

والدین و اوقات فراغت فرزندان



✦: غلامرضا حمیدزاده

سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۱ به پایان رسید و مدارس تعطیل شدند. اکنون مثل هر سال تحصیلی اکثر دانش‌آموزان و خانواده‌ها با موضوع تعطیلات تابستانی و اوقات فراغت دانش‌آموزان روبه‌رو هستند.

واژه «اوقات فراغت» مفهوم آشنایی است، اما برای افراد مختلف معانی متفاوتی دارد و دریافت افراد از آن متنوع و گوناگون است. این تنوع دریافت نشان‌دهنده آن است که این واژه به ظاهر ساده، مفهومی پیچیده دارد. برای مثال عده‌ای فراغت را زمانی می‌دانند که به آن‌ها این اجازه و امکان را می‌دهد که از روی میل و اختیار هر کاری که دلشان می‌خواهد انجام دهند. عده‌ای دیگر ممکن است به اوقات فراغت به‌عنوان یک فعالیت نگاه کنند، نظیر حضور در فعالیت‌های ورزشی. عده‌ای فراغت را زمانی می‌دانند که پس از انجام کار یا انجام وظایف و مسئولیت‌های روزمره برایشان باقی می‌ماند. (دفتر مطالعات و تحقیقات، ۱۳۸۴: ۲۸)

در فرهنگ لاروس اوقات فراغت این‌گونه تعریف می‌شود: سرگرمی‌ها، تفریحات و فعالیت‌هایی که افراد به‌هنگام آسودگی از کار عادی با شوق و رغبت به آن می‌پردازند. از این منظر اوقات فراغت با اوقات آزاد و بیکاری تفاوت دارد. اگر فراغت از جهتی زیر سلطه هدف‌های تجاری، انتفاعی یا عقیدتی باشد و تنها بخشی از خصلت خود را حفظ کرده باشد به آن «نیمه‌فراغت» می‌گوید. اگر زمان فراغت بی‌برنامه و به بطالت سپری شود به آن «خلأ فراغتی» می‌گویند و اگر بخشی از زمان فراغت با یک برنامه خاص همراه باشد به آن «زمان فعال فراغت» می‌گویند (همان).

بنا به این تعریف، چون گذراندن اوقات فراغت با شوق و رغبت و انگیزه بالای خود فرد انجام می‌شود بر رشد و

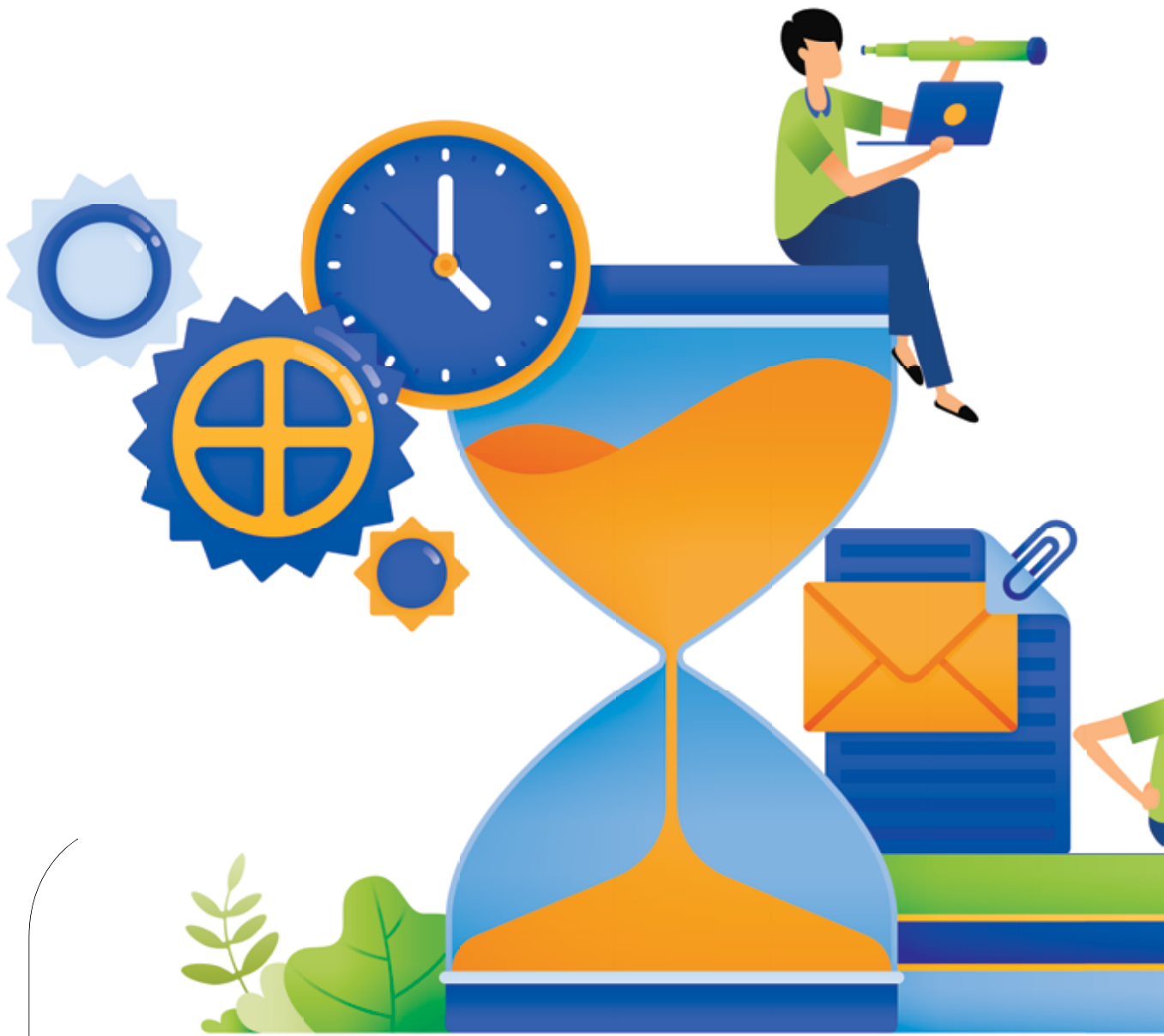
توانایی او تأثیر بسزایی دارد و باعث تقویت اعتمادبه‌نفس، رشد روحی، خلاقیت، سرعت و تعمیق یادگیری، اتکا به خود و خودیابی وی می‌شود.

