

درآمدی جامعه‌شناختی بر

اوقات فراغت

مهدی نوری*

مقدمه

چنانچه به‌طور مناسب و منطقی با این موضوع برخورد نشود از نظر آسیب‌شناسی اجتماعی و پیدایش نابهنجاری‌ها، آینده‌روشنی در پیش نخواهیم داشت.

بیان موضوع

انسان در بدو تولد با سایر حیوانات تفاوت چندانی ندارد، مگر وجود استعدادهای خدادادی که در ضمیر او نهفته است و در انتظار گذشت زمان است تا با یاری شرایط به ظهور برسد. و طبعاً با بالا رفتن سن یکی پس از دیگری بارور می‌گردند. حیات اجتماعی نیز از این قاعده مستثنا نیست، به مرور زمان، با گذار از پیدایش حیات اجتماعی تا به امروز استعدادهای خاص جوامع انسانی ظهور و بروز کرده است. سالیانی طولانی تا پیش از انقلاب صنعتی، روستا کانون تولید و اقتصاد بود و حیات اقتصادی به مزرعه، کشاورزی و دامداری وابستگی داشت. در آن شرایط هیچ‌گاه اشتغال و فراغت تابعی از عقربه‌های زمان‌سنج‌ها نبودند. شب و روز و ایام هفته برای انسان معنای امروزی را نداشت، لذا چگونگی گذران اوقات فراغت او، یک معضل

تحولات عمده و اساسی که در طول تاریخ، نهاد خانواده را دستخوش دگرگونی کرده، موجب شده که نه فقط ساختار این نهاد متحول، بلکه نیازهای آن از خانواده‌های گسترده، به نظام خانواده‌هسته‌ای (زن و شوهر و فرزندان) دگرگون شود. یکی از نیازهای اجتماعی خانواده‌هسته‌ای، چگونگی پرکردن اوقات فراغت است. این نیاز (اوقات فراغت) می‌تواند برای گروه‌های سنی و جنسی مختلف مطرح و برنامه‌ریزی شود. در این مقاله اوقات فراغت به معنی آن بخش از زمان است که افراد از وظایف شغلی و خانوادگی فراغت می‌یابند و از این فرصت می‌توانند در جهت تمديد اعصاب و روان استفاده نمایند. رفع این نیاز می‌تواند باعث از بین رفتن خستگی و شکوفایی استعدادها گردد. وسایل ارتباط جمعی چون رادیو، تلویزیون، سینما، تئاتر، روزنامه و نشریات و یا مسافرت و دید و بازدیدها می‌توانند ابزارهای مناسبی برای پرکردن این اوقات باشند. نباید از نظر دور داشت که نهادهای اجتماعی مثل خانواده، آموزش و پرورش، مذهب و حکومت و نیز میزان توسعه و پیشرفت دانش و فن‌آوری در زمینه‌های گوناگون، بویژه علوم ارتباطات می‌تواند در چگونگی پرکردن اوقات فراغت مؤثر باشد. نکته پایانی اینکه

* - کارشناس ارشد جامعه‌شناسی.

اجتماعی نبود. اما پس از انقلاب صنعتی، با تغییر مکان کانون تولید از روستا به شهر و تأسیس کارخانجات و جذب نیروی انسانی غیرقابل مقایسه با دوران قبل، و وجود امور معیشتی متعدد و متنوع و گاهی سخت و توان فرسا، ایجاب می‌کرد برای تأمین انرژی و تجدید روحیه کار، جهت گذران یک نوبت فراغت، برنامه‌هایی طراحی و پیش‌بینی شود. این امر، امروز دامنه خود را به گروه‌های مختلف سنی و جنسی گسترش داده، تا جایی که در خانواده جامعه‌شناسی، اوقات فراغت نیز تولد یافته است. هر چه به تمدن کنونی نزدیکتر شده‌ایم، مقوله اوقات فراغت به‌عنوان یک نیاز خاص جوامع بشری نمایان‌تر شده است، تا حدی که بعضی تمدن امروز را «تمدن فراغت» نام نهاده‌اند. از منظر جامعه‌شناسی گروه‌های ثانویه را می‌توان همین استعدادهای نهفته در حیات اجتماعی دانست، که نیاز به ورزشگاه، بیمارستان، کودکانستان، خانه سالمندان و اوقات فراغت مثالهای بارزی از آن است. این نهادها در راستای گسترش زندگی شهری پدیدار شده است. اوقات فراغت از سنین کودکی و پیش‌دبستانی شروع شده تا هنگام پیری و بازنشستگی تداوم پیدا می‌کند و هر گروه، برنامه‌های ویژه‌ای را طلب می‌کند. با وجود این همه ساله در ایام تابستان، فراغت دانش‌آموزان موجب دغدغه خاطر بسیاری از خانواده‌ها و مسئولان اجرایی می‌گردد. در این مقال به عمده‌سازی اوقات فراغت این گروه پرداخته شده است.

