

## زندگی، در حاشیه زندگی: تأثیر چگونگی گذران اوقات فراغت، در فرهنگ و زندگی شهری شهروندان

نیلوفر ساعی<sup>۱\*</sup>، مهدی سعدوندی<sup>۲</sup>

۱- کارشناسی ارشد معماری- معماری، دانشگاه هنر اصفهان (saei.niloofar@yahoo.com)

۲- استادیار. دانشکده معماری و شهرسازی، دانشگاه هنر اصفهان (saedvandi@ac.ir)

### چکیده

معماری از مهمترین مصادیق حکمت است. چرا که حکیم کسی است که به درمان دردها می‌پردازد، مسئله و مشکل را می‌یابد، علت آن را تشخیص می‌دهد و راه حل آن را ارائه می‌کند. به دنبال چنین اعتقادی و جستجوی حکمت در معماری، ضعف نشاط اجتماعی از عدم برنامه‌های مناسب اوقات فراغت شهروندان، که منشا بسیاری از معضلات اجتماعی است، نظرم را جلب کرد. مقاله حاضر در پی دست یافتن به اصول راهنما و رهنمودهای اجرایی، جهت استفاده مدیران و مسئولان متصدی به منظور برنامه‌ریزی و سیاست‌گذاری‌های صحیح و موثر می‌باشد. روش تحقیق کیفی است و از نوع تحلیل گفتمان می‌باشد. حتی تحقیق‌های اولیه نیز که با تکیه بر منابع و اسناد کتابخانه‌ای و موجود تهیه شده‌اند به گونه‌ای تحلیلی و مقایسه‌ای با آن‌ها برخورد می‌شود و در نهایت به راهکارها و رهنمودهای مناسب می‌پردازیم. در پی آن با اشاره به هر یک از شاخص‌های تأثیر گذار در تعریف اوقات فراغت و اهمیت آن در زندگی شهری، به‌مثابه‌ی زمانی برای فرهنگ‌سازی تأکید گردیده و به رهنمودهایی در جهت چگونگی کیفیت گذران هنگام فراغت می‌رسیم.

**کلمات کلیدی:** اوقات فراغت، فرهنگ، زندگی شهری، سبک زندگی.

### مقدمه

یکی از عرصه‌هایی که زندگی روزمره را بازنمایی می‌کند و منعکس‌کننده فرهنگ جامعه بشمار می‌رود؛ عرصه فراغت است. فراغت عرصه‌ای است که اختیار و آزادی انسان‌ها در آن بیشتر قابل اعمال است، از این رو است که گفته‌اند فراغت می‌تواند فرهنگ ایجاد کند و هویت افراد را آشکار سازد. در فراغت است که انسان می‌تواند با آرامش خیال و روحی آرام و تهی از دغدغه‌های زندگی، ویژگی‌های اخلاقی و رفتاری خویش را مرور کند، به توانایی‌ها و ناتوانی‌های ذهنی، اندیشه‌ای و کرداری خود پی برده و به اصلاح خویش همت گمارد.

خواجه بزرگوار شیراز، حافظ، فراغت را که پدیدآورنده‌ی آسودگی و آرامش جسم و جان است، موجب پرهیز از نادرستی و خطا در اندیشیدن می‌داند (ذکایی، محمدسعید ۱۳۹۳).

طبیب عشق منم باده که این مجنون / فراغت آرد و اندیشه خطا برد

باید از نگاه مدرنیسم که فراغت را به معنای فارغ شدن از قیود و تعهدات خود نسبت به کار می‌داند تا حدی فاصله گرفت. در این دیدگاه، فراغت عملی است که منجر به راحتی و تجدیدقوا می‌شود که برخی از معمول‌ترین این فعالیت‌ها تماشای تلویزیون، ورزش و شرکت در فعالیت‌های خارج از منزل و گوش دادن به موسیقی است. این فعالیت‌ها همراه با آسایش ذهنی و جسمی است. این دیدگاه نتوانسته نیازهای معنوی انسان را پاسخ‌گو باشد، لذا فراغت بایداز مفهوم دیگری بررسی شود.

این به معنای انفعال در گذران زمان فراغت است. چنین است که رابطه کار/ فراغت به رابطه‌ی زحمت و اشتغال/ سرگرمی فرو کاسته شده است و از حوزه‌های عمل خلاق و خود-جویانه و خود-بیانگر و نیز خود-تعالی‌بخش تهی شده است (قاضی‌مرادی، حسن ۱۳۸۷).

برای چنین فردی پایان زحمت و اشتغال روزمره به معنای آغاز زمان راحتی و آسایش طلبی و بی‌خیالی است و "بی‌خیالی" تنگنایی است که او را در حیات خویش به اسارت می‌گیرد و او هرگز معنای آزادی و شادی انسانی را در نمی‌یابد و این دور را زندگی نمی‌کند (ذکایی، ۱۳۹۳).

هنگامی که سخن از گذران اوقات فراغت به میان می‌آید، گروهی با اشاره به مشکلات و تنگنایهای گوناگون در زندگی روزمره، توجه به این مقوله را کم‌اهمیت و غیرضروری تلقی می‌کنند. علاوه بر این، در کشور ما متولی مشخصی در این زمینه وجود ندارد و سازمان‌های مختلفی - همانند وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، سازمان صدا و سیما، وزارت آموزش و پرورش، شهرداری‌ها و ... - هر یک به نوبه خود فعالیت‌هایی را برای پرکردن اوقات فراغت به انجام می‌رسانند. از این رو، لازم است بخشی از تحقیقات به بررسی الگوهای توسعه این فضاها اختصاص یابد تا شرایط بهتری برای تحقق یکی از عملکردهای مهم زندگی شهروندان - گذران اوقات فراغت - فراهم آید.

با توجه به این مسائل و مشکلات و اهمیت فراغت، ایجاد فضاهای شهری باکیفیت به منزله‌ی ظرفی برای فعالیت‌های انتخابی و اجتماعی فراغت، متناسب با فرهنگ بومی برای استفاده شهروندان، به‌عنوان هدفی در شهرهای ایران ضرورت می‌یابد. این پژوهش دو دسته اهداف را دنبال می‌کند: یک دسته «اهداف پژوهشی» و دسته دوم «اهداف طراحی» که به‌عنوان نتیجه تحقیق می‌باشد و به طور غیرمستقیم از اهداف پژوهشی و مساله تحقیق استخراج شده‌اند که در واقع توجه را از معماری صرف، به ایجاد یک فضای شهری برای حضور همه اقشار جامعه جلب می‌نماید. لذا اتفاقاتی که در کالبد معماری به وقوع می‌پیوندند، نقش بسیار مهمی را ایفا می‌کند زیرا می‌تواند مشوق شهروندان برای حضور در این مکان باشد.

از جمله اهداف پژوهشی مدنظر؛

جستجو برای رسیدن به تعریف جدیدی از اوقات فراغت

تمییز دادن فراغت از سرگرمی خواهی

تأثیر نحوه‌ی گذران اوقات فراغت بر ویژگی‌های فرهنگی و میزان توسعه یافتگی یک جامعه

و در ادامه اهداف طراحی به‌عنوان راهکارهایی برای عینیت بخشیدن به این مفاهیم تئوری و ذهنی ارائه شده است.

