

## بررسی و مقایسه سبک های فراغتی بانوان مناطق ۱ و ۱۵ شهر تهران

تاریخ دریافت: ۹۸/۰۱/۱۲

تاریخ پذیرش: ۹۸/۰۲/۲۸

کد مقاله: ۹۴۲۷۶

ناصر پوررضا کریم سرا، سمانه کوثری<sup>۲</sup>

### چکیده

یکی از شاخصه های مهم رفاه اجتماعی، اوقات فراغت و چگونگی گذران آن است. فراغت، مفهوم بسیار پیچیده ای است که در متن زندگی افراد وجود دارد. این پدیده باید در بستر اجتماعی و فرهنگی خاص آن جامعه و طبقات مختلف شهری تعریف شود و نمی توان برای بررسی و تجویز راهکارهای مربوط به آن از نسخه واحدی استفاده کرد. مناسبات اجتماعی افراد جامعه ایران به ویژه جوانان تغییر یافته و به اصطلاح مدرن شده است؛ به تبع این تغییر، مسئله ای به عنوان گذران اوقات فراغت برای این نسل مطرح می شود. نحوه گذران اوقات فراغت به مثابه سویه ای پر رنگ از سبک زندگی در بین گروه های مختلف اجتماعی متفاوت است. هدف از انجام این تحقیق سنجش گرایش های فراغتی بانوان در سطح مناطق ۱ و ۱۵ و تبیین تفاوت های سبک های فراغتی در این دو گروه است. این تحقیق با استفاده از روش پیمایش و با نمونه ۴۰۰ نفری از بانوان ۱۵ سال به بالا مناطق ۱۵ و ۱ شهر تهران انجام شده است. نمونه های این تحقیق با روش نمونه گیری خوشه ای انتخاب شدند. بررسی و مقایسه ابعاد مختلف اوقات فراغت نشان می دهد بین فعالیت های فراغتی در جهت «تعالی دینی و معنوی»، «ارتباطات و همیاری اجتماعی» و «ورزش و آمادگی جسمی» بین شهروندان مناطق ۱ و ۱۵ تفاوت معنی داری مشاهده می شود. به گونه ای که شهروندان منطقه ۱ در شاخص های ذکر شده از منطقه ۱۵ بالاتر ارزیابی کرده اند. همچنین بین شاخص های فعالیت های هدفمندی و فعالیت ها در جهت پیوند خانوادگی در بین شهروندان مناطق یاد شده تفاوت معنی داری مشاهده نشده است.

**واژگان کلیدی:** اوقات فراغت، سبک زندگی، مهارت های آموزشی، تعالی دینی و معنوی، رشد و پرورش و ارتباطات و همیاری اجتماعی.

۱- دانشجوی دکتری جامعه شناسی اقتصادی و توسعه (مسئول مکاتبات) [naser.poorreza@gmail.com](mailto:naser.poorreza@gmail.com)

۲- کارشناسی ارشد پژوهش علوم اجتماعی

گسترش شهرنشینی و زندگی مدرن با خود دگرگونی‌های را در زیست اجتماعی و تغییرات ارزشی و نگرشی در شهروندان به همراه داشته و این امکان را فراهم کرده که شهروندان در کنار کار و اشتغال روزمره به علایق شخصی خود نیز بپردازند. به بیان دیگر تمایزات متفاوت بین حوزه‌های مختلف سبب شود مکان تولید از مکان مصرف متمایز شده و مفهوم اوقات فراغت جدا از زمان کار و فعالیت شکل بگیرد. در مطالعات اجتماعی آنچه مهم ارزیابی می‌شود چگونگی سپری کردن اوقات فراغت افراد است. برخی از پژوهشگران بر این باورند که پدیده فراغت در سراسر تاریخ زندگی بشر وجود داشته و مختص زمان مشخصی نیست. اما برخی دیگر از آن‌ها فراغت را پدیده‌ای می‌دانند که با تمدن صنعتی پیوند دارد. عده‌ای نیز بر این اعتقادند که فراغت دارای دو ویژگی خاص است، تحت تأثیر مراسم اجباری و الزامات فرهنگی و اجتماعی نیست، بلکه با اراده و اختیار فرد سپری می‌شود (Brown, 1996:290).

امروزه فراغت به عنوان یکی از نیازهای اساسی بشر به شمار می‌آید. گذران فراغت به ویژه در مرحله‌ی جوانی از چرخه عمر اهمیتی شایان توجه در شکل‌دهی به هویت فرد دارد. در نقاط مختلف جهان، زنان نسبت به پسران امکانات فراغتی کمتری دارند و با محدودیت‌های بیشتری برای گذران اوقات فراغت روبه‌رو هستند. " در جهان جدید، تقریباً در تمامی فضاهای عمومی فراغتی، از استخرهای شنا گرفته تا فضای کوه و باشگاه‌های بدنسازی، پارک‌ها، دامنه طبیعت، افراد بر حسب طبقه اجتماعی، سبک زندگی، سن، جنس، و قومیت و نژاد با چالش‌هایی مواجه‌اند. " (سعیدی، ۱۳۸۷: ۲۲۱) از طرف دیگر مناسبات اجتماعی افراد جامعه ایران به ویژه جوانان تغییر یافته و به اصطلاح مدرن شده است و مسئله‌ای به عنوان گذران اوقات فراغت موجود برای آنان مطرح می‌گردد. در واقع این افراد با کمبود اساسی مکان‌های اجتماعی و امکانات برای گذران اوقات فراغت خود مواجه هستند. دلایل گوناگون مانع شکل‌گیری و ایجاد امکانات و فضاهای اجتماعی گوناگون می‌شود.

اگرچه گفته شده که امروزه فراغت تا حدودی از اجبارهای فرهنگی و اجتماعی فاصله گرفته و از فعالیت‌های کاری متمایز شده، با این حال هنوز فراغت زنان، محدودتر از مردان بوده و با کارهای خانگی درهم آمیخته است. به همین دلیل بررسی فراغت‌های هویتی زنان جوان ایرانی و موانع شکل‌گیری اشکال خاصی از گذران فراغت در میان آن‌ها واجد اهمیت زیادی است. در دنیایی مصرفی و فراغتی شده امروز، دریافتن این نکته که ابزارها و امکانات فراغتی موجود به شکل‌گیری هویت افراد (و در این پژوهش به طور ویژه زنان جوان) کمک می‌کند، حائز اهمیت بسیار است. این بررسی می‌تواند به بهبود فضاهای در دسترس و امکانات گذران فراغت زنان جوان در راستای هویت بخشی منسجم و یکپارچه بیانجامد.

تحقیقات نشان می‌دهد در نظام ارزش‌های مادی (سلامت و تناسب، رفاه) و ارزش‌های فرامادی (آرامش و رضایت درونی، مورد توجه و احترام دیگران قرار داشتن) در بین جوانان ایرانی رایج است (زکایی، ۱۳۹۱: ۱۳۴). این تغییر و تحولات ارزشی جامعه بر فرهنگ الگوی فراغتی جوانان تأثیر گذار بوده و به تبع آن موجب شده این گروه مؤلفه‌ها و اولویت‌های فراغتی خود را به گونه‌ای متفاوت و با توجه به جایگاهشان در جامعه و با توجه به رفتارها و نگرش‌ها، شیوه‌های تربیتی و این که متعلق به چه طبقه اقتصادی هستند و تعیین کنند. علاوه بر اینها عوامل دیگری هم بر نحوه گذران اوقات فراغت افراد مؤثر است. زنان و مردان به طور متفاوتی فراغتشات را می‌گذرانند هر چند که طبیعتاً بخشی از علاقه‌مندی‌ها و انتخاب‌هایشان می‌تواند مشترک باشد. نکته قابل توجه در این زمینه اینکه به نظر می‌رسد به علت ساختار سنتی جامعه ایران با نوعی از شکاف جنسیتی در برخورداری از فرصت‌های فراغتی برای دختران و زنان مواجه هستیم. این تحلیل وجود دارد که زنان و دختران ایرانی در یک برداشت و میانگین کلی در فعالیت‌های فراغتی کمتر شرکت می‌کنند، بخشی از این موضوع به دلیل شرایط عرفی و سنتی حاکم بر جامعه است و بخش دیگری هم ناشی از محدودیت‌ها در زیرساخت‌های اجتماعی و شهری که برای استفاده آن‌ها مناسب سازی نشده یا به نوعی حضور زنان را در فضاهای شهری به نسبت مردان محدودتر می‌کند. با همه این‌ها نگاهی به شرایط اجتماعی امروز ایران به ویژه در شهرهای بزرگ نشانه‌هایی از تغییر الگوهای اوقات فراغت زنان را نمایان می‌کند. زنانی که در گذشته عمدتاً فراغتشان را در محیط‌های بسته خانگی یا دوستانه می‌گذراندند بیشتر در فضاهای عمومی دیده می‌شوند، در بوستان‌ها ورزش می‌کنند، کافه‌ها به ویژه در شهرهای بزرگ پذیرای زنان است و مجموعه مثال‌های دیگری که همگی نشان‌دهنده کم‌رنگ شدن تدریجی این مرزبندی جنسیتی است. به گونه‌ای که امروزه بسیاری از دختران جوان علاقه به وارد شدن در عرصه‌های مردانه را دارند که نمونه آن را می‌توان به رواج قلیان کشیدن زنان است.