تعریف اوقات فراغت

درباره این اصطلاح تعاریف متعددی شده است که در اینجا مجال پرداختن به همه آنها نیست، لیکن از مجموع آنها می‌توان دریافت که «اوقات فراغت مقدار زمان خارج از وظایف و تکالیف شغلی و خانوادگی و اجتماعی است که در آن انسان با میل و رغبت و اختیار، به آنچه موجبات انبساط خاطر و

رضایت او را فراهم می‌کند، بپردازد. اوقات فراغت ابعاد مختلف فرهنگی، اجتماعی، تربیتی و اقتصادی دارد.

ویژگیهای اوقات فراغت در ابعاد مختلف را می‌توان به‌صورت زیر خلاصه کرد:

الف - وقت فراغت جدای از کار و اشتغال بوده و به زمان خاصی از زندگی شبانه‌روزی انسان اطلاق می‌گردد.

ب - با توسعه صنعت و فن‌آوری به تدریج به اوقات فراغت افزوده شده و از لحاظ اقتصادی به مثابه وسیله‌ای برای بالابردن بازدهی کار نگریسته می‌شود.

ج - افراد باید به اختیار خود نحوه گذران اوقات فراغت خویش را انتخاب کنند.

د - گذران اوقات فراغت سوای تعهدات اجتماعی و خانوادگی است.

ه - حاصل پرداختن به اوقات فراغت باید رضایت خاطر، آرامش خیال و رشد فکری و شکوفایی شخصیت افراد باشد.

و - اوقات فراغت می‌تواند به گونه‌ای طراحی شود که باعث اعتلای فرهنگی جامعه، توأم با یادگیری مهارت‌های هنری و اجتماعی و دانش‌اندوزی باشد.

ز - گذران مناسب اوقات فراغت برای نسل نوجوان و جوان‌ها، مانع بسیاری از ناهنجاریهای اجتماعی و روانی و اخلاقی آنان می‌گردد.^۱

بنابراین اوقات فراغت همچون شمشیر دو لبه‌ای است که می‌تواند هم باعث اعتلا و بهینه‌شدن کار و فرهنگ گردد و هم می‌تواند موجبات انواع کجروی، انحراف و حتی ارتکاب به جرم را فراهم سازد. در فصل تابستان با تعطیلی مدارس، حدود بیست میلیون دانش‌آموز، تقریباً به‌طور تمام وقت،

۱ - علی اسدی و جمشید بهنام، مجله بهنام، گزارش اوقات فراغت شامل گذران اوقات فراغت در ایران، مقدمه‌ای بر جامعه‌شناسی اوقات فراغت، ص ۱۳ تا ۲۵. به نقل از بررسی طرح تابستانه اوقات فراغت. اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان اصفهان ۱۳۷۵.

وقت آزاد خواهند داشت که می‌تواند هم در راستای شکوفایی شخصیت آنها و حتی فراگیری مهارت‌های فنی، حرفه‌ای و هنری به کار گرفته شود، هم می‌توان با عدم توجه و آزاد گذاشتن آنها به حال خود، موجبات هرگونه انحراف و بزهکاری را فراهم ساخت.

