

## بررسی مبانی و دیدگاه‌های تربیتی گذران اوقات فراغت در رشد تفکر خلاق کودکان و نوجوانان

دکتر مختار رجبی\* (نویسنده مسئول) و حکیمه صفا

گروه مدیریت، واحد لامرد، دانشگاه آزاد اسلامی، لامرد، ایران

### چکیده

پیشینه و اهداف: افزایش اوقات فراغت و فراگیر شدن مسایل مربوط به آن امروزه دغدغه‌های جدید و فراوانی را برای خانواده‌ها و متصدیان امور علمی، فرهنگی، اجتماعی و سیاسی در سراسر جهان آفریده است. ایران عزیز ما از این موضوع مستثنی نبوده و جامعه‌ی جوان ما به طور روز افزونی چالش‌های فراغتی را در جسم و روان خویش لمس می‌نماید. از این رو در کشورهای پیشرفته در کنار فعالیت‌های آموزش و پرورش رسمی در مدارس فرصت‌هایی را نیز در اختیار دانش‌آموزان قرار می‌دهند تا در ابعاد تربیتی و اجتماعی به رشد، علائق، استعدادها و توانمندی‌های خود بپردازند و خود را برای یک زندگی شایسته شغلی و اجتماعی آماده سازند. حال در این پژوهش که عنوان آن «بررسی مبانی و دیدگاه‌های تربیتی گذران اوقات فراغت در پرورش تفکر خلاق کودکان و نوجوانان» است، نظریات مکاتب تربیتی کلاسیک، نظریه‌های رنسانس تا اوایل قرن نوزدهم، نظریه‌های قرن نوزدهم و بیستم و نظریه‌های اسلام در مورد بازی، تفریح و اوقات فراغت (با توجه به برداشتی که پژوهشگر از مفاهیم تئوریک آن‌ها می‌نماید) و تأثیر آن بر پرورش خلاقیت کودکان و نوجوانان مورد بررسی قرار می‌گیرد.

روشها: پژوهش حاضر یک پژوهش کاربردی است که با استفاده از روش پژوهش کیفی از نوع تحلیل محتوای تحلیلی - توصیفی انجام گردیده است. در این مطالعه برای استخراج و تدوین مطالب از روش سه سو سازی استفاده گردید؛ یعنی مطالعه با بهره‌گیری از پژوهش‌های مربوط و مبانی نظری انجام شد. این روش تحقیق از نوع روش تحقیق نظری است که با روش تحلیل محتوا و با رویکرد کیفی انجام گرفته است. ابزار جمع‌آوری اطلاعات، فیشهای برداشت شده از کتب گوناگون و از طریق مطالعه کتابخانه‌ای بوده است. قلمرو تحقیق، کلیه منابع اصلی و دست اول و همچنین منابعی بوده است که دیگران به صورت نقد در خصوص آنها تدوین نموده و به زبان‌های انگلیسی و فارسی بوده است. در این مورد محقق به سراغ منابع اولیه و کتاب‌ها، آثار و نوشته‌های دست اولی که به طور مستقیم و غیر مستقیم به موضوع اشاره نموده رفته است. بر اساس تحلیل منابع، یافته‌های پژوهش را ارائه داده است و در نهایت این یافته‌ها را مورد بحث قرار داده است. شیوه انتخاب منابع که مبنای تحلیل قرار گرفته است، عمدتاً اصالت منبع، موثق بودن و مرجعیت نویسنده یا نویسندگان بوده است. همچنین قابلیت دسترسی به منابع نیز وجهه نظر قرار گرفته است و در پایان به جمع بندی و نتیجه‌گیری بحث می‌پردازیم.

یافته‌ها: از نظر این پژوهش مهم‌ترین کارکردهای اوقات فراغت عبارتند از: غنی‌سازی کیفیت اجتماعی، رشد ابعاد مختلف فردی، تبدیل جامعه به مکانی دلپذیر برای زندگی، پیشگیری از استفاده‌های ضد اجتماعی و بزهکارانه از وقت آزاد، بهبود بخشی روابط میان گروهی و روابط بین نسل‌ها، تقویت پیوندهای میان ساکنان محله و جامعه، برطرف کردن نیازهای گروه‌های جمعیتی خاص، کمک به حفظ سلامت اقتصادی و ثبات اجتماعی، غنی‌سازی زندگی فرهنگی جامعه، ارتقاء سلامت و امنیت اجتماعی.

نتیجه‌گیری: از مباحث ایراد شده نتیجه گرفته می‌شود که در برنامه ریزی اوقات فراغت باید نکات اساسی را در نظر گرفت که عبارتند از: برنامه ریزی بر مبنای توجه به نیاز، اولویت‌ها، امکانات موجود، مشارکت و همفکری، مسئولیت‌پذیری، پیش‌بینی اتفاقات احتمالی،

برنامه ریزی اقتصادی، برنامه ریزی اجتماعی و سیاسی، برنامه ریزی آموزش‌های غیر رسمی پیشنهاد می‌گردد از آن جاییکه خانواده اولین جامعه‌ای که کودکان و نوجوانان در آن رشد یافته و پرورش می‌یابند، بررسی تأثیر آموزش خانواده در استفاده‌ی مفید از اوقات فراغت برای آنان بررسی شود

کلیدواژه‌ها: تفکر اجتماعی اسلام متفکران مسلمان متفکران غرب اندیشه غربی و اسلامی.

## مقدمه

اوقات فراغت را می توان مهمترین و دلپذیرترین اوقات انسانها دانست. این اوقات برای مؤمنین لحظه های نیایش با معبود، برای عالمان دقائق تفکر و تأمل و برای هنرمندان زمان ساختن و ابداع است، در عین حال برای عده ای نیز این اوقات فراغت ملال آورترین لحظه هاست [۱]. اوقات فراغت از دیدگاه عالمان، جامعه شناسان و دانشمندان به حدی مهم است که معتقدند، موجودیت و اصالت فرهنگ های جامعه بر مبنای فرصت ها و اوقات فراغت افرادی که در آن جامعه زندگی می کنند پی ریزی شده است [۲]. فرانسیس دوکه می گوید: به من بگوئید اوقات فراغت را چگونه می گذرانید تا بگویم شما که هستید و فرزندانان را چگونه تربیت می کنید؟ [۳] و یا تاگور شاعر معروف هندی معتقد است؛ تمدن های انسانی سرمایه های جاویدانی هستند که از کاشت، داشت و برداشت صحیح اوقات فراغت متجلی گشته اند [۴]. روان شناسی به نام «میهایلی چیکزنت میهایلی»<sup>۱</sup> بر این اعتقاد است که تجربیات مبدعانه که با نوعی اکتشاف توأم باشند، انگیزه فرد و شور او برای ادامه زندگی و نیز حس خوشبختی و رفاه را در وی افزایش می دهد: وقتی به افراد یک فهرست داده می شود و از آنها خواسته می شود که بهترین توصیف را از لذتی که از بهترین فعالیتی که مورد علاقه شان است انتخاب کنند، فعالیت هایی نظیر خواندن کتاب، کوهنوردی، بازی شطرنج و... بیشترین پاسخی که داده می شود عبارت است از «طراحی یا کشف چیزی جدید» [۵] شواهد حاکی از این است که دست کم برخی افراد از کشف و خلاقیت بیش از هر چیز دیگری لذت می برند [۶]. اوقات فراغت فرصتی است که به فرد امکان می دهد تا هنگامی که از کار، اجتماعات و یا تعهدات خانوادگی نسبتاً آزاد است، یک فعالیت ذهنی، تفریحی یا سرگرم کننده مطابق با سلیقه خود فراهم کند. امروزه تفریح و گذران اوقات فراغت، وسیله ای مؤثر برای پرورش قوای فکری و جسمی و اخلاقی افراد بوده و عاملی برای جلوگیری از کج رویهای اجتماعی محسوب می شود [۷]. کودکان و نوجوانان پر انرژی ترین افراد هستند و این انرژی ها باید مصرف شود، اما اگر در جهت سازنده مصرف نشود کودکان و نوجوانان راهی برای مصرف آن پیدا می کنند که به دلیل بی تجربه بودن ممکن است به راههای غیر سازنده و منحرف کشانده شوند. با ورود به قرن ۲۱ امکانات گسترده و متنوعی چون ماهواره ها، اینترنت، رایانه و... جهت استفاده کودکان و نوجوانان در اوقات فراغتشان در دسترس آنان قرار گرفته است [۸]. اما عدم نظارت و کنترل والدین و مربیان بر نحوه گذران اوقات فراغت فرزندانشان، می تواند آنها را به بیراهه بکشاند که چه بسا پیامد آن معضلات و خسارات جبران ناپذیری باشد. اگر پدران و مادران به تربیت فرزندان خود اهتمام ننمایند روزگار آنان را تربیت خواهد کرد. در حقیقت مقصود پیامبر (ص) آن است که چنانچه والدین در امر تربیت فرزندان خود برنامه ای نداشته باشند، حوادث و شرایط پیش آمده که ممکن است بر خلاف موازین تربیتی هم باشد تربیت فرزندان را سازمان دهد [۹]. واژه ی اوقات فراغت از دو کلمه ی اوقات و فراغت ترکیب شده است و ضروری است که قبل از بیان تعریف و مفهوم آن به معنای لغوی این دو کلمه اشاره شود: اوقات در لغت جمع کلمه ی وقت یعنی هنگام ها، روزها و ساعت ها تعریف شده است. در زبان فارسی فراغت در لغت به معنای آسودگی و آسایش است و به طور معمول در مقابل مشغولی بودن و روز مرگی و درگیری هایی که موجب خستگی می شود به کار برده می شود [۱۰]. فراغت زمانی است که فرد در اختیار خویش است تا به دلخواه از امکانات فردی و محیطی استفاده کند و خود را باز آفرینی کند [۱۱]. در این تعریف، باید به سه نکته توجه داشت: اول اینکه فعالیت های فراغتی اختیاری است. دوم اینکه امکانات فردی و محیطی برای انجام فعالیت های فراغتی محدودیت هایی ایجاد می کند، و سوم اینکه هدف از فراغت باز آفرینی است. باز آفرینی در پایین ترین سطح خود به معنی تفریح، تمدد اعصاب و ایجاد فرح روحی است ولی در سطوح عالی خود می تواند به معنای تکامل فردی و اجتماعی اشخاص باشد [۱۲]. «فراغت کامل دارای ویژگی های زیر است: رها بودن از وظایف، هدف و جهت مادی نداشتن، نشاط و شادمانی، پاسخ گویی به نیازهای فرد. فراغت دو شرط اصلی دارد: ۱. رهایی از تکالیف شغلی، خانوادگی و اجتماعی ۲. پرداختن به اموری که مطبوع است و ساعات تهی بیکاری را پر می کند» [۱۳]. «گذراندن اوقات فراغت، مجموعه فعالیت هایی را که شخص به میل خود، خواه برای استراحت، خواه برای تفریح و خواه برای