مطالعات پیشینی نشان داده، جنسیت، باورها و ارزش‌ها، شبکه روابط و طبقه و منزلت اجتماعی آن‌ها بر این انتخاب‌ها تأثیر دارد. زنان کمتر از مردان فرصت حضور در جامعه را دارند و بیشتر اوقات فراغت خود را در خانه می‌گذرانند و طبیعتاً به سوی فعالیت‌های فراغتی آسان و جذاب درون خانه همچون سریال یا صحبت تلفنی با دوستان جذب می‌شوند. از سوی دیگر اوقات فراغت زنان خانه‌دار به فراخور ویژگی‌های نقشی‌شان منقطع و پیش‌بینی نشده است. از اینرو نمی‌توان برای این زمان‌های کوتاه و پراکنده یک برنامه مشخص و متناوب (مانند یک فعالیت آموزشی یا فرهنگی) در نظر گرفت. بنابراین می‌توان این فرضیه را مطرح

کرد که اوقات فراغت منقطع و غیر قابل پیش بینی، زنان را به سوی وقت‌گذرانی در اوقات فراغت از طریق کارهای آسان و در دسترس می‌کشاند.

بر این اساس، سه عامل کلیدی در فراغت تاثیر گذارند که عبارت‌اند از: زمان، فعالیت و فضا. و زنان در هر سه مورد وضعیت نامساعدی برای فراغت دارند. وقت آن‌ها برای اوقات و فعالیت‌های فراغتی محدود است، فضاهای فیزیکی و اجتماعی که زنان می‌توانند در آنجا به فعالیت‌های فراغتی بپردازند، محدود است و در واقع گزینه‌های اوقات فراغت آن‌ها دچار محدودیت است. در بیشتر موارد، نخستین مسئولیت زنان، سازماندهی امور خانه و انجام کارهای خانه است صرف نظر از این که آن‌ها شغل با دستمزد داشته باشند یا نداشته باشند. بر خلاف استخدام با دستمزد، این گونه کارهای خانه حد و مرز مشخصی ندارد. مسئولیت‌های خانگی به گونه‌ای است که تنظیم وقت و مشخص کردن مرز کار از اوقات فراغت را دشوار می‌سازد. بنابراین باعث تکه‌تکه شدن اوقات فراغت می‌شود. از این‌رو، برای زنان ترسیم خط میان کار و فراغت دشوار است و در نظر گرفتن فراغت به منزله وقت آزاد با تجربه بیشتر زنان بیگانه است (هیوود و دیگران، ۱۳۸۰). با توجه به آنچه گفته شد و یکسان نبودن دسترسی گروه‌های مختلف اجتماعی به فضاها و امکانات فراغتی در این پژوهش به تبیین جامعه‌شناختی فعالیت‌های فراغتی زنان مناطق ۱ و ۱۵ پرداخته و میزان و نحوه فراغت زنان را در ابعاد گوناگون بررسی می‌کنیم.

## ۲- جنسیت و اوقات فراغت

عبداللهیان (۱۳۸۷) در تحقیقات خود نشان داد که مردان و زنان ایرانی، فضاهای فردی نظیر فضاهای هنری را برای گذران اوقات فراغت دختران مناسب‌تر از فضاهای جمعی می‌دانند، اما دختران برای ورود به فضاهای جمعی تلاش می‌کنند ضمن آنکه از فضاهای فردی برای تثبیت موقعیت اجتماعی خود از طریق تولید ارزش و محصولات هنری استفاده می‌نمایند. در این معنا، می‌توان گفت تولیدات هنری زنان یکی از مجاری است که زنان آن‌ها را به مثابه معبر دوم خود برای فعالیت‌های اجتماعی برگزیده اند، بدون اینکه وارد روابط تعارض آمیز با مردان شده باشند.

رفعت‌جاء، (۱۳۸۸) در تحقیقی نشان داد دگرگونی‌های اخیر و حضور بیشتر زنان در عرصه عمومی شهرها، عمدتاً به سبب افزایش تحصیلات و اشتغال در زنان و تغییر الگوی مصرف و سبک زندگی خانواده‌ها بوده و بازنگری در نحوه ساماندهی فضاهای شهری ایران را به ویژه در زمینه ایجاد فضاها و امکانات فراغتی مناسب برای زنان و دختران جوان، ضروری ساخته است. وی همچنین بیان می‌کند که بیرون آمدن دختران و زنان جوان از خانه و تمایل آن‌ها به سبک‌های جدید زندگی، فراغت، مصرف و مد، نشان‌دهنده دگرگونی ارزش‌ها و پیدایش مسایل هویتی در زنان و دختران جوان است. امکان حضور سالم و مناسب در عرصه‌های تحصیلی و شغلی، کسب هویت‌های تاملی و مستقل و ایجاد تفکر انتقادی در این قشر از زنان، می‌تواند بسیاری از آسیب‌های شخصیتی و از جمله فراغت‌های آسیب‌زای مصرف‌گرایی، مدگرایی و خریدهای تفریحی را در آن‌ها کاهش دهد.

اشرف‌الکتابی در تحقیقی که در سال ۱۳۷۹ انجام داده و به بررسی تغییرات نحوه گذران اوقات فراغت خانواده‌های شهر تهران طی ۳ نسل پرداخته به این نتایج رسید:

- نحوه گذران اوقات فراغت زنان در مقایسه با مردان به صورتی ضعیف است که سرگرمی‌ها و فعالیت‌های بیرون خانه را شامل می‌شود؛
- دختران آزادی عمل کم‌تری نسبت به پسران در گذران اوقات فراغت دارند؛
- وسایل ارتباط جمعی در گذران اوقات فراغت نسل سوم بیش از دو نسل قبل است؛
- معاشرت، بازدید و هم‌صحبتی نسل دوم در گذران وقت نقش اساسی دارد؛
- سواد، تحصیلات و درآمد نقش موثری در اوقات فراغت داشته است.

در همین راستا آزاد ارمکی (۱۳۸۸) در تحقیقی که به شناسایی الگوی فراغت نسلی در تهران پرداخته، نشان داده است که نسل‌های سه‌گانه از الگوی واحدی در مصرف اوقات فراغت تبعیت نمی‌کنند. به لحاظ تغییرات مستمر و عدم تبعیت نسل‌ها از الگوی واحد، مصرف اوقات فراغت موجب پیچیدگی الگو در این حوزه شده‌است. روند تغییراتی که در نحوه گذران اوقات فراغت در طی سه نسل مشاهده می‌شود از وضعیت ساده و کم‌تنوع در نسل اول و وضعیت متکثر و متنوع مرتبط با یکدیگر با در نسل سوم تغییر کرده‌است. اوقات فراغت نسل دوم بسیار مرتبط با کار و زندگی واقعی‌ایست. میزان مطالعه در این نسل نسبت به نسل سوم بیشتر است. نسل سوم نسبت به دو نسل دیگر بیشتر اوقات فراغت خود را در ورزش و تماشای آن، گردش، تماشای فیلم و گوش دادن به موسیقی اختصاص داده‌است. اوقات فراغت نسل اول بیشتر به امور دینی می‌گذرد، در حالی که در نسل سوم بیشتر اجتماعی و فرهنگی است. همچنین او به این نتیجه رسیده است که فراغت در سطح شهر تهران با ساختار طبقاتی جامعه مرتبط است.

باقری بنجار(۱۳۸۸) در تحقیق که به نقش فضای شهری در زندگی اجتماعی و اوقات فراغت شهروندان تهرانی پرداخته، نشان داده که اوقات فراغت شهروندان تهرانی فعالیت فرهنگی به شمار می‌آید که بر اساس آن هر فردی بینش و شخصیت اجتماعی خود را بارور می‌سازد. شرایط اجتماعی-اقتصادی شهروندان تهرانی مانند منطقه سکونت، منزلت شغلی و سطح تحصیلات به زمان فراغت و فعالیت فرهنگی نقش اساسی دارد.

مروری بر یافته‌های تحقیقات انجام شده در رابطه با اوقات فراغت در ایران نشان می‌دهد که این بررسی‌ها کمتر بر فراغت زنان تأکید داشته‌اند، هرچند در اغلب یافته‌ها بین ساعات و شیوه گذران اوقات فراغت زنان و مردان تفاوت‌های متعددی مشاهده شده‌است. همچنین تحقیقات کمتر به بررسی سبک زندگی افراد و ارتباط تنگاتنگ آن با مفهوم فراغت پرداخته‌اند. یافته‌های اغلب پژوهش‌ها نشان می‌دهد تماشای تلویزیون، گوش دادن به موسیقی و معاشرت با دوستان بیشترین زمان گذران اوقات فراغت را به خود اختصاص داده‌است. این یافته‌ها نشان می‌دهند که زنان نسبت به مردان اوقات فراغت کمتری دارند. همچنین در سطح خرد و کاربری تحقیقات انجام شده به فراغت بانوان نپرداخته‌اند.

در عین حال مقالاتی که در سال‌های اخیر در رابطه با اوقات فراغت نوشته شده‌اند به طور معناداری به توصیف ابعاد مختلف فراغت پرداخته‌اند. در این مقالات به متغیرهایی چون: الگوهای نسلی، فضاهای فراغتی، قدرت و سیاست، نیازهای فراغتی و چالش‌های جهانی شدن پرداخته‌است. به نظر می‌رسد فصل جدیدی در مطالعات اوقات فراغت در ایران گشوده شده‌است، هرچند هنوز جای خالی مطالعات فراغتی با تمرکز بر زنان و سبک زندگی آنان در ایران خالی است.