در ایران، در گذشته، در فضاهای شهری چون بازار، مسجد، خیابان، میدان و ... فراغت در کنار فعالیت‌های اجباری در جریان بود و از اواخر دوره قاجار و با ظهور کاربری‌هایی چون سینما، چاپخانه، باغ‌وحش، بوستان و ... رونق بیشتری هم یافت. بعدها با ظهور تجدد در ایران و پیشنهاد منطقه‌بندی چهار عملکرد مسکن، کار، جابه‌جایی و فراغت، فراغت با تغییرات اساسی در ابعاد کالبدی، عملکردی و معنایی مواجه شد. به این ترتیب، فراغت در مقابل کار و در کنار سایر فعالیت‌ها، فضایی را طلب کرد که به دو گروه مراکز بسته (فرهنگسرا، مرکز خرید، مسجد، نمایشگاه و ...) و فضاهای باز (کناره‌ی آب، میدان و خیابان و ...) تقسیم شد (اعتماد، ۱۳۸۴: ۵۵).

مروری بر آرای نظریه‌پردازان شهری نشان می‌دهد که یک فضای خوب شهری باید نیازهای مختلف انسان را در مورد فضای زندگی او در شهر پاسخ گوید.

فضا باید ایمن باشد پس به کنترل و نظارت نیازمند است. کنترل و نظارتی که حاصل دیده شدن به وسیله شهروندان است. فضا باید توأم با آسایش باشد بدین مفهوم که از ازدحام و سر و صدا دور باشد. پس محدودیت حرکت خودرو در آن لازم است تا آسایش و امنیت پیاده حفظ شود.

فضا برای آنکه سرزنده و بانشاط باشد به تنوعی از فعالیت‌ها نیازمند است.

برای آنکه فضایی گرم و صمیمانه به لحاظ اجتماعی ایجاد شود باید فضا در مقیاس انسان باشد، محصور باشد، نسبت به نیازهای گروه‌های اجتماعی مختلف انعطاف‌پذیر باشد و در این راستا فرم نیز در خدمت این اتفاق است.

در این میان پرسش‌های اساسی این است :

- ۱- نحوه تأثیر گذاری و تأثیر پذیری محیط کالبدی و محیط اجتماعی از یکدیگر چگونه است؟
- ۲- چگونه می‌توان فضایی واجد کیفیت‌های مطلوب محیطی جهت ارتقا تعاملات اجتماعی در یک مرکز گذران اوقات فراغت برای شهروندان طراحی کرد؟
- ۳- نمود کالبدی و ملموس معیارهای موثر در ارتقا کیفیت زندگی شهری در فضاهای شهری چیست؟

## ۱- کار، فراغت، بیکاری

واژه کار دربرگیرنده طیف گسترده‌ای از مفاهیم است. این واژه را برابر با «حرفه»، «پیشه»، «شغل» و «تولید» می‌دانند. بسیاری از مردم کار را «فعالیتی» یا «اشتغالی» می‌دانند که در برابرش پول دریافت می‌کنند. بنابراین، هدف از کار در نظر این دسته دریافت دستمزد برای تامین مادی نیازهای زندگی است.

در واقع کار را باید بر دو گونه دانست: الف) کاری که انسان به سبب ساختار فیزیکی و جسمی و برای پایداری زندگی‌اش باید انجام دهد، مانند خوردن، آشامیدن، خوابیدن، فعالیت برای سالم‌سازی بدن و مانند آن. این گونه کارها را می‌توان کنش انسان با طبیعت خودش تلقی کرد. ب) کاری که انسان به‌مثابه پیشه یا حرفه برای گذران زندگی انجام می‌دهد.

بنابراین، کار امری جدی و ضروری برای زندگی است و چون انسان در هر دو مورد: -کنش طبیعی برای تامین نیازهای زیست‌شناختی و کاری که برای تامین نیازهای مادی و زندگی انجام می‌دهد- به آزمون و تجربه‌هایی دست می‌زند، کار از هر دو جنبه، موجب بالا رفتن دانش، بینش، تجربه و آگاهی می‌شود و به بروز خلاقیت و شکل‌گیری هویت او یاری می‌رساند.

کار و فراغت مفهیمی است که با زمان در ارتباط است، ولی گذر زمان برای فعالیت ویژه‌ای که هدفی مشخص دربردارد ( که به لحاظ اقتصادی، اجتماعی، اخلاقی و زیست‌شناختی اجباری محسوب می‌شود) همان کار است. فراغت وقت آزادی است که در آن انسان ناگزیر و ملزم به فعالیت خاصی نیست و حتی خوردن غذا برای پاسخ‌گویی به گرسنگی یا خواب به مقدار نیاز را دربر نمی‌گیرد.

امروزه بیشتر مردم هنگام فراغت را با هنگام بیکاری برابر می‌دانند، در صورتی که این پندار از بنیاد نادرست است و میان این دو تفاوت زیادی وجود دارد. در واقع، بیکاری زمانی است که فرد هیچ‌گونه کاری ندارد یا شغل و وظیفه اداری خود را انجام نمی‌دهد و وقت خود را بدون هدف و برنامه‌ای سپری می‌کند. البته می‌دانیم که سپری کردن زمان در چنین وضعیتی در واقع از دست دادن گوهر گرانبه‌ای عمر و سرمایه ارزشمند زندگی است و در همین زمان بیکاری است که ممکن است اندیشه‌های نادرست و هنجارهای غیراخلاقی و فساد اجتماعی پدید آید.

### ۱-۱- کار در تمایز با زحمت و اشتغال

بیگانگی نیروی کار معرف وضعیتی است که در آن، نیروی کار بر روند و شرایط کار و نیز محصول کار خود نظارتی ندارد، بلکه تحت نظارت و راهبری و سفارش سرمایه‌دار و کارگزاران او است که کاری فاقد خود-انگیختگی را انجام می‌دهد. وجه دیگر بیگانگی کار حاصل تقسیم کار اجتماعی است. به این معنی که نیروی کار تحت مناسبات سرمایه‌داری و به علت تقسیم کار اجتماعی به کاری می‌پردازد که، چه بسا، نسبتی با توانمندی‌ها و اشتیاقات او نداشته باشد و بنابراین، او در بیگانگی نسبت به توانمندی‌ها و اشتیاقات فردی‌اش به آن می‌پردازد. مشخص است که بیگانگی -در چنین رویکردی- نه فقط کار تولیدی، که کار فکری و یا هنری را نیز در برمی‌گیرد (قاضی مرادی، ۱۳۸۷).

زحمت، همچنان که اشتغال، معرف تلاش معاش‌اند. زحمت، عمدتاً به‌عنوان فعالیت تولیدی، و اشتغال، عمدتاً به‌عنوان فعالیت خدماتی، هر چند فعالیت‌هایی هدفمندند اما هدف و غایت اصلی‌شان رفع نیازهای طبیعی بشر، پاسخگویی به مسئله بقا و تداوم زندگی و از این طریق رسیدن به راحتی و آسایش است.

در زحمت و اشتغال، هر چند آدمی بر طبق ضرورت عمل می‌کند اما در اسارت ضرورت باقی می‌ماند. این دو نوع فعالیت تولیدی یا خدماتی به واسطه ماهیت انفعالی‌شان، انسان را در مسیر از ضرورت به آزادی پیش نمی‌برند؛ بلکه متابعت او را از ضرورت حفظ می‌کنند و تداوم می‌بخشند. این ضرورت اسارت‌آور در زحمت و اشتغال، ضرورت تلاش معاش است؛ تلاشی که بیشتر در فعالیتی یکنواخت، تکراری و خود به خودی بروز می‌یابد. از این رو، در زحمت و اشتغال خلاقه بسیار کم‌رنگ است. این امر، تمایز اساسی زحمت و اشتغال با کار را نشان می‌دهد.

