



نگاهی متفاوت به پدیده اوقات فراغت

فراغت، بیکاری نیست

نوید پیمان

هم به نوعی در بازار کار تعادل در اشتغال ایجاد شود و هم افراد فراغت بیشتری داشته باشند. در حالی که در کشور ما یک استاد هیأت علمی برای گذران زندگی و معیشت مجبور است بیش از ۴۰ ساعت در هفته تدریس کند و این طبیعی است استادی که در هفته به مانند ماشین کار می‌کند، فرصت و مجالی برای تحقیق و تفکر برایش باقی نمی‌ماند و یا کارگران برای گذران زندگی مجبورند ۲ تا ۳ شیفت کار کنند و فردی که چنین شرایطی دارد نمی‌تواند خود را باز تولید کند لذا گفته می‌شود که هیچ فرهنگی به تکامل و پیشرفت نمی‌رسد مگر آنکه آن کشور از حوزه تلاش برای غذا رها شده و به تلاش برای رشد روحی و اندیشیدن روی آورد. در همین راستاست که ویل دورانت از دوره غارنشینی یاد می‌کند و می‌گوید: اینکه چگونه انسانها در چنین دوره‌هایی به دلیل استفاده از گوشت حیوانات و میوه‌های درختان (که هر دو فاسد می‌شدند) می‌بایستی هر روز به فکر غذا (معیشت) باشند و زمان زیادی را برای اندیشیدن نداشتند و از طرفی ناامنی معیشت آنها پناهگاه مناسبی برای فعالیت‌های فکری محسوب نمی‌شد. بعد کشاورزی کشف می‌شود. انسانها در این دوره غذایی داشتند که می‌توانستند آن را انبار کرده و در نتیجه اوقات فراغت پیدا کردند و البته قدری امنیت معیشتی! و این چنین بود که آنها به کار فکری بیشتری می‌پرداخته و اختراعات و اکتشافات آنها نیز افزایش پیدا می‌کرد. در واقع تمدن محصول اوقات فراغت ملتهاست و مردمانی که خور و خواب و شکار و غارت همه شب و روز آنها را پر کرده هیچ تمدنی نیافریدند. تمام ظروف مقاوم‌تر، جامه‌های ظریف‌تر، معماری مانا، شهر زیباتر، ماشین‌ها، کتاب‌ها، ارتباطات، اختراعات و اکتشافات و همه وسایل رفاهی بشری زائیده اوقات فراغت انسان هستند. بنابراین اگر بگوییم که بهره‌وری در یک اقتصاد بستگی مستقیمی به فراغت و زمان آسایش انسانها دارد سخنی به گزاف نگفته‌ایم. وقتی فردی از معیشت و دغدغه‌های آن رها شود، می‌تواند به دستاوردهای بالاتری بیاندیشد. اگر جامعه‌ای نتواند توان تولید اندیشه و فکر را در مردمانش ایجاد نماید و اگر نتواند رهایی از تکالیف و تعهدات شغلی رهایی ایجاد نماید، در آن جامعه خلاقیت پدید نمی‌آید. متأسفانه

