

اشاره

اوقات فراغت فرصت‌هایی است که در آن فرد از هر گونه وظیفه‌ای رهاست و به فعالیت‌هایی می‌پردازد که دلخواه اوست .

آن‌گاه که ذهن انسان فراغت می‌یابد، امکان خلاقیت فراهم می‌شود. ویل دورانت در این‌باره می‌گوید: «تمدن، محصول اوقات فراغت ملت‌هاست. مردمانی که خور و خواب و شکار و غارت همه شب و روز آنها را پر کرده بود، هیچ تمدنی نیافریدند. ظروف مقاوم‌تر، جامه‌های ظریف‌تر، معماری ماندگارتر، شعرزیباتر، ماشین‌ها، کتاب‌ها، ارتباطات، اختراعات، اکتشافات و همه وسایل رفاهی بشر، زائیده اوقات فراغت اویند.»

اوقات فراغت، از یک سو فرصتی مناسب برای خودیابی، خودسازی، خودشکوفایی، خلوت با خود، راز و نیاز با خالق هستی، بازاندیشی و محاسبه و مراقبه وجودی، رشد استعدادها، بروز خلاقیت‌ها و نوآوری‌ها و نیز آرامش و خشتودی است و از سوی دیگر زمینه‌ساز بسیاری از نابهنجاری‌ها و آسیب‌های فردی و اجتماعی به شمار می‌آید؛ چرا که میزان نظارت اجتماعی در این اوقات کاهش می‌یابد.

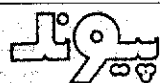
ویژگی‌های دوگانه اوقات فراغت، ما را به ژرف‌اندیشی درباره چگونگی گذران اوقات فراغت فرزندانمان و برنامه‌ریزی برای آن فرا می‌خواند؛ چرا که برنامه‌ریزی، به هدایت هنگامه‌های فراغت به سوی سلامت روانی و خلاقیت می‌انجامد و بی‌برنامگی و نیندیشیدن تمهیدات لازم، به آسیب‌های فردی و اجتماعی منجر خواهد شد.

با توجه به اهمیت و ضرورت پرداختن به نحوه گذران اوقات فراغت کودکان و نوجوانان در تعطیلات طولانی تابستان، مجله پیوند میزگردی در این زمینه برگزار کرده است که ضمن قدردانی از صاحب‌نظران شرکت کننده در این میزگرد، والدین و مربیان عزیز را به مطالعه مباحث مطرح شده در آن دعوت می‌کنیم.



تابستان، خانواده‌ها و اوقات فراغت فرزندان

تدوین کننده: سهیلا آقایی



تعریف اوقات فراغت

دکتر ایمانی :

بسم الله الرحمن الرحيم . در بحث اوقات فراغت دیدگاه‌های مختلفی مطرح می‌شود. هاجینس می‌گوید تحولاتی که در دوران اخیر در صنعت پیدا شده است سبب گردیده مردم کارهایشان را بسیار سریع‌تر انجام بدهند و در نتیجه اوقات فراغت بیش‌تری داشته باشند. اگر اوقات فراغت به صورت مناسب پرنشود ممکن است آسیب‌زا باشد. به خاطر دارم وقتی که در کانون اصلاح و تربیت کار می‌کردم، در ایام تابستان دانش‌آموزان بیش‌تری به سمت کانون می‌آمدند و این امر نشان می‌دهد که اگر دانش‌آموزی بیکار باشد و وقت فراغتش به خوبی پرنگردد، ممکن است مرتکب بزهکاری شود.

به طور کلی، اوقات فراغت، وقت‌های آزادی است که در اختیار فرد قرار دارد و او می‌تواند متناسب با علایق و سلیقه‌های خود آن را سپری کند و برایش لذت بخش هم باشد.

خادمیان :

اوقات فراغت، اوقاتی است که فرد فارغ از وظایف رسمی خود و به آسودگی آن را سپری می‌کند. مطابق آماري که سازمان ملی جوانان در یکی دو سال اخیر

ارائه کرده است، اوقات فراغت دانش‌آموزان در طول سال تحصیلی حدود ۴ ساعت است که در ایام تعطیل به حداقل ۷ ساعت، یعنی تقریباً دو برابر آن می‌رسد. لذا باید تمهیداتی اندیشیده شود که به نحو مطلوب از این فرصت استفاده گردد.

تأثیر اوقات فراغت بر اوقات رسمی

دکتر شرفی :

نگاه ما به اوقات فراغت قطعاً بر نحوه تأمین و غنی‌سازی آن تأثیرگذار است. گاهی اوقات

شرکت کنندگان در میز کرد:

آقای ابوالفضل خادمیان

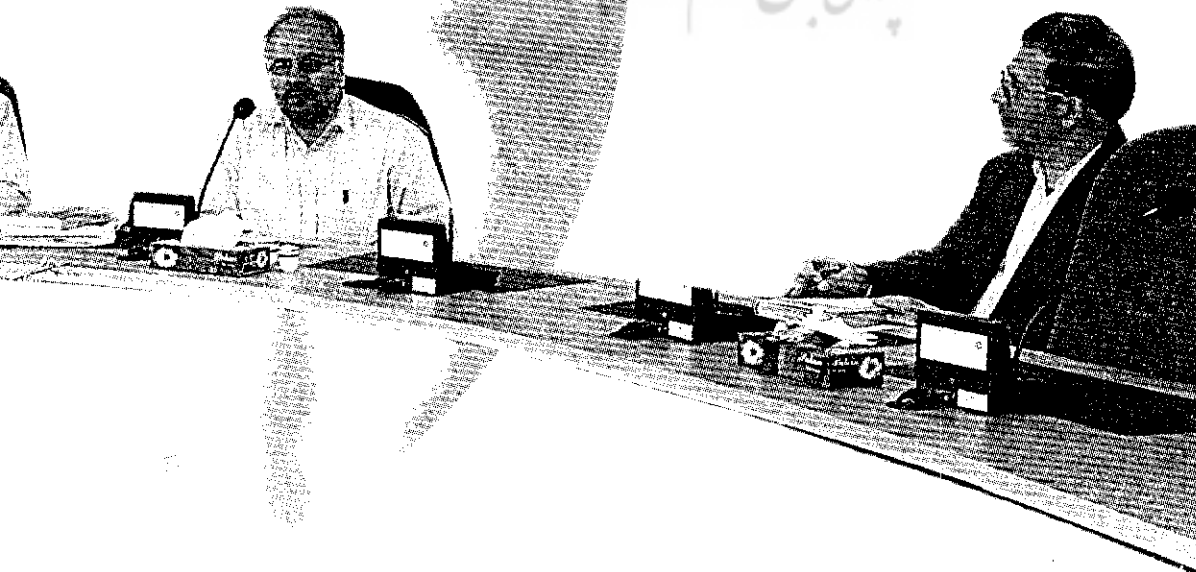
آقای دکتر محسن ایمانی

آقای دکتر محمدرضا شرفی

آقای دکتر علی اصغر اصغر نژاد فرید

آقای دکتر فریبرز حمیدی

آقای دکتر محمد اسماعیلی



فراغت را بحثی مستقل می‌دانیم و هدفمان آسیب‌زدایی از آن است و گاهی نیز تأثیرات اوقات فراغت را بر اوقات رسمی زندگی بررسی می‌کنیم، یعنی اوقات فراغت را مسئله‌ای مستقل در نظر نمی‌گیریم. روایت ارزشمندی از امام کاظم (ع) نقل شده است که فرمودند: بکشید اوقات شما چهار بخش باشد. بخشی برای مناجات با خدا، بخشی برای تأمین معاش (اوقات رسمی زندگی)، بخشی برای مصاحبت و معاشرت با دوستان مخلص و بخشی برای کامیابی‌های مشروع خودتان. سپس فرمودند که به مدد بخش چهارم، یعنی اوقات فراغت

سالم، می‌توانید سه بخش دیگر زندگی را تأمین کنید. یعنی اگر اوقات فراغت کسی بازدهی داشته، پربار باشد؛ می‌تواند بر اوقات رسمی و سایر مؤلفه‌های زندگی او هم اثر مثبت و سازنده داشته باشد. با این نگاه، ان شاء الله می‌توان اهمیت بیش‌تری برای کیفیت تأمین اوقات فراغت قائل شد.

دکتر اصغر نژاد:

تصور من این است که آدم‌ها وقتی کار می‌کنند، خسته و فرسوده می‌شوند و نیاز به ترمیم دارند. شیوه‌ای که هر کس به کار می‌گیرد تا فرسودگی‌اش را ترمیم کند، خاص خود او و متناسب با روحیات، خلیقات و ویژگی‌های شخصیتی و علایق اوست.

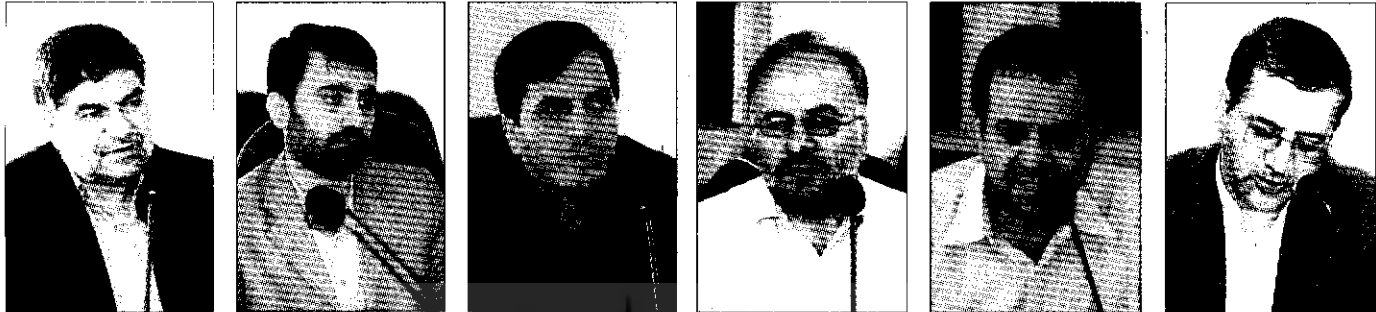
بچه‌ها در تابستان کار رسمی ندارند، ولی این بدان معنا نیست که از آن‌ها کاری خواسته نشود. هر خانواده‌ای می‌تواند برای فرزندش وظیفه‌ای را معین و تعریف کند و مسئولیتی به عهده‌اش بگذارد. در این صورت، فکر می‌کنم لذتی که از اوقات فراغت تجربه می‌کند برایش جدایت بیش‌تری خواهد داشت، مثل: کمک در امور خانه، جمع و جور کردن وسایل شخصی، همکاری با مادر و ...

اهمیت و ضرورت پرداختن به اوقات فراغت

دکتر ایمانی:

یکی از مشکلاتی که در دنیای امروز مشاهده





فراغت در تأمین و ارتقای بهداشت روان می‌تواند بسیار مؤثر واقع شود. البته در اجتماعات سنتی گذشته کار و فراغت کاملاً با هم آمیخته بودند، اما در جوامع صنعتی و پیشرفته امروز اوقات فراغت افراد افزایش یافته است. من اعتقاد به غنی‌سازی اوقات فراغت دارم، نه پر کردن آن. اصل واقع‌نگری در برنامه‌ریزی حکم می‌کند که برای غنی کردن اوقات فراغت فرزندانمان نیازسنجی کنیم. یعنی برای غنی‌سازی اوقات فراغت کودکان و نوجوانان باید براساس نیازها، علایق و انگیزه‌های آنان برنامه‌ریزی کنیم. اگر براساس ذهنیات خودمان برای اوقات فراغت فرزندان برنامه‌ریزی کنیم، دانش‌آموز یا نوجوان ما در فصل تابستان برنامه‌ای را بدون میل و رغبت پی‌می‌گیرد بدون آن که از نظر اجتماعی یا شخصیتی بر او اثر گذاشته باشد؛ حال آن که مهم‌ترین کارکرد اوقات فراغت باید تأمین بهداشت روان باشد. بنابراین اگر جنبه‌های زیستی، عاطفی، روانی و اجتماعی اوقات فراغت را در نظر بگیریم، می‌توانیم براساس نیازها و علایق نوجوانان و جوانان برنامه‌ریزی کنیم.