### ۱-۲- در معنای فراغت

برای درک دقیق‌تر زمان فراغت باید آن را از وقت آزاد متمایز کرد. وقت آزاد مجموعه زمانی است که فرد به کار یا اشتغال موظف، و به طور کلی به فعالیت برای کسب درآمد مشغول نیست. در عین حال، این زمان از دو بخش فعالیت اجباری و انتخابی تشکیل می‌شود. فعالیت‌های اجباری وقت آزاد، مثل زمان لازم برای رفت‌وآمد به محل کار، زمان صرف غذا، دیدار از روی وظیفه

خویشاوندان، شستن و مرتب کردن لباس، مراقبت‌های پزشکی و ... جزء زمان فراغت نیست. بنابراین، زمان فراغت فقط بخشی از وقت آزاد است و فعالیت‌هایی را دربرمی‌گیرد که فرد نسبتاً بدون اجبار، به طور خود-انگیخته و به طور عمدیه برطبق دلخواست‌های فردی‌اش انتخاب می‌کند.

اگر کار با فعالیت معرفی شود و فراغت با بی‌فعالیتی، آن‌گاه رابطه‌ی کار/فراغت فقط شامل تضاد می‌شود. در حالی که میان این دو وحدت نیز وجود دارد. یکی از جنبه‌های وحدت‌شان در این است که هر دو به‌صورت‌های فعالانه‌ی متفاوتی به نیازها و دلخواست‌های انسان پاسخ می‌دهند. دیگر این که ممکن است بخشی از فعالیت‌های زمان فراغت -همچون کار- به فعالیت‌های تولیدی خاصی اختصاص یابد. و یا این که کار پیش‌فرض فراغت است. به این معنی که فرد بیکار زمان فراغت نیز ندارد؛ همه‌ی زمان او "وقت آزاد" است.

یکی از جنبه‌های تضاد کار و فراغت این است که با قایل شدن به دو محرک اصلی نیاز و دلخواست برای فعالیت‌های انسانی می‌توان گفت که کار فعالیتی است، بیشتر برای برآوردن نیازها و زمان فراغت، فعالیتی بیشتر، برای پاسخگویی به دلخواست‌ها (البته این تمایز نسبی است و نیاز و دلخواست گاه برهم منطبق می‌شوند). و یا این که کار، فعالیت موظف یا اجباری و فعالیت زمان فراغت خود-انگیخته و آزاد است.

اما زمان فراغت شامل چه نوع فعالیت‌هایی است؟ با فرض این که در زمان فراغت دلخواست‌های واقعی فرد مورد توجه قرار می‌گیرد می‌توان، دست‌کم، سه حوزه‌ی فعالیت را برای زمان فراغت برشمرد:

الف- مجموعه فعالیت‌هایی که فرد برای رهایی از خستگی جسمانی، عملی، یا ذهنی ناشی از کار موظف روزانه انجام می‌دهد. این اقدامات فقط شامل حد افراطی استراحت -یعنی بی‌عملی- نیست. در این حوزه، بازیابی سرزندگی قوای جسمانی و ذهنی خود یا کسب آمادگی جسمانی، عملی، فکری برای کار مجدد موردنظر است. این هدف با اقدامات گوناگون مثلاً گوش دادن به قطعه‌ای موسیقی، نوشیدن آنچه مطلوب فرد است، دوش گرفتن، روزنامه‌خوانی و ... حاصل می‌آید.

ب- فعالیت‌هایی که در ورای کارهای موظف و اجباری و نیز یکنواخت و تکراری روزمره، نیروهای خلاقه‌ی فرد را مطابق با دلخواست‌هایش جامعه‌ی عمل می‌پوشاند و در تبدیل نیروها و امکانات بالقوه‌اش به بالفعل، یعنی رشد و تعالی فردی‌اش، به او یاری می‌رساند. اینها فعالیت‌های خود-بیانگرانه‌ی فردی‌اند. آموزش زبان‌های خارجی برای گسترش حوزه‌ی مطالعات، یادگیری موسیقی یا نقاشی و ... مطالعه، مشارکت در فعالیت‌های سیاسی، اجتماعی و فرهنگی و ... از جمله این فعالیت‌ها هستند. اینها فعالیت‌هایی‌اند که با هدف توانمندسازی جسمانی، عملی، فکری و نیز رشد عاطفی فرد نسبت به خود و جهان پیرامونش و درکل، تعالی جویی فردی انجام می‌گیرد.

پ- فعالیت‌هایی که سرگرمی و تفریح خوانده می‌شوند. این فعالیت‌ها در مجموع، به منظور فاصله گرفتن و رهایی موقت فرد از ملالت و کرختی زندگی یکنواخت روزمره انجام می‌شود. دوری و رهایی موقت از چنین احساساتی تا حدودی گذر به آن سوی چارچوب‌های زندگی یکنواخت و تکراری و تجویز شده‌ی روزمره را ایجاب می‌کند. در مجموع، زمان فراغت فرصتی است برای فرد تا بکوشد در موقعیتی مطلوب قرار گیرد؛ موقعیتی مطلوبی که حامل حدی از خوشی، شادی و تعالی جویی فردی، حس خلاقیت، تجربه‌ی آزادی و آرامش به دلیل پاسخگویی به دلخواست‌های واقعی فرد است.

### ۱-۲-۱- فراغت در تمایز با سرگرمی خواهی

پیش از این اشاره کردیم در رابطه‌ی کار/فراغت، آنچه به‌عنوان "کار بیگانه شده" در ایران مسلط شده، "زحمت" و "اشتغال" است. اینها فعالیت‌هایی‌اند که با انفعال آدمی انجام می‌گیرند و از جمله به همین دلیل برای او هیچ معنا و ارزش و غایت متعالی دربر ندارند. این امر انزجار انسان زحمتکش را نسبت به زحمتی برمی‌انگیزد که در نظرش او را برای همه‌ی عمر گرفتار کرده است.

شخص زحمتکش و شاغل که در زمان "کار" موظف خود به زحمت و اشتغال می‌پردازد، در "زمان فراغت" غیرموظف خود نیز عمدتاً سرگرم شدن را می‌جوید و زمان فراغت خود را با سرگرم شدن هر چه فزون‌تری پر می‌کند و به آن وامی‌دهد. این به معنای انفعال در گذران زمان فراغت است.

چنین است که رابطه‌ی کار/فراغت برای ما ایرانیان به رابطه‌ی زحمت و اشتغال/سرگرمی فرو کاسته می‌شود.

گرایش افراطی به سرگرمی یا استغراق در سرگرمی و سرگرم شدن را "سرگرمی خواهی" می‌نامیم. همین تقلیل زمان فراغت به زمان سرگرمی، ادغام فرد در سرگرم شدن و سرگرمی خواهی، به مرور آدمی را از فرهنگ خاصی برخوردار می‌کند که می‌توان آن را "فرهنگ سرگرمی خواهی" نامید.

از این رو، اگر بیگانه‌شدگی کار برای ما ایرانیان در زحمت و اشتغال بروز می‌یابد، بیگانه‌شدگی زمان فراغت برای ما سرگرمی خواهی است. فراغت در سرگرمی خواهی بیگانه می‌شود؛ یعنی که غایتی و معنایی ندارد جز آسودگی و آرامش خیال، جز "بی‌خیالی"؛ انفعال تام. در سرگرمی خواهی حوزه‌ی انتخاب فرد به حداقل می‌رسد. او می‌خواهد سرگرم باشد. پس با هر نوع سرگرمی‌ای که در اختیارش گذاشته می‌شود سرگرم می‌ماند. برای چنین فردی پایان زمان زحمت و اشتغال روزمره به معنای آغاز زمان راحتی و آسایش‌طلبی و بی‌خیالی است. و "بی‌خیالی" تنگنایی است که او را در حیات خویش به اسارت می‌گیرد. او هرگز معنای آزادی و شادی انسانی را در نمی‌یابد و این دو را زندگی نمی‌کند.