بجز گروه سنی مورد بحث، سایر گروه‌های سنی هم همه روزه به نوعی با مسأله اوقات فراغت برخورد دارند که می‌تواند از جنبه‌های گوناگون مورد مطالعه قرار گیرد. «به نظر پارکر، کار، تعیین‌کننده فراغت است و ماهیت زندگی شغلی هر شخص به طور کلی ماهیت الگوهای گذران اوقات فراغت او را تعیین می‌کند. او پس از بررسی دسته‌ای از کارگران یقه سپید و ارتباط دادن آن با مطالعات جامعه‌شناختی درباره اشتغال، به این نتیجه رسید که سه نوع رابطه میان کار و فراغت وجود دارد. نخستین رابطه گسترده است، بدین معنا که کارگرانی که از شغل خود لذت می‌برند، دامنه آنرا به زندگی خانوادگی و اجتماعی خود نیز گسترش می‌دهند، به نحوی که کار برای آنها به بخش غریزی زندگی ایشان تبدیل می‌شود. پارکر این نوع رابطه را رابطه حرفه‌ای و واقعی می‌داند. شکل دوم تقابلی یا تعارضی است که در آن، گذران اوقات فراغت برای جبران ناگواری کار مورد استفاده قرار می‌گیرد. شکل سوم که پارکر آن را خنثی می‌خواند در موردی است که هیچ الگوی روشنی میان کار و فراغت به چشم نمی‌خورد. معمولاً این الگوی فراغت به خانه و خانواده اهمیت بیشتری می‌دهد. این الگو را دیگران محرومیت از فراغت شمرده‌اند و به‌عنوان مثالی ذکر می‌کنند که چگونه مستقل از کار، حرکتی به سوی خانه و گذران اوقات فراغت به نحوی انفرادی وجود دارد تا جمعی.»^۲

«الیاس و دانینگ^۳ به این دیدگاه انتقادات اساسی کرده‌اند. آنها بیشتر به طرح تئوری محدود فراغت علاقه‌مند هستند. استدلال آنها با انتقادات

صریحی از پارکر و نظریه‌های مشابه آن همراه است. آنها می‌گویند که بر روابط متقابل فعالیت‌های فراغت و کار بیش از حد تأکید شده و چنین استدلال شده است که گویی ویژگی‌های فعالیت‌های فراغت را جز اینکه بر اساس روابط متقابل بین فراغت و کار استوار شود، نمی‌توان ارزیابی کرد. آنها با نظر پارکر که می‌گوید: «امکان دارد برای بیان ماهیت هر یک از مقولات کار و فراغت تعریف جداگانه‌ای وجود داشته باشد.» مخالف‌اند و معتقدند این دو صرفاً در ارتباط با یکدیگر معنای جامعه‌شناسی کاملی خواهد داشت.»^۴

کارکردهای اوقات فراغت

نباید تصور کرد که معنای فراغت نقطه مقابل کار است و فراغت یعنی عدم تلاش و کوشش، بلکه چه بسا فرد فارغ از کار روزمره، کارآمدترین بخش فعالیت خود را در این زمان انجام می‌دهد. بنابراین آنچه می‌تواند این دو بخش را از همدیگر متمایز سازد تعاریف ذهنی و درونی است، چرا که فراغت نقطه مکمل کار است. برای روشن شدن این موضوع می‌توان به سه کارکرد اساسی زیر توجه کرد:

الف - اولین کارکرد اوقات فراغت استراحت و رفع خستگی است؛ فراغت فرصتی است که انسان بتواند با میل و اختیار خود از طریق انجام فعالیت‌های مورد علاقه، اسباب تمديد اعصاب و تجدید نیرو و تأمین آسایش را برای خود فراهم سازد.

ب - شکوفاکردن استعدادها؛ این زمان قادر است بستری را فراهم سازد تا فرد بتواند متناسب با ذوق و استعداد خود در فرآیندی از فعالیت قرار گرفته و استعدادهای فردی و اجتماعی خود را شکوفا سازد.

۲- استنفن مور و استنفن پ. سینکلر. دیباچه‌ای بر جامعه‌شناسی، ترجمه مرتضی ثاقب‌فر، تهران انتشارات ققنوس ۱۳۷۶، ص ۲۰۳ و ۲۰۴.

3- Elias and Dunning. 1969.

۴- غلامعباس توسلی، جامعه‌شناسی کار و شغل، تهران، انتشارات سمت، ۱۳۷۵، ص ۱۲۷ و ۱۲۸.

اوقات فراغت به معنی آن بخش از زمان است که افراد از وظایف شغلی و خانوادگی فراغت می‌یابند و از این فرصت می‌توانند در جهت تمديد اعصاب و روان استفاده نمایند. رفع این نیاز می‌تواند باعث از بین رفتن خستگی و شکوفایی استعدادها گردد. وسایل ارتباط جمعی چون رادیو، تلویزیون، سینما، تئاتر، روزنامه و نشریات و یا مسافرت و دید و بازدیدها می‌توانند ابزارهای مناسبی برای پرکردن این اوقات باشند.