دکتر ایمانی :

انسان موجودی است مرکب از ابعاد زیستی، روانی

می‌شود، پرکاری خانواده‌هاست. پدر و مادرهایی که زیاد کار می‌کنند، یکی از مشکلاتشان این است که نمی‌توانند اوقات فراغت بچه‌ها را به خوبی پر کنند. تحقیقات انجام شده نشان داده است پدرانی که بیش از ۶۵ ساعت در هفته کار می‌کنند، میزان بزهکاری در فرزندان آنان بیش‌تر است. بنابراین والدین باید از اوقات فراغت کافی برخوردار باشند تا بتوانند به تأمین اوقات فراغت فرزندانشان بپردازند. سرمایه‌گذاری در مورد اوقات فراغت و مدیریت صحیح آن، بهداشت روانی افراد را به دنبال دارد.

دکتر حمیدی :

رسول اکرم (ص) در نهج‌الفصاحه می‌فرماید: دو نعمت است که بسیاری از مردم در آن مغیون‌اند، صحت و فراغت. اگر سلامت و بیماری را دو سر یک پیوستار در نظر بگیریم، هر چه از سلامت خود دور شویم، قطعاً به بیماری، نگرانی و استرس نزدیک‌تر می‌گردیم. اگر اوقات فراغت را زمان‌هایی بدانیم که فرد از فعالیت‌های شغلی، آموزشی و حرفه‌ای خود دست‌برمی‌دارد، می‌تواند کارکردهای زیادی داشته باشد؛ از جمله این که اوقات

برخوردار نباشند ممکن است از این منظر در مواجهه با مسائل سیاسی و اجتماعی آسیب ببینند. ما می‌خواهیم نسلی تربیت کنیم که مقدمات حکومت جهانی را، که به آن اعتقاد داریم، فراهم کنند. لذا باید از رشد سیاسی بالایی بهره‌مند باشند.

تحولات دوران اخیر و تأثیر آن بر اوقات فراغت دکتر ایمانی :

تحولات دوران اخیر، از جمله رشد رسانه‌ها باعث شده است که کودک و نوجوان امروز از یک سوی دنیا با سوی دیگر جهان ارتباط برقرار کنند و به اخبار و اطلاعات آن دسترسی داشته باشند. این امکانات می‌تواند نحوه گذران اوقات فراغت را متنوع کند و در عین حال آسیب‌هایی نیز به همراه داشته باشد (اعتماد به اینترنت و...). از این‌رو والدین باید در این زمینه نیز مراقبت‌های لازم را در ایام تابستان به عمل آورند.

دکتر اصغر نژاد:

قبل از ورود به مبحث تأثیر تحولات اخیر بر اوقات فراغت مایلم این نکته را یادآوری کنم که فعالیت‌هایی که فرزند ما انجام می‌دهد ممکن است به نظر ما لغو و بی‌هوده باشد، حال آن که بسیار حیاتی است. به عنوان مثال در یک بازی فوتبال، کودک یا نوجوان ناگزیر است با هم تیمی‌هایش مشارکت کند، تقسیم کار کند، برنامه‌ریزی کند، با بازیکنان تیم مقابل به گونه‌ای رفتار نکند که بازی به بن بست برسد، خشم و پرخاشگری‌اش را مهار کند، بتواند احساسات ناخوشایندش را به شیوه‌ای جامعه‌پسند بیان کند، تحمل شکست را داشته باشد و در نهایت آن چه را که می‌تواند در موفقیتش نقش داشته

و اجتماعی. بر مبنای فرهنگ ما توجه به بعد معنوی نیز مهم است. یعنی ما باید فعالیت‌های اوقات فراغت را طوری طراحی کنیم که پاسخ‌گوی چهار بُعد مذکور باشد. امام هفتم (ع) می‌فرمایند: من برترین لذت‌ها را در عبادت یافتم. در روایت دیگری که بیانگر اهمیت و ضرورت داشتن اوقات فراغت می‌باشد، آمده است: اوقات خود را به سه بخش تقسیم کنید: بخشی برای عبادت، بخشی برای کار و بخشی برای استراحت. کسانی که خوب کار می‌کنند، قدر اوقات فراغت را نیز به خوبی می‌دانند و اوقات فراغت می‌تواند زمینه سلامت آن‌ها را فراهم کند. اما اگر کسی اصلاً کار نکند، از اوقات فراغت لذت نمی‌برد. ارسطو می‌گوید: ما کار می‌کنیم برای آسایش و کسی قدر آسایش را می‌داند که اوقاتی کار کرده باشد.