برنامه‌ریزی برای نحوه گذراندن اوقات فراغت به ارزش‌ها و نگرش و فرهنگ خانواده‌ها و افراد بستگی دارد؛ البته سیاست‌گذاری و برنامه‌ریزی دولت‌ها در نحوه گذران اوقات فراغت نیز نقش مهم و اساسی دارد.

در پژوهش‌ها فعالیت‌های اوقات فراغت در ایران را به شش دسته طبقه‌بندی کرده‌اند:

۱. **فعالیت‌های فرهنگی؛** مانند نشست‌های دوستانه فرهنگی، بازدید از موزه‌ها، نمایشگاه‌ها و نگارخانه‌ها، رفتن به سینما و تماشای نمایش. در این فعالیت‌ها فرد با موضوعات و امور فرهنگی آشنا می‌شود.

۲. **فعالیت‌های مذهبی؛** این نوع فعالیت یکی از مهم‌ترین



تفریحی و سفرهای تفریحی.

۶. فعالیت‌های هنری و دستی: دلیل اساسی گرایش افراد به کارهای هنری و دستی گستردگی این نوع کارها در مقوله‌های متنوع و خلاقیت نهفته در آن‌ها و ارائه و تولید محصولاتی است که حس توانمندبودن و مفیدبودن را در افراد ایجاد می‌کند.

مهم‌ترین فعالیت‌های موردنظر در این بخش شامل نقاشی، طراحی، نمایش‌نامه‌نویسی، فیلم‌نامه‌نویسی، عکاسی، بازیگری، قالی‌بافی، خیاطی، مجسمه‌سازی و سفالگری است. به نظر می‌رسد ما والدین وظیفه داریم برای بهینه‌پر کردن اوقات فراغت فرزندانمان، ضمن شناسایی استعدادهای فرزندان خود و پرورش آن‌ها به الزامات تربیت دینی، اخلاقی، اجتماعی و جسمانی آن‌ها در آینده توجه کنیم و با برنامه‌ریزی دقیق، اوقات فراغت فرزندانمان را بر این اساس مدیریت کنیم.

و پرتعدادترین فعالیت‌ها در کشور ما است. بیشتر مردم به فعالیت‌های دینی و مذهبی در اوقات فراغت می‌پردازند مانند شرکت در کلاس‌های مذهبی و دینی، شرکت در مراسم مذهبی و دینی، و زیارت اماکن مقدسه و بازدید از مراکز دینی.

۳. فعالیت‌های اجتماعی؛ گرایش به دیگران و اجتماع وجه دیگری از حیات انسانی است. برخی از فعالیت‌های اجتماعی عبارت‌اند از: مشارکت داوطلبانه در امور خیریه و اجتماعی، و دید و بازدید با اقوام، خویشان و همسایگان، دوستان و آشنایان.

۴. فعالیت‌های ورزشی؛ فعالیت ورزشی انرژی هدر رفته در زمان کار را باز می‌گرداند و ضامن سلامتی جسم و روان می‌شود. از سوی دیگر باید آن را نوعی فعالیت اجتماعی دانست که در آن مجموعه‌ای از روابط و تعامل‌ها میان افراد شکل می‌گیرد.

۵. فعالیت‌های تفریحی: مانند رفتن به پارک‌ها و مراکز