<sup>1</sup> Mihaly csikszent mihaly

گسترش اطلاعات و ارتباطات آموزشی، شخصی یا مشارکت اجتماعی با کاربرد توان خود در خلاقیت در زمان فارغ از تعهدات شغلی، خانوادگی و اجتماعی به عهده می‌گیرد» [۱۴]. اوقات فراغت را می‌توان زمانی دانست که انسان از قید تکالیف رسمی رهایی می‌یابد، خود را آزادتر و مستقل‌تر از سایر اوقات حس می‌کند و در این رهگذر ذوق و هنر می‌شکند و فرصت‌های با معنا و ارزشمندی به وجود می‌آید. ویل دورانت<sup>۱</sup> معتقد است: تمدن محصول اوقات فراغت ملت‌هاست. دکتر علی شریعتی بر این باور است: هر انسانی در زمان فراغتش بیشتر خودش است تا در اوقات کارش. زیرا در آن لحظه فرد بهترین فرصت‌ها را می‌یابد تا با روح آزاد انسان تماس داشته باشد. در این جا انسان بدون هیچ قید خارجی، خودش است [۱۵]. فراغت مشغول شدن به فعالیت‌های خود جوش و مطلوب و دوست داشتنی؛ فعالیت‌هایی که دو ویژگی اصلی آنها آزادی و تنوع است. این مفهوم اوقات فراغت جزء غنی‌ترین اوقات زندگی انسان است و انسان را به نیازهای درونی، خودسازی و خودشناسی فرا می‌خواند [۱۶]. در تمدن یونان قدیم داستان‌های خیالی و موهوم، جشن‌های سالانه، ماهیانه و انواع ورزش‌های پهلوانی، بازی‌های المپیک، نمایش‌نامه‌ها، تئاتر، موسیقی و شعر وجود داشت، در امپراطوری روم نیز با صور تازه‌ای از اوقات فراغت رو به رو می‌شویم، مانند مسابقات، جنگ‌ها، گلادیاتورها، نمایش‌های کمدی و خنده‌آور، گرمابه‌های عمومی مخصوص روم قدیم. در مصر نیز ورزش مهم‌ترین عامل گذراندن اوقات فراغت مردم تلقی می‌شد. به خصوص در موقع تغییر زندگی از نحوه‌ی ابتدایی به سمت مدنیت توجه به تربیت بدنی بیشتر شد. ژیمناستیک و کشتی از قدیم به افتخار خدایان انجام می‌شد و بعد از آن کشتی بیشتر رواج یافت که موجب سرگرمی افراد می‌شد، نکته‌ی مهم از مصر قدیم شرکت زنان در فعالیت‌های مختلف ورزشی بود، حرکات موزون در میان آن قوم وجود داشت و همه‌ی طبقات آن را اجرا می‌کردند، اعیان و اشراف در حرکات موزون مذهبی شرکت می‌کردند که این امر برای عده‌ای، سرگرمی و برای برخی دیگر جزو حرفه و شغل به کار می‌رفت [۱۷]. در جامعه‌ی ایران قبل از اسلام مزایای فراغت بیشتر به طبقات ممتاز جامعه اختصاص داشته است و عموم مردم از فرصت‌های کمتری برای استراحت و فعالیت‌های خاص اوقات بیکاری چون دید و بازدید، گفت و شنود، شرکت در مراسم و جشن‌های ملی و مذهبی برخوردار بودند. رشد روز افزون شهرنشینی در دوران اشکانیان و ساسانیان صور تازه‌ای از سرگرمی‌های اوقات فراغت را در جامعه ایران نشان می‌دهد. در آن زمان اخلاق و آداب، به تدریج تلطیف می‌شود و ذوق امور تفریحی و تجملی بیش از پیش نیرو می‌گیرد. به عنوان نمونه رواج موسیقی، که از جمله شیوه‌های تفریح طبقات ممتاز در عهد ساسانی بوده است در عهد بنی عباس بر اثر نفوذ روح فرهنگ ایران در دربار خلفای عباسی، لباس و خوراک ایرانی مورد تقلید واقع شد و جشن‌های ایرانیان چون نوروز احیاء، عمومی و رسمی گردید. بدین ترتیب می‌توان حدس زد که اغلب فعالیت‌های خاص اوقات فراغت چنان که در گذشته نزد ایرانیان متداول بوده محفوظ مانده است. از میان این تفریحات می‌توان به بازی‌هایی چون: چوگان، شطرنج، تخته‌نرد، گلوله‌اندازی و اسب‌دوانی اشاره کرد. شرکت در جشن‌ها و اعیاد یکی از قدیمی‌ترین و متداول‌ترین نوع فراغت به شمار می‌آید. در زمان صفویه هر گاه مراسم ازدواج انجام می‌شد، نوزادی به دنیا می‌آمد یا اعیاد مذهبی فرا می‌رسید، اغلب مردم در این جشن‌ها شرکت می‌کردند و به طور عمده در این اعیاد با یکدیگر دید و بازدید می‌کردند. گاهی از مواقع مشارکت مردم در این جشن‌ها فعالانه نبود بلکه فقط نظاره‌گر بودند و این موارد مواقعی بود که جشن‌های بزرگ‌تر برگزار شده، متعلق به شاه و درباریان بود. جشن‌های متداول طبقات متوسط و ضروری جامعه عبارت بودند از: جشن عروسی، مراسم تولد، عید شتر قربانی، عید فطر، عید غدیر، عید نوروز، جشن آب پاشان، جشن گل‌سرخ، از دیگر فعالیت‌های فراغتی در عهد صفویه می‌توان به موسیقی اشاره کرد [۱۸]. امروزه در کنار فراغت رسانه‌ای، الگوهای جدید دیگری پیش روی افراد به خصوص نوجوانان و جوانان قرار گرفته است که در اینجا به آن‌ها اشاره می‌شود. اکثر جوانان و نوجوانان در جامعه‌ی امروز در فراغت به موسیقی مورد علاقه خود گوش می‌دهند، با دوستان هم‌جنس خود از طریق تلفن صحبت می‌کنند. تلویزیون‌های ماهواره‌ای تماشا می‌کنند، برای تفریح به پارک‌ها می‌روند، با موتور و اتومبیل برای تفریح در سطح شهر می‌گردند و ... این فعالیت‌ها را می‌توان بیانگر فرهنگ مشترک این جوانان و نوجوانان دانست. البته بر اساس تحقیقات انجام شده، در بین جوانان کم‌سن و سال‌تر، متاهل‌ها، غیر شاغل‌ها، زنان و جوانانی که مادرانشان تحصیلات بالایی دارند، الگوی فعالیت رسانه‌ای (تصویری) مشتمل بر تماشای کانال‌های تلویزیونی ماهواره‌های

سینما و موسیقی بیشتر است. الگوی فعالیت تفریحی مبتنی بر گفت و گو (چت) که اغلب به صورت مکالمه ی تلفنی با دوستان هم جنس و گفت و گو با دوستان اینترنتی صورت می گیرد، به طور عمده در میان جوانان کم سن و سال و غیر شاغل که با توجه به آمارها این تمایل در میان دختران بیشتر از پسران است. الگوی فعالیت خانوادگی یا خانواده گرایی که به وسیله مقولاتی چون صرف زمان فراغت با هم صحبتی با والدین، شرکت در مهمانی های خانوادگی و تماشای کانال های خانوادگی در میان متاهل ها و افراد مذهبی تر بیشتر است. به طور کلی توسعه ی فزاینده ی فناوری های ارتباطی در ایران امروز نه تنها امکان ورود به عرصه های اطلاعاتی را در حوزه های خبری برای همه مهیا ساخته بلکه فضا را برای سرگرمی و گذراندن اوقات فراغت فراهم کرده که به سرعت در حال رشد است. رسانه ای و خانگی شدن فراغت به واسطه ی فناوری ماهواره ای، پخش و ارسال برنامه های تلویزیونی بیانگر گذراندن بخش عمده ای از فراغت جوان است که در دوران جدید در کنار طولانی شدن دوره ی نوجوانی و جوانی به علت طولانی شدن دوران تحصیل، عدم اشتغال جوانان و وابستگی دراز مدت آن ها به خانواده از اهمیت خاصی برخوردار است [۱۹]. فراغت از دیرباز موضوع مهمی در زندگی انسان بوده است. با این وجود، امروزه اهمیت آن فزونی یافته و ابعاد آن پیچیده تر شده است. ادیان الهی نیز بی تردید نسبت به این موضوع مهم بی توجه نبوده اند. تقریباً در تمامی مذاهب، تعطیلی روز هفتم به رسمیت شناخته شده است و برخی چنان برای آن اهمیت قایل شده اند که خلقت جهان را نیز کاری شش روزه دانسته و خالق هستی را در روز هفتم در فراغت دیده اند موضوع اعیاد و مراسم فصلی و سالانه نیز واقعیتی دیگر است که در تمامی مذاهب به چشم می آید. گویی کلیه ی ادیان اذعان دارند که نیایش های روزانه و مراسم هفتگی هنوز فراغت کافی را تأمین ننموده و بشر به تعطیلاتی طولانی تر و مراسمی عمیق تر برای باز آفرینی و فرح بخشی چرخشی خویش نیاز دارد. البته در فرهنگ اسلامی فراغت با بیهودگی، معطلی یا روزمرگی همسو نیست، بلکه فرصتی مجدد برای کوشش و تلاش بی پایان زندگی است در اسلام، نماز فراغتی نظام دار و چرخشی است که در طول روز چند بار انسان را از اجبارهای محیطی فارغ ساخته و به وی آرامش قلب می دهد. توجه داشته باشیم که به رغم بسیاری از مذاهب دیگر، در اسلام فرح روحی و فراغت عبادی در حرکت جسمی آمیخته شده است. این می تواند از اعجاز اسلام باشد. تعطیلی جمعه، گردهمایی های عمومی تر در اعیاد مثل فطر و قربان همه ره آوردهایی فراغتی هستند که برای فرح بخشی و بازآفرینی زندگی فردی و اجتماعی در جامعه ی مذهبی ضرورت دارند. موضوع فریضه ی حج، با توجه به تحمیلی که برای رنج سفر لازم بوده و تنوعی که در اجتماع انسانی حاصل از آن فراهم می شده است، یادآور فراغتی عمیق با دستاوردهای ژرف از ابعاد مختلف زیستی، روانی و اجتماعی می باشد [۲۰]. در تحقیقی که توسط علی شکوری در شهر تهران از ۵۰۰ نفر از جوانان ۱۵ تا ۳۰ ساله در مورد اوقات فراغت انجام شد، مشخص شد که با توجه به فعالیت های تفریحی و فراغتی ۱۰ عامل یا ۱۰ نوع الگو را می توان شناسایی کرد. از بین این الگوها، فعالیت های مربوط به الگوی رسانه های دیداری از طرفدار زیادی در میان افراد مورد بررسی برخوردار است. سبک های زندگی مبتنی بر فعالیت های تفریحی جوانان مورد مطالعه هم چنان تابع جنسیت، سن و وضع تأهل، وضع اشتغال، سطح تحصیلات آنان و والدین آن ها و درجه مذهبی بودن آن است. [۲۰] یافته های حاصل از تحقیقات صدا و سیمای جمهوری اسلامی ایران در سال ۱۳۶۶ حاکی از آن است که رایج ترین شیوه گذران اوقات فراغت مردم تهران تماشای تلویزیون بوده است. به طوری که ۷۹ درصد مردم تهران تلویزیون تماشا می کنند و سپس به ترتیب دور هم نشستن با افراد خانواده، استراحت، گوش کردن به رادیو، دید و بازدید از جمله فعالیت های دیگر آنها بوده است [۲۲]. نتایج تحقیقی که در سال ۱۳۷۰ در مورد نحوه ی گذران اوقات فراغت کارمندان اداره آموزش و پرورش تهران در ایران انجام شده نشان می دهد که ۵۵ درصد از کارمندان اوقات فراغت خود را صرف رسیدگی به امور مربوط به خانواده و ۳۴ درصد صرف شغل دوم و ۳۲ درصد در ایام فراغت خود ورزش می کنند. از نتایج تحقیق چنان استنباط شده که مشکلات عمده کارمندان در زمینه ی اوقات فراغتشان به شکل مطلوب مسائل و مشکلات اقتصادی بوده است و اکثریت آنان در حقیقت ساعات بسیار کمی برای فراغت دارند [۲۳]. فکوهی، و انصاری مهابادی، (۱۳۷۹) در مقاله پژوهشی انسان شناختی در حوضه ی شهری و اوقات فراغت است. اساس کار در این پژوهش مبتنی بر نقش و تأثیر گذران اوقات فراغت بر شکل گیری شخصیت افراد و نیز ایجاد و پیدایش گونه های شخصیتی متأثر از چنین فرآیندی است. افراد مورد مطالعه، دو گروه از دختران دبیرستانی شهر