### ۳- مبانی نظری

از آنجا که مفهوم فراغت معانی متعدد دارد، به جاست پیش از طرح برخی از نظریه‌های مهم مربوط به آن خود این مفهوم واکاوی شود. فراغت را گاه در معنای زمان آزاد به کار برده‌اند و گاه به معنای فعالیتی آزادانه و دلخواه در نظر گرفته‌اند. دومازدیه با توجه به گوناگونی معنای فراغت و فعالیت‌های فراغتی سه کارکرد برای اوقات فراغت برشمرده است:

الف) اولین هدف و کارکرد اوقات فراغت، استراحت و رفع خستگی است. فراغت این فرصت را به آدمی می‌دهد که خستگی کار را از تن خود بیرون کند، زیرا این خستگی مطابق آهنگ طبیعی زیست شناسانه انسان به وی تحمیل می‌شود؛  
ب) کارکرد دیگر اوقات فراغت تفریح و سرگرمی است. تفریح دنیایی تازه، چه واقعی و چه خیالی، در برابر آدمی می‌گشاید که آدمی می‌تواند از خستگی روزانه ناشی از انجام دادن یک رشته فعالیت محدود و تکراری به سوی آن فرار کند؛  
ج) فراغت به فرد امکان رشد و شکوفایی می‌دهد و برای فرد فرصتی فراهم می‌کند تا کارهای تکراری را که از سوی نهادهای اجتماعی بر وی تحمیل می‌شود، پشت سر گذاشته و به حوزه‌های پا گذارد که در آن نیروهای آفریننده‌اش، آزادانه بتوانند با ارزشهای مسلط تمدنش به مخالفت برخیزند یا آن‌ها را تقویت کنند. فراغتی که نتواند این سه کارکرد را در هر زمان فراهم کند، فراغتی است که در جامعه امروزی از حیث نیازهای شخصیت انسان ناقص تلقی می‌شود (دومازدیه، ۱۳۵۲: ۱۹).

امروزه تمایل بر آن است که در فراغت سه مؤلفه، هم‌زمان مورد توجه قرار گیرد:

۱- فراغت بر بخشی از زمان اطلاق می‌گردد که ما فارغ از تکالیفی همچون کار، مراقبت از خود و افراد خانواده هستیم؛  
۲- فراغت به مجموعه فعالیت‌هایی گفته می‌شود که انجام آن‌ها از روی اختیار و با انگیزه‌های فردی صورت می‌گیرد، مانند گوش دادن به موسیقی، ورزش، مطالعه، جمع آوری تمبر و غیره؛  
۳- فراغت به یک وضعیت ذهنی و تجرب‌های خاص اطلاق می‌شود که منجر به حس رضایت مندی، هیجان و شادی می‌گردد (تیموتی، ۱۳۸۸: ۲۶).

نورمیر<sup>۱</sup> به ارتباط فراغت و فرهنگ اعتقاد دارد و معتقد است که با دگرگونی جامعه و فرهنگ در طول تاریخ، فراغت هم دچار تحول شده‌است. این تغییر از عادات قومی در گذشته به صورت نهاد در سالهای اخیر به گونه‌ای است که امروز فراغت به صورت بخشی از ارزش‌های مورد قبول و دارای اهمیت جامعه در آمده‌است. اوقات فراغت در چهارچوب نهادهای فرهنگی در جامعه با یک سری محدودیت‌ها و ضوابط همراه شده‌است. در جوامع امروز مؤسسات و سازمان‌های مختلف عهده دار انجام آن شده‌اند؛ بنابراین می‌توان گفت بازی و اشکال مختلف آن به صورت بخشی از خصایص فرهنگی در آمده‌اند و با شعارها، نمادها، و علایم مختلف به عنوان نشانه‌های فرهنگی پیوند خورده‌اند (موموندی، ۱۳۸۰: ۴۳-۴۲).

وبر سبک زندگی را به عنوان شاخص گروه‌های منزلت و عامل انسجام گروهی آن‌ها می‌داند. در نظر وی، افتخار منزلت به طور معمول در سبک زندگی خاصی که از همه کسانی که دوست دارند در این حلقه منزلتی عضو باشند، انتظار می‌رود بروز کند. این سبک زندگی در انتظارات خاصی که گروه منزلت از اعضای خود دارند بیشتر نمایانده می‌شود. این انتظارات افراد گروه منزلت را به تعامل اجتماعی و رفتار در محدوده‌ای خاص متعهد می‌کند. بحث وبر درباره مصرف از همین جا آغاز می‌شود. او دریافت که

1- Neumeyer

سبک زندگی بیش از آن که بر تولید (رهیافت مارکسی) استوار باشد، بر شباهت الگوهای مصرف استوار است. به علاوه، او در نظر داشت که شیوه تولید اقتصادی بر چگونگی مصرف کردن مؤثر است، اما ضرورتاً تعیین کننده آن نیست. در نظر او، مصرف فرایندی است شامل کردارهای اجتماعی و فرهنگی متفاوت که بیان کننده تفاوت های میان گروه های اجتماعی است و فقط ناشی از عوامل اقتصادی نیست (فاضلی، ۱۳۸۲: ۲۸).

ملوین تأمین معتقد است که ماکس وبر واژه سبک زندگی را برای اشاره به شیوه های رفتار، لباس پوشیدن، سخن گفتن، اندیشیدن و نگرش هایی که مشخص کننده گروه های منزلتی متفاوت و در ضمن الگویی بودند برای کسانی که می خواستند جزئی از این گروه های منزلت باشند، به کار گرفت (Sobel, ۱۹۸۱: ۱۵). آثار ویلن و بوردیو را باید نقطه آغاز هر گونه بحثی درباره مصرف، الگوی مصرف و سبک زندگی دانست (۴۵۸: ۲۰۰۰، Dimaggio). همچنین آثار ویلن را باید شروع مطالعه جدی جامعه شناسی اوقات فراغت دانست. نظریه ویلن درباره انگیزش های اجتماعی رفتار رقابت آمیز، انگشت گذاردن به کارکردهای پنهان رفتار انسانی از جمله کارهای با ارزش ویلن هستند که در تاریخ جامعه شناسی پایدار خواهد ماند (کوزر، ۱۳۸۰: ۳۶۹). کتاب نظریه طبقه مرفه، انگیزش های اجتماعی برای انجام رفتار رقابت آمیز، بنیان تبیین موضوع اوقات فراغت می شود. "مصرف چشمگیر، تن آسای چشمگیر و نمایش چشمگیر نمادهای بلندپایگی و وسایلی هستند که انسان ها با آن ها می کوشند تا در چشم همسایگان شان برتر جلوه کنند" (همان: ۳۶۲). ویلن در این پژوهش به شدت جامعه سرمایه داری امریکا را به خاطر استفاده نامطلوب از مصرف ظاهری اوقات فراغت از طریق چشم و تن آسای مورد انتقاد قرار داده است. ویلن در این پژوهش به این نتیجه رسیده است که فراغت خودنمایانه که از طریق اشتغال فرد به کارهای غیرتولیدی نمایش داده می شود، صرفاً برای نشان دادن ثروت و پایگاه طبقات بالاست. حتی ویلن از خرید کتاب هایی توسط طبقه مرفه یاد می کند که نه برای مطالعه و گذران وقت، بلکه برای برتری دانستن آنان بر سایر طبقات خریداری شده است (ویلن، ۱۳۸۳: ۱۸۸).

ویلن نیز به اهمیت شیوهی مصرف و فراغت تأکید و در این باره نظریه پردازی کرده است. با این همه ویلن توجه بیشتری به فراغت، تحلیل چند و چون و عوامل مؤثر بر آن نشان داده است. ویلن همچون بوردیو به ارتباط دوسویه شیوه مصرف و فراغت با موقعیت اجتماعی توجه کرده و کوشش مصرف کننده به مصرف کالاها را تلاشی برای نشان دادن منزلت و موقعیت اجتماعی ارزیابی می کند. ویلن اعتقاد دارد مصرف کننده برای کسب تشخیص و منزلت اجتماعی مصرف می کند. او عقیده دارد مصرف راه نشان دادن موقعیت اجتماعی و ثروت است و این کار از طریق مصرف تظاهری یا اوقات تظاهری انجام می شود (ویلن، ۱۳۸۳: ۱۱۶) دو مفهوم فراغت نیابتی و مصرف نیابتی در سیستم های بسیار پیچیده سلسله مراتب چون در اروپای قرون وسطی، افراد سطوح پایین تر با انتصاب از طرف افراد سطوح بالاتر به عنوان ندیم، در واقع جانشین آن ها در استفاده از ثروت و زمان فراغت انتخاب می شدند. در دنیای امروز نیز، افراد، به وسیله مصرف بی پایان همسران و فرزندان شان به نمایش گذاشته می شوند. او عقیده دارد در طبقه مرفه جدید، نوعاً زنان هستند که زندگی اجتماعی را سازماندهی می کنند. آن ها ابزارهایی برای مردان هستند تا از طریق مصرف نیابتی، ثروت خود را به نمایش بگذارند (فاضلی، ۱۳۸۲: ۲۲).