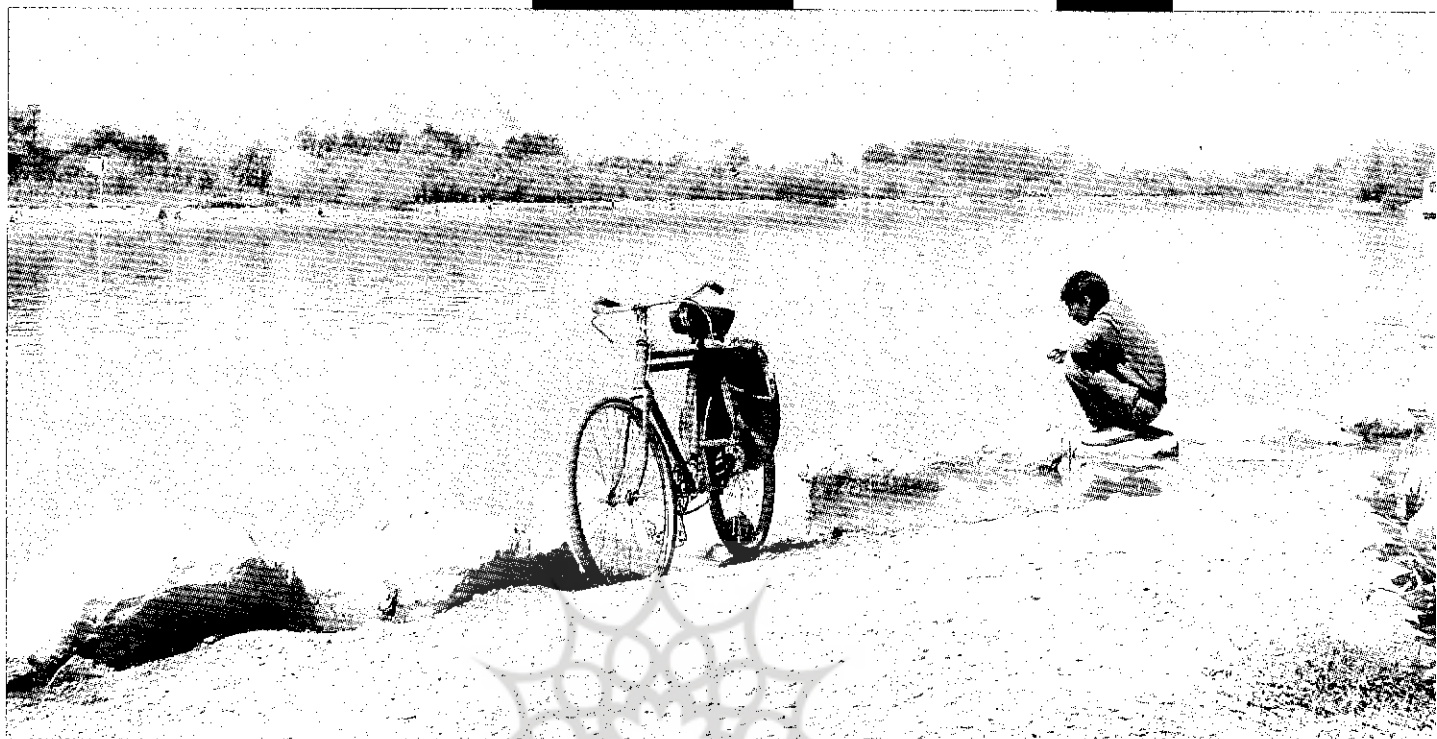
دکتر اسماعیلی :

در برنامه‌ریزی برای اوقات فراغت فرزندانمان باید به ارزش‌های جامعه خود توجه داشته باشیم. به عنوان مثال می‌توانیم صفت تقوا پیشگی را در نوجوانان و جوانانمان تقویت کنیم. هم چنین سلامت جسمی را به عنوان پایه و اساس سایر فعالیت‌ها مدنظر قرار دهیم و به امر مهارت‌افزایی توجه داشته باشیم. اگر کمی پیش برویم و ارزش‌های بین‌المللی را نیز در نظر بگیریم، بحث تولید ثروت، پس‌انداز کردن و نحوه کسب قدرت از جمله ارزش‌های جامعه امروز است که می‌تواند در برنامه‌ریزی برای اوقات فراغت دانش‌آموزان مورد توجه قرار گیرد.

خادمیان :

همان‌طور که آقای اسماعیلی فرمودند نحوه کسب قدرت یا به عبارت دیگر، رشد سیاسی و اجتماعی نیز از جمله ابعادی است که باید در برنامه‌ریزی برای اوقات فراغت فرزندان در نظر گرفته شود. زیرا اگر نوجوانان و جوانان ما از قدرت تحلیل درست





این نگاه را داشته باشد که بازی و فعالیت‌های ورزشی نه تنها بیهوده نیست، بلکه در رشد عاطفی، اخلاقی، اجتماعی، توانایی‌های هوشی و ذهنی و سایر ابعاد وجودی فرد تأثیرگذار است.

امروزه تحولات علمی و صنعتی بسیار سریع و غافل‌گیر کننده است و از این‌رو فرزندان ما باید مهارت‌های جدیدی کسب کنند، از جمله این که یاد بگیرند با دکمه‌های کامپیوتر به خوبی کار کنند و با این دستگاه به خوبی ارتباط برقرار نمایند. استفاده از کامپیوتر و بازی‌های کامپیوتری در اوقات فراغت، اگر درست برنامه‌ریزی و هدایت شود، می‌تواند مهارت وصل شدن به جریان دانش از طریق کامپیوتر را در فرزندان ما ایجاد کند و ترس از تکنولوژی را در آنها از بین ببرد.

دکتر اسماعیلی :

عصر کنونی، عصر انفجار اطلاعات است و

باشد، تجربه کند و این یعنی رشد عاطفی و اجتماعی. همین روابط اجتماعی که مبتنی بر مذاکره است ما را به عنوان یک موجود انسانی از سایر موجودات متمایز می‌کند. به طور کلی چهار نوع رابطه وجود دارد: ستیز، گریز، تسلیم و مذاکره. در واقع بازی به عنوان یک فعالیت مشترک گروهی به فرد این فرصت را می‌دهد که به جای ستیز و گریز و تسلیم از طریق مذاکره و همفکری کردن، یعنی از طریق رشد اجتماعی و کسب مهارت‌های لازم و تفاهم به نتیجه برسد. در بُعد اخلاقی هم، بازی بچه را رشد می‌دهد، بدین ترتیب که تابع قواعد بازی و مقررات آن می‌شود. هم چنین تحقیقات انجام شده نشان می‌دهند بچه‌هایی که ورزش می‌کنند، مثلاً ورزش‌های رزمی انجام می‌دهند، خلاق‌ترند، زیرا دائماً تمرکز می‌کنند، واکنش‌های حریفشان را ارزیابی می‌کنند و متناسب با آن عمل می‌کنند، و این یعنی هماهنگی میان ذهن و بدن. بنابراین خانواده یا کسی که برای اوقات فراغت بچه‌ها برنامه‌ریزی می‌کند باید