تهران بوده اند. اعضای گروه الف از بعد اقتصادی و فرهنگی و سلسله مراتب طبقاتی در زمره ی طبقه ی بالا و افراد گروه ب در طبقه ی پایین جامعه تعریف شده اند. نگرش ها و رویکردهای خانواده های گروه اول بیشتر مدرن و گروه دوم سنتی است. نتایج پژوهش نشان می دهند که این رویکردها و نیز پایگاه اقتصادی و فرهنگی چنین خانواده هایی در نوع گذران فراغت هر دو گروه اثر گذاشته است، دختران گروه الف از تنوع فراغتی بیشتری برخوردار بوده و علاوه بر گذران فراغت در خانه، در خارج از خانه نیز فعالیت دارند و برعکس فراغت گروه ب بسیار کم تنوع و محدود بوده و تا حد زیادی در فعالیت های داخل خانه متمرکز است. نتایج اوقات فراغت در گروه اول تفریح و سرگرمی بیشتری را برای آنها فراهم کرده و موجب شده است خصایص و رفتارهای شخصیتی خاصی چون برون گرایی، اجتماعی فعال و خلاق بودن در آنها شکل بگیرد و در مواردی به دلیل عدم توجه و عدم کنترل و مدیریت صحیح به وسیله ی خانواده برخی هنجارشکنی های زیان بار نیز در آنها دیده شده است. عوامل یاد شده و نیز در شرایط سخت زندگی، دختران گروه ب را مجبور به انجام کارهای سنگین در خانه کرده، بنابراین فرصت تفریح و سرگرمی را از آنها گرفته است. این عوامل سبب بروز پدایش خصایص و رفتارهای شخصیتی خاص و گاه نامطلوبی نیز شده است. نظیر درون گرایی، انزوا، انفعال، نداشتن خلاقیت، شرم، خجالت، کم رویی. پوراسماعیل، (۱۳۸۸)

. ضمن تأکید بر مهم بودن این ایام (ایام فراغت) در زندگی هر انسان، سعی در معرفی برخی از این راه کارها، از دو سرچشمه ی اصیل قرآن و حدیث، شده است. هر جامعه شامل افراد مختلفی است که همین تنوع، فرهنگ های مختلفی را در گذران اوقات فراغت، به وجود می آورد. قرآن و روایات بر این باورند که اوقات فراغت زمانی است که بیشتر انسانها از آن استفاده ی مفید و کامل نبرده و به اموری غیر از رضای الهی گام برمی دارند. از این رو با بررسی قرآن و حدیث ملاحظه می شود دین مبین اسلام به چگونگی گذران اوقات فراغت توجهی ویژه داشته و راهکارهای بسیاری را فراروی بشر نهاده است که ویژگی آن رشد و کمال انسان ها به سوی هدف آفرینش است. نتایج تحقیق ربانی، و بشیری، (۱۳۸۸) بیانگر نقش تعیین «طبقه ی اجتماعی» و ترکیب هم زمان «جنسیت» با طبقه ی اجتماعی در خطوط تمایز و تفاوت الگوهای گذران اوقات فراغت است. حوزه ی فراغت در تهران به عنوان عرصه ی انتخاب فردی هنوز در دایره ی محدود طبقه ی اجتماعی و جنسیت است. کنشگران اگرچه آزادی انتخاب دارند اما این انتخاب توسط متغیرهای ساختاری و زمینه ای محدود شده است. همبستگی شدید هویت با طبقه ی اجتماعی و جنسیت - در حوزه ی فراغت - به معنای نفی تفاسیر پست مدرن در تمایزات اجتماعی متکثر مبتنی بر مصرف است. نتایج پژوهش منادی، (۱۳۸۷) بیانگر این نکته است که والدین و جوانان اوقات فراغت خود را به یک شکل نمی گذرانند. آنها مشغولیت های مختلفی داشته و چون ذوقیات مشابه ندارند، علایق متفاوت دارند و به ارزشهای یکسانی باور ندارند. دنیای متفاوت و جهان بینی شان متفاوت است. در واقع والدین از سرمایه های اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی متفاوت برخوردار هستند. بدینسان فرزندان هم در محیط های خانوادگی مختلف رشد کرده و هم از عصر ارتباطات تأثیر گرفته اند. از این رو هم والدین و هم جوانان از مشغولیت های متفاوتی در زندگی روزمره آنها برخوردار بوده و در نتیجه اوقات فراغت متفاوت و فضاهای مختلف فرهنگی پیرامون خود دارد. آنچه در این بررسی نتیجه می شود این است که بر خلاف برخی تفکرات و اندیشه ها اوقات فراغت به مفهوم تعطیل و رها شدن همه فعالیت ها نیست و با تفنن و بی برنامه گی، صبر و انتظار، سیاست باری بهر جهت بودن نیز کاملاً متفاوت است. بلکه اوقات فراغت فرصت های ضمنی، فوق برنامه، فعالیت های جنبی و یا غیر رسمی زندگی است. لذا پژوهش حاضر سعی نموده است تا نظریات مختلف مرتبط با مبانی و دیدگاههای تربیتی گذران اوقات فراغت در رشد تفکر خلاق کودکان و نوجوانان را به عنوان یکی از متغیرهای پژوهش، مورد مطالعه قرار داده، و در نهایت الگوی طراحی شده را به همراه پیشنهادها و راهکارهایی به متخصصان و دستاوردکاران تعلیم و تربیت ارائه نماید. بر اساس آنچه که در مطالعات نظری و پژوهشهای انجام شده قبلی گذشت، سؤالات فرعی پژوهش معطوف بر این موارد است:

آیا تفکر خلاق کودکان و نوجوانان در اوقات فراغت پرورش می یابد؟

آیا خلاق گونه بودن اوقات فراغت، تفکر خلاق کودکان و نوجوانان را رشد می دهد؟

آیا شادی بخش بودن فعالیت های اوقات فراغت، تفکر خلاق کودکان و نوجوانان را رشد می دهد؟

همچنین پرسش اصلی تحقیق که در این تحقیق پرسش اساسی این است که دریابیم تفکر خلاق کودکان و نوجوانان از طریق گذران اوقات فراغت چگونه پرورش می یابد؟ و چه رهنمودها، دیدگاه ها و کارکردهایی در پرورش تفکر خلاق کودکان و نوجوانان ارائه شده است؟

### روش تحقیق

یکی از راه های بررسی اندیشه و آراء اندیشمندان و شخصیت های بزرگ به ویژه اندیشمندان و فیلسوفان تعلیم و تربیت مراجعه به آثار مکتوب و به جا مانده از این بزرگان است. لذا پژوهشگر، در تحقیق خود، با توجه به اهداف و فرضیات تحقیق که روشن می شود این تحقیق از دسته تحقیق های تحلیلی - توصیفی است، ضمن گردآوری برخی از این آثار با استفاده از روش مجاوره ای (پارالل) و قرار دادن دو موضوع مورد توجه در هر پرسش تحقیقی در برابر هم به توصیف چگونگی گذران اوقات فراغت و تأثیر آن در پرورش تفکر خلاق کودکان و نوجوانان، پرداخته و نکات مهم آن را مشخص و به تحلیل هر کدام از این موضوعات پرداخته است. در این بررسی با توجه به موضوع تحقیق که یک موضوع کتاب خانه ای است، از اطلاعات دست اول و کتب منتشره از این دانشمندان و اطلاعات دست دوم از طریق بانک های اطلاعاتی، شبکه های رایانه ای، کتب، مجلات علمی، مقالات، نشریه ها، پایان نامه های معتبر دانشگاهی گردآوری شده از روش کتاب خانه ای «اسنادی» استفاده و با فیش برداری از منابع، شروع و سپس به طبقه بندی اطلاعات وجه تشابه و افتراقات اوقات فراغت و خلاقیت و اندیشه های بزرگان و اندیشمندان در مورد گذران اوقات فراغت در پرورش تفکر خلاق کودکان و نوجوانان به تحلیل و ساماندهی این مطالب پرداخته شده است. سرانجام پیشنهادات و نکات لازم و ضروری در مورد چگونگی گذران اوقات فراغت و تأثیر آن در رشد خلاقیت کودکان و نوجوانان به اولیاء و مربیان و کارشناسان تعلیم و تربیت ارائه گردیده است.

