



تحلیلی بر سبک زندگی و چگونگی گذران اوقات فراغت دختران روستایی (تابستان ۱۳۹۲)، مطالعه موردی: بخش جزینک شهرستان زهک.

غریب فاضل نیا^۱

معصومه کمان باز^۲

چکیده

یکی از عرصه‌های مهمی که در مطالعات اجتماعی اهمیت روزافزون یافته مطالعات مربوط به کم و کیف گذران اوقات فراغت در بین اقشار مختلف جامعه می‌باشد. اوقات فراغت معمولاً برشی از سبک زندگی همه اقشار را شامل می‌شود. بر این اساس آگاهی از گذران اوقات فراغت اقشار مختلف به عنوان برشی از سبک زندگی آنها اهمیت و ضرورت می‌یابد. پژوهش حاضر در صدد بررسی و تحلیل چگونگی اوقات فراغت روزانه، هفتگی و ماهانه دختران روستایی در فصل تابستان در روستاهای بخش جزینک شهرستان زهک است. جامعه نمونه پژوهش در چهار رده سنی ۱۵ تا ۲۵ سال بوده است، که ۲۵ نفر به صورت نمونه انتخاب شدند. روش پژوهش بر اساس هدف کاربردی و ماهیت، توصیفی-تحلیلی بوده که با روش میدانی و با کمک ابزار پرسشنامه و نرم افزار SPSS، مورد نهایت تجزیه و تحلیل قرار گرفته است. نتایج نشان‌دهنده این است که از بین مؤلفه‌های گذران اوقات فراغت در بین دختران روستایی به ترتیب، کار در خانه، تماشای تلویزیون، خوابیدن، بیشترین و کار با کامپیوتر و ورزش کردن کمترین میانگین را دارا می‌باشند.

واژگان کلیدی: سبک زندگی، اوقات فراغت، دختران روستایی، شهرستان زهک.

۱- انشیار جغرافیا و برنامه ریزی روستایی، دانشگاه زابل fazelniya@uoz

۲- دانشجوی کارشناسی ارشد جغرافیا و برنامه ریزی روستایی، دانشگاه زابل.

۱- مقدمه و طرح مسأله

مفهوم سبک زندگی سابقه‌ای دیرینه در رشته‌ها و زمینه‌های مطالعاتی گوناگونی از جمله مطالعات مربوط به اوقات فراغت دارد (Veal, 2002: 359). سبک زندگی دارای حوزه‌های گسترده مطالعاتی است که در سال‌های بعد از جنگ جهانی جایگزین تحلیل‌های مارکسیستی مبتنی بر تبیین اندیشه و شیوه عمل افراد بر اساس جایگاهشان در نظام تولید شده است. یکی از عرصه‌های انتخاب آزادانه فردی و عرصه قابل مشاهده زندگی که حوزه مهمی در مطالعات سبک زندگی نیز محسوب می‌شود، حوزه «فراغت» است. لذا می‌توان گفت حوزه فراغت، اصلی‌ترین حوزه تحلیل‌های سبک زندگی است. در این حوزه است که افراد، نماگرها، کلیشه‌ها، الگوها و قواعد خاص سبک زندگی و هویت اجتماعی خود را بازگو می‌کنند. در واقع اشخاص بر اساس روش زندگی خاص خود در لحظه لحظه حیات روزمره خود ایفای نقش می‌کنند. بنابراین سبک زندگی عامل اصلی و پدیده‌ای که به سایر اجزای فرمان می‌دهد تلقی می‌شود (حسینی، ۱۳۸۰: ۱۹). سازمان جهانی بهداشت سبک زندگی را بر اساس الگوهای مشخص تعریف می‌کند که از تعامل بین ویژگی‌های شخصی، برهم کنش روابط اجتماعی، شرایط محیطی و موقعیت‌های اجتماعی - اقتصادی حاصل می‌شود (Joanne kerr, 2000: 9-11). بنابراین موقعیت اجتماعی و انتخاب‌های عامل، هر دو در مفهوم سبک زندگی و اوقات فراغت سالم (مثبت) نقشی اساسی دارند. با توجه به آنچه گفته شد رواج انواع فراغت‌های آسیب‌زا در بسیاری از کشورها از نداشتن امکانات مناسب تفریحی، آگاهی نداشتن، نداشتن برنامه صحیح و نیز سیاست‌های اجتماعی و اقتصادی نادرست نشأت گرفته و موجب شده بسیاری از نوجوانان و جوانان به سوی فعالیت‌ها و تفریحات ناسالم کشیده شوند (سلگی، ۱۳۷۴: ۳).

از این رو در تابستان به لحاظ اینکه قشر عظیمی از نوجوانان و جوانان فعالیت خاصی انجام نمی‌دهند، پر نمودن بهینه اوقات فراغت آنان نقش بسیار مهمی در زندگی آن‌ها ایفا می‌کند. چگونگی گذران اوقات فراغت در تعطیلات تابستان از اهمیت خاصی برخوردار است؛ زیرا این ایام طولانی است و در صورت هدایت نشدن آنان و عدم وجود امکانات و تسهیلات کافی برای این امر، موجبات صدمات روحی و انحرافات اجتماعی می‌شود. لذا لازم است که بیشترین استفاده را از این ایام نمود؛ زیرا «اوقات فراغت از دید اجتماعی، مانع بروز انحرافات اجتماعی؛ از دید اقتصادی، باعث افزایش کار و تولید؛ از دید سیاسی، مانع از بحران‌های سیاسی و آشوب‌های اجتماعی؛ و از نظر روانشناسی، باعث بهداشت روان و تضمین سلامت انسان‌ها و ایجاد نشاط می‌شود (کشاورزی، ۱۳۸۰: ۱۷۰). بر همین اساس هم کم و کیف گذران اوقات فراغت به دلیل نقشی که در ابراز

شخصیت، رشد خلاقیت، بروز استعدادها و توانایی، کسب روحیه و انگیزه و تأثیرش بر ساختن هویت و فرهنگ گروهی و جمعیت دارد حائز اهمیت است.

اهمیت و ضرورت ایجاد بسترهای مناسب جهت گذران اوقات فراغت افراد و گروه های مختلف جامعه و بویژه پر نمودن بهینه اوقات فراغت نوجوانان و جوانان از آن حیث مهم است که این اوقات همچون شمشیری دولبه است؛ لبه ای از آن می تواند رشد دهنده و اصلاحگر باشد و لبه ای دیگر زایل کننده نیروی جوانی و حتی بیهودگی و فسادانگیز. به همین دلیل می توان گفت نحوه گذران اوقات فراغت، چه از جنبه های مثبت و سازنده و چه از جنبه های مخرب و فسادانگیز، در حدی است که سایر جنبه های زندگی هر فرد را به طور چشمگیری تحت الشعاع قرار می دهد. بنابراین، بهره گیری از ساعات و ایام فراغت، عامل مهمی در پیش گیری از تأثیرات نامطلوب «فشار زمان» همچون اضطراب و هیجان زدگی است و نقش بسزایی در تأمین بهداشت روانی و تبلور اندیشه های آزاد خواهد داشت (افروز، ۱۳۸۷: ۱۲۷-۱۲۶). واقعیت این است کمبود یا نبود فعالیت های فراغتی و تفریحی مطلوب زنان و دختران جوان قهراً به کاهش کارایی در محیط کار، تحصیل، خانواده و خستگی و افسردگی آنان دامن می زند و چه بسا باعث تخریب روابط انسانی در حوزه ی اجتماع و خانواده آنها نیز می شود. (سلگی ۱۳۸۲؛ رفعت جاه؛ ۱۳۸۷؛ کاظمی ۱۳۸۷). نگاهی گذرا به نتایج تحقیقات انجام شده نشان می دهد که حدود ۵۱ درصد جامعه نمونه پاسخگویان را دختران تشکیل می دادند. جوانان در حدود هشتاد درصد برنامه های تدوین شده در امر اوقات فراغت را مطلوب نمی دانستند و ۸۹ درصد از توزیع امکانات عمومی برای گذران اوقات فراغت تابستان شکوه داشتند. همچنین دخترانی که در اوقات فراغت تابستانی خود فعالیت های ورزشی، هنری و تفریحی داشته اند به ترتیب ۶۹/۶ درصد، ۷۴/۶ درصد، ۸۲/۷ درصد و ۸۱/۱ درصد بوده است (پهلوان، ۱۳۹۰: ۵۴).