### ۱-۲-۲- انواع گذران اوقات فراغت

تقسیم‌بندی شیوه‌های گذران اوقات فراغت بر اساس فردی و جمعی

تقسیم‌بندی شیوه‌های گذران اوقات فراغت بر اساس فعال و غیرفعال

جدول (۱): انواع گذران اوقات فراغت. (منبع: نگارنده)

فردی	جمعی	
الف	ب	غیرفعال
ج	د	فعال

**الف)** شیوه‌های فردی و غیرفعال گذران اوقات فراغت: مانند استراحت و دراز کشیدن و تماشای تلویزیون، گوش دادن به رادیو، استفاده از کامپیوتر و اینترنت، استفاده از مطبوعات.

**ب)** شیوه‌های جمعی و غیرفعال گذران اوقات فراغت: مانند تماشای مسابقات ورزشی، صحبت با افراد خانواده.

**ج)** شیوه‌های فردی و فعال گذران اوقات فراغت: مانند انجام امور خیریه، بازدید از موزه‌ها و نمایشگاه‌ها و قدم زدن در پارک، کوچه و خیابان و کارهای هنری.

**د)** شیوه‌های جمعی و فعال گذران اوقات فراغت: مانند بازی و ورزش، رفتن به پیک نیک، گفتگو و دیدار دوستان و اقوام و ... (احمدی، ۱۳۸۹: ۸).

### ۱-۲-۳- کارکردهای اوقات فراغت

**الف)** استراحت و تجدیدقوا: فراغت این فرصت را به آدمی می‌دهد که خستگی کار را از تن خود بیرون کند.

**ب)** تفریح و سرگرمی: تفریح دنیایی تازه در برابر آدمی می‌گشاید که آدمی می‌تواند از خستگی روزانه ناشی از انجام یک رشته فعالیت محدود و تکراری به سوی آن فرار کند.

**ج)** رشد و خودشکوفایی: برای فرد فرصتی فراهم می‌کند تا کارهای تکراری را که از سوی نهادهای اجتماعی بر وی تحمیل می‌شود پشت سر گذارد و به حوزه‌ای پاگذار که در آن نیروهای آفریننده‌اش، آزادانه بتوانند با ارزش‌های تمدنش به مخالفت برخیزند یا آن‌ها را تقویت کنند.

علاوه بر کارکردهای یادشده یکی از مهم‌ترین کارکردهای مربوط به اوقات فراغت را رشد فکری و فرهنگی دانسته‌اند. کارکرد فکری و فرهنگی تنها کارکردی است که با تمام کارکردهای دیگر اوقات فراغت رابطه متقابل و تفکیک ناپذیر دارد (فصلنامه علمی پژوهشی، دوره چهارم، شماره ۹۰، ۱۵۸).

کارکردهای اصلی فراغت			
مشارکت اجتماعی	خلاقیت	تفریح	استراحت
روابط خانوادگی روابط دوستانه روابط گروهی روابط حرفه‌ای	آفرینش هنری آفرینش علمی و فنی پرورش شخصیت آموزش مهارت‌ها	بازی ورزش طبیعت گردی سرگرمی	رفع خستگی تجدید نیرو تمدد اعصاب آسودگی

تصویر (۱): مدل کارکردهای فراغت. منبع: با توجه به جزوه درسی خانم دکتر شهره تاج (ترسیم: نگارنده)

امروزه فراغت در تفریح خلاصه نمی‌شود.

مفاهیم مربوط به فراغت عموماً جنبه‌ی ذهنی دارند و اندازه‌گیری‌های آماری آن‌ها به آسانی انجام نمی‌گیرد. و در واقع زمانی است که فرد برای انتخاب آن آزاد است.

امروزه همه بیشتر می‌دانیم، بیشتر کار می‌کنیم، بیشتر می‌دویم، بیشتر به دست می‌آوریم؛ ولی انگار فرصتی برای زندگی کردن و احساس فراغت نداریم. دیگر مجالی و امکانی برای نیازهای ساده و معصوم مثل دیدن ماه، نوشیدن آب از چشمه، درد دل با مادر بزرگ، آب‌تنی در حوض، چیدن توت از درخت، جمع کردن برگ حیاط، دیدار از خاله و دایی، گفتگوی جمعی، غذا خوردن با خانواده، لذت پیاده‌روی در کوچه باغ، روی پشت بام خوابیدن و شمردن ستاره‌ها، بلعیدن هوای تازه، کاشتن سبزی در باغچه، تهیه ترشی و مربا در خانه، پرسه زدن در بازار، چانه‌زدن با دکاندار محله، کمک گرفتن از همسایه، تعمیر لباس‌های کهنه، خواب کوتاه بعد از ظهر و... باقی نمانده است. انگار تمام زندگی خلاصه شده به جست‌وجو برای یافتن سرپناهی حقیر و شغلی تصادفی، گیر کردن در ترافیک، دغدغه پرداخت اقساط، دلپره کنکور و تحصیل، انتظار کشیدن در صف‌های بی‌شمار، ترس از بیمارهای مرموز، ترس از دزدی و ناامنی، ترس از جنگ و ترور، سردرگمی در اداره‌ها و مانند اینها و تنها دلخوشی‌ها نیز خلاصه شده است به خواندن حوادث روزنامه، پیگیری اخبار فوتبال، تماشای سریال‌های اجباری، پرسه در شبکه‌های ماهواره‌ای، تماشای پیشخوان مغازه‌ها، خوردن ساندویچ و پیتزا، حرف زدن با تلفن و نقشه کشیدن برای خرید اتومبیل و تلفن همراه و حسرت خوردن برای آخرین محصولات مصرفی و مد و ...

امروزه در چنین شرایطی است که موضوع "اوقات فراغت" به‌عنوان اهمی برای رخنه در بن بست زندگی یکنواخت و کسالت‌بار، اهمیتی محوری و حیاتی پیدا می‌کند.

## ۲- فرهنگ

اهمیت پرداختن به موضوع فرهنگ به این دلیل است که تقریباً هیچ عمل و فرآورده‌ی انسانی را نمی‌توان سراغ گرفت که از فرهنگ تأثیر نپذیرفته و یا بر آن اثر نگذارد.

راپاپورت<sup>۱</sup>، شکل‌گیری محیط‌های مصنوع را نتیجه "انتخاب" راه‌حلی از بین تمامی گزینه‌های ممکن می‌داند. انتخاب‌های خاصی که جامعه روا و عرف می‌شمرد، مظهر فرهنگ آن جامعه است. به عقیده وی، یکی از راه‌های بررسی فرهنگ، نظر کردن به عام‌ترین انتخاب‌های جامعه است (راپاپورت: ۴۸، ۱۳۸۴).

چنانچه معماری را ساخت و سازی بر اساس قالب‌های ذهنی بنامیم (راپاپورت ۱۳۸۲: ۶۹)، متوجه می‌شویم که شکل و نظام سازماندهی فضاهای شهری و معماری هر منطقه متأثر از محیط فرهنگی آن است. لذا بدین لحاظ است که بنا را می‌توان، نهاد و پدیده اساسی فرهنگ (راپاپورت ۱۳۸۲: ۵۷) و نشانه یک باور (راپاپورت ۱۳۸۲: ۴) دانست. تا حدی که حاضر است خواسته‌های خود را بر مشکلات اجرایی و اقتصادی برتری دهد (روح الامینی ۱۳۷۷: ۵۴، راپاپورت ۱۳۸۲: ۶۷).