### نتایج و بحث

#### پرسش ۱: آیا تفکر خلاق کودکان و نوجوانان در اوقات فراغت پرورش می یابد؟

از آثار و نتایج فعالیت های اوقات فراغت امکان رشد و شکوفایی خلاقیت و نوآوری در انسان ها است، به گونه ای که بسیاری از صاحب نظران و اندیشمندان علوم تربیتی و اجتماعی بر نقش اوقات فراغت در شکوفایی خلاقیت ها تأکید داشته و معتقدند که «انسان ها هنگام اشتغال به فعالیت های آزاد یعنی به هنگام گذران اوقات فراغت قابلیت های فردی خود را نشان می دهند و استعدادهای ویژه و قدرت خلاقه خود را ظاهر می کنند». یکی از محققان به نام «دنيس گیور» که مطالعات زیادی در زمینه ی اوقات فراغت نوجوانان انجام داده است می گوید: اوقات فراغت فرصتی به فرد می دهد تا انرژی خود را آزاد کند و به خلاقیت ها و خود شکوفایی نایل شود [۲۴]. متخصصان تعلیم و تربیت نیز برنامه ریزی در گذران اوقات فراغت را مناسب ترین شرایط برای بالا بردن قدرت ابتکار و خلاقیت کودکان و نوجوانان می شناسند.

#### پرسش ۲: آیا خلاق گونه بودن اوقات فراغت، تفکر خلاق کودکان و نوجوانان را رشد می دهد؟

منظور از خلاق گونه بودن اوقات فراغت این است که کودکان و نوجوانان در اوقات فراغت خود به اموری بپردازند که آن امور بتواند خلاقیت آن ها را رشد و پرورش بدهد. مانند انواع بازی ها چون عروسک بازی، شطرنج و یا انواع معماها و جداول و... بازی در اوقات فراغت یکی از راه های پرورش خلاقیت در کودکان است. بازی هایی که قدرت تخیل و ابداع را پرورش می دهند: مثل عروسک بازی یا کاغذ نقاشی که باعث سازندگی و ابداع در کودک می شود. بازی هایی که قدرت تفکر را پرورش می دهند: مثل یک سوراخ به شکل مثلث که باید یک مثلث به اندازه ی آن را داخلش جا داد یا اندازه ی آن را تشخیص داد یا کودک چند قطعه چهارگوش را به هم وصل کند تا بازی «دوز» و شطرنج و انواع معماها و بازی ها درآید. بازی های ابتکاری یا موضوعدار و نقشدار بازی هایی هستند که آفریده ی خود کودکان و نوجوانان هستند این بازی ها می توانند خلاقیت کودکان و نوجوانان را رشد دهند. ابتکار و خلاقیت کودکان و نوجوانان در آفرینش موضوع و در تجسس وسایل جهت عملی ساختن آن ظاهر می گردد، کودک باید فکر کند که به کجا سفر می کند و با چه وسیله ای: هواپیما یا کشتی و این هواپیما یا کشتی را با کدام بازیچه مجسم سازد. کودکان در بازی های ابتکاری، در واقع امر، هم بازی نویس و هم صحنه پرداز، هم

کارگردان و هم هنر پیشه هستند. اما قادر نیستند ایده‌ی خود را بیروارند و همانند هنر پیشگان واقعی مدتی را برای آماده ساختن خویش صرف کنند، تنها بازیگر خویشتن اند و آرزوها و احساسات خود را برای خود بیان می‌دارند. بازی با ایجاد گریه‌های هنری کودکان و نوجوانان مانند نقاشی، طراحی و مجسمه‌سازی و ... پیوند نزدیک و وجوه مشترک دارد. می‌توان موضوع معینی را هم در بازی و هم در نقاشی مشاهده کرد. ضمن بازی‌های ابتکاری و موضوع‌دار، کودکان غالباً آواز می‌خوانند، می‌رقصند و اشعاری که آموختند زمزمه می‌کنند. بدین ترتیب بازی‌های ابتکاری چون وسیله‌ای پر اهمیت در رشد همه‌جانبه‌ی کودکان با دیگر انواع فعالیت‌های آنان مربوط است و این خود ارزش‌والای بازی‌های ابتکاری را در روند تربیتی کودک نشان می‌دهد [۲۵]. بازی‌هایی چون شطرنج و ورزش‌های تفریحی اموری خلاق‌گونه‌اند. ورزش علاوه بر تأثیرهای مثبت بر توانایی‌های ذهنی انسان به ویژه کودکان و نوجوانان دارد. ورزش‌های تفریحی، ملایم و با نشاط به ویژه تمرینات هوازی موجب تسریع گردش خون می‌شوند و بدین ترتیب خون و در نتیجه اکسیژن بیشتری به مغز می‌رسد و این شادابی و نشاط را به دنبال دارد و ذهن را خلاق‌تر و برای فراگیری آماده‌تر می‌کند. بنابراین می‌توان گفت بازی و ورزش، فقط عامل تخلیه‌ی انرژی اضافه کودک و نوجوان، اتلاف وقت و یا جلوگیری از شلوغی آن‌ها نیست، بلکه بر عکس اثر و فایده‌های مهم زیادی در تندرستی روحی و روانی و رشد تفکر، تخیل، دقت و خلاقیت کودکان و نوجوانان دارد.

### پرسش ۳: آیا شادی بخش بودن فعالیت‌های اوقات فراغت، تفکر خلاق کودکان و نوجوانان را رشد می‌دهد؟

فعالیت در اوقات فراغت باید دارای هدف، محتوا، برنامه، روش، ابزار و امکانات مشخصی باشد. همه‌ی کودکان و نوجوانان نیازمند تفریح و شادمانی هستند. یکی از روش‌هایی که می‌تواند اوقات فراغت افراد جامعه را زیر پوشش قرار داده و بسیاری از ضعف‌ها و کمبودهای جسمانی و روانی را رفع و درمان کند، ورزش و تفریحات سالم است. تربیت بدنی و ورزش گذشته از جبران ضعف‌ها و حفظ تندرستی افراد، آنان را برای زندگی، تلاش و اهداف مشترک آماده می‌سازد، استفاده از بازی در اوقات فراغت فرصتی را برای پیشرفت فرد فراهم می‌آورد. این پیشرفت می‌تواند در تمام ابعاد جسمی، ذهنی و روانی حاصل شود. یکی از مواردی که به شادی بخش بودن گذران اوقات فراغت کمک می‌کند، گذران اوقات فراغت باید به نحوی باشد که زمینه‌های لازم برای شکوفایی فردی و اجتماعی را فراهم آورد [۲۶]. زیرا شکوفا کردن استعدادها از اهم وظایف تعلیم و تربیت است. انسان بالنده در تفکر مازلو فردی است که به خود شکوفایی رسیده باشد و یکی از عواملی که به خود شکوفایی فرد کمک می‌کند به تعبیر آلن بیرو، گذران اوقات فراغت است. در حین گذران اوقات فراغت که فعالیت آزاد و اختیاری است فرد به دلخواه به فعالیتی می‌پردازد که هم استعداد آن را دارد و هم بدان علاقمند است قطعاً به شکوفایی در بعد فردی می‌رسد. شکوفایی در بعد اجتماعی نیز محقق می‌گردد که فرد در کنار جمعی به فعالیت می‌پردازد و از طریق مهارت‌های زندگی به رشد و بالندگی بیشتری دست می‌یابد. علاوه بر این، با قرار گرفتن در جمع، انسان‌هایی که توان رهبری جمعی را دارند، شناخته می‌شوند و با به دست گرفتن رهبری جمع، استعدادهای رهبری فرد به شکوفایی می‌رسد و علاوه بر آن استعدادهایی در او رشد می‌کند که لازمه‌ی آن حضور در اجتماع است، مانند رشد استعداد کلامی. نتیجه آنکه حاصل گذران اوقات فراغت دست یافتن به شکوفایی فردی و اجتماعی است. مواردی چون تفریحات سالم، ورزش و بازی‌ها در شادی بخش بودن گذران اوقات فراغت و تأثیر آن در رشد خلاقیت کودکان و نوجوانان مؤثرند. اختصاص دادن ساعاتی از روز هر چند اندک به تفریح، موجب کسب نیرو و انرژی لازم برای انجام کارهایی علمی و عملی می‌شود. ورزش جز آنکه فعالیت بدنی و اجتماعی و گروهی است نوعی بازی به حساب می‌آید و برای مدتی انسان را از نگرانی‌ها و دلواپسی‌ها به دور نگه می‌دارد و فرد را متوجه نقاط مثبت خویش می‌کند. اردوگاه تفریحی و فضای باز طبیعی نیاز اصلی و محیط متناسب با سرشت و طبیعت کودک و نوجوان است. بازی‌های جالب کودک را به وجد می‌آورد و نیازش را به کوشش و فعالیت برآورده می‌سازد. باید متذکر شد که کودک حتی در شرایط بسیار خوب و تغذیه‌ی درست، بدون بازی‌های دلچسب و جالب افسرده و پژمرده خواهد بود. ضمن بازی همه‌ی جوانب شخصیت کودک در اتحاد و همکاری با همبازی‌ها شکل می‌گیرد. بهترین راه پرورش روح دوستی و همکاری میان کودکان و رشد استعداد سازمانده‌ی آنان کشاندن کودکان به بازی‌هایی است که منعکس‌کننده‌ی کار بزرگسالان، رفتار انسان دوستانه و همکاری میان انسان‌ها باشد. ضمناً میتوان خلاقیت و فعالیت فردی کودک را در

بازی های جمعی که به طرز صحیحی تشکیل یافته باشد تکامل بخشید . یکی از ملموس ترین کارکردهای اجتماعی اوقات فراغت این است که با تدارک فرصت هایی برای مشارکت افراد و گروه های مختلف در فعالیت های ورزشی ، مسابقات ، رویدادهای اجتماعی و فرهنگی ، لحظات شاد و لذت بخشی را برای شرکت کنندگان فراهم می کند . برای بسیاری از اشخاص که کیفیت زندگی با میزان شادی و نشاط ارتباط مستقیم دارد ، این رویدادها لحظات بسیار مغتنمی اند که می توانند به کیفیت زندگی آن ها غنا و عمق ببخشند . [۲۷] در جامعه ی صنعتی شتابزده ، پر سرو صدا ، تراج شده و شلوغ فرصت هایی برای یافتن هویت ، خود پنداری مثبت ، تعامل اجتماعی ، ابراز خلاقیت و حتی انگیزه های جسمی و ذهنی برای حفظ سلامت جسمی و روحی ممکن است فقط از طریق فرصت های پر هیجان اوقات فراغت حاصل شود . جنبه ی دیگری از تأثیرات اوقات فراغت را در غنی ساختن کیفیت زندگی می توان در پارک ها مشاهده کرد . فلسفه ی وجودی پارک ها رامی توان در ایجاد فضاهای تفریحی سالم و طبیعی در شهرها دانست . از طرف دیگر برنامه های تفریحی گوناگونی که جامعه تدارک می بیند ، مجموعه های غنی و سازنده به وجود می آورد که کودکان و نوجوانان را به کشف ارزش های شخصی ، استعدادها و تجربه های مفید و با اهمیت قادر می سازد .