کاهشانی از اطلاعات از طریق اینترنت در اختیار ما قرار می‌گیرد. بنابراین نباید فرزندانمان را از دسترسی به این همه اطلاعات محروم کنیم. اما برای این که فرزندان ما بتوانند در اوقات فراغت خود از اینترنت استفاده کنند و در عین حال از آسیب‌های آن در امان باشند، راه‌هایی برای نظارت بر این امر وجود دارد. به عنوان مثال می‌توان کامپیوتر را در اتاق نشیمن قرارداد و نیز از نرم‌افزارهایی که برای نظارت وجود دارد استفاده کرد. نکته مهم این است که در بچه‌ها بینش صحیح برای استفاده از کامپیوتر ایجاد کنیم تا آنها بتوانند از این شاهراه اطلاعاتی به درستی بهره‌مند شوند.

دکتر ایمانی :

ضمن تأیید این نکته که کامپیوتر و اینترنت می‌توانند آثار خوب و فواید بسیار داشته باشند، خاطر نشان می‌کنیم که والدین باید به آثار منفی آنها نیز توجه کنند. برای مثال، یافته‌ها نشان می‌دهد بچه‌هایی که بیش از اندازه از کامپیوتر و اینترنت استفاده می‌کنند، به چاقی مفرط مبتلا می‌شوند، گازکربنیک خونشان افزایش می‌یابد، اکسیژن بدنشان کم می‌شود، ستون فقرات آنها آسیب می‌بیند و روابط اجتماعی شان کاهش پیدا می‌کند. از این رو باید در استفاده از کامپیوتر حالت تعادل در نظر گرفته شود. هم چنین در تهیه انواع بازی‌های کامپیوتری والدین باید مراقب باشند که محتوای این قبیل بازی‌های رایانه‌ای به خشونت و پرخاشگری بچه‌ها منجر نشود.

دکتر شرفی :

به نظر می‌رسد تحولات معاصر، در حد و اندازه خود، آثار فردی و خانوادگی داشته است. به عنوان مثال، یکی از آثار جهانی شدن این است که هویت‌های ملی را مورد تهدید قرار می‌دهد. به طور معمول افرادی که در معرض پیام‌های تحولات معاصر قرار می‌گیرند ممکن است هویتشان ضعیف

شود. منظور از هویت این است که فرد خودش را بشناسد، بداند برای چه در این دنیا زندگی می‌کند و هدف از خلقت او چیست. حضرت امیر (ع) در این باره فرموده‌اند: خدا رحمت کند کسی را که بداند از کجاست، در کجاست و به کجاست. اگر جواب این سه سؤال کلیدی روشن شود، فرد هویت خود را پیدا می‌کند، در حالی که بحث جهانی شدن می‌تواند تهدیدی جدی برای هویت‌های منطقه‌ای و ملی باشد. مسئله دیگر، تأثیر جهانی شدن بر خانواده‌هاست. امروزه خانه‌ها به خوابگاه تبدیل شده‌اند، یعنی روابط انسانی در خانواده‌ها به حداقل ممکن رسیده است. بنابراین باید به خانواده‌ها تفهیم کنیم که برقراری ارتباط با فرزندان نیازی جدی است و اوقات فراغت تابستان فرصت مناسبی برای تأمین این نیاز می‌باشد، چرا که در طول اوقات رسمی سال به علت حجم انباشته درس‌ها و تراکم بیش از حد فعالیت‌های آموزشی، والدین و فرزندان فرصت برقراری تعامل و ارتباط سازنده با یکدیگر ندارند. دانش‌آموزان نیز باید با همیاری خود و ایجاد فرصت فراغت بیش‌تر برای والدینی که بیش از حد درگیر زندگی پرشتاب شده‌اند، ارتباطات انسانی‌شان را با آنها افزایش دهند. به نظر می‌رسد علت این که برخی از دانش‌آموزان بیش از حد متعارف به سراغ کامپیوتر و اینترنت می‌روند، نه فقط جذابیت آنها، بلکه محدودیت و فقدان ارتباط خوب با والدین است.

نکته مهم دیگر این است که علاوه بر نگاه سخت‌افزاری به اوقات فراغت، یعنی این که چقدر امکانات و اردوگاه و... داریم؛ ابتدا بینشی به دانش‌آموز بدهیم که اصولاً بدانند نفس اوقات فراغت چیست و استفاده از آن چگونه باید باشد. اغلب دیده می‌شود نوجوان یا جوانی که اوقات رسمی خود را به صورت عادی مدیریت می‌کند، اوقات فراغت را هم می‌تواند مدیریت کند و لحظه‌ای را هدر ندهد.

آقای خادیمان :

به نظر می‌رسد بهترین شیوه و روش برای افزایش تعامل میان اعضای خانواده و نیز بستگان، توصیه اسلام عزیز، یعنی صلۀ ارحام است. اگر در طول سالیان تحصیلی کاستی‌هایی در روابط اقوام و بستگان پدید می‌آید، اوقات فراغت تابستانی فرصت مناسبی برای عمل به این سفارش مهم است که رشد عاطفی فرزندان را نیز در پی دارد.

دکتر حمیدی :

اعتقاد بنده نیز این است که باید درست اندیشیدن را به فرزندانمان آموزش دهیم و اوقات فراغت فرصتی مناسب برای این مقصود است. در غیر این صورت، به جای توسعه مدارس، کانون‌های اصلاح و تربیت گسترش خواهد یافت، چرا که بر بهره‌کاری‌ها و آسیب‌های اجتماعی افزوده خواهد شد.