همچنین عدم وجود امکانات اوقات تفریحی و فراغتی مناسب موجب اتلاف وقت، کسالت جسم و روان، رواج تفریحات ناسالم و انحرافی و در نتیجه مجرای برای ورود جوانان و نوجوانان به بزهکاری و انحرافات اجتماعی است. واقعیت این که کم و کیف تنوع و چگونگی گذران اوقات فراغت در بین اقشار مختلف شهر و روستا، فقیر و غنی، تحصیل کرده و بی سواد و... تحت تأثیر برخی شرایط و عوامل وضعیتی متفاوت خواهند بود. و از این رو دختران و بویژه دختران روستایی در گذران اوقات فراغت خود شرایط ویژه ای دارند. منطقه مورد مطالعه این تحقیق حائز یک ویژگی خاص تر از حیث حاکمیت دیدگاه های مذهبی و قومی در زمینه نقش آفرینی و جایگاه زنان در کلیه امور بویژه مقوله گذران اوقات فراغت با سایر مناطق کشور می باشد. حاکمیت دیدگاه های مذهبی - قومی و محلی گاهاً به عنوان یک عامل کنترل و بازدارنده در گذران اوقات فراغت دختران روستایی عمل نموده است. بنابراین ضرورت است در قالب یک پژوهش علمی نموداری از تقویم چگونگی

گذران اوقات فراغت دختران روستایی در منطقه سیستان تهیه و مورد تجزیه و تحلیل قرار گیرد. بر این اساس این تحقیق در صدد واکاوی و ثبت تقویم روزانه، هفتگی و ماهانه جامعه نمونه که دختران ساکن در نقاط روستایی بخش جزینک شهرستان زهک می باشند و به تحلیل واقعی از سبک زندگی و چگونگی گذران اوقات فراغت دختران روستایی در ایام تابستان برآمده است در این راستا سؤالات تحقیق به شرحی که در ادامه می آیند صورتبندی شده است.

۱- اولویت گذران اوقات فراغت دختران روستاهای مورد مطالعه در فصل تابستان با توجه به ویژگی های فردی (سن، سطح تحصیلات) آن ها چگونه است؟

۲- انطباق گذران اوقات فراغت دختران تحصیل کرده با الگو و سبک زندگی مدرن چگونه بوده است؟

۳- رابطه بین گذران اوقات فراغت با پایگاه اقتصادی- اجتماعی خانواده دختران مورد مطالعه چگونه است؟

۲- پیشینه تحقیق

در اوایل دهه ۱۹۷۰ که مصادف بود با دوره رشد و توسعه اقتصادی تحقیقات انجام شده به روی گذران اوقات فراغت بیش از آن که به گذشته توجه داشته باشد به برنامه ریزی برای آینده توجه داشت. نخستین رساله جدید در طرفداری از فراغت برای کارگران در اروپا توسط پل لامارک سوسیالیست نوشته شد که حق تنبل بودن نام داشت و در آمریکا تورشتاین و بلن با تدوین کتاب نظریه طبقه فارغ از کار، جامعه شناسی زمان فراغت را بنا نهاد (معتمدی و واقف کودهی، ۱۳۸۸: ۲۱۴).

مطالعات انجام شده درباره اوقات فراغت در خارج از کشور فراوان، اما در داخل کشور پژوهش های انجام شده محدود است و هنوز جای تحقیقات فراوان بر روی ابعاد مختلف این پدیده وجود دارد. در این قسمت ابتدا به برخی تحقیقات عمده انجام شده در داخل و سپس تحقیقات خارجی می پردازیم

از تحقیقاتی که در زمینه اوقات فراغت در ایران انجام شده می توان به موارد ذیل اشاره کرد.

پهلوان و برزیگر (۱۳۹۰)، در مقاله ای تحت عنوان بررسی گرایش به نحوه گذران اوقات فراغت در بین دختران متوسطه شهرستان آمل به این نتیجه رسیدند که تحصیلات والدین، مشارکت اجتماعی دختران، وضعیت اقتصادی خانواده، رشد تکنولوژی (نوع دسترسی به امکانات)، همسالان همگی نقش و رابطه معناداری با تمایل دانش آموزان به شرکت در فعالیت های اوقات فراغت دارد. نتایج تحقیق نشان می دهد که دختران به انواع فعالیت



ها از جمله ورزش، سینما، پارک، کافی شاپ، مسافرت و رفتن به مراکز خرید و قدم زدن در خیابان‌ها تمایل دارند.

عابدی اردکانی (۱۳۸۸)، در مقاله‌ای تحت عنوان رابطه عزت نفس و میزان گرایش جوانان به سبک زندگی غربی مطالعه موردی جوانان یزدی، به این نتیجه دست یافت که رابطه بین عزت نفس و گرایش جوانان یزدی به سبک زندگی غربی در حوزه‌های مختلف اخلاقی، اقتصادی، اجتماعی، شخصی، سیاسی و علمی با لحاظ کردن ضریب همبستگی ارزیابی شود. نتایج بیانگر آن است که در مجموع هر چه عزت نفس بالاتر باشد میزان گرایش به سبک زندگی غربی در جوانان یزدی کمتر است و بالعکس.

ابراهیمی و بهنوئی گدنه (۱۳۸۸)، در تحقیقی که در بین جوانان شهر بابلسر پرداختند، دریافتند که، متغیرهای پایگاه اجتماعی - اقتصادی و میزان تحصیلات جوانان، با گذران اوقات فراغت آنان همبستگی دارند. بعلاوه میزان گرایش پسران به انجام فعالیت‌های زمان فراغت، بیش از دختران است.

سعیدی و همکاران (۱۳۸۸)، در مقاله‌ای به اثربخشی برنامه‌های اوقات فراغت دختران دانش‌آموز خراسان شمالی پرداختند نتایج نشان‌دهنده آن است که میزان دینداری، مشارکت اجتماعی، شادابی و نشاط، آشنایی با اندیشه‌های امام خمینی (ره) و انقلاب اسلامی در میان دانش‌آموزان دختر در قبل و بعد از اجرای برنامه تفاوت داشته است طوری که می‌توان گفت برنامه اوقات فراغت اثربخش بوده است. جهت این تأثیر نیز مثبت است.

زهره خاقانی نژاد (۱۳۸۶)، در مقاله‌ای تحت عنوان بررسی نحوه گذران اوقات فراغت نوجوانان کم توان ذهنی مدارس حرفه‌آموزی شهرستان همدان به این نتیجه دست یافتند که میان نحوه گذران اوقات فراغت دختر و پسر کم توان ذهنی و وضعیت اقتصادی خانواده و نحوه گذران اوقات فراغت ارتباطی وجود ندارد. اما میان میزان تحصیلات والدین و نحوه گذران اوقات فراغت رابطه وجود دارد.

اصغری در تابستان (۱۳۸۵)، در پژوهشی تحت عنوان بررسی نحوه گذران اوقات فراغت دانش‌آموزان دختر منطقه ۱۴ تهران و تأثیر آن بر وضعیت تحصیلی‌شان پرداخته است. نتایج نشان‌دهنده آن است که رابطه مستقیم و معناداری بین متغیرهای مستقل گذران اوقات فراغت (ورزش و کامپیوتر و کتب غیردرسی) با متغیر وابسته پیشرفت تحصیلی وجود دارد. اما رابطه معنی‌دار بین متغیرهای گذران اوقات فراغت توسط وسایل ارتباط جمعی و برنامه‌های تفریحی و کارهای هنری با پیشرفت تحصیلی دیده شده است.

انصاری و فکوهی (۱۳۸۲)، در مقاله‌ای تحت عنوان اوقات فراغت و شکل‌گیری شخصیت فرهنگی نمونه موردی دو دبیرستان دخترانه شهر تهران. افراد مورد مطالعه دو گروه از دختران دبیرستانی شهر تهران بوده‌اند.

اعضای گروه الف. از بعد اقتصادی و فرهنگی و سلسله مراتب طبقاتی در زمره طبقه بالا و افراد گروه ب. در طبقه پایین جامعه تعریف شده‌اند. نتایج پژوهش نشان می‌دهد که 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 به بسیار کم تنوع و محدود بوده و در خارج از خانه نیز فعالیت دارند و برعکس گروه (ب)، بسیار کم تنوع و محدود بوده و تا حد زیادی در فعالیت‌های داخل خانه متمرکز است. نتایج اوقات فراغت در گروه اول، فرصت تفریح و سرگرمی بیشتری را برای آن‌ها فراهم کرده و موجب شده است خصایص و رفتارهای تفریح و سرگرمی بیشتری را برای آن‌ها فراهم کرده و رفتارهای شخصیتی خاصی چون برون‌گرایی، اجتماعی بودن، فعال و خلاق بودن در آن‌ها شکل گیرد این عوامل سبب بروز و پیدایی خصایص و رفتارهای شخصیتی خاص و گاه نامطلوبی نیز شده است نظیر درون‌گرایی، انزوا، انفعال، نداشتن خلاقیت، شرم، خجالت و کم‌رویی.