### یافته های جانبی (سوال اصلی)

#### پرسش ۱: چه نکاتی برای برنامه ریزی اوقات فراغت وجود دارد ؟

به طور کلی در برنامه ریزی اوقات فراغت باید نکات اساسی زیر را در نظر گرفت که عبارتند از : ۱. برنامه ریزی بر مبنای توجه به نیاز : در یک برنامه ریزی دقیق باید به نقش نیازها توجه وافری داشت یا به عبارت دیگر باید استعدادهای ، توانایی ها و علایق افراد و نحوه ی پرورش و شکوفایی آنان را مورد توجه قرار داد . ۲. اولویت ها : در برنامه ریزی اوقات فراغت اولویت ها باید مورد توجه قرار گیرند . نیازها بر اساس درجه اهمیت آن ها برآورده و مرحله به مرحله برای نوجوانان و جوانان تشریح شود . ۳. امکانات موجود : باید از امکانات موجود استفاده ی بهینه ای به عمل آورد و هر نوجوانی و یا هر خانواده ای در برنامه ریزی اوقات فراغت چنانچه امکانات موجود را در نظر بگیرد و بخواهد به بلند پروازی های جاه طلبانه جامه ی عمل بپوشاند در واقع به بروز توقعات نابجا کمک کرده است . ۴. مشارکت و همفکری : باید به گونه ای باشد که نظریات و عقاید شرکت کننده در برنامه ریزی ها در نظر گرفته شود و هم چنین برنامه به نوعی جوابگوی خواسته های معقول و منطقی آن ها باشد . ۵. مسئولیت پذیری : در برنامه ریزی اوقات فراغت و اجرای آن باید وظایف و مسئولیت های افراد مشخص شود و هر کس موظف است وظیفه اش را خود انجام دهد ، احساس مسئولیت کند و برای دیگران ارزش قائل شود . ۶. پیش بینی اتفاقات احتمالی : بیشتر جوانان و نوجوانان به خطرات احتمالی در خصوص این موضوع فکر نمی کنند و تصور می کنند که خود به تنهایی می توانند به حل مشکل یا مسئله بپردازند و چنانچه برای این گونه موارد پیش بینی های لازم انجام نگیرد ممکن است نوجوان از خود رفتارهای پرخطرانه و ناپسند بروز دهد . ۷. برنامه ریزی اقتصادی : در برنامه ریزی اوقات فراغت باید سرمایه و منابع مالی لازم را برای پیشبرد امور و فعالیت ها در نظر گرفت . ۸. برنامه ریزی اجتماعی و سیاسی : باید با سیاست گذاری های صحیح و هدفمند در همه ی ابعاد و زمینه ها فعالیت کرد . ۹. برنامه ریزی آموزش های غیر رسمی : در این مرحله باید به فعالیت های خارج از مدرسه مانند حضور در برنامه های مختلف ، کانون های فرهنگی و تربیتی ، اردوگاه ها و اماکن ورزشی توجه ویژه ای شود .

#### پرسش ۲: کارکردهای اوقات فراغت کدامند ؟

مهم ترین کارکردهای اوقات فراغت عبارتند از کارکرد ۱ : گذران اوقات فراغت کیفیت زندگی اجتماعی را غنی می سازد . یکی از ملموس ترین کارکردهای اجتماعی اوقات فراغت این است که با تدارک فرصت هایی برای مشارکت افراد و گروه های مختلف در فعالیت های ورزشی ، مسابقات ، رویداد های اجتماعی و فرهنگی ، لحظات شاد و لذت بخشی را برای شرکت کنندگان فراهم می کند . برای بسیاری از اشخاص که کیفیت زندگی با میزان شادی و نشاط ارتباط مستقیم دارد ، این رویدادها لحظات بسیار مغتنمی اند که می توانند به کیفیت زندگی آن ها غنا و عمق ببخشند . کارکرد ۲ : اوقات فراغت در رشد ابعاد مختلف فردی سهیم است . اوقات فراغت در رشد سلامت جسمی ، اجتماعی ، عاطفی ، عقلانی و روحانی و هم چنین



در انسجام خانواده نقش فوق العاده مثبتی دارد. تأثیرات مثبت اوقات فراغت و تفریح دیگر فقط به سرگرمی و لذت شرکت کنندگان در این فعالیت ها محدود نمی شود، بسیار فراتر از آن می رود به طوریکه درباره ی نقش مثبت آن در تناسب اندام که جلوه هایی از سلامت جسمی است، سازگاری اجتماعی و رشد در مراحل مختلف زندگی جای هیچ شک و تردیدی نیست. روان شناسان می گویند؛ بسیاری از افراد از تجربیات ورزشی دوران کودکی خود خاطرات بسیار زنده ای دارند. چنین تجربیاتی اغلب در ایجاد خودپنداری مثبت و مهم تر از آن در تقویت پیوندها و علائق میان والدین و فرزندان نقشی بسیار کلیدی بازی می کنند. این تجربیات علاوه بر این که برای کودکان مفیدند، در سلامت روحی والدین نیز مؤثرند. از طرف دیگر برنامه های تفریحی گوناگونی که جامعه تدارک می بیند، مجموعه هایی غنی و سازنده به وجود می آورد که کودکان و نوجوانان را به کشف ارزش های شخصی، استعدادها و تجربه های مفید و با اهمیت قادر می سازد. آن ها از طریق این برنامه روابط مثبت و ارزشمندی را در ارتباط با همسالان خود تجربه می کنند. کارکرد ۳: اوقات فراغت جامعه را به مکان دلپذیری برای زندگی تبدیل می کند. برنامه ریزی و سرمایه گذاری در زمینه ی اوقات فراغت می تواند به نوعی در حفاظت محیط زیست که خود در زیباسازی و سلامت زندگی بشر تأثیری فوق العاده دارد، مؤثر واقع شود. بسیاری از شهرها برای تفریح و گذران اوقات فراغت فضاهای طبیعی دارند که کوه های نزدیک شهرها، پارک های طبیعی خارج از شهر و ساحل و اسکله های شهرهای ساحلی از آن جمله اند. کارکرد ۴: اوقات فراغت از استفاده های ضد اجتماعی و بزهکارانه از وقت آزاد جلوگیری می کند. اوقات فراغت با تدارک برنامه های سازنده و لذت بخش برای نوجوانان از طریق فرصت های تفریحی مرتبط با سایر خدمات لازم برای آن ها، از استفاده ی ضد اجتماعی یا مخرب وقت آزاد مانند بزهکاری یا سوء مصرف مواد پیشگیری می کند یا تأثیرات منفی این نوع استفاده از وقت آزاد را کاهش می دهد. کارکرد ۵: اوقات فراغت روابط میان گروهی و روابط بین نسل ها را بهبود می بخشد. اوقات فراغت با تدارک تجارب تفریحی و فرهنگی مشترک بین گروه های مختلف نژادی، قومی، مذهبی و نسل های مختلف، روابط دوستانه و مودت میان این گروه ها را بهبود می بخشد. کارکرد ۶: اوقات فراغت پیوندهای میان ساکنان محله و جامعه را تقویت می کند. اوقات فراغت می تواند از طریق ترغیب و تشویق ساکنان یک محله با اجتماع برای مشارکت در طرح های داوطلبانه، و برنامه های خدماتی و رویداد هایی که برای بهبود و ارتقاء روحیه ی شهروندی صورت می گیرد، پیوندهای میان ساکنان یک محله، منطقه یا شهر را تقویت کند. در بسیاری از اجتماعات طرح های تفریحی مرتبط با ورزش، محیط زیست، انواع هنرها و گروه های جمعیتی خاص مانند معلولان و علائق مشترک، غرور و افتخار و همکاری ساکنان محله ها را ارتقاء می دهد. شهروندان علاقمند می توانند برنامه هایی را تدارک ببینند که نیاز های فراغتی مردم را مرتفع خواهند کرد؛ آن ها می توانند از تلاش هایی که برای توسعه و گسترش خدمات مرتبط با تفریح و پارک ها برای بهبود خدمات عمومی طراحی شده اند پشتیبانی کنند. کارکرد ۷: برطرف کردن نیازهای گروه های جمعیتی خاص. اوقات فراغت برای کمک به گروه های جمعیتی خاص، مانند معلولان جسمی و ذهنی، می تواند با تدارک خدمات تفریح درمانی در مراکز درمانی، و برنامه ریزی اجتماعی محور، در طیف گسترده ای از معلولیت ها به افراد خدمات ارائه کند. معلولان نیز مانند همه ی مردم به فرصت های تفریحی نیاز دارند و مسلم است که اگر این نیاز در آن ها بیش تر از سایر گروه های جمعیتی نباشد، کمتر هم نیست. کارکرد ۸: اوقات فراغت به حفظ سلامت اقتصادی و ثبات اجتماعی کمک می کند. صنعت اوقات فراغت همراه با گردشگری بزرگ ترین و گسترده ترین صنعت جهان محسوب می شود به طوری که فقط سهم اوقات فراغت در تجارب جهانی سالانه حدود چهارصد میلیارد برآورده شده است. کارکرد ۹: اوقات فراغت زندگی فرهنگی جامعه را غنی می سازد. جلوه های حیات فرهنگی جامعه به طور سنتی در هنرهای زیبا، هنرهای نمایشی، رویدادهای ویژه ی فرهنگی، برنامه های فرهنگی مربوط به حفاظت از بناهای تاریخی، میراث عامه، موزه های تاریخ طبیعی، موزه های مردم شناسی، و این قبیل امور فرهنگی نمود پیدا می کند. بدون تردید سرمایه گذاری و صرف وقت در این بخش، نه تنها به رشد و تعالی اقشار مختلف جامعه کمک بسیار می کند، بلکه فرصت های متنوع و لذت بخشی را نیز در اختیار آن ها قرار می دهد تا در کنار پرداختن به فعالیت های فرهنگی لذت بخش، حیات فرهنگی خود و جامعه ی خود را غنی سازند. بسیاری از اختراعات و ابتکارات، فعالیت های علمی، فرهنگی، تابلوهای بزرگ نقاشی، تئوری های مختلف در هنگام اوقات فراغت شکل می گیرد.

گذران مطلوب اوقات فراغت نقش بسیار مهمی در پیشبرد اهداف فرهنگی جامعه دارد. از جمله موجب افزایش کمی و کیفی کتابخانه ها، مطبوعات و نمایشگاه ها در جامعه می شود. از سوی دیگر، در اوقات فراغت استعداد های فرد شکوفا گردیده در صورتی که با بصیرت و همکاری مسئولین صورت می گیرد موجب خلاقیت و خلق پدیده های نو می شود. کارکرد ۱۰: اوقات فراغت سلامت و امنیت اجتماعی را ارتقاء می دهد. یکی از آشکارترین آثار تفریحات اجتماعی در قالب برنامه های متنوع ورزشی و سایر فعالیت های جسمانی، ارتقای تناسب اندام است، و طیف گسترده ای از مطالعات، ارزش تمرینات منظم را در پیشگیری از بیماری های قلبی عروقی، چاقی مفرط و حتی برخی از انواع سرطان ها نشان داده است. برخی از محققان با تأکید ویژه بر برنامه های سلامتی بخش مهم، نقش تفریحات عمومی و پارک ها را در بهبود سبک های زندگی سالم تأیید کرده اند. هم چنین محققان تأیید می کنند هر آنچه افراد در اوقات فراغت خود انجام می دهند، در سلامت جسمی و ذهنی و طول عمرشان تأثیرات عمده ای دارد.