مواردی چند باید موجبات جدایی موقت از واقعیت، فراموشی لحظات دشوار زندگی، تمديد اعصاب و سرگرمی انسانها را فراهم سازند. بنابراین جزئی از کارکرد وسایل ارتباطی، صرفاً تفریح و تفنن انسانهاست تا از آنان موجوداتی دانا و خلاق برای کار بار آورد. لیکن این نحوه گذران اوقات فراغت، هم جنبه اخلاقی دارد، زیرا وسیله ارتباط نه باید و نه می‌تواند به هر ترتیب هم موجبات خندیدن و تفریح و هم جنبه فرهنگی را فراهم سازد، زیرا فراغتی که با این وسایل صورت می‌پذیرد، گذران زمان است با استفاده از مقولات فرهنگی.^۶

از جمله ابزارهای دیگری که همه‌ساله در چنین ایامی برای پرکردن اوقات فراغت نوجوانان استفاده می‌گردد می‌توان به ورزش، کلاسهای مختلف تابستانه، اردو و غیره اشاره کرد. حدود بیست میلیون نفر دانش‌آموز در فصل تابستان به دنبال تعطیلات مدارس، بیکار می‌شوند. ابزارهای فوق اگرچه توانسته است تا اندازه‌ای مفید و مثمر ثمر قرار گیرد، لیکن وجود اشکالاتی هنوز فاصله بین وضع موجود تا وضع مطلوب را در حد بسیار زیاد نگه داشته است. کمبود فضای ورزشی گاهی موجب شده جوانان و نوجوانان از کوچه و خیابان استفاده کنند که در نگاه اول هر نکته‌سنجی را به این نتیجه می‌رساند که چه نواقص عمده‌ای در برنامه‌ریزی برای جوانان وجود دارد که این گروه

ج- کارکرد مشارکت: اوقات فراغت می‌تواند فرصتی باشد تا افراد بتوانند به دیدار دوستان و بستگان بروند و در یک دسته از روابط صمیمی و خانوادگی قرار گرفته و مشارکت اجتماعی را بین خود تقویت نمایند.

اشکال گذران اوقات فراغت

از نظر شدت هیجانی که با فعالیت‌های فراغتی همراه است، می‌توان تقسیم‌بندی زیر را انجام داد: فراغت فعال - که در آن فرد فعالیت‌هایی را انجام می‌دهد که شادی و نشاط را برایش فراهم می‌آورند، مانند انجام فعالیت‌های ورزشی و بازی. فراغتهای فعال معمولاً با شدت و هیجان همراه می‌باشند.

فراغت غیر فعال - فراغتی است که فرد در آن به صورت منفعل عمل می‌کند. در این نوع از گذران اوقات فراغت، انسان تماشاچی گذران فراغتهای فعال دیگران است. در این دسته بیشتر استفاده از وسایل ارتباط جمعی بویژه رادیو، تلویزیون، سینما، تئاتر قرار می‌گیرد که فرد سوای دیدن و شنیدن یکطرفه، هیچ‌گونه فعالیتی انجام نمی‌دهد.^۵

ابزارهای گذران اوقات فراغت

همه گروه‌های سنی و جنسی در تمام طول عمر خویش بخشی از زمان را به سپری کردن اوقات فراغت می‌پردازند. گذران این اوقات ابزارهای متعدد و متنوعی را ایجاد نموده است. از جمله آنها وسایل ارتباط جمعی مثل رادیو، تلویزیون، سینما، تئاتر، کتاب، روزنامه و غیره را می‌توان نام برد. «وسایل ارتباط جمعی به‌طور معمول با زمان فراغت انسانها برخورد می‌نمایند. از این رو در

۵- رجوع شود به: روزنامه همشهری، ۱۸ تیر ۱۳۷۶، ص ۶.

۶- باقر ساروخانی، جامعه‌شناسی ارتباطات، تهران انتشارات اطلاعات، ۱۳۷۷، ص ۸۴.