پی‌یربوردیودر باره فعالیت‌های اوقات فراغت و سبک‌های زندگی تحقیقات متعددی انجام داد تا نشان دهد در نظام‌های سلطه، چگونه نابرابری‌های طبقاتی بازتولید می‌شود. بوردیو معتقد است اگرچه بسیاری از تفاوت‌های مربوط به نحوه گذران اوقات فراغت ربطی به طبقه اجتماعی - اقتصادی ندارد اما پرورش شخص در خانواده و طبقه‌ای خاص بر انتخاب اوقات فراغت او بسیار تأثیرگذار است. از نظر وی علایق، سلیقه‌ها، خواست‌ها و برداشت‌های مربوط به فراغت در دوران کودکی در درون خانواده‌ها و محیط اجتماعی پیرامون آن فرا گرفته می‌شود (جنکینز، ۱۳۸۵: ۵۲).

در مطالعه واگنر (Wagner) و همکارانش (۲۰۰۶). ملاحظه شد که به دلیل فقدان منابع اوقات فراغت برای برخی از گروه‌های اقلیتی، درگیر شدن جوانان در فعالیت‌های اوقات فراغتی سالم محدود شده است. لذت بسیاری از جوانان وقت خود را در گروه‌های خارج از خانه در خیابان‌ها سپری کرده‌اند.

۳- مبانی نظری

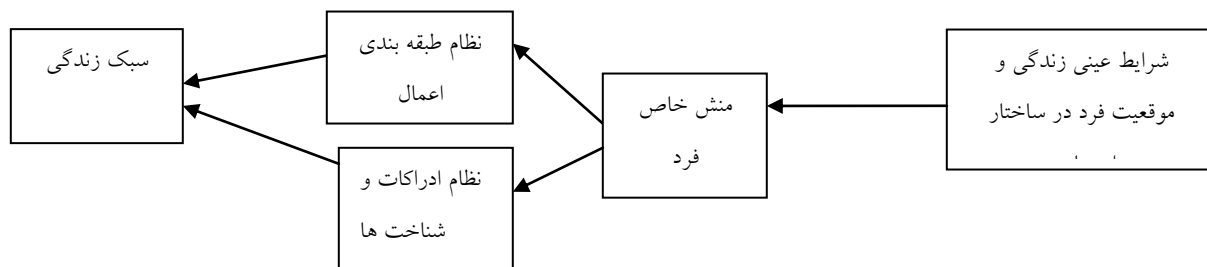
۳-۱ سبک زندگی

سبک زندگی در کل مجموعه‌ای نسبتاً منسجم از همه رفتارها و فعالیت‌های یک فرد معین در جریان زندگی روزمره است (گیدنز، ۱۳۷۸: ۳۲۵). اصطلاح سبک زندگی در کل ادبیات نظری مربوط به این مفهوم، تقریباً به همین معنا به کار رفته است. اما گستردگی و کلی بودن بیش از حد این مفهوم سبب شده در عملیاتی کردن آن هر یک از محققان به تناسب موضوع خاص خود و اهمیت آن، تعداد معدودی از مؤلفه‌های سبک زندگی را برای مطالعه انتخاب کرده و این مفهوم را عملیاتی کنند.

سبک زندگی روش الگومند مصرف، درک و ارزشگذاری محصولات مادی است که استقرار معیارهای هویتی را در چارچوب زمان و مکان ممکن می‌سازد. سبک زندگی اساساً به معنی نمادین محصولات توجه دارد؛ یعنی آنچه در ورای هویت آشکار این محصولات نهفته است، سبک زندگی اصطلاحی است که در فرهنگ سنتی چندان کاربردی ندارد، چون ملازم با نوعی انتخاب از میان تعداد کثیری از امکانات موجود است (همان، ۱۳۸۲: ۱۲۰). سبک زندگی راهی است برای تعریف ارزش‌ها، نگرش‌ها و رفتار (هویت) افراد. افزون بر این، از آنجا که مصرف فرهنگی غالباً کمتر از سایر انواع فعالیت‌ها مستلزم هزینه کردن است و قدرت انتخاب افراد نیز در این مورد زیاد است، شاخص‌های سبک زندگی بیشتر از عرصه مصرف فرهنگی استخراج می‌شوند. همچنین، سلیقه که از عناصر سازنده سبک زندگی است بیش از هر چیز در الگوی انجام فعالیت و مصرف فرهنگی بروز می‌کند. به این ترتیب، تجلی هویت اجتماعی در نوع و شیوه مصرف، مثلاً اوقات فراغت قابل مشاهده و بررسی است. از نظر بوردیو سبک‌های زندگی می‌توانند به بهترین وجه خود را در مجموعه متنوعی از فعالیت‌های اجتماعی از جمله اعمالی که به اوقات فراغت مربوط می‌شوند مانند ورزش‌ها، مطالعه، موسیقی، سینما و سایر امور ذوقی نشان دهند. (بوردیو، ۱۹۸۴: ۶۶).

مطابق مدل پیربوردیو، شرایط عینی زندگی و موقعیت فرد در ساختار اجتماعی به تولید منش خاص منجر می‌شود؛ منش، مولد دو دسته نظام است: نظام طبقه بندی اعمال و نظام ادراکات و شناخت‌ها. نتیجه تعامل این دو نظام، سبک زندگی است. سبک زندگی همان اعمال و کارهایی است که به شیوه‌ای خاص طبقه بندی شده و حاصل ادراکات ویژه هستند. در سبک زندگی، ترجیحات افراد، تجسم می‌یابد، به صورت عمل در می‌آید و قابل مشاهده است. شکل ۲ سبک زندگی را از دیدگاه پیربوردیو نشان می‌دهد.

شکل ۱. مدل تحلیلی پیر بوردیو در رابطه با سبک زندگی



مأخذ: (خادمیان، ۱۳۸۷: ۱۱۷).

۳-۱۲ اوقات فراغت به عنوان برشی از سبک زندگی

افراد از اصطلاح اوقات فراغت تحت تأثیر عوامل مختلف، برداشت‌های متفاوت و تعاریف مختلفی داشته که این تعاریف از نظر اقتصادی، اجتماعی، فلسفی، تاریخی، تعلیم و تربیت یا فرهنگی بسیار متفاوت است. فراغت در زبان انگلیسی از *Leisuri, Liciere, Edse* به معنای سهولت، آسانی، راحت، فراغت و آسایش گرفته شده است (کوهستانی و خلیل زاده، ۱۳۸۷: ۳۹). فرهنگ عمید نیز فراغت را به معنای آسودگی و آسایش و آسودگی از کار و شغل معنا کرده است انجمن بین المللی جامعه شناسی فراغت، اوقات فراغت را این گونه تعریف می کند: مجموعه ای از اشتغالات فرد که کاملاً به رضایت خاطر خود، برای استراحت، تفریح یا به منظور توسعه اطلاعات یا آموزش غیر انتفاعی، مشارکت اجتماعی و داوطلبانه بعد از آزاد شدن از الزامات شغلی، خانوادگی و اجتماعی بدان می پردازد (گودرزی و اسدی، ۱۳۷۹: ۸۶).

در همین ارتباط سازمان ملی جوانان به بررسی تعاریف مختلف مبتنی بر سه رویکرد اقدام کرده است که این سه رویکرد عبارتند از: فراغت به مثابه زمان، فراغت به عنوان فعالیت و فراغت به عنوان یک تجربه درونی در نظر گرفته می شود (سازمان ملی جوانان، ۱۳۸۱: ۶۹). هوگو ون در پل اوقات فراغت را از زمان‌هایی که انسان به دنبال نیازهای ضروری زندگی است جدا می کند و آن را زمانی می داند که فرد می تواند آزادانه فعالیت‌های خود را انجام دهد (cf. Rojek, 2006). دومایه تحقیقات مفصلی درباره اوقات فراغت انجام داده است این طبقه بندی به شرحی که در ادامه می آید می باشد:

۱. **فراغت‌های جسمانی:** نظیر ورزش‌های مختلف، قدم زنی، پرسه زنی، استراحت، دراز کشیدن، مسافرت و تعطیلات.

۲. **فراغت‌های هنری:** مانند بازدید از مناظر طبیعی، موزه‌ها و بناهای یادبود، شرکت در جشن‌های مختلف، رفتن به سینما، تئاتر و کنسرت، نقاشی و نواختن موسیقی.