از نظر گیدنز عنصر محوری و گریزناپذیر سبک زندگی، «انتخاب است در سطح "خود"، یکی از مؤلفه های اساسی فعالیت روزمره همان انتخاب هایی است که به طور عادی به عمل می آوریم. روشن است که هیچ فرهنگی انتخاب را به طور کامل در امور روزمره حذف نمی کند و همه سنتها در حقیقت انتخاب هایی میان انبوهی از الگوهای رفتاری ممکن هستند» (گیدنز، ۱۳۸۵: ۱۱۹) حرکت از نگرشی عام که قبل از هر چیز معطوف به آزادسازی افراد و گروهها از قید و بندهایی است که آن ها را از دستیابی به فرصتهای موجود در زندگیشان باز میدارد؛ به سیاستی که مبتنی بر فرد و علائق و منافع او است (گیدنز، ۱۳۸۲: ۲۹۵) پیر بوردیو در کتاب "تمایز" با استفاده از روش های مختلف چون بررسی های آماری، مصاحبه، مشاهده، تحلیل محتوا و... «پشتوانه ای آماری برای اثبات ایده ای فراهم می کند که به موجب آن انتخاب های زیبایی شناختی نه فقط ذهنی نیستند، بلکه تابعی از وابستگی اجتماعی اند که اساساً بر مدار "متشخص نمایی" و رفتارهای از لحاظ اجتماعی "تمایز کننده" می چرخد» (هینیک، ۱۳۸۴: ۷۷).

بوردیو با در نظر گرفتن سلیقه ۱ به عنوان نقطه عطف کار خود خاطر نشان می سازد که اشغال یک موضوع ویژه در حوزه و فضای اجتماعی وسیع تر به طور متقابل با بیان یک عادت واره ویژه در ارتباط است؛ و در عوض نیز این عادت واره یک سبک زندگی ویژه را می سازد. پیگیری ارتباط میان این ها نشان می دهد که سبک های زندگی را نمی توان بطور منفک مورد مطالعه قرار داد. سبک های زندگی و شیوه های گذران فراغت باید با روابط وسیع تر درون فضای اجتماعی به هم مرتبط شوند.

در بحث پیرامون سلیقه به طور ضمنی این نظریه ارایه شده است که این انتخاب ها ذاتاً اجتماعی اند. در اینجا بوردیو این امر را که انتخاب های سلیقه از جوهر موضوع مورد بررسی و یا از کیفیت ذاتی درون یک فرد سرچشمه می گیرد را مورد نقد قرار می دهند و نشان می دهند که هیچ کدام کافی و مناسب نیستند. در حقیقت این نظریه که انتخاب های مرتبط با سلیقه حق قانونی یک فرد است ولی بوسیله تاثیرات اجتماعی محدود می شود نیز کافی نیست (جارو و مگیور ۱۹۹۴: ۱۹-۹-۱۹۸).

"به زعم بوردیو، موقعیت اجتماعی مشابه، ذائقه و سبک زندگی مشابهی را می‌آفریند و بر عکس الگوهای مصرف فرهنگی، طبقات اجتماعی مختلفی را بازتولید و نشانه‌گذاری می‌کند- این موقعیت اجتماعی مبتنی بر میزان بهره‌مندی از سرمایه اقتصادی و فرهنگی است. درجه دسترسی به منابع مادی (سرمایه اقتصادی)، فرهنگی و سمبلیک (سرمایه فرهنگی شامل سطح تحصیلات یا مالکیت محصولات فرهنگی)، سهم سرمایه یک فرد را تعیین می‌کند و از آنجا که دسترسی به این منابع در میان افراد به طور برابر توزیع نمی‌شود، یک سلسله مراتب اجتماعی از گزینه‌ها و فعالیت‌های فرهنگی عامه‌پسند و نخبه‌پسند ظهور پیدا می‌کند، به طوری که می‌توان با ملاحظه ذائقه افراد، طبقه اجتماعی آن‌ها را پیش‌بینی کرد." (شکور، ۱۳۸۷: ۱۳۱-۱۳۲) به نحو کلی بوردیو طبقات را گروه‌بندی‌هایی از افراد در نظر می‌گیرد که بر اساس ترجیحات شبیه و یا نزدیک به هم و جایگاه‌هایی که در درون میدان اشغال می‌کنند شکل می‌گیرند. در نتیجه، طبقات اجتماعی مجموعه‌ای از افراد هستند که از فرصت‌های عینی و طبایع ذهنی مشابهی برخوردارند. از نظر بوردیو، طبقه اجتماعی را نمیتوان بر اساس یک خصیصه یا مجموعه‌ای از خصوصیات در نظر گرفت بلکه طبقات با ساختار روابط میان همه خصوصیات ذریبط تعریف میشوند که ارزش مربوط به هر یک از آن‌ها را تعیین میکند. (بوردیو، ۱۳۹۰: ۱۵۸)

نظریه بوردیو در مورد چگونگی شکل‌گیری اوقات فراغت را می‌توان به شرح زیر خلاصه کرد:

«۱- افراد با توجه به تجربیات اوان زندگی خویش خواسته‌های ویژه و متفاوتی پیدا می‌کنند که بعدها به برداشت، سلیقه و علاقه تبدیل می‌شود.

۲- این خواسته‌ها قابلیت نقل مکان دارد، یعنی در تمام اشکال فعالیت‌های فراغتی و مصرفی خودنمایی می‌کند.

۳- افراد از نظر برداشتی که از فعالیت‌های فراغت دارند با همدیگر متفاوتند.

۴- فعالیت‌های فراغتی گوناگون نیاز به انواع متفاوتی از شایستگی فرهنگی دارد.

۵- اهمیت فعالیت‌ها و فضاهای فراغتی و سبک‌های خاص فراغت به نحوه توزیع آن‌ها در بین گروه‌های مختلف اجتماعی بستگی دارد.

۶- گزینه‌های فراغت از این اهمیت توزیعی سرچشمه می‌گیرد، علایق و سلیقه‌ها ابزارهایی برای نشان دادن تمایز و تشخیص اجتماعی است(هی وود و همکاران، ۱۳۸۰: ۳۶۰).

به عقیده پارکر میزان و نوع تحصیلات بر چگونگی گذران اوقات فراغت و دامنه این فعالیت‌ها تأثیر می‌گذارد. تحقیقات در انگلستان و آمریکا نشان می‌دهد که علاقه مشارکت در بسیاری از کارهای اوقات فراغت به ویژه هنر و کارهای فرهنگی ارتباط نزدیک و تنگاتنگی با میزان تحصیلات دارند. افرادی که از تحصیلات مشابهی برخوردارند، صرف‌نظر از طبقه‌شان به لحاظ عادات ورزش کردن شبیه‌تر به هم هستند تا افرادی که از یک طبقه هستند اما دارای تحصیلات متفاوتی می‌باشند. تمام اشکال ورزش و تفریح خارج از خانه غالباً مورد علاقه افراد تحصیل کرده نیستند. برای مثال کشتی بیشتر مورد علاقه افرادی از طبقات پایین و کم سواد است و مطالعات و ارزیابی‌ها حاکی از آن است که کسانی که خود را طرفدار پر و پا قرص کشتی می‌دانند دارای تحصیلات نسبتاً پایین‌تری نسبت به سایر مخاطبین هستند (همان منبع، ۹۲).

#### ۴- تعریف مفهومی اوقات فراغت

"مجموعه‌ای از اشتغالات فرد که کاملاً به رضایت خاطر خود، برای استراحت، تفریح یا به منظور توسعه یا طلاعات یا آموزش غیرانتفاعی، مشارکت اجتماعی و داوطلبانه بعد از آزاد شدن از الزامات شغلی، خانوادگی و اجتماعی‌بدان می‌پردازد." (ضرغام، ۸۶: ۱۳۷۶).

سازمان ملی جوانان به بررسی تعاریف مختلف مبتنی بر سه رویکرد اقدام کرده است که این سه رویکرد عبارتند از:

۱- فراغت به مثابه زمان: فراغت زمانی است که آنچه را که میتوانیم انتخاب می‌کنیم.

۲- فراغت به عنوان فعالیت: فراغت فعالیت است که موجب ابراز وجود و خود شکوفایی فردیاست.

۳- فراغت به عنوان یک تجربه‌ی بیدرونی: توجه به وضع روحی-روانی- جهت‌گیری- گرایش‌ها- شرایط و تجربه در ارتباط با فراغت است (سازمان ملی جوانان، ۱۳۸۱: ۶۹).

اوقات فراغت به معنای بی‌کاری نیست. چون در اوقات بیکاری فرد کاری برای انجام دادن ندارد ولی در اوقات فراغت کارهای متعددی می‌تواند داشته باشد که تفاوت آن با اوقات دیگر که در آن‌ها نیز به انجام کار و فعالیت مشغول است فقط هدف این کارها و فعالیت‌هاست که هدف از فعالیت‌های اوقات فراغت کسب آرامش و لذت است (لومسدن، ۱۳۸۰: ۶۵)

"اوقات فراغت در مقابل زمانی قرار می‌گیرد که فرد در الزامات اجتماعی نظام کار درگیر است. بنابراین زمانی است که بیش از هر زمان دیگر فرد می‌تواند به خودش بپردازد؛ روابط اجتماعی دلخواه و اختیاری با دیگران برقرار نماید و در آن چه از آن به عنوان اجتماع جامعه‌ای، اجتماع دینی، نهادهای مدنی و... یاد می‌شود مشارکت جوید." (رجب زاده، ۱۳۷۹: ۶) "اوقات فراغت به مجموعه

- ای از اشتغال ها گفته می شود که افراد آن را پس از آزاد شدن از الزامات شغلی، خانوادگی و اجتماعی به منظور استراحت، تفریح، توسعه ی اطلاعات، فراگیری های مورد علاقه و مشارکت اجتماعی به کار می برند." (تورکلیدسن، ۱۳۸۲: ۷۴)
- از مجموعه تعاریف، عناوین و نظریات مطرح شده پیرامون اوقات فراغت نکات مشترک زیر را می توان به دست آورد:
- ۱- اوقات فراغت مخصوص قسمتی از اوقات آزاد فرد است نه زمان کار.
  - ۲- با پیشرفت صنعت و تکنولوژی اوقات فراغت افراد افزایش یافته واز اهمیت بیشتری برخوردار می باشد.
  - ۳- نحوه ی گذران اوقات فراغت برای افراد امری آزاد و انتخابی است.
  - ۴- در نتیجه ی گذران اوقات فراغت نوعی رضایت خاطر، آرامش و رفع خستگی حاصل می شود.
  - ۵- فعالیتهای اوقات فراغت بسته به فراغت گر تعریف می شود.(ساروخانی، ۱۳۶۷: ۹۵)
  - ۶- باید در این زمان افراد را بدور از هر گونه تعهد شخصی، اجتماعی، خانوادگی و مذهبی دانست(مهدیان، ۱۳۷۳: ۷۸).