توجه به مباحث فرهنگی در معماری، از حدود چهار دهه گذشته شروع شده است (19, Baydar 2004) این در حالی بود که در معماری مدرن توجه بیشتری به حالات جهانی و به‌دست آوردن مدلی از رفتارهای خالص مدنظر بود (175, Robbins 1984) اما از آنجا که پس از دوران مدرن نظر عمومی بر آن شد که به‌دست آوردن الگویی از طراحی به‌صورت جهانی ممکن نیست و

<sup>1</sup> Rapoport



می‌بایست به حالات فردی و گروهی توجه نمود، علمی مانند روانشناسی، جامعه‌شناسی و انسان‌شناسی اجتماعی در میان تئوری‌پردازان رفتارگرا محبوبیت بیشتری به‌دست آوردند (Lawrence 1983، 76).

فرهنگ از دو راه بر شکل‌گیری فضای شهری موثر است:

۱. از طریق ایجاد قوانین و آداب رفتاری که منجر به بروز ساماندهی عملکردی و سلسله مراتب فضایی می‌شود.
۲. از طریق ایجاد خاطره‌ها، باورها و نشانه‌ها در قالب کالبدی سمبل‌ها، کهن‌الگوها و استعاره‌ها که باعث خلق و ادراک معنا در فضای معماری می‌شود.

در یک تعریف شهر را مکانی می‌گویند که دارای جمعیت بیش از ده هزار نفر بوده و یا دارای شهرداری باشد. جدای از این تعریف شهر جایی است که تعاملات شهری در آن به وقوع می‌پیوندد و مردم حس شهروندی نسبت به شهر خود دارا می‌باشند. به عبارتی آنچه شهر را می‌سازد ساختمان‌های عظیم و پارک‌ها نیستند بلکه مردم خود شهرند با تمام سلاقی و ویژگی‌های منحصر به فردشان، جایی که در آن روابط انسانی و اجتماعی آن‌ها شکل گرفته و بارور می‌شود. نقش کارکردی فضاهای شهری به‌عنوان مکان فعالیت‌های عمومی و عرصه تعاملات شهری، از دیرباز تاکنون همواره وجود داشته بطوریکه فعالیت‌های مردم هر عصر را می‌توان توسط فضاهای شهری آن‌ها بازشناخت و با بالعکس فضاهای شهری را بواسطه فعالیت‌ها و علایق شهروندان معرفی نمود، بنابراین رابطه تنگاتنگی میان توسعه فرهنگی، اجتماعی و سیاسی یک شهر و فضاهای شهری آن وجود دارد، فعالیت‌های انسانی در عرصه اجتماعی، فرهنگی و سیاسی، ضامن بقای زندگی جمعی و حس شهروندی است که مناسبات چهره به چهره، تظاهرات سیاسی و حتی جشن‌های عمومی در آنجا برگزار می‌شود و به واسطه حضور همین فعالیت‌ها می‌تواند مفاهیمی چون مشارکت شهروندی، جامعه مدنی و ... را در برگیرد. حیات مدنی یا مدنیت نیز چیزی جدای از مردم، مشارکت آنان و روابط انسانی، اجتماعی آن‌ها نیست که نماد سازنده آن فضای شهری است.

### ۳-زندگی

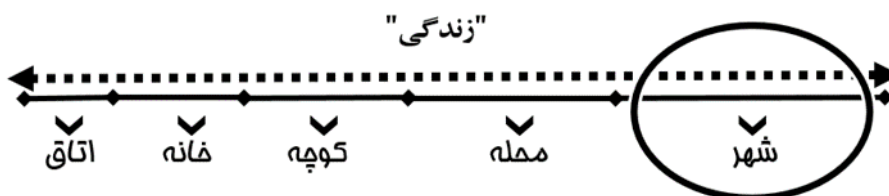
زندگی همان کتابی است که هیچ شکی در آن نیست. زندگی در نفس ماست، در روشنایی نگاه ماست، در تپش‌های دل ماست و در لبخند ما. زندگی خود را در هزاران هزار شیوه و صورت، جشن گرفته است؛ در زمزمه‌ی درختان و باد، صدای بال پرندگان، در شکوه کوه‌ها، در آواز رودها، در نغمه باران و نوازش ابرها، در بازی شاد کودکان، در سلام، در معمولی‌ترین و ناب‌ترین لحظات بودن و شدن و زندگی را به تمامی زیستن. آن قدر ساده که نیازی به آموختن ندارد. غریزه‌ی زیستن در همه‌ی موجودات زنده وجود دارد. درختان می‌دانند چگونه با همه‌ی وجود خویش در زندگی حاضر شوند. پرندگان نیز چنین‌اند. تنها انسان که به دنبال هنر زندگی کردن می‌گردد و تنها اوست که جریان طبیعی زندگی خویش را در این راه مختل می‌کند.

### ۳-۱-کیفیت زندگی

واژه کیفیت در تمامی رشته‌هایی که به نوعی با انسان و زندگی سروکار دارند، واژه‌ای کلیدی است. کیفیت زندگی، خشنودی از زندگی است و سنجش خشنودی از طریق بررسی تجربه افراد از میزان حصول به آمال و آرزوهایشان انجام‌پذیر است. این تجربه ممکن است برای افراد دیگر، همان معنی و مفهوم را نداشته باشد.

### ۳-۲-کیفیت زندگی شهری

"زندگی" را در عرصه‌های مختلفی از خرد تا کلان، بصورت ذیل دسته بندی نماییم:



تصویر (۲): عرصه بندی زندگی در حوزه‌های مختلف. (منبع: نگارنده)

زندگی در محدوده‌ی اتاق شخصی، خانه، کوچه، محله و زندگی در سطح شهر. که در این پژوهش، زندگی در حوزه شهر مورد بررسی قرار خواهد گرفت. اصولاً کیفیت زندگی شهری، واژه‌ای پیچیده، چند بعدی و کیفی و در ارتباط با شرایط و وضعیت جمعیت در مقیاس جغرافیایی خاص (شهر، منطقه، محله و...) است. مفهوم کیفیت زندگی شهری را می‌توان در یک برداشت جامع و کلی به صورت زیر تعریف کرد: کیفیت زندگی شهری در برگیرنده‌ی ابعادی روانی است که شاخص‌هایی همچون رضایت، شادمانی، خاطره جمعی، حس تعلق و امنیت را در برمی‌گیرد و در برخی موارد، رضایت اجتماعی<sup>۱</sup> نیز نامیده می‌شود (سیف‌الدینی، ۱۳۸۱). جوهر اصلی کیفیت زندگی شهری، تامین و ارضای توامان نیازهای مادی و معنوی انسان است. در واقع برنامه‌ریزی برای مسکن، کار و اشتغال بدون تامین نیازهای روانی، عاطفی و اجتماعی شهروندان، مثل نیاز به امنیت، آرامش خاطر، زیبایی، تعلق اجتماعی، شادی، تفریح و غیره ناقص خواهد بود (کوکبی، ۱۳۸۴).