### پرسش ۳: چه نیازهایی از طریق گذران اوقات فراغت تأمین می گردد؟

۱. نیاز به استراحت و رفع خستگی: پیوستگی در انجام کارها و نبود زمان کافی برای استراحت موجب نزول کیفیت کار و نیز پرخاشگری فرد فعال می گردد. ولی باید این را به کودکان و نوجوانان آموخت که زمان استراحت زمان بطلت نیست و در واقع این زمانی است که فرد به تمدد اعصاب می پردازد و نتیجه ی آن افزایش بازده است؛ چون ذهن و بدن آدمی پس از مدتی کار خود نیازمند استراحت است که باید به طوری طبیعی به آن بپردازد. پس اوقات فراغت می تواند چنین نیازی را برطرف نماید.

۲. نیاز به تفریح: پس از انجام کارهای طولانی آدمی نیاز دارد تا اوقاتی را صرف تفریح کند. امام علی (ع) در روزهای جمعه به بیرون از شهر مدینه و به قصد تفریح می رفتند، و پیامبر (ص) فرموده اند که مسافرت کنید تا سلامت بمانید ۳. سرگرمی و ایجاد تنوع: بخشی از درگیری های درون منزل که میان کودکان رخ می دهد به این دلیل است که آن ها بیکارند و وسیله ای برای سرگرمی ندارند. لذا یکی برای دیگری ادا در می آورد و او نیز در عوض وی را می زند. مسئله ی تنوع نیز امر مهمی است و زندگی بدون تنوع خسته کننده می باشد. تنوع مانع پدید آیی افسردگی است ۴. شکوفایی استعدادهای شخصی: فردی که استعدادهایش به نحو مطلوبی به شکوفایی رسیده باشد به تعبیر مازلو به خود شکوفایی دست یافته است. در واقع یکی از زمینه هایی که موجب رشد استعدادهای می شود پرداختن به فعالیت هایی است که فرزند در اوقات فراغت انجام می دهد.

۵. نیاز به رشد فرهنگی: در جامعه ی امروزی توجه به فرهنگ و تغییرات اجتماعی حائز اهمیت است. با توجه به توسعه ی فناوری اطلاعات که می توان در جهت تأمین چنین نیازی اقدامات مؤثر به عمل آورد ۶. شکوفایی فردی و اجتماعی: شکوفا نمودن استعدادهای مهم وظایف تعلیم و تربیت است. مازلو: فرد بالنده کسی است که به خود شکوفایی رسیده باشد [۲۸].

### پرسش ۴: عوامل مؤثر در نحوه ی گذران اوقات فراغت کدامند؟

نگاهی به عوامل مؤثر بر نحوه ی گذران اوقات فراغت نشان می دهد که تمامی افراد به یک میزان از اوقات فراغت بهره نمی گیرند یا شکل گذران اوقات فراغت همه ی مردم یکسان نیست. در ذیل به عواملی اشاره می شود که به تنهایی یا به همراه عوامل دیگر یا به طور دسته جمعی بر امر مشارکت در فعالیت های فراغتی تأثیر می گذارند: تأثیرات فردی و خانوادگی، شخصیت فرد، نیازهای فرد، علائق فرد، توانایی فیزیکی و اجتماعی وی، فرهنگی که در آن رشد کرده و هدفش در زندگی. هر کدام به نوبه ی خود بر نحوه ی انتخاب و چگونگی مشارکت فرد در فعالیت فراغتی تأثیر گذار هستند و از سوی دیگر عوامل اجتماعی که به نوبه ی خود تأثیر گذار هستند. (به توضیح هر کدام از این عوامل در فصل سوم اشاره شده است)

### پرسش ۵: چه نظریه ها و دیدگاه هایی در رابطه با گذران اوقات فراغت ارائه شده است؟

به نظر برخی از صاحب نظران به طور کلی می توان درباره ی اوقات فراغت پنج دیدگاه متمایز و همپوشان تشخیص داد که همه ی این تعاریف در چارچوب این پنج دیدگاه جای می گیرند. ۱. اوقات فراغت به منزله ی وقت آزاد. نخستین برداشتی که از این دیدگاه استنباط می شود، این است که داشتن وقت آزاد به معنی داشتن اوقات فراغت در زندگی است. البته منظور از وقت آزاد، زمان تحت اختیاری است که پس از پرداختن به ضروریات زندگی مانند کار، خواب، استراحت و زمان لازم برای غذا خوردن، نظافت و سایر ضروریات زندگی، در اختیار فرد باقی می ماند و او می تواند هر جور که بخواهد از آن استفاده کند

. با این که در جهان معاصر فراغت برای اولین بار در جوامع غربی مطرح شده است، اما میان این دیدگاه از اوقات فراغت و برداشتی که در جامعه ی ما از آن وجود دارد، قرابت و هماهنگی شگفت انگیزی ملاحظه می شود. برای روشن شدن موضوع کافی است کمی به مکالمات و گفت وگوهای عادی روزمره ی مردم توجه کنیم. شاید بارها برای هریک از ما پیش آمده باشد که از دوستان و نزدیکان خود گله کنیم که چرا کمتر به ما سر می زنند؛ جوابی که در نود درصد موارد دریافت می کنیم، بسیار نزدیک به این مضمون است: خیلی گرفتارم، اصلاً فراغت ندارم. این در واقع همان تلقی اوقات فراغت به معنی وقت آزاد است. مطالعات انجام شده نیز این واقعیت را تأیید می کنند که حدود هفتاد و هفت درصد مردم اوقات فراغت را به منزله ی وقت آزاد می پندارند. مهم ترین مزیت این دیدگاه این است که میزان وقت آزاد قابل اندازه گیری است؛ و مقایسه ی میزان وقت آزاد افراد مختلف و گروه های اجتماعی را در مراحل مختلفی از دوره های زندگی ممکن می سازد که برای سنجش میزان اوقات فراغت گروه های مختلف مردم مفید خواهد بود. ۲. اوقات فراغت به منزله ی فعالیت. واژه ی کلیدی در این دیدگاه و برداشت از اوقات فراغت، فعالیت است و بر اساس آن اوقات فراغت از فعالیت هایی آموزنده و لذت بخش تشکیل شده است. از طرف دیگر این دیدگاه در نقطه مقابل تلقی اوقات فراغت به منزله ی وقت آزاد قرار دارد و با این تعریف اوقات فراغت بیشتر با تفریح همانندی پیدا می کند و به معنی آن است که صرفاً داشتن وقت آزاد اوقات فراغت به حساب نمی آید، بلکه نحوه ی پر کردن وقت آزاد اوقات فراغت را به وجود می آورد. این فعالیت ها می توانند شمار زیادی از مشغولیت هایی را شامل شوند که افراد از آن ها برای سرگرم ساختن خود با افزودن به دانش و مهارت های خود بهره برداری می کنند. هم چنین تلقی اوقات فراغت به منزله ی فعالیت، برداشتی نسبتاً سنتی از اوقات فراغت است که آن را به منزله ی فعالیت هایی داوطلبانه و رضایت بخش و در عین حال آموزنده توصیف می کند. برخی از طرفداران این دیدگاه اوقات فراغت را فرصتی می دانند برای پرداختن به بعضی فعالیت های جدی یا نسبتاً فعال که ضرورت های زندگی آن ها را اقتضاء نکرده باشد. ۳. اوقات فراغت به منزله ی حالتی ذهنی یا حالتی از بودن. در این دیدگاه، زمان یا فعالیت نیست که اوقات فراغت را به وجود می آورد؛ بلکه اوقات فراغت از حالتی ذهنی یا حالتی از بودن ناشی می شود. اما در این جا بلافاصله می توان پرسید بر اساس این دیدگاه اوقات فراغت بر چه ذهنیت و بودنی مبتنی است؟ یکی از پاسخ های ممکن به این پرسش نظریه ای است که کراوس ارائه کرده است. کراوس معتقد است: اوقات فراغت حالت ذهنی یا حالتی از بودن بسیار مطلوب است که از شرکت در فعالیت هایی که انگیزه های ذاتی دارند، حاصل شده باشند. بنا بر این با توجه به این نظریه، وقت آزاد و بسیاری از فعالیت های تفریحی نمی توانند اوقات فراغت محسوب شوند، بلکه فقط برخی از فعالیت هایی که از انگیزه ای ذاتی منشاء گرفته باشند در ایجاد حالت ذهنی مطلوب مؤثر باشند، اوقات فراغت محسوب خواهند شد. از این رو اوقات فراغت نتیجه ی اجتناب ناپذیر یک روز تعطیل یا تعطیلات آخر هفته نیست، بلکه نتیجه ی آمادگی ذهنی است که می تواند آن را به وجود آورد. ۴. اوقات فراغت به منزله ی مفهوم کل نگر و همه جانبه

در سه دیدگاه فوق، تلقی اوقات فراغت را به منزله ی وقت آزاد، فعالیت و حالتی از بودن ملاحظه کردیم. اما در نظریه ی کل نگر، اوقات فراغت صرفاً به وقت آزاد یا فعالیت منحصر نمی شود و می تواند در بسیاری از جنبه های زندگی از جمله کار و سایر جنبه های ضروری زندگی وجود داشته باشد و چه بسا امکان دارد در وقت آزاد و فعالیت های تفریحی نیز محقق نشود. ادینگتون و برخی دیگر از نظریه پردازان اوقات فراغت معتقدند که از دیدگاه کل نگر، کار و اوقات فراغت چنان با هم مرتبط اند که نمی توان آن ها را از هم تفکیک و جدا کرد. دومازدر نیز در تأیید دیدگاه کل نگر سه کارکرد اساسی اوقات فراغت را در آرامش، سرگرمی، و رشد خلاصه می کند. اگر نظر دومازدر را بپذیریم باید اذعان کنیم که آرامش، سرگرمی و رشد فردی صرفاً در وقت آزاد و فعالیت های تفریحی خلاصه نمی شود و بسیاری از جنبه های اجباری و داوطلبانه ی زندگی نیز از چنین ویژگی هایی برخوردارند. بنابر این دیدگاه کل نگر می تواند تلفیقی از سه دیدگاهی باشد که پیشتر بررسی شدند. زیرا در هر یک از دیدگاه های فوق، از زاویه ی خاصی به اوقات فراغت نگریسته شده است و تلفیق آن ها می تواند مکمل یک دیگر باشد و نظریه ی جامعی از اوقات فراغت عرضه کند.