## ۵- روش تحقیق، ابزار گردآوری داده‌ها، واحد مشاهده و واحد تحلیل

در این تحقیق از دو روش کتابخانه ای و پیمایشی استفاده شده است. در بخش مطالعات کتابخانه ای، مبانی نظری و سوابق مطالعاتی موضوع بررسی و براساس آن، تعدادی از شاخصها و معیارهای مرتبط با سنجش اوقات فراغت بانوان انتخاب شده است. از سوی دیگر از مشاهدات میدانی و غیرساختمند و همچنین تجربه زیست در حیات اجتماعی روزمره در این تحقیق مورد استفاده قرار گرفته شده است. ابزار گردآوری داده‌ها و اطلاعات مصاحبه حضوری مبتنی بر پرسشنامه بوده است. در این تحقیق واحد تحلیل و واحد مشاهده فرد می‌باشد.

## ۶- جمعیت آماری، حجم نمونه و روش نمونه‌گیری

با استفاده از فرمول کوکران حجم نمونه ۴۰۰ نفر برآورد شد از شهروندان شهر تهران مصاحبه حضوری مبتنی بر پرسشنامه صورت گرفته است. از این بین در جهت مقایسه دیدگاه شهروندان مناطق ۱ و ۱۵ از هر منطقه ۲۰۰ نمونه انتخاب گردید. در مرحله بعد به تصادف ۵ محله از محلات منطقه انتخاب و در داخل محله به تصادف بلوکی برای مصاحبه انتخاب گردید و سپس در داخل بلوک‌ها، پاسخگویان به روش نمونه‌گیری سیستماتیک با در نظر گرفتن ترکیب سنی انتخاب و با آنان مصاحبه صورت گرفته است.

## ۷- اعتبار و روایی

برای سنجش روایی سؤالات از آزمون آلفای کرونباخ استفاده گردیده است. جدول زیر نتایج تحلیل روایی متغیرها را نشان می‌دهد.

جدول ۱- ضریب آلفای کرونباخ

ردیف	متغیر	تعداد گویه و سوالات	ضریب آلفای کرونباخ
۱	فعالیت‌های فراغتی در جهت تعالی دینی و معنوی	۴	۰,۷۱۵
۲	فعالیت‌های فراغتی هدفمندی	۵	۰,۷۸۹
۳	فعالیت‌های فراغتی در جهت پیوند خانوادگی	۶	۰,۷۹۳
۴	ارتباطات و همیاری اجتماعی در اوقات فراغت	۴	۰,۶۹۶
۵	ورزش و آمادگی جسمی در اوقات فراغت	۶	۰,۸۶۱

## ۸- یافته‌های تحقیق

در این بخش به مقایسه میانگین سوالات هر شاخص و مقایسه آن بین دو منطقه ۱ و ۱۵ می‌پردازیم:

**فعالیت‌های فراغتی در جهت تعالی دینی و معنوی:** نتایج آزمون T مستقل نشان می‌دهد که در فاصله اطمینان ۹۵ درصد، سطح معناداری (sig= ۰/۰۱۲) می‌باشد. به عبارتی با اطلاعات موجود فرضیه H0 ابطال و فرضیه H1 (پژوهشگر) این تحقیق تأیید می‌شود به بیان دیگر میانگین فعالیت‌های فراغتی در جهت تعالی دینی و معنوی در دو منطقه ۱ و ۱۵ تفاوت معناداری دارد. با مقایسه نتایج به دست آمده از میانگین‌ها نشان می‌دهد که زنان منطقه ۱ از فعالیت‌های فراغتی در جهت تعالی دینی و معنوی بالاتری در این پژوهش برخوردارند. (جدول ۱)

**فعالیت‌های فراغتی هدفمندی:** نتایج آزمون T مستقل نشان می‌دهد که در فاصله اطمینان ۹۵ درصد، سطح معناداری (sig= ۰/۰۲۲) می‌باشد. به عبارتی با اطلاعات موجود فرضیه H0 تأیید و فرضیه H1 (پژوهشگر) این تحقیق رد می‌شود به بیان دیگر میانگین فعالیت‌های فراغتی هدفمندی در دو منطقه ۱ و ۱۵ تفاوت معناداری ندارد. با مقایسه نتایج به دست آمده از

میانگین‌ها نشان می‌دهد که زنان منطقه ۱ از فعالیت‌های فراغتی هدفمندی بالاتری در این پژوهش برخوردارند. مقایسه میانگین‌ها نشان می‌دهد در هر دو منطقه "پرداختن به اموری که موجب آرامش می‌شود" از میانگین بالاتری برخوردار است نکته قابل توجه این است که پاسخگویان منطقه ۱ از میانگین بالاتر و معنی داری در خصوص "تفکیک اوقات کاری و غیر کاری افراد" نسبت به منطبق ۱۵ برخوردار است. (جدول ۲)

جدول ۱: میانگین سوالات فعالیت‌های فراغتی در جهت تعالی دینی و معنوی (از ۱ تا ۵)

آزمون آماری	شاخص تعالی دینی و معنوی در اوقات فراغت		فعالیت تفریحی در جهت رشد معنویت فرد	پرداختن به فعالیت‌های خلاف ارزش فرد در اوقات فراغت	حضور در اماکن مذهبی در اوقات فراغت	پرداختن به فعالیت‌های معنوی در اوقات فراغت	گویه منطقه
	انحراف معیار	میانگین					
T=۲,۵۱۱	۴,۵۱۳	۱۴,۱۲	۴,۰۵	۳,۸۱	۳,۰۱	۳,۳۰	منطقه ۱
sig = ۰,۰۱۲	۴,۱۴۱	۱۳,۰۳	۳,۹۶	۳,۵۰	۲,۵۹	۳,۰۳	منطقه ۱۵

جدول ۲: میانگین سوالات فعالیت‌های فراغتی هدفمندی (از ۱ تا ۵)

آزمون آماری	شاخص هدفمندی در اوقات فراغت		پرداختن به اموری که موجب آرامش می‌شود	پرهیز از پرداختن به امور بی‌اهمیت	مشخص بودن اوقات فراغت	تفکیک اوقات کاری و غیر کاری افراد	برنامه‌ریزی از قبل برای اوقات فراغت	گویه منطقه
	انحراف معیار	میانگین						
T = ۱,۸۰۴	۵,۰۴۲	۱۷,۵۰	۳,۸۵	۳,۶۳	۳,۲۱	۳,۴۰	۳,۴۵	منطقه ۱
sig = ۰,۰۷۲	۵,۱۴۸	۱۶,۵۸	۴,۰۲	۳,۵۵	۲,۹۹	۲,۹۱	۳,۱۱	منطقه ۱۵

**فعالیت‌های فراغتی در جهت پیوند خانوادگی:** نتایج آزمون T مستقل نشان می‌دهد که در فاصله اطمینان ۹۵ درصد، سطح معناداری (sig= ۰/۰۶۴) می‌باشد. به عبارتی با اطلاعات موجود فرضیه H0 تایید و فرضیه H1 (پژوهشگر) این تحقیق رد می‌شود به بیان دیگر میانگین فعالیت‌های فراغتی در جهت پیوند خانوادگی در دو منطقه ۱ و ۱۵ تفاوت معناداری ندارد. با مقایسه نتایج به دست آمده از میانگین‌ها نشان می‌دهد که زنان منطقه ۱ از فعالیت‌های فراغتی در جهت پیوند خانوادگی بالاتری در این پژوهش برخوردارند. همچنین زنان منطقه ۱ ارزیابی بالاتری در خصوص "تلاش برای برقراری ارتباط بهتر با خانواده" نسبت به منطقه ۱۵ داشته‌اند و از سوی دیگر زنان منطقه ۱۵ بیشتر به "دید و بازدید از خویشاوندان و دوستان" پرداخته‌اند. (جدول ۳)

**فعالیت‌های فراغتی در جهت ارتباطات و همیاری اجتماعی:** نتایج آزمون T مستقل نشان می‌دهد که در فاصله اطمینان ۹۵ درصد، سطح معناداری (sig= ۰/۰۴۲) می‌باشد. به عبارتی با اطلاعات موجود فرضیه H0 ابطال و فرضیه H1 (پژوهشگر) این تحقیق تأیید می‌شود به بیان دیگر میانگین فعالیت‌های فراغتی در جهت ارتباطات و همیاری اجتماعی در دو منطقه ۱ و ۱۵ تفاوت معناداری دارد. با مقایسه نتایج به دست آمده از میانگین‌ها نشان می‌دهد که زنان منطقه ۱ از فعالیت‌های فراغتی در جهت ارتباطات و همیاری اجتماعی بالاتری در این پژوهش برخوردارند. (جدول ۴)

جدول ۴: میانگین سوالات ارتباطات و همیاری اجتماعی در اوقات فراغت (از ۱ تا ۵)