اوقات فراغت بخشی است که اختصاص به یک سن ندارد. برنامه‌ریزان باید در برنامه‌های خود گروه‌های مختلف سنی از کوکی تا کهنسالی را مطرح نظر قرار دهند. ولی آنچه بیش از پیش در جامعه ما بویژه در فصل تابستان عامل دغدغه خاطر بسیاری می‌گردد، پرکردن اوقات فراغت جوانان و نوجوانان است که گاهی بدون هرگونه فعالیت مفیدی این فصل را باید طی نمایند و بهترین فرصتها و زمانها را از دست دهند.

شهروندان در اوقات فراغت برای استفاده از آن فوق‌العاده افزایش یافت، و با گذار از مکاتب کلاسیک به سوی رئالیسم، روز به روز به دامنه تماشگران خود افزوده و هنر تئاتر را قربانی خود ساخت. اما دیری نباید که با ظهور تلویزیون و پذیرش آن از سوی خانواده، سینما هم روز به روز قربانی آن شد و مخاطبان و تماشاگران خود را به اجبار به تلویزیون واگذار کرد چون شهروندان از این پس می‌توانستند به راحتی اوقات فراغت خود را پر نمایند. میزان تأثیرگذاری این وسیله ارتباطی آنچنان زیاد شد که کتابهایی مانند «قدرت تلویزیون» به رشته تحریر درآمد و نظریاتی همچون «دهکده جهانی» مطرح گردید. امروزه در کشورهای پیشرفته وجود شبکه‌های مختلف متعدد پخش که متکی به بخش خصوصی است توانسته با ایجاد فضای رقابت، گروهها و طبقات و یا اقشار گوناگون را با اهداف متفاوت، مخاطب خود سازند. مطبوعات قادرند از بین باسوادان (تحصیل کرده‌ها) گروه‌های مختلف سنی و جنسی را به سوی خود فراخوانند و تنوع و تعدد آنها با توجه به حضور بخش خصوصی در آنها و تبیین دیدگاه‌های گوناگون توانسته است بخشی از اوقات فراغت را به خود اختصاص دهد. در جامعه ما تحولات دو سه ساله اخیر باعث شور و اشتیاق خوانندگان مطبوعات شده است. «رشد جمعیت جوان کشور ما از یک طرف و توجه به جوانان پس از انتخابات هفتمین دوره ریاست جمهوری از طرف دیگر و به تبع رشد و گسترش کمی و کیفی مطبوعات در سه سال اخیر، جایگاه مطبوعات را در پرکردن اوقات فراغت جوانان

با پذیرش هرگونه احتمال خطری، از خیابان به جای ورزشگاه استفاده می‌کنند. از جمله اشکالات کلاسهای تابستانه این است که وجود دیدگاه‌های مختلف درباره اوقات فراغت و عدم وجود استنباط واحدی از این نیاز، باعث شده تا دستگاه‌های مختلف اجرایی، به عنوان رفع تکلیف، اقداماتی انجام دهند و گاه در پایان این ایام جهت پشتوانه علمی، اجرایی، نظرسنجی هم می‌کنند. گفتنی است که با استفاده بهینه از توان، استعداد و وقت آزاد این گروه، می‌توان با برنامه‌های دقیق و سنجیده و پیوسته برای سالهای متوالی، در پرورش آنها با آموزش مهارتهایی در حاشیه تفنن و سرگرمی، آمادگی جدی و فعال‌تری را در صحنه‌های آتی بازار کار و اشتغال فراهم آورد.

عوامل تأثیرگذار بر اوقات فراغت

در حیات اجتماعی اوقات فراغت و نحوه گذران آنرا نمی‌توان مستقل و جدای از سایر نهادهای اجتماعی دانست، بلکه بین آنها یک سلسله روابط و مناسبات متقابلی وجود دارد تا این پدیده بتواند راه و مسیر خود را باز کرده و ادامه دهد و خود را به عنوان نهادی، استوار سازد. از جمله نهادهایی که می‌توانند بر این موضوع تأثیرگذار باشند، خانواده، آموزش و پرورش، مذهب، حکومت و از بعد اقتصادی، کار می‌باشد.

توسعه و پیشرفت دانش و فن‌آوری علوم ارتباطات موجب شده تا به مرور زمان وسایل ارتباط جمعی تغییر و تکامل قابل توجهی پیدا کنند. با پیدایش هنر هفتم یعنی سینما، میل و اشتیاق

ارتقاء بخشیده است، به طوری که شاهدیم امروزه جوانان از مطبوعات استقبال زیادی می‌کنند و حتی در برخی از مطبوعات قلم می‌زنند»^۷.