#### ۴- یافته‌ها

##### فراغت و فرهنگ

اوقات فراغت نزدیک‌ترین پیوند را با زندگی معنوی و فرهنگی افراد دارد. فعالیت‌های اوقات فراغت از چنان اهمیتی برخوردار است که از آن به مثابه آیینی فرهنگ جامعه‌یاد می‌کنند. این مطلب بدان معنی است که چگونگی گذران اوقات فراغت افراد یک جامعه به میزان زیادی معرف ویژگی‌های فرهنگی و میزان توسعه یافتگی آن جامعه است. جامعه‌شناس معروفی که آثارش بسیار تأثیر گذار بوده، بوردیو<sup>۲</sup> است؛ ایشان هم معتقد است جهت‌گیری‌ها و سلیقه‌های افراد در اوقات فراغت، برآمده از عادت‌واره‌هایی است که در جریان رشد و اجتماعی شدن خودشان کسب کرده‌اند. همین عادت‌واره‌ها هستند که به نوبه‌ی خود، سلیقه‌های افراد را تفکیک می‌کنند؛ سلیقه خوب از بد. او تأکید دارد، سرمایه‌های فرهنگی تعیین کننده این جهت‌گیری‌ها هستند. ولی در حالت کلی مشخصاً از این صحبت می‌کند که سلیقه و ذائقه در همه زمینه‌ها، بازتاب آن سرمایه‌ی فرهنگی است که افراد در جریان رشدشان و عادت‌واره‌هایی که برایشان شکل می‌گیرد، کسب می‌کنند. اوقاتی که به میل و اختیار در راه آموختن، آفریدن، پژوهش، تربیت، مشارکت‌های داوطلبانه اجتماعی، تبلور اندیشه و فکر و در عرصه‌های دیگر صرف می‌گردد و واضح است که با حیات معنوی و فرهنگی جامعه ارتباط تنگاتنگی دارد. چون فرد می‌تواند در اوقات فراغت همان چیزی را که می‌پسندد انجام دهد، شخصیت نهایی خود را بازباید و آن را ابراز کند، بنابراین قابلیت‌های فرد غالباً در عرصه‌ی اوقات فراغت جلوه‌گر می‌شود.

نحوه‌ی گذران اوقات فراغت می‌تواند مفید یا مخرب باشد. برنامه‌ریزی درست برای اوقات فراغت در سطح خرد و کلان موجب لذت، بازسازی، خودسازی، تجربه‌اندوزی و شکوفایی شخصیت می‌شود و بی‌توجهی به آن وقت‌کشی، غفلت، سرگرمی‌های غلط، کجروی‌ها و آسیب‌های زبانباری را در پی خواهد داشت. و اما به لحاظ مقایسه فعالیت‌های فرهنگی و فراغتی؛ در بسیاری از موارد، فرهنگ و فراغت مشترک و یکسان به نظر می‌رسند. خیلی از فعالیت‌ها توأم فعالیت فرهنگی و فراغت محسوب می‌شوند. حد و مرز این دو را با واقع شدن فعالیت به منظور خاص می‌توان تفکیک کرد. توضیح بیشتر اینکه، فعالیت هنری نظیر نقاشی هرگاه به‌عنوان یک هنر تخصصی و حرفه‌ای دیده شود و برای معاش زندگی باشد اوقات فراغت نیست. از طرفی بسیاری از مردم به منظور دستیابی به آرامش نقاشی می‌کنند و در زمان‌های آزاد بدون فکر کردن و در نظر گرفتن فروش نقاشی در گالری‌های هنری به این فعالیت می‌پردازند که اوقات فراغت است. در واقع برخی از فعالیت‌های فرهنگی ممکن است فعالیت فراغت به شمار آید یا فراغت نباشد که بستگی به هدف و محتوای آن فعالیت دارد. فرهنگ و فراغت در بسیاری از موارد در جهت رشد و تأثیر و تأثر بر یکدیگر حرکت می‌کنند.

بنابراین در فعالیت فرهنگی از هر نوع آن، یکی از عوامل عمده، زمان فراغت است. به بیان دیگر، با فرض وجود فراغت است که فعالیت فرهنگی امکان‌پذیر است. فعالیتی که از طریق آن استعدادهای خود را توسعه بخشیده و شخصیت خود را گسترش می‌دهند، فعالیت‌هایی که هدف اقتصادی ندارند و بیشتر در راستای پیوند با دیگران (نفس رابطه اجتماعی)، تحقق امر اخلاقی، هنری، عام‌المنفعه، دینی و غیره به صورت اختیاری انجام می‌شوند.

<sup>1</sup> Social Satisfaction

<sup>2</sup> Bourdieu



## ۴-۲ فراغت و زندگی

منظور از زندگی در این محث با توجه به موضوع مورد بررسی، یکی "سبک زندگی" است و دیگری "زندگی شهری". که در ادامه بطور جداگانه توضیح داده خواهند شد و در نهایت نتیجه‌گیری حاصله اعلام خواهد شد.

### ۴-۲-۱ فراغت و سبک زندگی

جامعه کنونی ایرانی جامعه‌ی مدرنیته ایرانی است که در آن نسل‌های سه‌گانه (پیر، میانسال و جوان) دارای هویت مستقل و مرتبط با هم می‌باشند. هر یک از این نسل‌ها امکان نقش‌آفرینی در ساماندهی حیات اجتماعی و فرهنگی ایران دارند. نقش‌آفرینی نسل‌ها در فرآیند تغییرات اجتماعی و فرهنگی بیشتر در حوزه اوقات فراغت است. این نسل‌های سه‌گانه به لحاظ داشتن سبک زندگی متفاوت، از الگوی واحدی در مصرف اوقات فراغت تبعیت نمی‌کنند. روند تغییرات در نحوه‌ی گذران اوقات فراغت در این سه نسل (پیر، میانسال و جوان) از وضعیت ساده و کم تنوع در نسل اول تا وضعیت متکثر و متنوع در نسل سوم متغیر است. وجود تفاوت نگرش ارزشی سبک زندگی در میان نسل‌های مختلف، زمینه‌ای مهم برای تفاوت در الگوی نحوه‌ی گذران اوقات فراغت فراهم کرده است. که در زیر به چند مورد آن اشاره می‌شود:

در میان نسل اول تعداد مسافرت‌هایی که به منظور زیارت و دیدار اقوامشان صورت گرفته است بیشتر از مسافرت‌های تفریحی‌شان است و در حالی که این نسبت در مورد نسل دوم و سوم کاملاً برعکس است. اهمیت فعالیت‌های فرهنگی جدید در نسل سوم در مقایسه با نسل‌های گذشته در گذران اوقات فراغت نقش‌آفرینی بیشتری دارد. اوقات فراغت نسل دوم بسیار مرتبط با کار و زندگی واقعی است. در حالی که در مورد نسل سوم این امر صادق نیست. مکان و زمان در مصرف اوقات فراغت برای نسل اول تا نسل سوم دارای اهمیت بیشتری است. بدین لحاظ از نظر کم تحرکی یا بی‌علاقگی افراد نسل سوم به خارج شدن از منزل در مقایسه با نسل‌های دیگر که میل به تحرک و پویایی دارند، بیشتر است. اوقات فراغت نسل اول بیشتر به امور دینی می‌گذرد، در حالی که در نسل سوم بیشتر اجتماعی و فرهنگی است.