۳. **فراغت‌های عملی:** انجام دان کارهای دستی (سفال سازی، باغبانی، سوزن دوزی و..). این فراغت در میان افراد کم درآمد بیشتر رایج است.

۴. **فراغت‌های فکری:** بیشتر این نوع فراغت در مطالعه نمایان می شود و می تواند شامل مطالعه روزنامه، مجله، کتاب و... باشد. گوش دادن به رادیو و تلویزیون نیز در این طبقه قرار دارد.

۵. فراغت‌های اجتماعی: این نوع فراغت در پوشش انواع تفریح‌ها، دید و بازدیدها، گروه‌های دوستانه، دوره‌های مختلف خانوادگی و... ظاهر می‌شود (تیپا، ۱۳۸۸: ۸۸). از سوی دیگر می‌توان به دو نوع عمده اوقات فراغت اشاره کرد.

اوقات فراغت سنتی: منظور از اوقات فراغت سنتی، شکلی از گذران فراغت است که بیشتر مبتنی بر الگوهای ساده و قدیمی زندگی بوده و بر رویکردها و قالب‌های مذهبی افراد نیز استوار است؛ مانند حضور در مساجد، مراسم دعا و هیئت‌های مذهبی و... (فکوهی، ۱۳۸۲: ۷۱).

اوقات فراغت مدرن: منظور از فراغت مدرن، شکلی از گذران اوقات فراغت است که بیشتر مبتنی بر الگوهای جدید زندگی است، در این شکل از فراغت رویکردهای مذهبی و سنتی کمتر در نظر گرفته شده و فراغت بیشتر حالت فردی پیدا کرده است. همچنین، نوع گذران اوقات فراغت در دوره مدرن پرهزینه تر و جدیدتر شده است. در دوره مدرن، در کنار اوقات بیکاری فرد- که صرف فعالیت‌های سازنده‌ای مثل هنر و ورزش و امثال آن می‌شود- بیش از پیش، انواع فراغت‌هایی که با فعل پذیری توأم است رواج پیدا می‌کند. تماشای فیلم، ماهواره، مسابقه‌های ورزشی در تلویزیون و استدیوم‌ها و رفتن به سفرهای خارجی و... از اموری است که قسمت چشمگیری از اوقات فراغت مردم را در بر می‌گیرد (مهدوی و مولایی، ۱۳۸۱: ۵). طبق بررسی‌های جامعه شناسان از ۸۷۵۰ ساعت عمر انسان در یک سال، ۶۸۳۰ ساعت (۰/۰۷۸). صرف کار و تأمین نیازهای ضروری از جمله خوابیدن، غذا خوردن، آمد و رفت، استحمام و غیره می‌شود و ۱۹۲۰ ساعت باقیمانده یعنی حدود ۸۰ شبانه روز کل وقت انسان در یک سال را اوقات فراغت تشکیل می‌دهد و این رقم در کشور ما به بیش از ۹۰ شبانه روز هم می‌رسد اینجاست که برنامه ریزی صحیح برای اوقات فراغت مناسبترین شریط را برای دستیابی به آرامش، آسایش و جبران صدمات جسمی و روانی ناشی از هیجان مداوم کار، رهانیدن انسان از کسالت ناشی از یکنواختی انجام وظایف روزانه و در نهایت رشد و شکوفایی شخصیت، بالا بردن ابتکار و خلاقیت فراهم می‌سازد (شهبازی و همکاران، ۱۳۸۲: ۶۹).

در واقع می‌توان گفت بسیاری از روستاها از ظواهر مدرنیته و کاربرد تکنولوژی‌هایی چون برق و وسایل ارتباطی مانند تلویزیون، ماهواره و... با از میان برداشته شدن کد مخابراتی بین شهر و روستا، اینترنت، اتومبیل، استفاده از لوازم برقی و بسیاری از مواهب جدید دیگر بهره مند شده‌اند. این بهره مندی در واقع به معنای تغییر و دگرگونی در سبک زندگی می‌باشد. بنابراین روستاها به دلیل برخورداری از دستاوردهای تکنولوژیک دنیای مدرن و به سبب برخورداری از تسهیلات ارتباطی، در دوره‌ای از تاریخ تحول فرهنگی-اجتماعی خود قرار گرفته‌اند این تغییر را می‌توان حاصل عوامل متعددی از جمله ورود امکانات مدرن، بالا رفتن سطح تسهیلات

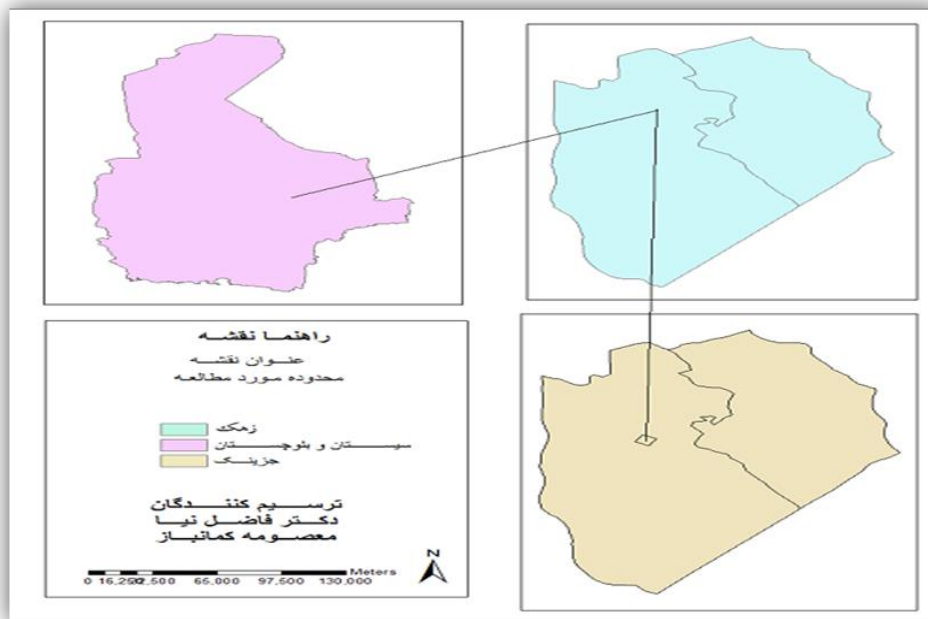


روستاییان، جایگزینی نسلی، اجرای طرح های خدمات رسانی و عمرانی در روستاها دانست لذا به موازات تغییر در سبک زندگی نوع گذران اوقات فراغت افراد نیز از سنتی به مدرن دچار تغییر گشته است (ازکیا و رودبارکی، ۱۳۸۷: ۲۴۳).

۴- مواد و روش ها

۴-۱ معرفی منطقه مورد مطالعه

محدوده مورد مطالعه این پژوهش شهرستان زهک واقع در منطقه سیستان است. این شهرستان از شرق و جنوب شرق به کشور افغانستان، و از شمال و غرب با شهرستان زابل همجوار است، شهرستان زهک با وسعت حدود ۹۴۵ کیلو متر مربع معادل ۰۵٪ درصد مساحت استان سیستان و بلوچستان را به خود اختصاص داده است و در شرقی ترین نقطه کشور در ۲۳۰ کیلومتری شهرستان زاهدان، ۲۱ کیلومتری شهرستان زابل و ۱۱ کیلومتری مرز افغانستان قرار دارد و طبق آخرین سرشماری رسمی سال ۱۳۸۵ دارای جمعیتی بالغ بر ۷۱۴۶۲ نفری است که ۶۰۰۶۱ نفر آن روستایی و ۱۱۴۰۱ نفر آن شهری هستند این شهر در سال ۱۳۷۰ به شهر و در سال ۱۳۸۴ به بخش شهرکی و نارویی به مرکزیت شهر زهک به شهرستان تبدیل شد. بخش جزینک یکی از بخش های دوگانه شهرستان زهک است که دارای دو دهستان با مرکزیت جزینک و خمک می باشد. فاصله بخش تا مرکز شهرستان ۱۷ کیلومتر و تا مرکز استان ۱۹۵ کیلومتر، از شمال به شهرستان زابل و از غرب به بخش شیب اب، از جنوب به چاه نیمه و کشور افغانستان و از شرق به بخش مرکزی شهرستان زهک محدود می شود. بنابر آخرین سرشماری مرکز آمار ایران، جمعیت بخش جزینک شهرستان زهک در سال ۱۳۸۵ ۴۶۴۴ خانوار برابر با ۲۱۱۲۸ نفر بوده است. (مرکز آمار ایران، ۱۳۸۵).