گفته می‌شود اکثر مردم جهان عاشق تعطیلات هستند. همه مردم در سراسر هفته کار می‌کنند به این امید که در پایان هفته به گردش و تفریح بپردازند. بچه‌ها نیز بعد از یک سال درس خواندن و گذراندن امتحانات سخت، به پیشواز تابستان می‌روند و امید و آرزو در دل هایشان زنده می‌شود. گویا همه دوست دارند در سال‌های لحظاتی را برای خود داشته باشند و اصلاً به هیچ چیز دیگری فکر نکنند. در واقع اوقات فراغت در دنیای امروز یکی از مباحث مهم و اساسی تلقی می‌شود و نمی‌توان آن را یک مساله حاشیه‌ای در نظر گرفت. به همین دلیل گذران اوقات فراغت امروز به یکی از دغدغه‌های اصلی دولت‌ها تبدیل شده است. اینکه از چه زمانی و به چه دلیلی توجه به فراغت مطرح شده، موضوعی است که در این مجال نمی‌توان به آن پرداخت. اما باید دانست که فراغت در دوران جدید و با صنعتی شدن و پدیده شهرنشینی مطرح شده است و با پدیده بیکاری بسیار متفاوت است. فراغت به معنی استفاده از زمانی که فرد می‌تواند به خود بیندیشد و هیچ تحمیلی برای انجام کاری مشخص ندارد و بتواند عمل یا کاری که دوست دارد انجام دهد. در واقع در ساعات فراغت فرد به نفع اقتصادی نمی‌اندیشد و به دنبال درآمد و درآمدزایی نیست. شاید این تعریف دکتر "جی، بی نیش" در کتاب فلسفه فراغت و تفریحات سالم تا حد زیادی مطابق دیدگاه مطرح شده بالا باشد "که فراغت مربوط به اوقاتی از زندگی انسان می‌شود که از کار کردن آزاد است و در خواب هم نیست." اما نکته مهمی که وجود دارد این است بشر بر اثر تجربه به این اصل رسیده است که فراغت می‌تواند به اندازه تولید در یک جامعه مهم باشد. چون وقتی بشر به نیازهای اولیه بیندیشد هرگز نمی‌تواند به نیازهای ثانویه مثل دوست داشتن، هنر، اندیشه، عشق و احترام توجه نماید. لذا در هر جامعه‌ای برای رسیدن به توسعه پایدار، یکی از مصادیق و محورها، فراغت است. در حالی که در جامعه ایران همچنان به این موضوع به شکل حاشیه‌ای نگاه می‌شود و حتی در دوران جریان انتخابات ریاست جمهوری نیز دیدیم که همه کاندیداها از تورم و تولید صحبت کردند، اما هیچ یک اشاره‌ای جدی و عمیق به فراغت نکردند. بنابراین یکی از تفاوت‌های اصلی کشورهای در حال رشد و توسعه‌نیافته با پیشرفته در همین توجه به فراغت است. امروز در کشورهای اروپایی دولتها در اندیشه کاهش ساعات کاری کارمندان و کارگران هستند، تا

نگرش غالب در جامعه ایران این است که فراغت یک برنامه‌ریزی برای تابستان دانش‌آموزان و ایجاد چند اردو و کلاس تفریحی می‌باشد و یا اگر تلویزیون در آخر هفته یک یا دو فیلم سینمایی نمایش دهد مردم رضایت کافی از فراغت خود خواهند داشت. در حالی که مساله فراغت بسیار پیچیده‌تر و عمیق‌تر از آن است. فراغت یعنی ایجاد فضا و بستری که مردم به زیبایی‌ها بیندیشند و مطابق ذوق و سلیقه‌شان زندگی کنند، بیشتر بخندند، سکوت کنند، در حال زندگی کنند، درگیر گذشته و آینده نشوند. در واقع انسان چون موجود تنوع‌طلبی است، نیاز به زمانی برای ارضای تنوع‌طلبی‌اش دارد. اگر نگاهی به زندگی بزرگترین مخترعین، نویسندگان، شاعران و سایر مشاهیر جهان بیندازیم می‌بینیم که بسیاری از آنان انسانهایی رها از دغدغه‌های زمانی خود بودند و به دنبال خواسته‌ها و نیازهای روحی‌شان بودند. ادیسون اگر ادیسون شد هرگز در نظام آموزش عصر خود به این موفقیت نرسید. در واقع ادیسون از مدرسه اخراج شد و به دنبال دغدغه‌های فکری و ذهنی خود رفت. در دوران معاصر فردی مثل بیل گیتس دانشگاه را نیمه تمام رها می‌کند به دنبال خلق و طراحی میکروسافت می‌رود. کاری بزرگ که دنیا را تحت تاثیر خود قرار می‌دهد. اما نکته مهمی که در مورد بحث اوقات فراغت وجود دارد این است که اگر در جامعه‌ای الگوهای درست فراغت تعریف نشود و مدیریت و سیاست‌گذاری درست نباشد، پیامدهای منفی فراوانی به همراه خواهد داشت. تحقیقات نشان می‌دهد در ایران به دلیل جوان بودن جمعیت و ضعف در سیاست‌گذاری و مدیریت اوقات فراغت به افزایش انحرافات در ایام تعطیلات و به ویژه در تابستان‌ها منجر شده است. به طوری که طبق آمار تعداد رفتارهای انحرافی جوانان زیر بیست سال در ایام تابستان بیش از ۳ برابر ایام تحصیل و

اما نکته مهمی که وجود دارد این است بشر بر اثر تجربه به این اصل رسیده است که فراغت می‌تواند به اندازه تولید در یک جامعه مهم باشد