آزمون آماری	شاخص ارتباطات و همیاری اجتماعی در اوقات فراغت		شرکت در مراسم و جشن‌ها	پرداختن به کارهای خیر جمعی	علاقه‌مندی به فعالیت‌های دسته جمعی با بانوان	فعالیت در گروه‌ها و انجمن‌های داوطلبانه بانوان	گویه منطقه
	انحراف معیار	میانگین					
T = ۲,۰۳۵	۴,۳۰۶	۱۲,۵۲	۳,۵۴	۲,۹۵	۳,۲۸	۲,۷۹	منطقه ۱
sig = ۰,۰۴۲	۴,۱۹۸	۱۱,۶۵	۳,۵۵	۲,۸۱	۳	۲,۳	منطقه ۱۵

جدول ۳: میانگین سوالات فعالیت‌های فراغتی در جهت پیوند خانوادگی (از ۱ تا ۵)

آزمون آماری	شاخص فعالیت‌های فراغتی در جهت پیوند خانوادگی		آشپزی دسته جمعی با خانواده	بازی و سرگرمی با خانواده	صحبت با خانواده در مورد مسائل و مشکلات	برقراری ارتباط بهتر با خانواده	صرف زمان فراغت برای ایجاد فضای دوستی	دید و بازدید از خویشاوندان و دوستان	گویه منطقه
	انحراف معیار	میانگین							
T = ۱,۸۵۶	۵,۸۲۷	۲۰,۳۱	۲,۶۸	۳,۱۵	۳,۶۸	۳,۸۲	۳,۳۲	۳,۶۷	منطقه ۱
sig = ۰,۰۶۴	۵,۹۴۱	۱۹,۲۰	۲,۳۳	۳,۰۲	۳,۴۸	۳,۳۵	۳,۲۶	۳,۷۳	منطقه ۱۵



**ورزش و آمادگی جسمی در اوقات فراغت:** نتایج آزمون T مستقل نشان می‌دهد که در فاصله اطمینان ۹۵ درصد، سطح معناداری ( $\text{sig} = 0/026$ ) می‌باشد. به عبارتی با اطلاعات موجود فرضیه  $H_0$  ابطال و فرضیه  $H_1$  (پژوهشگر) این تحقیق تأیید می‌شود به بیان دیگر میانگین ورزش و آمادگی جسمی در اوقات فراغت در دو منطقه ۱ و ۱۵ تفاوت معناداری دارد. با مقایسه نتایج به دست آمده از میانگین‌ها نشان می‌دهد که زنان منطقه ۱ به ورزش و آمادگی جسمی در اوقات فراغت بیشتری در این پژوهش می‌پردازند. مقایسه میانگین‌ها نشان می‌دهد بیشترین تفاوت مربوط به "ایجاد اعتماد به نفس با ورزش کردن" و "انجام منظم حرکات نرمشی" است که در هر دو سوال ارزیابی زنان منطقه ۱ بالاتر است. ورزش غیر حرفه‌ای و روزانه و به طور کلی ورزش به مثابه اوقات فراغت از عناصر سبک زندگی مدرن است. در این جا است که می‌توان نتیجه گرفت بخشی از آرامش و اطمینان خاطری را که زنان منطقه ۱۵ از دعا و نیایش و حضور در مکان‌های مذهبی بدست می‌آورند زنان منطقه ۱ از ورزش روزانه بازمی‌یابند.

**جدول ۵: میانگین سوالات ورزش و آمادگی جسمی در اوقات فراغت (از ۱ تا ۵)**

آزمون آماری	شاخص ورزش و آمادگی جسمانی در اوقات فراغت		انجام منظم حرکات نرمشی	ایجاد اعتماد به نفس با ورزش	به تقویت کننده روح و جسم	علاقه ورزش‌های	انجام ورزش در اوقات فراغت	پرداختن به ورزش	انجام ورزش رقابتی	گویه
	میانگین	انحراف معیار								
$T = 2,234$	۶,۸۵۵	۱۹,۹۳	۳,۴۹	۳,۸۲	۳,۴۸	۳,۴۲	۳,۱۳	۲,۷۳	منطقه ۱	
$\text{sig} = 0,026$	۶,۳۴۰	۱۸,۴۴	۲,۰۸	۳,۲۵	۳,۳۳	۳,۱۶	۲,۹	۲,۵۹	منطقه ۱۵	

**رابطه بین ویژگی‌های فردی پاسخگویان منطقه ۱ با فعالیت‌های فراغتی:** نتایج آزمون‌های تحلیل واریانس یکطرفه مستقل برای بررسی رابطه آماری ویژگی‌های فردی پاسخگویان با هر یک از فعالیت‌های فراغتی بیانگر آن است که در فاصله اطمینان ۹۹ درصد، بین پیوند خانوادگی در سطح معناداری ( $\text{sig} = 0,05$ ) و ارتباطات و همیاری اجتماعی پاسخگویان در سطح معناداری ( $\text{sig} = 0,006$ ) با وضعیت تأهل آنان رابطه معناداری وجود دارد. نتایج نشان می‌دهد که، متأهلین بیشتر به فعالیت‌های فراغتی در جهت ارتباطات و همیاری اجتماعی می‌پردازند.

همچنین بین ورزش و آمادگی جسمی در زمان اوقات فراغت در سطح معناداری ( $\text{sig} = 0,031$ ) و فعالیت‌های فراغتی در جهت ارتباطات و همیاری اجتماعی در سطح معناداری ( $\text{sig} = 0,018$ ) با وضعیت تحصیلات پاسخگویان رابطه معناداری وجود دارد. نتایج نشان از آن دارد که با افزایش تحصیلات فعالیت‌های ورزشی در زمان اوقات فراغت افزایش می‌یابد. از سوی دیگر کسانی که دارای تحصیلات دیپلم و زیر دیپلم هستند بیشتر از سایرین به فعالیت‌های فراغتی در جهت ارتباطات و همیاری اجتماعی می‌پردازند.

نتایج تحقیق نشان می‌دهد، بین فعالیت‌های فراغتی در جهت تعالی دینی و معنوی در سطح معناداری ( $\text{sig} = 0,022$ ) و فعالیت‌های فراغتی در جهت پیوند خانوادگی در سطح معناداری ( $\text{sig} = 0,015$ ) و فعالیت‌های فراغتی در جهت ارتباطات و همیاری اجتماعی در سطح معناداری ( $\text{sig} = 0,001$ ) با وضعیت اشتغال پاسخگویان رابطه معناداری وجود دارد. نتایج نشان از آن دارد که خانه‌داران نسبت به سایرین بیشتر به فعالیت‌های فراغتی در جهت تعالی دینی و معنوی، پیوند خانوادگی و ارتباطات و همیاری اجتماعی می‌پردازند. (جدول ۶)

**رابطه بین ویژگی‌های فردی پاسخگویان منطقه ۱۵ با فعالیت‌های فراغتی:** نتایج آزمون‌های تحلیل واریانس یکطرفه مستقل برای بررسی رابطه آماری ویژگی‌های فردی پاسخگویان با هر یک از فعالیت‌های فراغتی بیانگر آن است که، بین فعالیت‌های فراغتی در جهت تعالی دینی و معنوی در سطح معناداری ( $\text{sig} = 0,022$ ) و پیوند خانوادگی در سطح معناداری ( $\text{sig} = 0,000$ ) با وضعیت تأهل آنان رابطه معناداری وجود دارد. نتایج نشان می‌دهد که، متأهلین بیشتر به فعالیت‌های فراغتی در پیوند خانوادگی اجتماعی می‌پردازند. همچنین بین فعالیت‌های فراغتی هدفمند در سطح معناداری ( $\text{sig} = 0,041$ ) با وضعیت تحصیلات پاسخگویان رابطه معناداری وجود دارد. نتایج نشان از آن دارد که با افزایش تحصیلات فعالیت‌های فراغتی هدفمند افزایش می‌یابد.

نتایج تحقیق نشان می‌دهد، بین فعالیت‌های فراغتی هدفمند در سطح معناداری ( $\text{sig} = 0,000$ ) و فعالیت‌های فراغتی در جهت پیوند خانوادگی در سطح معناداری ( $\text{sig} = 0,001$ ) با وضعیت وضعیت اشتغال پاسخگویان رابطه معناداری وجود دارد. نتایج نشان از آن دارد که زنان شاغل نسبت به سایرین بیشتر به فعالیت‌های فراغتی هدفمند و فعالیت‌های فراغتی در جهت پیوند خانوادگی می‌پردازند. بنابراین می‌توان مشاهده کرد زنان تحصیلکرده و شاغل در منطقه ۱۵ بیشتر فعالیت‌های فراغتی هدفمند را دنبال می‌کنند که این امر را می‌توان به آگاهی‌های بالاتر این زنان نسبت داد. (جدول ۷)