نکته دیگر این است که نباید تغییرات ناشی از عصر ارتباطات و بحث‌های رسانه‌ای را بحران بدانیم. زیرا بحران زده می‌شویم؛ بلکه باید با برنامه‌ریزی، حداکثر استفاده را از شرایط موجود ببریم. بنابراین یکی از کارکردهای اوقات فراغت می‌تواند این باشد که به کودکان و نوجوانان خود بیاموزیم در برابر تغییر و تحول احساس مسئولیت داشته باشند. پرورش اعتماد به نفس و استقلال در نوجوانان، پرورش روحیه مبارزه با بیکاری، بطالت و مشاغل کاذب، پرورش روحیه احترام به قانون و التزام به رعایت آن، پرورش روحیه مشارکت و همکاری و... از جمله مواردی است که می‌توان در جهت غنی‌سازی اوقات فراغت فرزندان

برای آن برنامه‌ریزی کرد. اگر ما بتوانیم در اوقات فراغت، به جای آن که دانش را به فرزندانمان انتقال دهیم، مهارت‌هایی را به آنها بیاموزیم که به آن نیاز دارند، به یکی از کارکردهای اساسی اوقات فراغت که تربیت یک انسان سالم است، دست پیدا می‌کنیم. فرزند ما در اوقات فراغت باید برای خودش وقت بگذارد، یعنی هم فکر کند، هم آرامش جسمی داشته باشد و هم به صلۀ ارحام بپردازد. برای این که فقر عاطفی در خانواده‌ها از بین برود، اعضای خانواده باید یاد بگیرند که چگونه در کنار هم باشند و از آن لذت ببرند. اوقات فراغت، فرصتی مغتنم برای وقت‌گذاری اعضای خانواده برای با هم بودن است.

دکتر اصغر نژاد :

اگر کسی خودش را بشناسد، پروردگارش را شناخته است (من عرف نفسه فقد عرف ربه) و اگر خودش را بشناسد، به نهایت علم و دانش دست خواهد یافت. به طور طبیعی اگر بخواهیم به فرزندان کمک کنیم که خودش را بشناسد، باید از همان چهارچوب فعالیت‌های خودش کمک بگیریم. اگر کودک ما بداند که به چه چیزی علاقه دارد، در چه زمینه‌ای استعداد دارد و ظرفیت‌ها و توانایی‌هایش در چه زمینه‌ای بهتر می‌تواند رشد کند، در دراز مدت خواهد توانست زندگی موفق‌تری را برای خود



است که به آثار سفر در اوقات فراغت نیز توجه داشته باشیم. سعدی می‌فرماید: بسیار سفر باید تا پخته شود خامی - صوفی نشود صافی، تا سر نکشد جامی. سفر عامل کامیابی است (سعدی سفر کرد تا کام یافت). قرآن کریم نیز به سفر کردن توصیه می‌فرماید. بنابراین ایام تابستان، فرصتی مناسب برای سفر کردن است. سفر می‌تواند عامل سلامت باشد. پیامبر اکرم (ص) می‌فرماید: سفر کنید تا سالم بمانید.

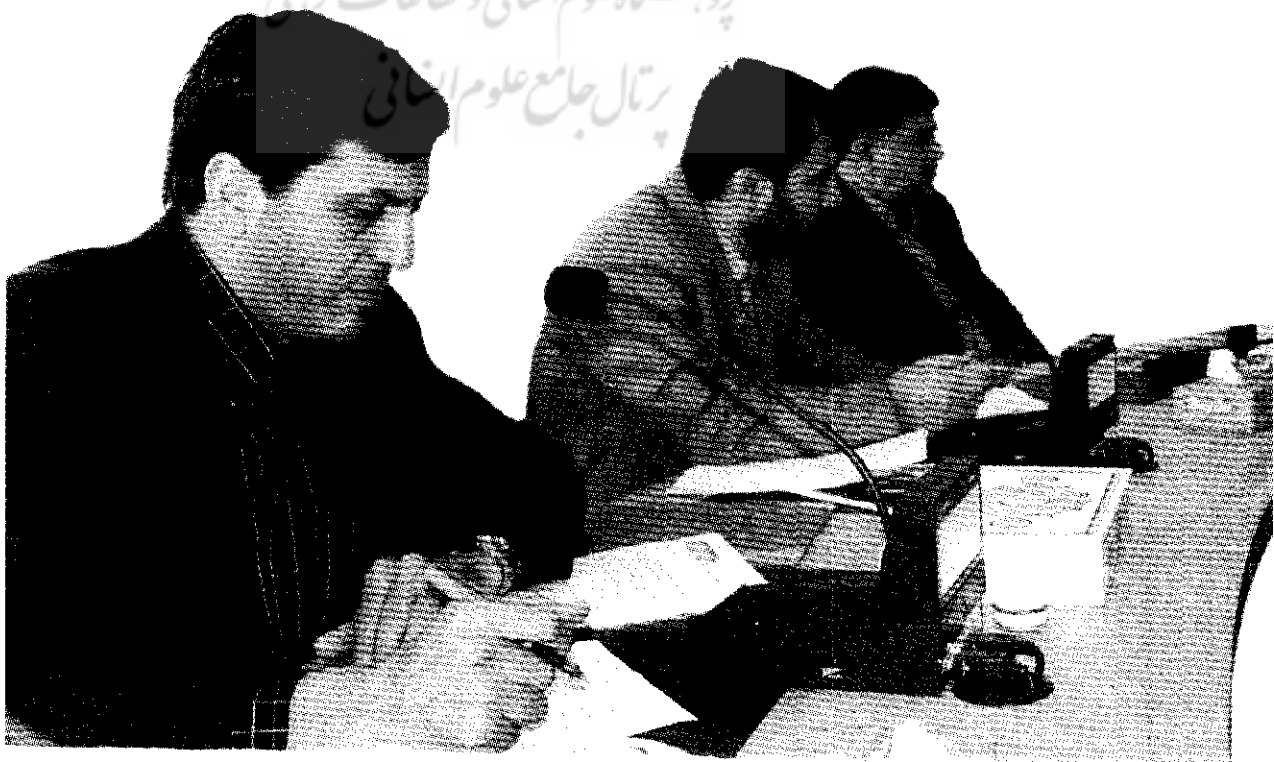
دکتر شرفی :