۴-۲ روش تحقیق

این پژوهش از نوع کاربردی و از روش توصیفی - تحلیلی جهت بررسی پارامترهای مورد بررسی سود جسته و همانند سایر تحقیقات دارای دو زیر بخش عمده جهت انجام بوده است. بخش اول را مطالعات اسنادی و کتابخانه‌ای جهت بررسی مواردی چون ادبیات نظری موضوع و پیشینه تحقیق به خود اختصاص داده و بخش دوم در قالب پژوهش میدانی و پیمایشی جهت جمع آوری اطلاعات و سپس تدوین و تکمیل پرسش‌نامه انجام پذیرفته است. روایی صوری و محتوایی پرسش‌نامه با تأیید کارشناسان مربوط انجام شد و پایایی آن با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ در این رابطه $\alpha = 0/94$ برآورد گردیده، که با توجه به آستانه‌های در نظر گرفته شده در منابع علمی معتبر، از قابلیت اعتماد مطلوبی برخوردار است (سکاران، ۱۳۸۱: ۱۰۶). جامعه آماری شامل روستاهای بخش جزینک می‌باشد حجم نمونه با استفاده از فرمول کوکران در سطح ۹۵ درصد اطمینان ($T = 1/96$) برابر با ۵ روستا تعیین گردید که به صورت تصادفی ۲۵ نفر انتخاب گردید، در مراحل بعدی تحقیق تحلیل داده‌های گردآوری شده در قالب پرسش‌نامه با استفاده از نرم افزار *SPSS* صورت گرفته و از آزمون آماری پیرسون جهت تجزیه و تحلیل استفاده شده است.

۴-۳ یافته های پژوهش

میانگین سنی جامعه نمونه ۲/۹۲ سال، با حداقل ۱۵ و حداکثر ۲۵ سال و بیشترین تعداد نمونه در گروه سنی ۲۰ سال جای دارند. براساس نتایج پژوهش از میان ۲۵ دختر روستایی مورد مطالعه، ۳ نفر تحصیلات ابتدایی (۱۲ درصد)، ۱۱ نفر سیکل (۴۴ درصد)، ۹ نفر دیپلم (۳۶ درصد) و ۲ نفر (۸ درصد)، دارای تحصیلات لیسانس می باشند. شغل سرپرست خانواده ۳ نفر کشاورز، ۱۰ نفر کارمند و ۱۱ نفر آزاد بوده، همچنین شغل مادر خانواده ۱۶ نفر خانه دار و ۹ نفر کارمند می باشد. جدول ۱.

درصد	فرآوانی	مشخصات فردی
گروه سنی		
۰/۴	۱	۱۵ سال
۰/۲۰	۵	۱۸
۰/۵۶	۱۴	۲۰
۰/۲۰	۵	۲۵
۱۰۰	۲۵	جمع
سطح تحصیلات		
۰/۱۲	۳	ابتدایی
۰/۴۴	۱۱	سیکل
۰/۳۶	۹	دیپلم
۰/۸	۲	لیسانس
۱۰۰	۲۵	جمع

تعداد اعضای خانواده	فراوانی	درصد
۴	۳	۰/۱۲
۵	۱۱	۰/۴۴
۶	۷	۰/۲۸
۶ نفر به بالا	۱۱	۰/۱۶
جمع	۲۵	۱۰۰

شغل پدر خانواده		
شغل پدر خانواده	فراوانی	درصد
کشاورز	۳	۰/۱۲
کارمند	۱۰	۰/۴۰
آزاد	۱۱	۰/۴۴
سایر	۱	۰/۴
جمع	۲۵	۱۰۰

شغل مادر خانواده		
شغل مادر خانواده	فراوانی	درصد
خانه دار	۱۶	۰/۶۴
کارمند	۹	۰/۳۶
جمع	۲۵	۱۰۰

مأخذ: یافته‌های پژوهش، ۱۳۹۳.

جدول ۲. میانگین گذران اوقات فراغت روزانه دختران روستایی

مؤلفه	خوابیدن	مطالعه کردن	ورزش کردن	مهمانی رفتن	تماشای تلویزیون	مصاحبه با دوستان	کار با کامپیوتر	کار در مزرعه	کار در خانه	ردیف
۱	۱۰۰۵	۳۰۳	۱۴۴	۲۱۸	۹۴۸	۲۶۳	۸۳	۲۹۸	۶۵۱	
۲	۱۰۳۲	۱۹۶	۱۲۱	۱۴۷	۹۷۵	۳۴۶	۷۵	۲۷۱	۵۰۰	
۳	۱۱۰۳	۲۶۷	۱۳۲	۱۱۴	۱۰۶۴	۲۳۶	۱۲۱	۲۷۹	۵۸۴	
۴	۹۹۶	۲۵۲	۱۶۶	۱۳۹	۱۰۴۳	۲۷۱	۱۰۱	۲۹۳	۷۲۷	
۵	۹۴۴	۲۰۳	۱۴۳	۱۲۷	۱۰۷۶	۲۸۳	۱۳۱	۲۶۳	۲۹/۸	



۸۴۹	۲۸۴	۹۱	۲۸۳	۱۰۸۷	۱۲۱	۱۳۸	۲۵۶	۱۰۳۵	۶
۸۴۵	۲۱۱	۹۱	۳۰۰	۱۰۹۸	۱۴۴	۱۳۳	۲۵۶	۱۰۹۰	۷
۱۰۱۶	۲۰۰	۱۰۳	۳۰۰	۱۱۰۲	۱۲۱	۱۲۱	۲۷۸	۱۰۲۵	۸
۷۵۷	۱۶۷	۶۱	۲۳۲	۱۰۶۹	۱۲۵	۸۰	۳۰۴	۱۰۲۱	۹
۶۵۹	۱۶۳	۹۱	۲۵۳	۱۰۶۲	۱۶۴	۱۰۷	۲۸۶	۹۴۸	۱۰
۵۹۷	۱۶۷	۸۴	۲۶۴	۱۰۶۲	۷۸	۸۴	۲۲۲	۹۶۹	۱۱
۸۳۲	۱۸۸	۹۱	۲۲۰	۱۰۲۸	۱۳۹	۱۲۰	۲۱۸	۹۲۱	۱۲
۵۶۵	۲۲۲	۸۱	۲۴۳	۷۲۶	۱۳۲	۱۲۵	۲۳۴	۹۱۲	۱۳
۹۳۱	۲۱۱	۷۲	۲۳۰	۱۰۲۸	۱۳۲	۸۷	۲۱۲	۹۵۴	۱۴
۹۳۱	۲۲۱	۷۲	۲۸۶	۱۰۳۵	۱۲۰	۸۰	۲۱۳	۸۲۹	۱۵
۱۱۴	۲۶۱	۷۸	۲۸۹	۱۰۱۶	۱۵۶	۸۳	۲۰۹	۹۱۲	۱۶
۸۲۶	۲۸۴	۱۰۱	۲۸۵	۱۰۳۷	۱۲۱	۱۲۴	۲۵۰	۹۳۴	۱۷
۷۵۴	۲۰۰	۸۵	۲۳۶	۱۰۲۳	۱۳۱	۹۲	۲۸۲	۹۳۱	۱۸
۹۷۳	۱۷۹	۸۴	۲۳۲	۱۰۳۱	۱۳۱	۱۱۱	۲۸۴	۹۳۲	۱۹
۶۶۶	۱۹۰	۱۰۱	۲۳۸	۱۰۴۷	۱۲۹	۱۰۷	۳۱۳	۹۳۲	۲۰
۴۶۹	۱۸۳	۱۰۱	۲۳۵	۱۰۷۵	۱۴۰	۱۲۸	۲۲۳	۹۷۹	۲۱
۷۹۰	۲۰۸	۱۰۸	۲۲۷	۱۰۲۳	۱۵۱	۱۰۸	۲۷۹	۹۹۵	۲۲
۶۷۲	۲۳۲	۱۲۰	۲۶۶	۱۰۷۴	۱۳۷	۱۴۲	۲۸۷	۹۷۳	۲۳
۷۳۷	۱۵۶	۹۷	۲۳۴	۱۱۰۸	۱۳۳	۱۳۴	۳۲۶	۹۸۰	۲۴
۸۰۵	۲۴۸	۹۶	۲۷۶	۱۰۶۸	۱۲۱	۱۰۴	۲۹۰	۹۹۸	۲۵

مأخذ: یافته های پژوهش، ۱۳۹۳.

شکل (۲). چالش ها و محدودیت های گذران اوقات فراغت دختران در منطقه سیستان.



مأخذ: یافته های پژوهش، ۱۳۹۳.