### ۴-۲-۲ فراغت و زندگی شهری

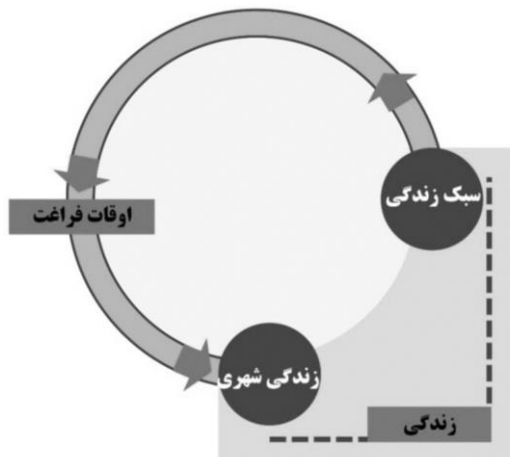
در پاسخ به فعالیت‌های اجتماعی و اوقات فراغت جمعی (اکنون اوقات فراغت به مقوله‌ای جمعی و اجتماعی تبدیل شده است)، و با توجه به افزایش تراکم، به خصوص در شهرهای بزرگ و آپارتمان‌نشینی‌ها، شکل زندگی و نحوه‌ی گذران اوقات فراغت در خارج از فضای بسته دگرگون شده است و صرف وقت در فضاهای باز (آخر هفته یا در طول هفته) جزء لاینفک زندگی شهری شده است. زندگی شهری مکان و محیطی از روابط فرهنگی، رفتارهای عمومی و عملکردهای اجتماعی افراد است و نقشی فعال در چگونگی شرایط کلی جامعه دارد. این فضاها گستره وسیعی از فضاهای باز و پارک‌های محلی تا فضاهای شهری پرتحرک و پویا را در برمی‌گیرد که هر یک ویژگی‌ها و کارکردهای مخصوص خود را دارند. با توجه به کم شدن نسبی زمان باهم بودن انسان‌ها، این فضاهای شهری، نقش مهمی در باز تولید روابط اجتماعی و گسترش جنبه‌های روانی فعالیت اجتماعی و در نتیجه ارتقا کیفیت زندگی شهری ایفا می‌کنند.



تصویر (۳): عرصه بندی زندگی در حوزه‌های مختلف. (منبع: نگارنده)

فضای شهری به‌عنوان یک تولید انسانی همواره انواع فعالیت‌ها و رفتارهای فرهنگی، اجتماعی، سیاسی، مذهبی و تفریحی شهروندان را در برمی‌گیرد و بسیار در ارتقاء کیفیت زندگی شهری موثر می‌باشد.

و به‌عنوان نتیجه‌گیری می‌توان بیان کرد که:  
 گزینه‌های انتخابی اوقات فراغت جملگی بازتابنده پارچوب‌های کلی سبک زندگی هستند؛ ولی این نحوه‌ی گذران اوقات فراغت است که بر روی کیفیت زندگی شهری موثر است.  
 که دیگرام این نتیجه‌گیری به‌صورت زیر ترسیم شده است :



تصویر (۴): ارتباط اوقات فراغت با زندگی. (منبع: نگارنده)

#### ۳-۴ فراغت، فرهنگ و زندگی

وقتی فردی از معیشت و دغدغه‌های آن رها شود، می‌تواند به دستاوردهای بالاتری بپايدیشد. اگر جامعه‌ای نتواند توان اندیشه و فکر را در مردمانش ایجاد نماید و اگر نتواند از تکالیف و تعهدات شغلی رهایی ایجاد نماید، متأسفانه در آن جامعه زندگی واقعی پدید نخواهد آمد. متأسفانه نگرش غالب در جامعه کنونی ما 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 زندگی در اوقات 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. 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 تأثیر خود قرار می‌دهد.

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 زمان بازگشایی مدارس است. از سوی دیگر آمار افسردگی، یاس، 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 زندگی جوانان بخشیده و زمینه‌ای برای رشد اندیشه‌های خلاق را در آن‌ها پدید آورد. 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 تغییر کرده است. به طوری که 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. متأسفانه جوانان ما امروز بیشتر در اوقات فراغت مجبور به درس خواندن برای کنکور و یادگیری دروسی هستند که در آن‌ها ضعف دارند.

## نتیجه‌گیری

طراحی یک فضای شهری ملموس‌ترین و محسوس‌ترین فعالیتی است که می‌تواند فرهنگ، ارزش‌ها و خواسته‌های یک جامعه را تحقق بخشیده و با تبلور آن‌ها فکر را به عمل و ذهنیات را به واقعیات نزدیک نماید. چنانچه فضای شهری با ارزش‌ها و باورهای جامعه یا به نوعی فرهنگ، هم‌خوانی نداشته باشد انسان از رفتارهای فضایی در فضای شهری سرباز زده و فضای شهر خالی از انسان، یعنی فضایی خالی از فعالیت و معنا خواهیم داشت و تنها فضایی است فرمیک. در واقع طراحی فضاهای معماری و شهری تبدیل ذهنیت‌های یک جامعه به عینیت است. پس هرچه فضاها و فضاهای شهری با رفتارهای انسانی که ریشه در فرهنگ هر جامعه دارد، سازگاری بیشتری داشته باشد، آن جامعه دارای غنای فرهنگی بیشتری خواهد بود. در ادامه در جهت عینیت بخشیدن به یک سری راهبردها که مستخرج شده از اهداف پژوهشی هستند نتیجه تحقیق را ارائه می‌دهیم.

## معیارهای کیفیت محیط و مولفه‌های سازنده آن

**پاسخگویی به حضور گروه‌های اجتماعی ویژه:** جوانان و بزرگسالانی که از نعمت سلامت برخوردارند، برای رفتن به مکان‌های عمومی و فعالیت در فضاهای شهری مشکلی ندارند، ولی اگر قرار باشد که همه اعضای جامعه، به طور مساوی حق شرکت در زندگی اجتماعی - به صورت ایمن و راحت - را داشته باشند، نخست باید کودکان، سالمندان و معلولان را مدنظر داشت. گروه‌های ویژه در جامعه نیازمند آنند که به آن‌ها اجازه ماندن در فضاهایی که با آن آشنا هستند داده شود تا منزوی نشوند. عدم حضور و فعالیت هر یک از گروه‌های سنی از جامعه، مجموعه را تبدیل به گذری برای حرکت افراد نموده و روز به روز از سرزندگی فضا و شهروندان می‌کاهد.

**استفاده مرتب و دائمی شهروندان:** امروزه فضاهای شهری به بهترین وجه می‌توانند نقش مراکز زندگی جمعی را ایفا کنند. در این مکان‌ها توفیق ملاقات دست می‌دهد و مورد استفاده گروه‌های مختلف قرار می‌گیرند. فضاهای شهری که منشا زندگی روزمره‌اند، هرگز فضایی تک منظوره نبوده‌اند. این فضاها چند منظوره‌اند و تامین کننده بسیاری از فعالیت‌ها و مورد استفاده شهروندان.

**پاسخگویی به شخصیت افراد:** نحوه نگرش نسبت به طراحی فضای شهری، هم در نظر گرفتن فرم و فضا و طراحی تخصص گرایانه است و هم طراحی مردم گرایانه. فضا فقط برای حفظ بصر نیست. بلکه می‌بایستی از عهده پرجنب و جوش‌ترین رویدادهای روزانه، هفتگی و سالانه برآمده، خلوت و متروک و بی‌کران جلوه نکند.