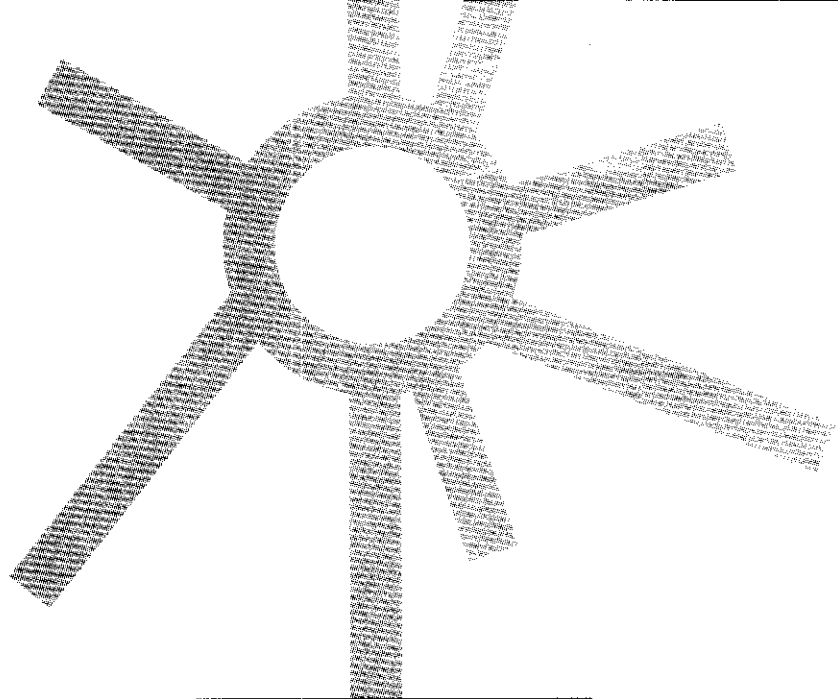
واقعیت این است که دانش‌آموزان ما در طول سال تحصیلی برنامه آموزشی مترکم و سنگینی را پشت سر می‌گذارند که نه فقط ممکن است باعث خستگی و ملال آنان بشود، بلکه امکان مطالعات جانبی را نیز به آنها نمی‌دهد. برای مقابله با « ناتوی فرهنگی » (به فرموده مقام معظم رهبری) باید مهندسی فرهنگی منسجم داشته باشیم. یکی از کارکردهای اوقات فراغت این است که در دانش‌آموزان انگیزه مطالعات فرهنگی و اجتماعی را به وجود آوریم. از این رو

برنامه‌ریزی کند. لازمه این کار آن است که فرصت‌های مناسب در اختیارش قرار گیرد تا بتواند خودش را محک بزند. ممکن است کودک بخواد در آن واحد در حیطه‌های مختلف (ورزش، هنر، مشارکت در بسیج، آموزش زبان، و ...) فعالیت کند و خانواده نیز در حد امکانات خود فرصت‌هایی را برایش فراهم کند. اما مهم این است که فرزند ما بتواند اولویت امور را تشخیص دهد و اوقات فراغت شرایط خوبی برای شناخت هر چه بیش‌تر کودک و نوجوان از خودش فراهم می‌کند. شاید همان تجربیات اولیه در اوقات فراغت، ساختار شخصیتی و هویت حرفه‌ای فرزندان را به گونه‌ای شکل دهد. پس امکانات، شرایط و فرصت‌هایی که در اوقات فراغت در اختیار فرزندان قرار می‌دهیم در حکم مصالحی است که می‌تواند بنیان شخصیتی آنان را قوی، محکم و با استقامت پی‌ریزی کند.

دکتر ایمانی :

نکته‌ای که یادآوری آن را ضروری می‌دانم این





کار یا جامعه می‌شوند، بینشی جامع نسبت به زندگی دارند و می‌دانند چگونه باید راهشان را پیدا کنند. بنابراین اگر از ادبیات ارزشمند خودمان کتاب‌هایی را انتخاب کنیم تا فرزندانمان در طول تابستان به مطالعه آنها پردازند، حداقل به چهار هدف دست پیدا می‌کنیم: یکی این که دانش آموز هویت فرهنگی‌اش را در مطالعه آثار مفاخر و مشاهیر کشور خود پیدا می‌کند. در حال حاضر، خوشبختانه انتشارات مدرسه با نشر بیش از یکصد جلد کتاب‌های چهره‌های معاصر و درخشان قدیمی مؤثر در این زمینه برداشته است. دوم این که دانش‌آموزان ما نیاز به همانندسازی و الگوپذیری دارند. اگر ما الگوها را معرفی نکنیم خلاء به وجود می‌آید و دیگران آن را پر می‌کنند. یعنی دانش آموز ما الگوهایش را از فرهنگ بیگانه می‌گیرد، در حالی که ما می‌توانیم با ترویج مطالعات فرهنگی الگوی مناسب را به او بدهیم. نکته سوم این است که احساس افتخار و بالیدن به فرهنگ اصیل خود باعث می‌شود دانش آموز ما در برابر فرهنگ بیگانه مرعوب نشود. به عبارت دیگر، اگر کسی با فرهنگ خودی بیگانه باشد، با فرهنگ بیگانه خودی خواهد شد. نکته آخر این که زندگی شخصیت‌های برجسته و چهره‌های فرهنگی ماندگار کشورمان مشحون از ناکامی‌ها، مشکلات و دشواری‌ها بوده است، اما آن‌ها از گرده‌های زندگی با موفقیت عبور کرده‌اند. جوانی که حداقل تعدادی از این آثار را بخواند، اگر در زندگی خود با ناکامی مواجه شود، روش برون رفت از این ناکامی را می‌تواند پیدا کند. امیدوارم در برنامه‌ریزی برای اوقات فراغت فرزندانمان، در کنار سایر فعالیت‌ها، جایگاهی نیز برای کتاب خوانی تعریف کنیم.