۵. اوقات فراغت به منزله ی شیوه ای از زندگی

در دیدگاه و نظریه هایی که تا کنون از نظر گذراندیم، کم و بیش همه ی آن ها تا اندازه ای دارای ویژگی هایی ملموس و عملی بودند، اما دیدگاه پنجم یعنی اوقات فراغت به منزله ی شیوه ای از زندگی بسیار آرمان گرایانه و دور از ذهن به نظر می رسد و در صورت عملی بودن هم فقط برای اندکی از مردم قابل حصول خواهد بود.

این دیدگاه بیشتر به نظریه ی ارسطو شبیه است که به فراغت به منزله ی حالتی از بودن، آزاد از ضرورت کار کردن می نگرست. البته این دیدگاه در میان معاصران نیز طرفدارانی دارد. به عنوان مثال گادبی از نظریه پردازان صاحب نام، از دیدگاهی فلسفی اوقات فراغت را شیوه ای از زندگی و آرمانی که با حالت ذهنی و زمان ارتباطی ندارد، تلقی می کند. وی معتقد است اوقات فراغت شیوه ای از زندگی نسبتاً آزاد از نیروهای اجباری موجود در فرهنگ و محیط مادی فرد است، به طوری که فرد را قادر می سازد بر اساس عشقی درونی، به شیوه ای که شخصاً لذت بخش و به گونه ای شهودی ارزشمند است و مبنایی اعتقادی را فراهم می کند، عمل کند. اوقات فراغت از دیدگاه اسلام

به طور خلاصه در اسلام فراغت ابزاری است که برای تأمین تن و پاکی روان، تقویت روح و سیقل خوردن ذهن است، پر کردن اوقات فراغت به صورت سالم و صحیح و مصون نگه داشتن جامعه از انحرافات و عوارض اخلاقی، ایجاد توانایی و تقویت روحیه ی کار و تلاش برای رشد و سازندگی، القای روحیه ی جوانمردی و تعاون به کار می رود. در واقع اوقات فراغت انسان مسلمان مانند عمر و اوقات دیگر زندگی او باید در راستای کمال و سعادت فردی و اجتماعی اش سپری شود [۲۹].

**پرسش ۶: چه رهنمودها و دیدگاه هایی در پرورش تفکر خلاق کودکان و نوجوانان ارائه شده است؟**

خلاقیت مفهوم پیچیده ای است. این پیچیدگی از آن جهت است که از ابعاد مختلف و منظره های متفاوت بدان توجه شده است. بعضی از محققان آن را محصول ساخت ژنتیکی فرد و بعضی دیگر آن را زاینده ی محیط دانسته اند. غالب محققان امروزه، خلاقیت را محصول مشترک ساخت ژنتیکی و محرک های محیطی می دانند. بنا به دیدگاه های مختلف، تعریف های گوناگونی هم ارائه دادند. متداول ترین تعریف «ارائه فکر نو و متفاوت است» الهام خدایی، نیروی حیاتی، نیروی کیهانی، تداعی گرایی، خود شکوفایی و نتیجه فکر واگرا از جمله اصطلاحاتی است که صاحب نظران تعلیم و تربیت در تعریف خلاقیت عنوان کرده اند [۳۰]. خلاقیت از دیدگاه تورنس: فرایندی است که شامل حساسیت نسبت به مسائل، کمبودها و بن بست ها می شود، حساسیتی که به دنبال تشخیص مشکل به وجود آمده و به دنبال آن جستجو برای یافتن راه حل هایی مورد آزمایش قرار گرفته و تغییرات لازم در آن به وجود می آید [۳۱]. خلاقیت از دیدگاه پیاژه: یکی از مسائل محوری نظام روان شناختی است، این نظام اساساً یک روانشناختی ژنتیک یا تحولی است که پدیده های شناختی از جمله هوش و خلاقیت را در ضمن فرایند تحول آدمی از ابتدای زندگی تا سالمندی مطالعه می کند. در این رویکرد خلاقیت امری کاملاً نسبی است چرا که اصالت یا نو بودن، نسبت به خود فرد باید سنجیده شود [۳۲]. لذا همه ی کودکان از نوزادی تا نوجوانی در طی تجارب اعمال حسی - حرکتی، پیش عملیاتی، عملیاتی و تفکر انتزاعی، مرتباً چیزهای جدید می یابند و می آفرینند. برخی دیگر از صاحب نظران علم روان شناسی، خلاقیت را منشعب از دو نگرش «نبوغ آمیز» و «تفکر عادی» می دانند یا به عبارتی دو روش برای تعریف خلاقیت مد نظر قرار می دهند، نگرش «نبوغ آمیز»، که در آن خلاقیت را در نتیجه ی فرایندهای استثنایی تفکر که در اختیار تمامی افراد داشته و آن را می توان به وضوح در حل مسایل مشاهده کرد، محسوب می کنند. «تفکر عادی» در استمرار با گذشته آغاز می شود و این بدین معناست که تفکر خلاق با دانسته های ما شروع می شود؛ اما بر مبنای اطلاعات جدید که از موقعیت ها نشأت می گیرد، فراتر از گذشته می رود [۳۳]. در مورد خلاقیت، نظریه پردازان نگرش «نبوغ آمیز» الگوهای متعددی از تفکر را مطرح می سازند. به عنوان مثال تفکر واگرا، تفکر ناخود آگاه، تفکر تکوینی، بصیرت و تداعی های دور. هدف مورد نظر این نظریه پردازان این است که متفکر خلاق مجال پیدا می کند تا به «سنت شکنی» روی بیاورد و فراتر از تجربیات خود برود [۳۴]. دکتر شریعتمداری خلاقیت را در مبحث تفکر وارد ساخته و در تبیین آن از تفکر عادی بهره گرفته است که فرد در تفکر عادی از تجربیات قبلی خود استفاده می کند. آن ها را در زمینه و طرح جدیدی قرار می دهد و با تغییر شکل و سازمان آن ها در حل مسائل از آن ها استفاده می کند. در تفکر خلاق راه های غیر عادی و غیر معمولی نظر فرد

را به خود جلب می کند [۳۵]. بلوم در طبقه بندی های خود در حیطه ی عاطفی و شناختی ، در سطح بالای حیطه ی شناختی یعنی پس از دانش ، درک و فهم ، کاربرد ، تجزیه و تحلیل صحبت از ترکیب می کند که مترادف با خلاقیت است . در طبقه بندی که در مراحل یادگیری توسط رابرت گانیه انجام گرفته است آخرین مرحله ی یادگیری را مرحله ی حل مسأله می داند و خلاقیت را در این مرحله جست و جو می کند و با تأمل در طبقه بندی های یادگیری از نظر بلوم و گانیه متوجه می شویم که حل مسأله و ترکیب هر دو اجزاء مسأله از قبل وجود دارند ، تنها ترکیب جدید و تحلیل روش جدید در حل مسأله خلاقیت تلقی شده است [۳۶] .

### نتیجه گیری

در این تحقیق سعی پژوهشگر بر این بوده است که به « بررسی مبانی و دیدگاه های تربیتی گذران اوقات فراغت در پرورش تفکر خلاق کودکان و نوجوانان» بپردازد . در فرضیه ۱ براساس اطلاعات موجود در فصل سوم پژوهش اثبات می شود . از آثار و نتایج فعالیت های اوقات فراغت امکان رشد و شکوفایی خلاقیت ها و نوآوری ها در انسان است ، به گونه ای که بسیاری از صاحب نظران و اندیشمندان علوم تربیتی و اجتماعی بر نقش اوقات فراغت در شکوفایی خلاقیت ها تأکید داشته و معتقدند که انسان ها هنگام اشتغال به فعالیت های آزاد یعنی به هنگام «گذران اوقات فراغت» قابلیت های فردی خود را نشان می دهند و استعدادهای ویژه و قدرت خلاقه ی خود را ظاهر می کنند . دومازیه جامعه شناس فرانسوی نیز معتقد است که یکی از اهداف و نتایج فعالیت های اوقات فراغت «به ظهور رساندن استعدادها و خلاقیت های فرد» است . یکی دیگر از محققان به نام «دنيس گیور» که مطالعات زیادی در زمینه ی اوقات فراغت نوجوانان انجام داده است می گوید : اوقات فراغت فرصتی به فرد می دهد تا انرژی خود را آزاد کند و به خلاقیت ها و خود شکوفایی نایل شود . متخصصان تعلیم و تربیت نیز برنامه ریزی اوقات فراغت را مناسب ترین شرایط برای بالا بردن قدرت ابتکار و خلاقیت افراد می شناسند . در مقاله ای که با عنوان «بحثی پیرامون اوقات فراغت» از دفتر مرکزی کانون های فرهنگی در ماهنامه ی تربیت آمده است ؛ اولین امتیاز استفاده از اوقات فراغت را جلوگیری از هرز رفتن نیروها و هدر دادن خلاقیت ها دانسته است . مطالعات و بررسی های انجام شده حاکی از آن است که اوقات فراغت همواره بستر مناسبی برای خلاقیت ها و نوآوری ها بوده است . از آن جا که ذهن انسان در اوقات فراغت به فعالیت موظفی مشغول نیست ، انسان می تواند فارغ از قالب های از پیش طراحی شده در زمینه ی مسائل مورد علاقه فعالیت داشته باشد . انسان در اوقات فراغت می تواند با طیب خاطر و آزادانه اندیشه کرده ، در حل مسائلی که در حوزه ی شناختی او مطرح اند ، از تفکر واگرا بهره گیرد . در فرضیه ۲. با توجه به این که در زمان فراغت شخص آسوده خاطر و فراغ البال در آسایش به سر می برد و هیچ اجبار و اکراهی در کار نیست ، ذهن شخص هم مشغول کار یا امری نمی باشد ، بهترین فرصت برای خلاقیت است . گفته اند که بیشترین کارهای بزرگ در زمان فراغت خلق می شود . بازی در اوقات فراغت یکی از راه های پرورش خلاقیت در کودکان است . بازی هایی که قدرت تخیل و ابداع را پرورش می دهند : مثل عروسک بازی یا کاغذ نقاشی که باعث سازندگی و ابداع در کودک می شود . بازی هایی که قدرت تفکر را پرورش می دهند : مثل یک سوراخ به شکل مثلث که باید یک مثلث به اندازه ی آن را داخلش جا داد یا اندازه ی آن را تشخیص داد یا کودک چند قطعه چهار گوش را به هم وصل کند تا بازی «دوز» و شطرنج و انواع معماها و بازی ها در آید . بازی فایده های زیادی برای کودک دارد . بازی فعالیتی است که کودک آن را به دلخواه انجام می دهد ، به همین دلیل برخاسته از تمایلات درونی است ، وقتی که انجام می شود باعث لذت و خوش حالی کودک می شود . بنابراین می توان گفت بازی ، فقط عامل تخلیه ی انرژی اضافه کودک و نوجوان ، اتلاف وقت و یا جلوگیری از شلوغی او نیست ، بلکه بر عکس اثر و فایده های مهم زیادی در تندرستی روحی و روانی و رشد تفکر ، تخیل ، دقت و خلاقیت کودکان و نوجوانان دارد . در میان اقسام بازی ، بازی هایی که آفریده ی خود کودکان است ، به بازی های ابتکاری یا موضوع دار و نقش دار معروف است ؛ اهمیت ویژه ای دارند . در این بازی ها خردسالان آنچه را که در محیط کوچک زندگی خود از فعالیت بزرگ سالان می بینند تقلید می کنند . بازی های ابتکاری به شخصیت کودک شکل می بخشد و از این رو وسیله ی پر ارزشی در تربیت او محسوب می شود . در فرضیه ی ۳. فعالیت در اوقات فراغت باید دارای هدف ، محتوا ، برنامه ، روش ، ابزار و امکانات مشخصی باشد . همه ی کودکان و نوجوانان نیازمند تفریح و شادمانی