جدول ۳. تحلیل واریانس گذران اوقات فراغت روزانه دختران روستایی (بر حسب ساعت).

ردیف	متغیرهای گذران اوقات فراغت دختران روستایی	میانگین	انحراف معیار
۱	خوابیدن	۳/۲۰	۱/۲۹۷
۲	مطالعه کردن	۲/۹۰	۱/۱۹۷
۳	ورزش	۱/۵۹	۰/۷۲۷
۴	مهمانی رفتن	۲/۶۶	۱/۲۱۷
۵	کار در خانه	۳/۰۷	۱/۱۴۵
۶	کار در مزرعه	۲/۷۸	۱/۲۵۲
۷	کار با کامپیوتر	۲/۰۵	۱/۰۵۵
۸	مصاحبه با دوستان	۱/۲۰	۲/۴۷
۹	تماشای تلویزیون	۳/۸	۱/۲۷۲

مأخذ: یافته های پژوهش، ۱۳۹۳.

جدول ۴. تحلیل واریانس گذران اوقات فراغت هفتگی دختران روستایی (بر حسب ساعت).

ردیف	متغیرهای گذران اوقات فراغت دختران روستایی	میانگین	انحراف معیار
۱	خوابیدن	۳/۴۰	۱/۰۶۳
۲	مطالعه کردن	۳/۱۵	۱/۲۵۷
۳	ورزش	۱/۶۲	۰/۷۴۳
۴	مهمانی رفتن	۰/۰۳	۱/۲۶۲
۵	کار در خانه	۳/۹۷	۱/۳۵۳
۶	کار در مزرعه	۳/۳۳	۱/۰۸۱
۷	کار با کامپیوتر	۲/۰۹	۱/۲۱۵
۸	مصاحبه با دوستان	۳/۰۸	۱/۲۵۸
۹	تماشای تلویزیون	۳/۹۳	۱/۵۵۷

مأخذ: یافته های پژوهش، ۱۳۹۳.

جدول ۵. تحلیل واریانس گذران اوقات فراغت ماهانه دختران روستایی (بر حسب تکرار در سه ماه).

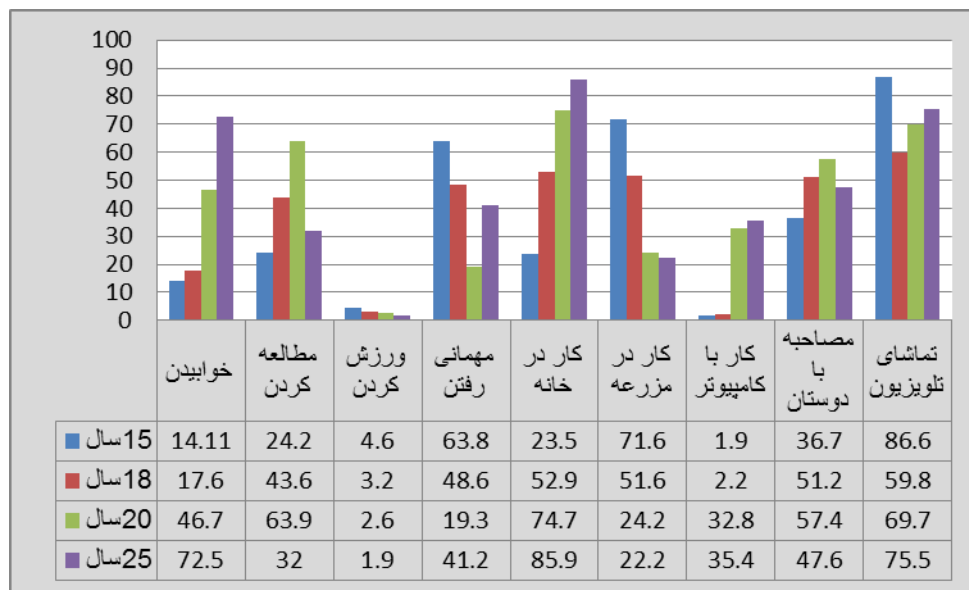
ردیف	متغیرهای گذران اوقات فراغت دختران روستایی	میانگین	انحراف معیار
۱	خوابیدن	۴/۰۱	۰/۹۹۳
۲	مطالعه کردن	۳/۷۹	۱/۱۴۲
۳	ورزش کردن	۳/۰۹	۱/۲۶۵
۴	مهمانی رفتن	۳/۵۱	۱/۰۸۳
۵	کار در خانه	۴/۳۹	۱/۵۰۶
۶	کار در مزرعه	۴/۶۹	۱/۲۶۲
۷	کار با کامپیوتر	۲/۶۴	۱/۴۲۰
۸	مصاحبه با دوستان	۳/۷۶	۰/۷۸۶
۹	تماشای تلویزیون	۴/۲۹	۱/۱۸۳

مأخذ: یافته های پژوهش، ۱۳۹۳.

همانگونه که نمودار ۱. نشان می دهد اولویت گذران اوقات فراغت دختران روستایی با توجه به گروه سنی آن-ها متفاوت می باشد به گونه ای که: خوابیدن در گروه سنی ۲۵ سال با (۷۵.۵ درصد)، مطالعه کردن با (۶۳.۹) ورزش کردن در گروه سنی ۱۵ سال با (۴.۶)، مهمانی رفتن در گروه سنی ۱۵ سال با (۶۳.۸)، کار در خانه در گروه سنی ۲۵ سال با (۸۵.۹)، کار در مزرعه در گروه سنی ۱۵ سال با (۷۱.۶)، کار با کامپیوتر در گروه سنی ۲۵ سال با (۳۵.۴)، مصاحبه با دوستان در گروه سنی ۲۰ سال با (۵۷.۴)، تماشای تلویزیون در گروه سنی ۱۵ سال با (۸۶.۶)، بیشترین میزان را به خود اختصاص داده اند.

به همین ترتیب کمترین میزان گذران اوقات فراغت در بین مؤلفه های مختلف نیز شامل: خوابیدن در گروه سنی ۱۵ سال با (۱۴.۱۱)، مطالعه کردن در گروه سنی ۱۵ سال با (۲۴.۲)، ورزش کردن در گروه سنی ۲۵ سال با (۱.۹)، مهمانی رفتن در گروه سنی ۲۰ سال (۱۹.۳)، کار در خانه در گروه سنی ۱۵ سال با (۲۳.۵)، کار در مزرعه در گروه سنی ۲۵ سال با (۲۲.۲)، کار با کامپیوتر در گروه سنی ۱۵ سال با (۱.۹)، مصاحبه با دوستان در گروه سنی ۲۵ سال با (۴۷.۶)، تماشای تلویزیون در گروه سنی ۱۸ سال با (۵۹.۸)؛ کمترین میزان را دارا می باشند. لذا می توان نتیجه گرفت که بین میزان گذران اوقات فراغت دختران روستایی در گروه های سنی مختلف تفاوت معناداری وجود دارد.

نمودار ۱. چگونگی گذران اوقات فراغت دختران بر حسب سن



مأخذ: یافته های پژوهش، ۱۳۹۳.

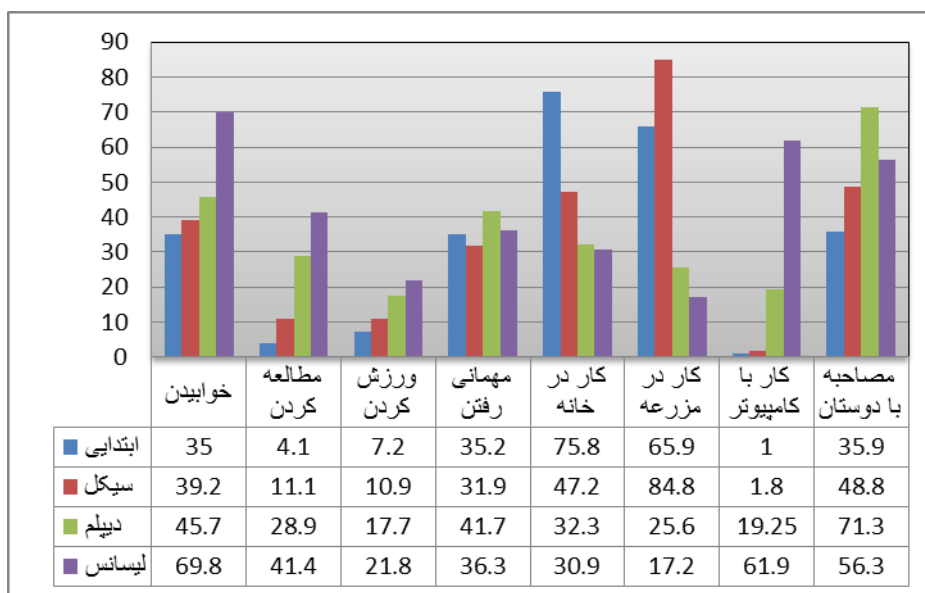
بر اساس تحقیقات صورت گرفته بیشترین میزان اوقات فراغت زنان در شهرهای بزرگ صرف فعالیتهایی مانند ورزش، مسایل مذهبی، سیر و سفر، فعالیتهای هنری (شامل نقاشی، قالی بافی، صنایع دستی، معرق کاری و...) و مطالعه (روزنامه، کتاب، مجله)، سرگرمی های دیگر مانند رادیو و تلویزیون، کامپیوتر و نیز سرگرمیهای بیرون از منزل مانند سینما، موزه، تئاتر، خیابان گردی و... است. اما در شهرهای کوچک و روستاها مهمترین نوع گذران اوقات فراغت برای بانوان به شکل دید و بازدید، رفتن به مهمانی و تماشای تلویزیون و در کل بیشتر به صورت دسته جمعی است.