**حس تعلق و امکان ایجاد این همانی با فضا در ساکنان:** اگر فضایی خاطرات مخاطب خود را برانگیزد و ذهنیتی را برای او ایجاد کند، بر او تأثیر مهم و گیرایی خواهد داشت. با مشاهده یا ادراک فضا ممکن است شخص به یاد خاطره‌ی مثبت یا منفی بیافتد. شباهت فضا و یا عناصری آشکار و پنهان در فضا، این واکنش را ایجاد می‌نماید. زیرا انسان با مشاهده یک فضا آن را به فضای ساخته شده دیگری ربط می‌دهد و آن را با ذهنیت‌های قبلی خود مربوط می‌سازد و پیش قضاوت‌های خود را راجع به فضای جدید صادر می‌نماید. برای داشتن تصویر ذهنی مطلوب، می‌بایست در وهله اول بتوان آن شی را از دیگر اشیا باز شناخت و استقلال آن را در مقابل دیگران احساس نمود که به این موضوع تشخیص هویت گفته می‌شود.

**بکارگیری حواس مختلف انسان:** در ادراک فضا هر چه اندام‌های حسی بیشتری به کار گرفته شوند، فضا از جذابیت بیشتری برخوردار می‌گردد. اگر مجموعه و محیط پیرامونش فقط برای رفع نیازهای عملکردی (که شرطی است لازم و نه کافی) ساخته شود، تأثیر لازم را بر کاربران خود نخواهد داشت. انسان با دیدن اشیا و شنیدن صداها و نیز لمس کردن و بوییدن و چشیدن، با جهان خارج از خود ارتباط برقرار می‌نماید و به این وسیله تصاویری از جهان خارج را برای عالم ذهن خود منتقل می‌سازد.

نکاتی چند در رابطه با یک فضای عمومی و جمعی:

۱. قابل شناسایی، به یاد ماندنی، روشن و نمایان باشد. این نوع هویت با حس مکان می‌تواند احساس تعلق به همراه داشته باشد.

۲. ایجاد محیط‌های متنوع؛ از محیط‌های خلوت تا شلوغ، محصور تا آزاد و ساده تا پیچیده را فراهم آورد.
۳. فضایی که کهنه نمی‌شود بلکه کهن می‌شود هر قشری از مردم هر لحظه که بخواهند در هر لحظه از شبانه روز می‌توانند از فضاهای آن استفاده نمایند.
۴. بایستی برای جذب مردم، به جریان تند و پر خروش آن‌ها اجازه ورود دهد و رفتار شهروندان را مورد توجه قرار دهد.
۵. تردد پیاده به میان این فضاهای عمومی تشویق شود.
۶. جدا کردن قطعه‌ای از فضای شهری با نرده یا حصار باعث نابودی سرزندگی آن می‌شود.
۷. برای اینکه یک فضا به بستری برای تعاملات اجتماعی تبدیل شود، هم باید دارای تسهیلات لازم مانند مبلمان مورد نیاز، گوشه‌های سایه‌گیر، امکانات سرگرمی، محل فروش تنقلات، فضای سبز مناسب و هر امکانات لازم دیگر برای شکل‌گیری رفتار در آن فضا باشد و هم از لحاظ نمادین، امنیت و حس تعلق، دید به منظر جذابیت لازم را برای تجمع مردم داشته باشد.

## منابع

۱. آسایش، حسین. (۱۳۸۰). سنجش کیفیت زندگی در یکصد شهر بزرگ جهان. فصلنامه مدیریت شهری (۸): ۹۴-۱۱۰.
۲. اعتماد، گیتی. (۱۳۸۴). تحول عملکرد و شکل‌گیری فضاهای عمومی در ایران. اندیشه ایرانشهر، شماره سوم، تهران.
۳. ابراهیمی، قربانعلی و رازقی، نادر و مسلمی پطروسی، رقیه. (۱۳۹۰). اوقات فراغت و عوامل اجتماعی موثر بر آن. فصلنامه جامعه‌شناسی کاربردی، شماره ۴، صص ۹۸-۷۱.
۴. ذکایی، محمد سعید. (۱۳۹۳). فراغت-مصرف و جامعه. تهران: نشر تیسرا.
۵. راپاپورت، آموس. (۱۳۸۲). ابداع معماری؛ از غار تا شهر. آبادی، شماره ۸، ص ۳۹.
۶. روح الامینی، محمود. (۱۳۷۷). زمینه فرهنگ شناسی تالیفی در انسان شناسی، مردم شناسی. چاپ چهارم. تهران: عطار.
۷. سیف‌الدینی، فرانک. (۱۳۸۱). فرهنگ واژگان برنامه‌ریزی شهری و منطقه‌ای. انتشارات دانشگاه شیراز، چاپ دوم.
۸. شارع‌پور، محمود. (۱۳۹۳). شهر، فضا و زندگی روزمره. تهران: انتشارات تیسرا.
۹. فلاحت، محمد صادق و کلامی، مریم. (۱۳۸۷). تأثیر فضاهای باز شهری بر کیفیت گذران اوقات فراغت شهروندان. فصلنامه مدیریت شهری، شماره ۲۲، صص ۹۸-۸۵.
۱۰. قاضی مرادی، حسن. (۱۳۸۷). کار و فراغت ایرانیان. تهران: انتشارات اختران.
۱۱. کوکی، افشین و پورجعفر، محمدرضا. (۱۳۸۴). برنامه ریزی کیفیت زندگی در مراکز شهری، تعریف و شاخص‌ها. مجله جستارهای شهرسازی (۱۲): ۶-۱۳.
۱۲. کوهستانی، حسینعلی. (۱۳۸۷). پژوهشی در اوقات فراغت و راههای بهره‌وری از آن. مشهد: نشر تیهو.
۱۳. لثوبی، هنری. (۱۳۸۱). اوقات فراغت و سبک‌های زندگی جوانان. ترجمه مرتضی ملانظر و فرامرز ککولی دزفولی، تهران: نشر نسل سوم.
۱۴. محلاتی، صلاح‌الدین. (۱۳۸۸). جستارهایی در هنگام فراغت. تهران: انتشارات شهیدبهبشتی.
۱۵. نوری تاجر، سوسن. مفهوم اوقات فراغت در فلسفه و عرفان. روزنامه اطلاعات، ۱۳۸۶/۵/۲۹: ۶ و ۱۳۸۶/۵/۳۰: ۶.
16. Baydar, Gulsum (2004). The Cultural Burden of Architecture. Journal of Architectural Education:9.
17. Lawrence, Roderick J. (1983), Architecture and behavioural research: a critical review. DESIGN STUDIES 4 (2):7.
18. Profect, M & Gorden, P. (1992). Planning for Urban Quality. London: Routledge.
19. Robbins, Edward. 1984. Architecture and culture: a research strategy. Design Studies 5 (3):175-177.
20. Rapoport, Amos. 1992. Interview with Amos Rapoport. Arch. & Comport. Arch. & Behav. 8 (1):10.

## The impact the quality of spending leisure time on culture and urban life of citizens

Niloofer Saei \*, Mehdi Saedvandi

### Abstract

The architecture is one of the most important examples of wisdom. Why is that a wise person who deals with the treatment of pain, the problem and the problem is, because it recognizes and provides a solution. Following this belief and the pursuit of wisdom in architecture, weak social of vitality of the lack of suitable programs for leisure, which is the source of many social problems, I drew. This article seeks to achieve the guiding principles and implementation guidance to managers and officials in charge of planning and policy in order to properly and effectively. The method of research is Qualitative, and is the kind of discourse analysis. Even basic research is also relying on sources and documents have been developed and existing library, comparative analysis to be dealt with and finally to discuss proper guidance. Followed by referring to each of the factors affecting the definition of leisure and its importance in urban life, As if to emphasize the culture and the guidelines for how to spend quality leisure time approached.

**Key words:** Leisure time", "Culture", "Urban life", "Lifestyle".

