بین دختران مقطع متوسطه شهرستان آمل». *فصلنامه جامعه‌شناسی مطالعات جوانان*، شماره ۳: ۵۳-۶۶.
- تورکيلدسن، جورج (۱۳۸۲)، *اوقات فراغت نیازهای مردم*. ترجمه عباس اردکانیان و عباس حسنی. تهران: نوریخس.
- خواجه‌نوری، بیژن و حاجیان، بهجت (۱۳۹۴)، «بررسی ارتباط بین متغیرهای زمینه‌ای و نیازهای انسانی با گذران اوقات فراغت (مورد مطالعه: دانش‌آموزان دختر دبیرستانی شهر شیراز)». *فصلنامه تخصصی علوم اجتماعی*، شماره ۴: ۲۹-۵۸.
- خواجه‌نوری، بیژن و هاشمی‌نیا، فاطمه (۱۳۸۹)، «رابطه اوقات فراغت و بزهکاری، نمونه مورد مطالعه: دانش‌آموزان دبیرستانی شهر شیراز». *مجله علوم اجتماعی دانشکده ادبیات و علوم انسانی دانشگاه فردوسی مشهد*، شماره ۱: ۳۱-۵۷.
- ربانی، رسول و شیرینی، حامد (۱۳۸۸)، «اوقات فراغت و هویت اجتماعی بررسی جامعه‌شناختی الگوهای گذران اوقات فراغت جوانان در تهران». *فصلنامه تحقیقات فرهنگی*، شماره ۴: ۲۰۹-۲۴۲.
- رفعت‌جاء، مریم، رشوند، مرجان و شهیدی زندی، مریم (۱۳۸۹)، «تبیین جامعه‌شناختی فعالیت‌های فراغتی دختران جوان». *فصلنامه شورای فرهنگی-اجتماعی زنان*، شماره ۵۰: ۸۰-۲۹.
- روجک، کریس (۱۳۸۸)، *نظریه اوقات فراغت: اصول و تجربه‌ها*. ترجمه عباس مخبر. تهران: نشر شهر.
- ساروخانی، باقر (۱۳۷۸)، *روش‌های تحقیق در علوم اجتماعی*. تهران: پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی.
- سازمان ملی جوانان (۱۳۸۴)، *برنامه سامان‌دهی اوقات فراغت جوانان شهر تهران*. تهران: انتشارات سازمان ملی جوانان.
- شفیع‌ی، سمیه (۱۳۹۴)، «تأملی بر یافته‌های پژوهشی فراغت زنان از منظر جامعه‌شناسی». *فصلنامه راهبرد اجتماعی-فرهنگی*، شماره ۱۵: ۲۷۱-۳۰۷.

- صراف، پریسا، محمدصالحی، نرگس، خیرالهی، فاطمه و رحیمی، زهرا (۱۳۹۵)، «بررسی چگونگی گذراندن اوقات فراغت و متغیرهای وابسته به آن در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی قم». *مجله دانشگاه علوم پزشکی قم*، شماره ۱۱: ۸۵-۹۵.
- صفائی، علی محمد (۱۳۸۰)، «نحوه گذران اوقات فراغت دانشجویان دختر دانشگاه‌های آزاد اسلامی کشور با تأکید بر فعالیت‌های ورزشی». *مجله حرکت*، شماره ۹: ۱۲۷-۱۴۰.
- عنایت، حلیمه و حسینی، مریم (۱۳۹۲)، «مطالعه جنسیتی الگوهای گذران اوقات فراغت در میان جوانان شهر شیراز و رابطه آن با انواع سرمایه‌ها»، *مجموعه مقالات کنگره ملی اوقات فراغت و سبک زندگی جوانان*.
- فاضلی، محمد (۱۳۸۲)، *مصرف و سبک زندگی*. چاپ اول. قم: صبح صادق.
- فکوهی، ناصر و انصارآبادی، فرشته (۱۳۸۲)، «اوقات فراغت و شکل‌گیری شخصیت فرهنگی»؛ *نامه انسان‌شناسی*، شماره ۴: ۶۱-۸۹.
- قاسمی، وحید، گنجی، محمد و مرادویسی، رزگار (۱۳۹۱)، «تأثیر تفاوت‌های جنسیتی در استفاده از کالاهای فرهنگی (فیلم، موسیقی و کتاب) و نحوه گذراندن اوقات فراغت». *مطالعات اجتماعی زنان*، شماره ۱: ۹۳-۱۲۴.
- قائم، هاله، محمدصالحی، نرگس و محمدبیگی، ابوالفضل (۱۳۸۶)، «چگونگی گذراندن اوقات فراغت و همبسته‌های آن در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی شیراز». *مجله ایرانی آموزش در علوم پزشکی*، شماره ۱: ۷۰-۸۰.