زمان بازگشایی مدارس است. از سوی دیگر آمار افسردگی، یأس، از خود بیگانگی و ... نیز در ایام فراغت بسیار زیادتر گزارش شده است. این در حالی است که فراغت باید بتواند شادی و سرور را به جوانان بخشیده و زمینه‌های برای رشد اندیشه‌های خلاق را در آنها پدید آورد. هربرت موریس روانشناس اجتماعی معتقد است: خود شکوفایی زمانی در فرد رشد می‌کند که او به دور از دغدغه‌های سخت روزگار، به درونی کردن هنجارها و ارزش‌های متعالی مشغول گردد. در واقع فرد باید زمان و انرژی خود را صرف خودشناسی و در پی آن خدانشناسی نماید. اما عدم درک صحیح از مفهوم فراغت نداشتن طرح و الگوی مناسب فراغتی می‌تواند به بحران هویت، افزایش آسیب‌های اجتماعی منجر گردد. در هر حال در جامعه ایران امروز چون سطح تحصیلات اقشار متوسط و پایین بالا رفته و سبک زندگی آنها تغییر کرده طبیعی است که انتظارات آنها نیز از زندگی نیز تغییر کرده است. به طوری که شاید نوع فراغت‌ها از جنبه‌های صرفاً تفریحی به نوعی سبک فرهنگی مبدل شده است. مثلاً اگر در گذشته یک دانش‌آموز در ایام تابستان به یک کلاس زبان یا شنا می‌رفت، امروز علاوه بر آن نیاز به مکان‌هایی برای گفتگو یا امکاناتی برای بروز زمینه‌های ذهنی، احساسی خود دارد. در واقع آنچه فضاهای فراغتی را از سایر فضاها متمایز می‌سازد توجه به بهداشت روانی افراد یک جامعه است در واقع اوقات فراغت می‌تواند استرس را از ذهن افراد دور ساخته و آنها را برای اجرای برنامه‌های توسعه آماده سازد. زیرا می‌دانیم که توسعه انسانی پایه دستیابی به گونه‌های متنوع توسعه می‌باشد. در واقع طرح و ایده‌های ذهنی جوانان که در اتاق‌هایشان ترسیم می‌شود، راهبرد و استراتژی حرکت جامعه ما را می‌سازد، نه صرفاً برنامه‌ریزی رسمی و از بالا به پایین. جوانان بزرگترین سرمایه‌های فرهنگی و اجتماعی کشور برای پیشرفت هستند، سرمایه‌هایی که در فراغت هایشان به شکوفایی می‌رسند و به دولت هم در توسعه کشور کمک می‌کنند. متأسفانه جوانان ما امروز بیشتر در اوقات فراغت مجبور به درس خواندن برای کنکور و یادگیری دروسی

هستند که در آنها ضعف دارند. اگرچه بسیاری از محققین جامعه‌شناسی اوقات فراغت بر این اعتقادند که پیشرفت در این زمینه منوط به گسترش صنعت‌هایی همچون توریسم و گردشگری در کنار راه اندازی فستیوال‌های فراغت می‌باشد. نکته دیگر اینکه اگر امروز برنامه‌ریزی فراغتی ما چندان

جذابیتی برای اقشار مختلف جامعه به ویژه جوانان ندارد به این دلیل است که اولاً آنها خود در برنامه‌ریزی فراغتشان نقش ندارند و دوم اینکه الگوهای فراغتی موجود به جنبه‌های ذهنی و سلیقه‌ای آنها پاسخ مناسبی نمی‌دهد. نکته مهم دیگر اینکه امروز اوقات فراغت بخشی از تمدن مصرفی ماست. بر همین اساس شرایط اقتصادی جامعه و به تبع آن خانواده‌ها می‌تواند نقش بسزایی در چگونگی گذران و کمیت و کیفیت آن در میان اقشار مختلف داشته باشد. به همین منظور به نظر می‌رسد توجه دولت و لزوم سیاست‌گذاری‌های دقیق و کارآمد در این زمینه در میزان بهره‌وری افراد از این فرصت‌های اجتماعی بسیار حائز اهمیت است. به عنوان مثال امروز رفتن به سینما، تئاتر، کافی شاپ و حتی سالن‌های ورزشی نیاز به پرداخت هزینه‌های قابل توجهی دارد که با توجه به اختلاف طبقاتی در جامعه ایران می‌تواند به نابرابری‌های فراغتی منجر گردد. به طوری که در اقشار کم درآمد فراغت معنایی نداشته و به تماشای تلویزیون و پرسه‌زدن در خیابانها خلاصه خواهد شد.