هستند. یکی از روش هایی که می تواند اوقات فراغت افراد جامعه را زیر پوشش قرار داده و بسیاری از ضعف ها و کمبودهای جسمانی و روانی را رفع و درمان کند، ورزش و تفریحات سالم است؛ تربیت بدنی و ورزش گذشته از جبران ضعف ها و حفظ تندرستی افراد، آنان را برای زندگی، تلاش و اهداف مشترک آماده می سازد، استفاده از بازی در اوقات فراغت فرصتی را برای پیشرفت فرد فراهم می آورد. در آموزش و پرورش نخستین هدف، رشد ابعاد گوناگون شخصیت فرد از جنبه های جسمانی، روانی اجتماعی و معنوی است و ارزش و هدف تربیتی آن، یادگیری مهارت های رفتاری را موجب می شود و با چنین تعبیری ورزش به عنوان یک وسیله کمک کننده عملی، پیوسته با تربیت همراه است. لازم است مربیان ورزش در جهت تشویق کودکان و نوجوانان به فعالیت های ثمر بخش و سودمند بکوشند. مری علاوه بر آموزش بازی و انواع مهارت های ورزشی به دانش آموزان، باید فعالیت های ورزشی را برای آن ها به عمل لذت بخش تبدیل کند. زیرا لذت بخش بودن ورزش موجب می شود که کودکان در اوقات فراغت به صورت ناخودآگاه به آن روی آورده و در آن ها انگیزه ی استمرار فعالیت های ورزشی ایجاد شود. چنانچه به هنگام اجرای فعالیت های ورزشی در اوقات فراغت، کودکان و نوجوانان با ورزش های گروهی آشنا شوند، در موقعیت های مختلفی می توانند از آن بهره گیرند.

پیشنهاد می گردد اوقات فراغت کودکان و نوجوانان از فعالیت های مختلفی چون انواع بازی ها و ورزش هایی که منجر به پرورش خلاقیت می شوند، پر کنید.

پیشنهاد می گردد جلب مشارکت تمامی نهاد و اقدار جامعه جهت ایجاد هماهنگی در تصمیم گیری ها و اجرای برنامه های اوقات فراغت کودکان و نوجوانان.

پیشنهاد می گردد پژوهشگران به طور اختصاصی و جداگانه به اوقات فراغت و پرورش خلاقیت کودکان و نوجوانان بپردازند.

#### منابع و مأخذ

- [۱] آقایی، سهیلا. اوقات فراغت. ماهنامه پیوند، شماره های ۳۰۹-۳۱۰-۳۱۱، تابستان ۱۳۸۴
- [۲] آمابیل، ترزا، (۱۳۷۵). شکوفایی خلاقیت در کودکان. مترجم: قاسم زاده و عظیمی، تهران: نشر دنیای نو
- [۳] اتکینسون، ریتا آل و همکاران، (۱۳۸۸). زمینه روان شناسی هیلگارد. مترجم: محمد نقی براهنی و همکاران، تهران: انتشارات رشد
- [۴] احمدی، علی اصغر. نقش اولیا در گذراندن اوقات فراغت فرزندان. ماهنامه پیوند، شماره های ۲۴۹-۲۵۰-۲۵۱، تابستان ۱۳۷۹.
- [۵] احمدی، علی اکبر و درویش، حسن، (۱۳۸۹). مبانی کار آفرینی. تهران: انتشارات دانشگاه پیام نور.
- [۶] اردکانیان، عباس، (۱۳۹۰). آموزش اوقات فراغت، تهران: انتشارات نور بخش، چاپ اول.
- [۷] اکبری، ابوالقاسم، (۱۳۸۱). مشکلات نوجوانی و جوانی. تهران انتشارات ساوالان، چاپ دوم
- [۸] الشاطی، بنت، (۱۳۷۹). مادر پیامبر (ص). مترجم: احمد بهشتی، قم: سازمان تبلیغات اسلامی، چاپ اول
- [۹] امیر تاش، علی محمد. فوق برنامه و اوقات فراغت با تأکید بر فعالیت های ورزشی در دانشگاه تربیت معلم تهران از دیدگاه مدیران اعضای هیأت علمی و کارکنان آن، فصلنامه المپیک، ۱۳۸۳، ش ۲، ص ۳۷
- [۱۰] امیر حسینی، خسرو، (۱۳۸۴). خلاقیت و نوآوری. تهران: نشر عارف کامل، چاپ اول.
- [۱۱] انگجی، لیلا و عسگری، عزیزه، (۱۳۹۰). بازی و تأثیر آن در رشد کودک. تهران: انتشارات طراحان ایماژ، چاپ سوم
- [۱۲] اسپورن، الکس اس، (۱۳۷۱). پرورش استعداد همگانی ابداع و خلاقیت. مترجم: حسن قاسم زاده، تهران: انتشارات نیلوفر، چاپ دوم
- [۱۳] اسلامی، احمد علی و وکیلی، محمد علی و فرجی، جمشید. میزان افسردگی دانشجویان رشته پزشکی دانشگاه علوم پزشکی گرگان و رابطه آن با نحوه گذراندن اوقات فراغت، مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی گرگان، (۱۳۸۱)، ش ۹ ص ۵۳-۵۹

- [۱۴] ایمانی، محسن. در آمدی بر نحوه گذران اوقات فراغت. ماهنامه پیوند، شماره های ۲۸۵ - ۲۸۶ - ۲۸۷، تابستان ۱۳۸۲
- [۱۵] امید خدا، مریم و سپهر، فرشته. بررسی موضوعات مورد علاقه جهت مطالعه اعضای جوان کتابخانه های عمومی شهر تهران در اوقات فراغت، پیام کتابخانه، (۱۳۸۸). ش ۱۵، ص ۶۱
- [۱۶] باقری، خسرو. جوانان و اوقات فراغت. مجله پژوهشی - آموزشی، ش ۱۳، تابستان (۱۳۸۲)
- [۱۷] بودو، آلن، (۱۳۵۸). خلاقیت در آموزشگاه. مترجم: علی خان زاده، تهران: انتشارات سهامی چهر
- [۱۸] بوندارنکو، آ. ک و ماتوسیلک، آ. ای، (۱۳۷۷). نقش بازی در پرورش فکری کودکان. مترجم: مهری باباجان، تهران: نشر دنیای نو، چاپ پنجم
- [۱۹] بهنام، جمشید و رافع، شاهپور (۱۳۴۸). مقدمه ای بر جامعه شناسی ایران. تهران: کیهان.
- [۲۰] بیابانگرد، اسماعیل (۱۳۷۸). روان شناسی نوجوانان، تهران: انتشارات فرهنگ اسلامی، چاپ هشتم.
- [۲۱] پور اسماعیل، احسان. بهره وری از اوقات فراغت با توجه به نظرات جامعه شناسان و مقایسه آن با آموزه های وحیانی. پژوهش دینی، (۱۳۸۵). ش ۱۴، صص ۱۹۸-۱۹۰
- [۲۲] پور جعفر، علی. اوقات فراغت. رشد و آموزش علوم اجتماعی، (۱۳۶۹). ش ۳
- [۲۳] تند نویس، فریدون، جایگاه ورزش در اوقات فراغت زنان ایرانی. مجله حرکت، (۱۳۸۱). ش ۲۱. ص ۴۰
- [۲۴] تورکیلدسن، جورج (۱۳۸۲). اوقات فراغت و نیازهای مردم. مترجم: عباس اردکانیان و عباس حسینی، تهران: نشر نور بخش، چاپ اول
- [۲۵] توسلی، غلامعباس (۱۳۸۷). جامعه شناسی و آموزش و پرورش دیروز امروز فردا. تهران: انتشارات علم، چاپ دوم
- [۲۶] تیرک، پیتر (۱۳۷۸). بررسی صنعت جهانگردی و صنعت فراغت. مترجم: مرتضی احمدی و جواد موحدی و عباس اردکانیان، تهران: انتشارات انجمن اولیا و مربیان، چاپ اول.
- [۲۷] جعفری حجین، افسر و شب خیز، فاطمه و مشهوری، مرضیه. بررسی میزان اوقات فراغت دانشجویان دختر دانشگاه تهران با تأکید بر تربیت بدنی. حرکت، (۱۳۸۴). ش ۲۷، صص ۱۰۶-۱۰۳
- [۲۸] جلالی فراهانی، مجید (۱۳۸۹). مدیریت اوقات فراغت و ورزش های تفریحی. تهران: انتشارات دانشگاه تهران، چاپ چهارم
- [۲۹] حسینی، افضل السادات (۱۳۷۸). ماهیت خلاقیت و شیوه های پرورش آن. مشهد: شرکت به نشر، چاپ پنجم
- [۳۰] حسینی، افضل السادات (۱۳۸۱). اهمیت خلاقیت و شیوه های پرورش آن. مشهد: آستان قدس رضوی
- [۳۱] حصار بانی، زهرا، (۱۳۸۵) ارزشیابی توصیفی بستری برای پرورش خلاقیت. مجله پیوند، ش ۳۲۰، ص ۱۹-۱۷
- [۳۲] خواجه نوری، بیژن و مقدس، علی اصغر. (۱۳۸۷) بررسی عوامل اجتماعی و فرهنگی مؤثر بر میزان گذران اوقات فراغت. ویژه نامه پژوهش های اجتماعی،
- [۳۳] دانایی، نسرین (۱۳۸۹). برنامه ریزی اوقات فراغت. تهران: نشر هم پا، چاپ اول
- [۳۴] دهنوی، حسین (۱۳۹۰). نسیم مهر. قم: انتشارات خادم الرضا، چاپ نوزدهم
- [۳۵] ذوالاکتاف، وحید (۱۳۸۰). فراغت، فرصتی برای باز آفرینی. تهران: انتشارات دانشگاهی واحد اصفهان، چاپ اول
- [۳۶] رادمرد، انسیه، نقش امور تربیتی در غنی سازی اوقات فراغت دانش آموزان.
- [۳۷] فکوهی، ناصر و انصاری مهابادی، فرشته (۱۳۷۹). اوقات فراغت و شکل دهی شخصیت فرهنگی نمونه موردی دو دبیرستان دخترانه ی شهر تهران