همان گونه که نمودار (۲) نشان می دهد، خوابیدن در بین افراد دارای تحصیلات لیسانس با (۶۹.۸ درصد)، مطالعه کردن در بین افراد دارای تحصیلات لیسانس با (۴۱.۴)، ورزش کردن در بین افراد لیسانس با (۲۱.۸)، مهمانی رفتن در بین افراد دارای تحصیلات دیپلم با (۴۱.۷)، کار در خانه در بین افراد داری تحصیلات ابتدایی با میانگین (۸۴.۸)، کار در مزرعه در بین افراد دارای تحصیلات سیکل با (۸۴.۸)، کار با کامپیوتر در بین افراد دارای تحصیلات لیسانس با (۶۱.۹)، مصاحبه با دوستان در بین افراد دارای تحصیلات دیپلم با (۷۱.۳)، تماشای تلویزیون در بین افراد داری تحصیلات سیکل با (۳۲.۵) بیشترین میزان را دارا می باشند. از این رو می توان گفت بین گذران اوقات فراغت دختران روستایی با سطح تحصیلات رابطه معناداری وجود دارد.

می توان گفت بین گذران اوقات فراغت مدرن (خوابیدن، کار با کامپیوتر، تماشای تلویزیون و مطالعه کردن) و سطح تحصیلات افراد رابطه معناداری وجود دارد و در واقع بیشتر از بقیه افراد می باشد.

باتوجه به نمودار ۲. شاخص خوابیدن در بین افراد دارای تحصیلات سیکل با (۶۹.۸)، مطالعه کردن در بین افراد دارای تحصیلات لیسانس با (۴۱.۴)، کار با کامپیوتر در بین افراد دارای تحصیلات لیسانس با (۶۱.۱۹)، و مطالعه کردن در بین افراد دارای تحصیلات لیسانس با (۴۱.۴)؛ بیشترین میزان را دارا بوده است.

نمودار ۲. چگونگی گذران اوقات فراغت دختران روستایی بر حسب سطح سواد (تحصیلات).



مأخذ: یافته های پژوهش، ۱۳۹۳.

جدول ۶. نتایج آزمون همبستگی بین گذران اوقات فراغت و پایگاه اجتماعی - اقتصادی پاسخگویان.

همبستگی پیرسون	پایگاه اجتماعی - اقتصادی	گذران اوقات فراغت
ضریب همبستگی پیرسون	۸۶۷	۱
سطح معناداری	./۰۰۰	./۰۰۰
تعداد مشاهدات (N)	۲۵	۲۵

مأخذ: یافته های پژوهش، ۱۳۹۳.

با توجه به تحلیل های آماری تحقیق (جدول ۶)، بین پایگاه اجتماعی - اقتصادی و گذران اوقات فراغت دختران روستایی، رابطه معناداری وجود دارد. در این راستا برای آزمون فرضیه تحقیق از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شده است که بر این اساس، میزان همبستگی بین پایگاه اجتماعی - اقتصادی خانواده و گذران اوقات فراغت ۸۶۷/۰۰۰ است. بوده است با سطح اطمینان ۹۹ درصد می توان گفت رابطه معناداری بین گذران اوقات فراغت دختران روستایی و پایگاه اجتماعی - اقتصادی آنها وجود دارد.

۵- نتیجه گیری و پیشنهادات

زمان فراغت، زمان رشد و شکوفایی استعدادها، تقویت روحیه، مشارکت فعال فرهنگی و اجتماعی و زمان خودسازی در عین کسب نشاط پایدار، شادابی، طراوت و کارایی و رفع خستگی فکری و روانی در زندگی فردی و جمعی است. در دهه‌های اخیر برخی دگرگونی‌های فرهنگی و اجتماعی سبب شده که زنان و دختران از حصار محدود خانه وارد فضای عمومی شوند. طبقه، درآمد و تحصیلات پاره‌ای از محدودیت‌هایی را که جامعه سنتی بر فرصت‌های اوقات فراغت زنان تحمیل می‌کند، کاهش داده است. نتایج پژوهش نشان می‌دهد. گذران اوقات فراغت در بین دختران روستایی، با توجه به گروه‌های سنی، سطح تحصیلات و پایگاه اقتصادی - اجتماعی خانواده متفاوت می‌باشد. در واقع نتایج آزمون همبستگی یک نوع رابطه معنادار بین پایگاه اجتماعی - اقتصادی و گذران اوقات فراغت دختران روستایی را نشان می‌دهد. در هر حال این تغییرات، حضور زنان در عرصه‌ها و فضاهای شهری را اجتناب‌ناپذیر و نحوه ساماندهی شهری را دگرگون می‌سازد. با دگرگونی تدریجی سبک زندگی، زنان و دختران جوان برای سلامت، سرگرمی و فعالیتهای فراغتی برون‌خانگی اهمیت بیشتری قائل می‌شوند. پژوهش‌های اخیر نشان می‌دهد الگوهای اوقات فراغت دختران جوان به ویژه در اقشار متوسط از شکل انفعالی و درون‌خانگی به شکل فعالانه و برون‌خانگی میل می‌کند اما با محدودیت‌ها و موانعی که امروزه برای حضور دختران در غالب فضاهای عمومی وجود دارد بنظر می‌رسد فراغت این قشر می‌تواند از بیرون به مکانهای سر بسته‌ای که آسیب‌های بیشتری در پی دارد کشانده شود و در این راستا سیاست‌های فرهنگی معطوف به فضاهای فراغتی می‌تواند گذران فعالانه و خلاقانه و غیر آسیب‌زای اوقات فراغت دختران جوان را بارور سازد. تمایل جوامع امروزی به شیوه‌های زندگی متجددانه و به مدرنیسم غربی به بحران‌های دامنه‌داری در میان اقشار و طبقات گوناگون جوامع در حال توسعه دامن می‌زند در این میان نقش‌های زنان و دختران و انتظارات متفاوت و متعددی که جامعه از آنها دارد، آنان را دچار نوعی دوگانگی و تضاد نقشی می‌کند که این خود می‌تواند زمینه‌ای برای بروز آسیب‌های مختلف اجتماعی شود و همچنین سبک‌های خاص زندگی ایجاد کند. لذا در این راستا پیشنهادات ذیل مطرح می‌گردد:

- توجه به تنظیم و ارایه برنامه‌ها و تولیدات فرهنگی ویژه بانوان، متناسب با سن، سطح تحصیلات، وضعیت تاهل و وضعیت فرهنگی - اجتماعی، نیازهای روحی و روانی، مقتضیات محل زندگی، خصوصیات اقلیمی، سنتها، آداب و رسوم محلی و منطقه‌ای.

- جهت دهی برنامه‌ها به سمت رشد روحیه خلاقیت، ابتکار، نوآوری و تقویت اعتماد به نفس و خودباوری در میان زنان و دختران.

- توسعه، تجهیز و گسترش امکانات مراکز فرهنگی و ورزشی برای گذران اوقات فراغت بانوان با اولویت به مناطق محروم.

- ترویج فرهنگ کارمحوری و استفاده عملی از دانش در زندگی فردی و اجتماعی زنان و دختران

- تخصیص بودجه و منابع مالی و امکانات لازم توسط دستگاه‌ها و سازمان‌های ذی‌ربط برای تامین اوقات فراغت بانوان و تبادل تجهیزات و امکانات بین دستگاه‌های اجرایی برای تامین اوقات فراغت بانوان.

- شناسایی و گسترش امکانات و تجهیزات فرهنگی دستگاه‌ها برای استفاده بانوان در اوقات فراغت.