- قلی‌پور، ماجده، مهدوی، محمدصادق و ساروخانی، باقر (۱۳۹۵)، «نقش جهانی شدن ارتباطات (اینترنت و ماهواره بر نحوه گذران اوقات فراغت زنان جوان)». *فصلنامه مطالعات جامعه‌شناختی جوانان*، شماره ۲۲: ۱۰۱-۱۱۸.
- کیویستو، پیتر (۱۳۸۰)، *اندیشه‌های بنیادی در جامعه‌شناسی*. ترجمه منوچهر محسنی، تهران: نشر نی.
- محمدپور، احمد (۱۳۹۰)، *روش تحقیق کیفی ضد روش*. تهران: انتشارات جامعه‌شناسان.
- محمدی، جمال؛ محمدی، فردین؛ زارع، معصومه (۱۳۹۱)، «تبیین جامعه‌شناختی رابطه اوقات فراغت و اشکال جدید سرمایه (مطالعه موردی: دانشجویان دانشگاه کردستان)». *مطالعات جامعه‌شناختی*، شماره ۲: ۱۳۳-۱۶۰.
- مسلمی، رقیه (۱۳۹۰)، *بررسی عوامل مؤثر بر گذران اوقات فراغت در جوینار*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشکده علوم اجتماعی. دانشگاه بابلسر.

- مومندی، افسر (۱۳۸۰). بررسی چگونگی گذران اوقات فراغت نوجوانان و جوانان شهر ورامین. اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان تهران.
- نیکخواه، هدایت‌الله و ناکوئی درگزی، مرضیه (۱۳۹۵). «بررسی جامعه‌شناختی فعالیت‌های اوقات فراغت دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد بندرعباس». *پژوهشنامه فرهنگی هرمزگان*، شماره ۱۰۷: ۱۱۱-۱۲۹.
- هیوود، لس و همکاران (۱۳۸۰). *اوقات فراغت*. ترجمه محمد احسانی، تهران: امید دانش.
- یوسفی، باقر (۱۳۷۴). «چگونگی گذران اوقات فراغت». *فصلنامه مدیریت در آموزش و پرورش*، سال چهارم، شماره ۱: ۲۱-۶۰.
- Bihagen, E., & Katz- Gerro, T. (2000). "Cultural consumption in Sweden: The Stabilitiy of Gender Differences". *Poetics*, No. 27: 327-340.
- Bourdieu, P. (1978). Sport and Social Class. In: *Social Science Information*, No. 17.
- Bradley, G. L., & Inglis, B. C. (2012). "Adolescent leisure dimensions, psychosocial adjustment, and gender effects". *Journal of Adolescence*, No. 35: 1-10.
- Bryce, J. (2001). "The Technological Transformation of Leisure". *Social Science Computer Review*, No. 7: 7-16.
- Cerin, E., & Leslie, E. (2008). How socio-economic status contributes to participation in leisure-time physical activity. *Journal of Social Science & Medicine*, No. 66: 2596-2609.
- Fitzgerald, M. (1995). "Leisure activities of adolescent school children". *Journal of Adolescent*, No. 3: 349-359.
- Green, E., Hebron, S., & Woodward, D. (1990). *Women's Leisure, what leisure*. London: Macmillan.
- Hall, S. (2000). *Cultural identity and cinematic representation in film a theory: an anthology*. In R. Stem & T. Miller (Eds): Blackwell.
- Jarvie, G., & Maguire, J. (1994). *Sport and Leisure in Social Thought*. Routledge.
- Kaplan, M. (1975). *Leisure theory and policy*. New York: Wiley.
- Lizardo, O. (2006). "The puzzle of women's "highbrow" culture consumption: Integrating gender and work into Bourdieu's class theory of taste". *Poetics*, No. 34: 1-23.
- Mattingly, M. J., Bianchi, S. M. (2003). "Gender differences in the quantity and Quality of free time: the U.S. experience". *Social Forces*, No. 3: 999-1030.
- Neulinger, J. (1981). *The Psychology of Leisure*. 2nd Ed., Thomas.
- Parker, S. (1976). *The Sociology of Leisure*. Allen & Unwin, London.
- Rojeck, C. (2005). *Leisure Theory*, London: Palgrave.
- Webb, J. (2009). *Understanding representation*. London: Sage publication Ltd.
- Wegner, L., Flisher, A. J., Muller, M. & Lombard, C. (2006). "Leisure Boredom and Substance Use among High School Students in South Africa", *Journal of Leisure Research*, No. 2: 249-266.
- Wu, C. H. (2010). *The relationships among leisure participation, leisure satisfaction, and emotional intelligence among elementary school teachers in Northern Taiwan*. (Unpublished doctoral dissertation). The University of Incarnate Word, Texas, United States.
- Wynne, D. (1998) *Leisure, Lifestyle and the New Middle Class*. London & New York: Routledge.