آسیب‌شناسی اوقات فراغت

اوقات فراغت بخشی است که اختصاص به یک سن ندارد. برنامه‌ریزان باید در برنامه‌های خود گروه‌های مختلف سنی از کودکی تا کهنسالی را مطرح نظر قرار دهند. ولی آنچه بیش از پیش در جامعه ما بویژه در فصل تابستان عامل دغدغه خاطر بسیاری می‌گردد، پرکردن اوقات فراغت جوانان و نوجوانان است که گاهی بدون هرگونه فعالیت مفیدی این فصل را باید طی نمایند و بهترین فرصتها و زمانها را از دست دهند. جذابیت کم برنامه‌های رادیو، تلویزیون و سینما به علت بعضاً تکراری و کلیشه‌ای بودن و یا بیان ضعیف و ناقص واقعیات جامعه و همچنین کمتر به مسافرت رفتن و... موجبات بیکاری بیشتر را برای این گروه سنی فراهم ساخته است.

تحقیقات درباره انحرافات و بزهکاری‌ها حاکی از آن است که وجود بیکاری و ازدیاد ساعات فراغت از کار، از جمله عوامل تأثیرگذار بر این موضوع است. «اگرچه تاکنون کوشش شده است که یک نظریه جامع در خصوص بزهکاری ارائه شود، ولی واقعیت امر حاکی از آن است که تاکنون در این خصوص موفقیتی حاصل نشده است. لذا کلیه نظریات ارائه شده فقط گوشه‌ای از واقعیت امر بزهکاری را تبیین نموده‌اند... میزان ارتکاب جرم متأثر از دو نوع عوامل می‌باشد، اول عوامل ذهنی و درونی، دوم عوامل عینی یا خارجی. یکی از عوامل خارجی، بیکاری یا از دست دادن شغل مورد نظر و نیز کاهش شانس به دست آوردن شغل مناسب است»^۸ شاید بتوان از مقایسه میزان ارتکاب جرم با فصول مختلف سال به خصوص در این گروه سنی این نتیجه را گرفت که بیکار شدن جوانان و نوجوانان در تابستان و نداشتن برنامه مدون و

دقیق جهت استفاده مناسب از توانایی‌های آنان می‌تواند زمینه‌های ارتکاب به جرم و یا بزهکاری را فراهم سازد.

نتیجه‌گیری

- ۱- تذکر لزوم به رسمیت شناختن اوقات فراغت به عنوان یکی از نیازهای بسیار مهم جوامع انسانی در قرن حاضر.
- ۲- در نظر گرفتن نیاز گذران اوقات فراغت برای گروه‌های سنی و جنسی مختلف با توجه به شرایط و مقتضیات هر گروه.
- ۳- در نظر گرفتن مهمترین قسم برنامه‌ریزی اوقات فراغت برای جوانان و نوجوانان دانش‌آموز که به خصوص در فصل تابستان دغدغه خاطر درسی ندارند.
- ۴- برنامه‌های اوقات فراغت تابستانه باید بیش از پیش با نظارت و برنامه مدون متمرکز در استانها صورت گیرد.
- ۵- لازم است در برنامه‌ریزی‌های اوقات فراغت، اهداف دقیق و پیش‌بینی شده‌ای را تعقیب نمود.
- ۶- لازم است جوانان و نوجوانان دارای شناسنامه اوقات فراغت تابستانه باشند تا با ارائه به پایگاهها در هر شهرستان و یا استان، تداوم استفاده از کلاسها و آموزشهای تابستانه فراهم گردد و از تکرار و موازی‌کاری و در نتیجه، کاهش انگیزه‌ها جلوگیری شود.
- ۷- پیشنهاد می‌شود در بخشی از کتب درسی، توجه دانش‌آموزان به چگونگی استفاده از اوقات فراغت معطوف گردد. و از این طریق وسیله انطباق‌پذیری جوانان و نوجوانان با ارزشها و باورهای جامعه فراهم گردد.



۷- روزنامه سلام، ۱۲ خرداد، ۱۳۷۸، ص ۸.

۸- عباس عبیدی، تأثیر زندان بر زندانی، آسیب‌شناسی اجتماعی، تهران، انتشارات مؤسسه تحقیقاتی انتشاراتی نور، ۱۳۷۱، ص ۴۷ و ۴۸.