- فراهم نمودن زمینه‌های لازم برای بهره‌مندی بانوان محروم و مستضعف از امکانات موجود فرهنگی بدون پرداخت هزینه.

- شناسایی مشکلات و معضلات موجود در مراکز مربوط در خصوص گذران اوقات فراغت زنان و ارائه راهکارهای مناسب برای حل آنان.

- لزوم استفاده از توانایی‌ها و ظرفیت‌های دختران روستایی و عشایری و استفاده از آنان برای بهینه‌سازی وضع فرهنگی - اجتماعی و اقتصادی زنان روستایی در قالب طرح‌های اوقات فراغت.

- توجه به بارورسازی اوقات فراغت متناسب با تحولات اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی جامعه.

منابع

- اصغری، ساسان‌دخت، (۱۳۸۵). بررسی نحوه گذران اوقات فراغت دانش آموزان دختر منطقه ۱۴ تهران، بی‌جا.

- ابراهیمی، قربانعلی و بهنوئی گدنه، عباس. (۱۳۸۸). اوقات فراغت و هویت: بررسی جامعه‌شناختی رابطه ی اوقات فراغت با هویت شخصی در بین جوانان شهر بابلسر، فصلنامه مطالعات فرهنگی و ارتباطات، سال پنجم، ش ۱۴، صص ۱۲۷-۱۴۸.

- ازکیا، مصطفی، رودبارکی، حسینی، ۱۳۸۷، تغییرات نسلی سبک زندگی در جامعه روستایی، فصلنامه علمی-پژوهشی رفاه اجتماعی، سال دهم، شماره ۳۷، صص ۲۴۶-۲۴۱.

- انصاری، فرشته، فکوهی، ناصر (۱۳۸۲). اوقات فراغت و شکل‌گیری شخصیت فرهنگی نمونه موردی دو دبیرستان دخترانه شهر تهران. دوره اول، شماره چهارم، صص ۶۱-۸۹.



- الهام پور، حسین؛ محمد جعفر پاک سرشت. (۱۳۸۲). بررسی الگوی گذران اوقات فراغت دانشجویان دانشگاه شهید چمران. مجله علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه شهید چمران، دوره سوم، سال دهم، شماره ۳ و ۴. ۶۴-۴۸.
- پهلوان، منوچهر، برزیگر، سیده فاطمه، (۱۳۹۰). بررسی گرایش به نحوه گذران اوقات فراغت در بین دختران مقطع متوسطه شهرستان آمل، فصلنامه جامعه‌شناسی مطالعات جامعه‌شناسی مطالعات جوانان، سال دوم، شماره سوم، صص ۵۵-۶۶.
- تپیا، مجتبی. (۱۳۸۸). بررسی رابطه‌ی پایگاه اجتماعی- اقتصادی و چگونگی گذران اوقات فراغت در بین دانشجویان جوان ۱۸-۲۹ سال دانشکده علوم اجتماعی علامه طباطبایی، پایان نامه‌ی کارشناسی ارشد، دانشکده علوم اجتماعی، دانشگاه علامه طباطبایی تهران.
- جنکینز، ریچارد، (۱۳۸۵). پی‌یر بوردیو، ترجمه‌ی لیلا جوهر افشانی و حسن چاوشیان، تهران، نی.
- حسینی، معصومه و رحیمی، لیلا (۱۳۸۵). بررسی چگونگی گذران اوقات فراغت در بین زنان شهر اراک، تهران، نشر ره آورد دانش.
- خادمیان، (۱۳۸۷). سبک زندگی و مصرف فرهنگی: مطالعه‌ی در حوزه جامعه‌شناسی فرهنگی و دیباچه‌ی ای بر سبک زندگی فرهنگی ایرانیان، تهران: مؤسسه فرهنگی و هنری- جهان کتاب.
- خاقانی نژاد، زهرا (۱۳۸۶). بررسی نحوه گذران اوقات فراغت نوجوانان کم توان ذهنی مدارس حرفه‌آموزی شهرستان همدان، آموزش و پرورش استثنایی استان همدان.
- رحمانی، احمد؛ محمد پور و طیبه بخشی نیا، (۱۳۸۵). بررسی و مقایسه نحوه گذران اوقات فراغت دانشجویان دختر دانشگاه‌های زنجان با تأکید بر نقش تربیت بدنی و ورزش. مجله دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان، دوره پنجم، شماره سوم، پائیز، ۲۱۶-۲۰۹.
- رجبی، م. و ه. آقا (۱۳۶۹). گذران اوقات فراغت دانش‌آموزان شهر شیراز، مجموعه‌ی مقالات اقتصادی و اجتماعی سازمان برنامه و بودجه‌ی استان فارس، شماره ۴.
- رفعت‌جاه، مریم (۱۳۸۷). دختران جوان و اوقات فراغت، مطالعات جوانان، ش ۱۳، صص ۱۷۳-۱۵۱.
- سازمان ملی جوانان. (۱۳۸۱). بررسی وضعیت اوقات فراغت جوانان، تهران؛ اهل قلم.
- شهبازی، عباس، خوشباطن، منوچهر، نقیلی، بهروز، ابراهیمی ممقانی، مهرانگیز، ۱۳۸۲، وضعیت گذران اوقات فراغت جمعیت بابلای ده سال منطقه شمال غرب تبریز-۱۳۷۹، مجله پزشکی دانشگاه علوم پزشکی تبریز، صص ۷۳-۶۹.



- شهیدی زندی، مریم، رشوند، مرجان، رفعت، مریم، (۱۳۸۹). تبیین جامعه شناختی فعالیت های فراغتی دختران جوان، فصلنامه شورای فرهنگی اجتماعی زنان، سال سیزدهم، شماره ۵۰. صص ۸۰ - ۳۰.
- عابدی، (۱۳۹۰). رابطه عزت نفس و میزان گرایش جوانان به سبک زندگی غربی مطالعه موردی جوانان یزدی، فصلنامه سیاست، مجله دانشکده حقوق و علوم سیاسی، شماره ۲۲، صص ۲۳۳-۲۵۲.
- عطائی سعیدی، حامد، ناصری راد، محسن، محبی، سیده فاطمه، ۱۳۸۸، اثرسنجی برنامه های اوقات فراغت دختران دانش آموز، فصلنامه مطالعات راهبردی زنان، شماره ۴۴، صص ۱-۳۳.
- فکوهی، ناصر و انصاری مهابادی، فرشته. (۱۳۸۲). اوقات فراغت و شکل گیری شخصیت فرهنگی نمونه ی موردی دو دبیرستان دخترانه ی شهر تهران، نامه ی انسان شناسی، دوره اول، شماره چهارم. صص ۶۱-۸۹.
- کشاورزی، محمدعلی، ۱۳۸۰. مسائل نوجوانان و جوانان.
- کوهستانی حسینعلی و خلیل زاده، علی، (۱۳۷۸). پژوهش در اوقات فراغت و راههای بهره برداری از آن، تهران، نشر تیهو.
- گودرزی، محمود و اسدی، حسن. (۱۳۷۹). تحلیل میزان و نوع فعالیت های فراغتی و ورزشی استادان دانشگاه تهران، مجله حرکت، تهران، شماره ۴. صص ۳۶-۲۱.
- معتمدی مهر، اکبر، واقف کودهی، مریم، ۱۳۸۸، مطالعه تطبیقی گذران اوقات فراغت جوانان شهر صومعه سرا، فصلنامه چشم انداز جغرافیایی، سال چهارم، شماره ۹. صص ۲۲۸-۲۱۱.
- مرکز آمار ایران، ۱۳۸۵.
- مهدوی، محمد صادق و نرگس مولایی (۱۳۸۱). «مطالعه جامعه شناختی نحوه گذران اوقات فراغت مردان متأهل شاغل پس از کار روزانه از نگاه همسرانشان در شهر اراک سال ۱۳۸۱». فصلنامه جامعه شناسی. س ۱. ش ۲. صص ۲۰-۱.
- Rojek, chris (2005), *Leisure theory, principles and practice*, London, palgrave.
- Stodolska, M., Livengood, J (2006) *the Influence of Religion on the Leisure Behavior of Immigrant Muslims in the United Statets.*, *Journal of Leisure Research*, VOL. 38, Issue 3, p. 293-320.
- Veal J. Anthony (2002) *society and leisure*, Volume 24, autumn. University of technology, Sydney.
- Wegner, lisa & Alen J Flisher & Martie Muller & carl, Lombard (2006), *leisure Boredom and substance Use among High school students in south africa*, *Journal of leisure Research*, vol. 38, NO. 2, p. 249-266.