در پایان پیشنهاد می‌گردد برای رشد الگوی فراغتی به موارد زیر توجه شود:

۱- باید برنامه‌ریزی و الگوهای سنتی توجه به فراغت به معنی پرکردن زمان خالی جوانان را رها کرده و به الگوهای جدید توجه نماییم. چون گفته می‌شود هدف از فراغت آزادسازی ذهنی و ادراکی افراد است نه پرکردن ذهن آنها با یک سری اطلاعات طبقه‌بندی شده.

۲- در امر سیاست‌گذاری باید از خود جوانان ایده و الگوهای نو و جذاب را بگیریم و آنها را پیاده نماییم و از برنامه‌ریزی دستوری و غیرمنصفانه پرهیز نماییم.

۳- بدانیم که فراغت، بیکاری محسوب نمی‌شود و در واقع زمانی است که جوان می‌تواند به مدیریت ذهن، آرامش و رشد خلاقیت هایش بپردازد به شرط آنکه زمینه‌های آن فراهم گردد.

طبق آمار تعداد رفتارهای انحرافی جوانان زیر بیست سال در ایام تابستان بیش از ۳ برابر ایام تحصیل و زمان بازگشایی مدارس است

۴- به جوانان فرصت دهیم تا در کنار هم باشند و درگردهمایی‌ها و جلسات به مباحث انتقادی آزاد بپردازند. در واقع با این کار هم روحیه کارگروهی را تقویت می‌نماییم هم زمینه رشد هویت اجتماعی آنها را فراهم می‌کنیم.

۵- برای ایجاد الگوهای فراغتی لازم است به ایجاد انجمن، نهادهای سازمان‌های غیر دولتی و وابسته توجه

نماییم. لذا صرف سرمایه‌گذاری دولتی نمی‌تواند به احیای تمدن فراغتی کمک نماید.

۶- برای فراغت باید تبلیغات گسترده‌ای صورت گیرد و مردم را با فرهنگ زندگی در فراغت آشنا ساخت.

۷- دولت می‌تواند در کنار سهام عدالت و مسکن مهر، سهمی بنام فراغت تعریف نموده و با در نظر گرفتن هزینه‌های تفریحی یک خانواده در این زمینه مشارکت نماید.

۸- با توجه به اینکه فرهنگ ایران زمین، فرهنگی غنی، اصیل و ریشه‌دار است می‌توان با دستمایه قرار دادن داستانها و شعرهای بی‌نظیری که در شاهنامه و یا افسانه هزار و یک شب و ... وجود دارد، کارناوال‌هایی سیار به وجود آورد و در اماکن عمومی مثل پارک‌ها، فرهنگسراها برای مردم تئاترها و نمایش‌های زنده و خیابانی اجرا نمود.

۹- در اکثر کشورهای پیشرفته کلوپ‌های شادی وجود دارد که به ایجاد خنده و شادی برای مردم می‌پردازند. با تاسیس این مکانها می‌توان روحیه غم را در جامعه به شادی تبدیل نمود. در این مکانها می‌توان با اجرای مسابقاتی مثل پاشیدن رنگ و پرتاب گوجه‌فرنگی به یکدیگر، زمینه تفریح و خنده را در مردم به وجود آورد یا افرادی که روحیه طنز دارند را به کار گرفت تا با اجرای نمایش و گفتن جوک مردم را به خنده و شادی درآورند.

۱۰- رشد صنایع مختلفی که به نوعی با پدیده فراغت در ارتباط نزدیکی قرار دارند مثل صنعت توریسم و گردشگری.

۱۱- توجه به مسائل مربوط به بهداشت روانی و بکارگیری روش‌های بهبود کیفیت زندگی افراد تاثیر بسزایی را در چگونگی شکل‌گیری اوقات فراغت ایفا می‌کنند در نتیجه توجه به بهداشت روانی و اندیشیدن تمهیداتی همچون کلاس‌های خودشناسی، یوگا و مدیتیشن نیز از جمله ضروریات به شمار می‌رود.▲