جدول ۶: رابطه ویژگی‌های فردی پاسخگویان منطقه ۱ با فعالیت‌های فراغتی

تغییر	منطقه	تعالی دینی و معنوی	هدفمندی	پیوند خانوادگی	ارتباطات و همیاری اجتماعی	ورزش و آمادگی جسمی
وضعیت تأهل	مجرد	۱۳,۸۳	۱۷,۴۶	۱۸,۸	۱۱,۰۸	۲۱,۰۲
	متأهل	۱۳,۹۷	۱۷,۴۲	۲۰,۸	۱۳,۲۱	۱۹,۱۲
	سایر	۱۷	۲۲,۶۶	۲۴	۱۱,۳۳	۲۶
	سطح معنی داری	۰,۴۹۷	۰,۱۹۸	۰,۰۵	۰,۰۰۶	۰,۰۷۱
مقاطع تحصیلی	مقدار F	۰,۷۰۲	۱,۶۳۳	۳,۰۵۳	۵,۲۲۶	۲,۶۸۴
	دیپلم و زیر دیپلم	۱۴,۶۹	۱۷,۰۴	۲۰,۵۸	۱۳,۳۵	۱۸,۷۹
	فوق دیپلم و لیسانس	۱۳,۱۴	۱۷,۶۲	۲۰,۱۱	۱۱,۵۲	۲۰,۸۱
	فوق لیسانس و بالاتر	۱۵,۵۷	۱۸,۶۹	۲۰,۵	۱۳,۳	۲۳,۰۷
وضعیت اشتغال	سطح معنی داری	۰,۰۲۷	۰,۴۸۵	۰,۸۶۹	۰,۰۱۸	۰,۰۳۱
	مقدار F	۳,۲۶۳	۰,۷۲۶	۰,۱۴۱	۴,۱۳۲	۳,۵۲۸
	خانه دار	۱۴,۸۶	۱۷,۴۱	۲۱,۶۵	۱۳,۵	۱۹,۲۲
	شاغل	۱۳,۴۸	۱۷,۸	۱۹,۵۷	۱۱,۷۵	۲۰,۹
وضعیت اشتغال	در حال تحصیل	۱۲,۴۱	۱۷,۸۴	۱۸,۴۸	۱۰,۳	۲۰,۴۷
	سطح معنی داری	۰,۰۲۲	۰,۸۶۶	۰,۰۱۵	۰,۰۰۱	۰,۳۲۷
	مقدار F	۳,۸۹۴	۰,۱۴۴	۴,۳۲۵	۷,۵۱۴	۱,۱۲۵

جدول ۷: رابطه ویژگی‌های فردی پاسخگویان منطقه ۱۵ با فعالیت‌های فراغتی

تغییر	منطقه	تعالی دینی و معنوی	هدفمندی	پیوند خانوادگی	ارتباطات و همیاری اجتماعی	ورزش و آمادگی جسمی
وضعیت تأهل	مجرد	۱۲,۰۴	۱۵,۵۶	۱۷,۵	۱۱,۲۴	۱۸,۹۷
	متأهل	۱۳,۶۶	۱۷,۴۱	۲۰,۹۴	۱۱,۷۳	۱۸,۳۳
	سایر	۱۴,۵	۱۶,۹	۱۶,۳	۱۴,۲	۱۵,۸۲
	سطح معنی داری	۰,۰۲۲	۰,۰۶۴	۰	۰,۱۱۲	۰,۳۱۵
مقاطع تحصیلی	مقدار F	۳,۹۰۹	۲,۷۸۵	۹,۵۶۶	۲,۲۱۸	۱,۱۶۴
	دیپلم و زیر دیپلم	۱۲,۹۴	۱۶,۲۲	۱۹,۰۳	۱۱,۶۸	۱۸,۰۶
	فوق دیپلم و لیسانس	۱۳,۴۴	۱۸,۰۷	۲۰,۴۴	۱۲,۱	۲۰,۶
	فوق لیسانس و بالاتر	۱۲	۲۲	۱۵,۶	۷,۵	۲۰,۹
وضعیت اشتغال	سطح معنی داری	۰,۷۴۸	۰,۰۴۱	۰,۲۷۶	۰,۳۰۹	۰,۰۶۷
	مقدار F	۰,۲۹	۳,۲۴۵	۱,۲۹۷	۱,۱۸۱	۲,۷۳۷
	خانه دار	۱۳,۴۴	۱۶,۴۲	۱۹,۷۴	۱۱,۹	۱۷,۷۳
	شاغل	۱۳,۳۷	۱۸,۹۴	۲۰,۸۷	۱۱,۶۱	۱۹,۳
وضعیت اشتغال	در حال تحصیل	۱۲,۰۱	۱۴,۶۲	۱۶,۶۲	۱۱,۱۷	۱۹,۰۳
	سطح معنی داری	۰,۱۲۷	۰	۰,۰۰۱	۰,۶۱۸	۰,۲۷۷
	مقدار F	۲,۰۸۴	۹,۱۴۶	۷,۰۰۸	۰,۴۸۲	۱,۲۹۴

## نتیجه‌گیری

در ادوار گذشته کار و فراغت اغلب با یکدیگر پیوند داشتند ولی در صده اخیر با رشد و گسترش شهرنشینی در پدیده اوقات فراغت تغییرات برجسته‌ای بوجود آمد. در دهه‌های اخیر ما شاهد تحولات ارزشی در سطح جامعه بوده و به تبع آن تحولاتی نیز در سبک زندگی و اوقات فراغت بر حسب جنسیت نیز پدید آمد. جنسیت نوعی ساختار اجتماعی است و به استنباط جامعه از رفتار، ویژگی‌ها و نقش‌های مناسب برای مردان و زنان مربوط می‌شود. بر اساس سن و جنس طیفی از دلالت‌ها و انگارش‌ها در مورد رفتار مناسب اجتماعی وجود دارد که فعالیت‌های اوقات فراغت را توضیح می‌دهد (نوابی نژاد، ۳۲: ۱۳۷۶). از سوی دیگر سبک‌های فراغتی نیز تابع عواملی چون دسترسی به منابع مادی (سرمایه اقتصادی مانند میزان درآمد و پس‌انداز) و فرهنگی و سمبلیک (سرمایه

فرهنگی مانند سطح تحصیلات، نوع اشتغال، سطح مکان محل زندگی و... است. بر این اساس با توجه به یکسان نبودن دسترسی گروه‌های مختلف اجتماعی به فضاها و امکانات فراغتی در این پژوهش به تبیین جامعه‌شناختی فعالیت‌های فراغتی زنان مناطق ۱ و ۱۵ پرداخته و میزان و نحوه فراغت زنان را در ابعاد گوناگون مورد واکاوی قرار گرفت.

نتایج این پژوهش نشان داد منطقه ۱ در هر یک از ۵ نوع فعالیت فراغتی که در این تحقیق بررسی شده که شامل "فعالیت‌های فراغتی در جهت تعالی دینی و معنوی، فعالیت‌های فراغتی هدفمندی، فعالیت‌های فراغتی در جهت پیوند خانوادگی، فعالیت‌های فراغتی در جهت ارتباطات و همیاری اجتماعی و ورزش و آمادگی جسمی در اوقات فراغت" است. نسبت به منطقه ۱۵ از وضعیت بهتری برخوردار است. نتایج نشان می‌دهد در بین سوالات مربوط به فعالیت‌های فراغتی در جهت تعالی دینی و معنوی در هر دو منطقه بالاترین میانگین به "فعالیت تفریحی در جهت رشد معنویت فرد" اختصاص دارد. همچنین بین فعالیت‌های فراغتی در جهت تعالی دینی و معنوی زنان منطقه ۱ در سطح معناداری ( $sig=0,022$ ) با وضعیت وضعیت اشتغال پاسخگویان رابطه معناداری وجود دارد. نتایج نشان از آن دارد که خانه‌داران نسبت به سایرین بیشتر به فعالیت‌های فراغتی در جهت تعالی دینی و معنوی می‌پردازند. در حالی که بین زنان منطقه ۱۵ این تفاوت معنادار نیست. و در این جا بار دیگر رابطه معکوس بین فعالیت‌های فراغتی سنتی و جایگاه‌های نقشی مدرن را مشاهده می‌کنیم. بدین ترتیب زنانی که تحصیلات کمتری دارند و خانه‌دارند بیشتر از زنان با تحصیلات بالاتر و زنان شاغل به فعالیت‌های فراغتی سازگار با ارزش‌های اجتماعی و فرهنگی جامعه ما مانند معنویت-گرایی، همیاری و دستگیری از دیگران و توجه و اهتمام به کانون خانواده اشتغال دارد. فردگرایی جوهره اصلی مدرنیته است و طبیعی است که هر چه جایگاه‌های نقشی زنان مدرن تر باشد استقلال و حفظ منافع فردی (از سلامت بدن گرفته تا منافع مادی) برای آنان مهم‌تر از فداکاری و ایثار برای دیگران است.

مقایسه نتایج به دست آمده از میانگین‌ها نشان می‌دهد که زنان منطقه ۱ از فعالیت‌های فراغتی هدفمندی بالاتری در این پژوهش برخوردارند. مقایسه میانگین‌ها نشان می‌دهد در هر دو منطقه "پرداختن به اموری که موجب آرامش می‌شود" از میانگین بالاتری برخوردار است نکته قابل توجه این است که پاسخگویان منطقه ۱ از میانگین بالاتر و معنی داری در خصوص "تفکیک اوقات کاری و غیر کاری افراد" نسبت به منطق ۱۵ برخوردار است. همچنین بین فعالیت‌های فراغتی هدفمند زنان منطقه ۱۵ در سطح معناداری ( $sig=0,041$ ) با وضعیت تحصیلات و وضعیت اشتغال پاسخگویان رابطه معناداری وجود دارد. نتایج نشان از آن دارد که پاسخگویان با تحصیلات بالا و همچنین شاغلین بیشتر از دیگران به فعالیت‌های فراغتی هدفمند افزایش می‌یابد. در حالی که در پاسخگویان منطقه ۱ با وجود بالا بودن فعالیت‌های فراغتی هدفمند در بین تحصیل کرده‌ها اما این تفاوت معنادار نیست. با مقایسه نتایج به دست آمده از میانگین‌ها نشان می‌دهد که زنان منطقه ۱ از فعالیت‌های فراغتی در ارتباط با پیوند خانوادگی بالاتری در این پژوهش برخوردارند. همچنین زنان منطقه ۱ ارزیابی بالاتری در خصوص "تلاش برای برقراری ارتباط بهتر با خانواده" نسبت به منطقه ۱۵ داشته‌اند و از سوی دیگر زنان منطقه ۱۵ بیشتر به "دید و بازدید از خویشاوندان و دوستان" پرداخته‌اند.