نقش خانواده‌ها و مدارس در غنی‌سازی اوقات فراغت

فرامان :

خادمیان :

خانواده‌ها باید با روش‌های مدیریت اوقات فراغت



خانواده‌ها باید با روش‌های ترغیب فرزندان به مطالعه آشنا شوند و حداقل تعدادی کتاب‌های سالم و مناسب برای معرفی به فرزندان خود در مقاطع مختلف، در نظر بگیرند. در واقع متولیان فرهنگی کشور باید نهضت کتاب‌خوانی در طول تابستان را آغاز کنند. یکی از مکاتبی که بر مطالعه آثار برجسته بزرگان تأکید می‌کند، مکتب پایدارگرایی است. می‌گویند اگر دانش‌آموزان یک صد جلد از آثار برجسته و جاویدان ادبیات دنیا را مطالعه کنند، وقتی وارد دانشگاه، محل

آشنا شوند تا بتوانند برنامه‌ریزی مناسبی برای آن انجام دهند. البته مسئولان اجرایی نیز باید نسبت به این موضوع وقوف بیش‌تری پیدا کنند. یکی از روش‌های غنی‌سازی اوقات فراغت که به هویت‌یابی فرزندانمان نیز کمک می‌کند، ایرانگردی است. مراکز ایرانگردی می‌توانند برنامه‌ریزی کنند و خانواده‌ها را به صورت اردویی به ایران شناسی ترغیب نمایند. انجمن اولیا و مربیان نیز می‌تواند در این زمینه همکاری کند و به عنوان مثال خانواده‌های موفق را معرفی نماید تا در اردوهای مذکور شرکت کنند. مساجد و کانون‌های فرهنگی نیز می‌توانند در غنی‌سازی اوقات فراغت دانش‌آموزان نقش داشته باشند.

نکته دیگری که حائز اهمیت است این است که وقتی زندگی بزرگان را مطالعه می‌کنیم در می‌یابیم که بعضی از آنان اوقات فراغت خود را در کنج عزت سپری می‌کرده‌اند (برای مثال آیت‌الله بهاء الدینی) و به خودسازی می‌پرداخته‌اند. این در حالی است که اگر دانش‌آموزی گوشه‌ای را انتخاب کند و با خود نجوایی داشته باشد، به او بر حسب افسردگی زده می‌شود. از آن جا که مرز این دو حالت بسیار نزدیک است، باید میان آن‌ها تفاوت قائل گردید و برای خلوت‌گزینی بچه‌ها احترام قائل شد.

دکتر اصغر نژاد :

اگر فضاها و امکانات وزارت آموزش و پرورش از قبیل کتابخانه‌های مدارس، سالن‌های ورزشی و حیاط مدارس در اختیار بچه‌ها قرار بگیرد، قدم مؤثری در برنامه‌ریزی برای اوقات فراغت دانش‌آموزان برداشته می‌شود.

دکتر ایمانی :

یادآور می‌شوم که مدارس ما پایگاه‌های تابستانی دارند و در آنها فعالیت‌هایی انجام می‌شود. ولی والدین عزیز باید توجه داشته باشند که در تعطیلات تابستانی

فرزندان را صرفاً به کلاس‌های مختلف درسی نفرستند، چرا که دانش‌آموزان باید در تابستان به آرامش برسند تا بتوانند سال تحصیلی آینده را با نشاط آغاز کنند.

دکتر شرفی :

بعضی از خانواده‌ها به قدری اوقات فراغت تابستان را با برنامه‌های مختلف پر می‌کنند که دانش‌آموزان به کنایه می‌گویند: با آغاز سال تحصیلی، اوقات فراغت آغاز می‌شود. من سه هدف برای گذران اوقات فراغت قائلم: یکی تمدد جسم و جان. یعنی در اوقات فراغت جسم و جان باید استراحت کند. دوم، ترمیم کاستی‌های زندگی. برای مثال اگر در بُعد ارتباطات انسانی در خانواده کاستی‌هایی وجود داشته است در اوقات فراغت ترمیم و جبران شود. اما نکته سوم: امام سجاده (ع) در دعای بیستم مکارم الاخلاق صحیفه سجاده می‌فرماید: خدایا به من فراغتی ببخش در جهت آن هدفی که مرا برای آن خلق کرده‌ای. از آن جا که هدف خلقت (و ما خلقت الجن و الانس الا ليعبدون) بالندگی و رشد است، باید سازوکارهای گذران اوقات فراغت به گونه‌ای باشد که ما را به سمت رشد باز کشاند و آن بالندگی را تأمین کند.

دکتر ایمانی :

در پایان بر این نکته تأکید می‌کنم که باید تلاش کنیم ایام تابستان برای بچه‌ها شاد و با نشاط سپری شود. زیرا اگر چنین نباشد، سال تحصیلی جدید را به خوبی شروع نخواهند کرد. محتشم می‌گوید:

بس که روز و شبم از دل سپه غم گذرد
کاروان طرب و شادی از آن کم گذرد

بنابراین سعی کنیم فرزندانمان تابستان را هم بهاری سپری کنند و با آمادگی، نشاط و علاقه بیش‌تر به استقبال سال تحصیلی آینده بروند.

بوی بهبود ز اوضاع جهان می‌شنوم
شادی آورد گل و باد صبا شاد آمد