فعالیت‌های فراغتی در جهت پیوند خانوادگی پاسخگویان منطقه ۱ در سطح معناداری ( $sig=0,015$ ) با وضعیت وضعیت اشتغال پاسخگویان رابطه معناداری وجود دارد. نتایج نشان از آن دارد که خانه‌داران نسبت به سایرین بیشتر به فعالیت‌های فراغتی در ارتباط با پیوند خانوادگی می‌پردازند. همچنین فعالیت‌های فراغتی در جهت پیوند خانوادگی پاسخگویان منطقه ۱۵ در سطح معناداری ( $sig=0,000$ ) با وضعیت تأهل و در سطح معناداری ( $sig=0,001$ ) با وضعیت اشتغال پاسخگویان رابطه معناداری دارند. نتایج نشان می‌دهد که، زنان متأهل نسبت به شاغل بیشتر به فعالیت‌های فراغتی در ارتباط با پیوند خانوادگی می‌پردازند. درباره زنان متأهل به نظر می‌رسد دلیل این موضوع روشن است و درباره زنان شاغل زمان کمتری که این افراد برای اوقات فراغت در اختیار دارند و همین‌طور فرصت کمتری که برای دیدار خانواده در طول روز دارند میتواند علت این امر باشد. میانگین فعالیت‌های فراغتی در جهت ارتباطات و همیاری اجتماعی در دو منطقه ۱ و ۱۵ تفاوت معناداری دارد. با مقایسه نتایج به دست آمده از میانگین‌ها نشان می‌دهد که زنان منطقه ۱ از فعالیت‌های فراغتی در جهت ارتباطات و همیاری اجتماعی بالاتری در این پژوهش برخوردارند.

فعالیت‌های فراغتی در جهت ارتباطات و همیاری اجتماعی پاسخگویان منطقه ۱ در سطح معناداری ( $sig=0,018$ ) با وضعیت تحصیلات پاسخگویان و در سطح معناداری ( $sig=0,001$ ) با وضعیت اشتغال پاسخگویان تفاوت معناداری دارند. نتایج نشان می‌دهد کسانی که دارای تحصیلات دیپلم و زیر دیپلم هستند بیشتر از سایرین به فعالیت‌های فراغتی در جهت ارتباطات و همیاری اجتماعی می‌پردازند. و همچنین زنان خانه‌دار نسبت به سایرین بیشتر به فعالیت‌های فراغتی در جهت ارتباطات و همیاری اجتماعی می‌پردازند. بالا رفتن میزان تحصیلات عموماً با سطح اشتغال خارج از خانه ارتباط مثبت دارد از این رو می‌توان نتیجه گرفت بانوان خانه‌دار هم به جهت وقت بیشتر در اوقات فراغت و هم از جهت نیاز بیشتر به برقراری روابط اجتماعی در اوقات فراغت خود بیشتر با ارتباط با سایرین و حضور در جمع می‌پردازند. میانگین ورزش و آمادگی جسمی در اوقات فراغت در دو منطقه ۱ و ۱۵ تفاوت معناداری دارد. با مقایسه نتایج به دست آمده از میانگین‌ها نشان می‌دهد که زنان منطقه ۱ به ورزش و آمادگی جسمی در اوقات فراغت بیشتری در این پژوهش می‌پردازند. مقایسه میانگین‌ها نشان می‌دهد بیشترین تفاوت مربوط به "ایجاد اعتماد به نفس با

ورزش کردن" و "انجام منظم حرکات نرمشی" می‌باشد که در هر دو سوال ارزیابی زنان منطقه ۱ بالاتر است. همچنین بین ورزش و آمادگی جسمی در زمان اوقات فراغت پاسخگویان منطقه ۱ در سطح معناداری ( $\text{sig}=0,031$ ) با وضعیت تحصیلات پاسخگویان رابطه معناداری وجود دارد. نتایج نشان از آن دارد که با افزایش تحصیلات فعالیت‌های ورزشی در زمان اوقات فراغت افزایش می‌یابد. همان‌گونه که پیشتر اشاره شد ورزش به مثابه اوقات فراغت پدیده‌ای مدرن است و افراد مدرن و تحصیلکرده که دسترسی بیشتری به رسانه‌ها دارند لزوم گنجاندن ورزش را در اوقات فراغت خود بیشتر احساس می‌کنند. تعدد مجموعه‌های ورزشی بزرگ و چند منظوره و باشگاه‌های خصوصی در مناطق شمال شهر از مشتریان رو به رشد این فعالیت فراغتی سالم خبر می‌دهد.

## منابع

- ۱- تانیکس، فرن (۱۳۹۰). فضا، شهر و نظریه اجتماعی، مناسبات اجتماعی و شکل‌های شهری، مترجم حمید رضا پارسی و آرزو افلاطونی، تهران: دانشگاه تهران.
- ۲- تیموتی، دالن (۱۳۸۸). جامعه‌شناسی مصرف‌گردهگری و خرید، مترجمان علی اصغر سعیدی و مهدی حسین آبادی، تهران: جامعه‌شناسان.
- ۳- دومازدیه، ژوفر (۱۳۵۲). "زمان اوقات فراغت از دیدگاه تاریخی و جامعه‌شناسانه"، ترجمه م. آدینه، مجله فرهنگ و زندگی، شماره ۱۲.
- ۴- دومازدیه، ژوفر، (۱۳۸۱). مقدمه‌ای بر جامعه‌شناسی اوقات فراغت (مقاله نهم از کتاب: تلویزیون، خانواده و فرهنگ)، ترجمه علی اسدی، چاپ اول، تهران: سازمان چاپ و انتشارات وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی.
- ۵- ذکائی، محمد سعید (۱۳۹۱). فراغت، مصرف و جامعه، تهران: انتشارات تیسرا.
- ۶- رفعت‌جاه، مریم (۱۳۸۶). جنسیت و اوقات فراغت، سمینار معماری کلان اوقات فراغت در تهران، دانشگاه تهران، دانشکده علوم اجتماعی.
- ۷- ریتزر، جورج (۱۳۸۰). نظریه‌های جامعه‌شناسی در دوران معاصر، ترجمه محسن ثلاثی؛ تهران: انتشارات علمی.
- ۸- ساروخانی، باقر (۱۳۷۵). درآمدی بر دایره‌المعارف علوم اجتماعی، جلد ۲، تهران: انتشارات کیهان.
- ۹- سعیدی، علی اصغر (۱۳۸۷). تحول در مطالعات فراغت. مجله مطالعات جوانان. شماره ۱۲.
- ۱۰- شکوری، علی (۱۳۸۷). سبک‌ها و الگوهای فراغتی در میان بخشی از جوانان شهر تهران، مجله مطالعات جوانان، شماره ۱۲.
- ۱۱- عابدین زاده آستارایی نرگس (۱۳۷۰). بررسی چگونگی گذران اوقات فراغت دختران دبیرستانی منطقه ۱۷، آموزش و پرورش تهران، پایان‌نامه کارشناسی ارشد رشته تربیت بدنی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران.
- ۱۲- علی احمدی، امید (۱۳۹۲). زنان، سبک‌های فراغتی و خانواده در شهر تهران در مجموعه مقالات تحولات سبک زندگی تهران: انتشارات تیسرا.
- ۱۳- فاضلی، محمد (۱۳۸۲). مصرف و سبک زندگی، قم: انتشارات صبح صادق.
- ۱۴- گیدنز، آنتونی (۱۳۷۹). جهان رهاشده رفتارهایی درباره‌ی یکپارچگی جهانی، ترجمه علی اصغر سعیدی و یوسف حاجی عبدالوهاب، تهران: انتشارات علم و ادب.
- ۱۵- گیدنز، آنتونی (۱۳۸۲). تجدد و تشخص، ترجمه ناصر موفقیان، تهران: نشر نی.
- ۱۶- موموندی، افسر (۱۳۸۰). "بررسی چگونگی گذران اوقات فراغت نوجوانان و جوانان شهر ورامین"، طرح پژوهشی، وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی
- ۱۷- نکویی فرد، ام البنین (۱۳۹۱). شهر و کارکردهای اجتماعی آن، تهران: کویر.
- ۱۸- وبلن، تورستن (۱۳۸۳). نظریه طبقه مرفه، مترجم فرهنگ ارشاد، تهران: نشر نی.
- ۱۹- هیوود، لس و دیگران (۱۳۸۰). اوقات فراغت، ترجمه محمد احسانی، تهران: انتشارات امید دانش.
- ۲۰- هینیک، ناتالی (۱۳۸۴). جامعه‌شناسی هنر. ترجمه عبدالحسین نیک‌گهر، تهران: نشر آگه.
- ۲۱- هیوود، لس و همکاران (۱۳۸۰). اوقات فراغت، مترجم محمد احسانی، تهران: امید دانش.
- 22- Jarvie, Grant and Maguire, Joseph (1994) "Sport and Leisure in Social Thought", Routledge.
- 23- Parker, Stanley (1976) "The Sociology of Leisure", London: George Allen Unwin Ltd.
- 24- Brown, S. P. (1996). A meta-analysis and review of organizational research on job
- 25- involvement. Psychological Bulletin, 120