أوقات الفراغ وعلاقته بالأنشطة الترويحية للطالبات

دراسة ميدانية على عينة من جامعة الملك عبد العزيز

تاريخ الاستلام: 2013/4/7 تاريخ القبول: 2013/11/10

د. سميرة سعد الدين المغربي [*]

مستخلص

إن التطور المادي الذي يعيشه الأفراد والمجتمعات، نتيجة لعوامل اجتماعية واقتصادية، أوجد وقت فراغ، مما يستدعي الوقوف عند هذه الظاهرة، لذا تهدف هذه الدراسة إلى تعرف حجم وقت الفراغ الذي تمتلكه الطالبة الجامعية في مدينة جدة، والأنشطة الترويحية التي تمارسها، والعلاقة بين التخصص ونوعية الأنشطة الترويحية. وقد طبقت هذه الدراسة على مجموعة من طالبات جامعة الملك عبدالعزيز في مدينة جدة، موزعة بين كلية الآداب والعلوم الإنسانية وكلية العلوم، حيث بلغ حجم العينة (350) طالبة، أما المنهج الذي استخدم في الدراسة فهو المسح الاجتماعي للعينة العمدية، وكانت الاستبانة

---

[*] قسم الاجتماع والخدمة الاجتماعية/كلية الآداب والعلوم الإنسانية/جامعة الملك عبد العزيز .

هي أداة جمع البيانات. ومن خلال تحليل بيانات الدراسة الميدانية وجدت كمية فراغ كبيرة لدى الطالبات، ففي أيام الدراسة لديهن (4) ساعات وتزيد إلى أكثر من (6) ساعات في أيام الإجازات في اليوم الواحد. كما أظهرت الدراسة أن الأنشطة الترفيهية تأتي في مقدمة الأنشطة التي تمارسها الطالبة الجامعية، يليها الأنشطة الاجتماعية والرياضية، وأخيرا الأنشطة الثقافية، كما لوحظ أنه لا يوجد فرق في ترتيب الأنشطة الترويحية والتخصص. وتوصي الدراسة بالاهتمام بأوقات الفراغ، وذلك من خلال توفير الأنشطة الترويحية التي تعود بالنفع على الفتيات بصفة خاصة والمجتمع بصفة عامة.

The Leisure Time and Its Relationship With the Students' Recreational Activities: A Field Study on a Sample from King Abdulaziz University

Abstract

The notable development that individuals and communities are living now due to social and economic factors resulted in free time and raises a phenomenon that requires questioning. The present study aims at identifying the size of the free time, which a university student is spending in Jeddah city, and recreational activities she is practicing to track the relationship between specialization and the type of recreational activities. The study was applied to a group of students from King Abdulaziz University in Jeddah, distributed between the College of Arts and Humanities and the College of Science. The size of the sample reached 350 students. The approach of the study was the

social survey of the intended sample and the questionnaire was the data collection tool. By analyzing the data of the field study, it was found that there was a huge amount of leisure time among female students. During school days, Students have Leisure time amounts up to 4 hours that increase to more than 6 hours on holidays. The study also showed that recreational activities came at the top of the activities the college student practiced, followed by social and sport activities, then followed by cultural activities. It was also found that there were no relationships between recreational activities and specialization. The study recommends that there should be an interest and attention to the leisure time through providing recreational activities that are beneficial to girls in particular and society in general.

المقدمة

وقت الفراغ ولد مع بداية حياة الإنسان البدائي، فقد كان يمضي وقته مشغولا في الحصول على قوته، ثم يمضي ما تبقى بعد ذلك في حماية نفسه ضد أخطار الطبيعة، والحيوانات المفترسة، وتطورت الحياة وتطورت الآلات التي كان يستعملها في صيد وزراعة ومعيشة، فكلما زادت آلاته وأجهزته اختصر الوقت الذي يبذله في سبيل المعيشة، ومع ظهور الثورة الصناعية والتطور التكنولوجي الهائل سهل على الإنسان العمل وقلل الجهد ووفر الوقت في العمل، مما أوجد وقت الفراغ. ولقد صاحب هذه الظاهرة تزايد وتطور الوسائل الترويحية وانطلق معها الإنسان بحثا عن الراحة والمتعة. فالوقت أغلى النعم التي منحها الله تعالى للإنسان، ورغم ذلك أُهمل الكثير في استخدامه، فنظرة الإسلام إلى عدم الاستفادة من وقت الفراغ أنه عامل من العوامل الأساسية التي تؤدي إلى الانحراف، فلقد اهتم بالتوجيهات التربوية إلى الآباء ودعوتهم إلى أن يراقبوا أولادهم، وخاصة في سن المراهقة، ومن أعظم هذه الوسائل تعودهم على العبادات، قال تعالى "وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالإِنْسَ إِلا لِيَعْبُدُونِ" (الذاريات آية 56). ومما لاشك فيه، أن المقصود بالعبادة لا يقتصر على العبادات الظاهرة فقط، فالعبادة اسم جامع لكل ما يحبه الله ويرضاه من الأقوال والأعمال الباطنة والظاهرة (ابن تيمية، 1403هـ).

إن وقت الفراغ نعمة على صاحبه، ومن ثم على المجتمع بأكمله إذا أحسن الإنسان استغلاله والاستفادة منه بشكل إيجابي. فمما لا شك فيه أن مشاركة الأفراد في أوقات الفراغ بطريقة إيجابية تؤدي إلى الاستثمار والحصول على منافع عديدة. ويتوقف ذلك على مجموعة من الأدوار، منها الأسرة التي تقوم بدور مهم تجاه أبنائها بتهيئة الوسائل الترويحية

المناسبة لهم من الناحية العمرية، والشرعية، والتربوية، ومشاركة الأبوين للأبناء أثناء ممارسة الأنشطة الترويحية في أوقات الفراغ. مما يُحدث المزيد من الترابط الأسري بين أفراد الأسرة الواحدة في حالة ممارسة أفراد الأسرة لأنشطة وقت الفراغ بشكل جماعي، بشرط أن تكون تلك الأنشطة ذات صبغة إيجابية تفاعلية، فقد دلت الأبحاث على أن نسبة المشاركة كلما ارتفعت بين أفراد الأسرة في الأنشطة الترويحية أدى ذلك إلى مزيد من التماسك بين أفراد الأسرة الواحدة، إضافة إلى تحقيق درجة أكبر من التكامل والتكيف النفسي والاجتماعي لأفرادها (السدحان، 1424هـ). وكذلك إشباع الحاجات العلمية والعقلية للفرد، وهذا يتأتى من خلال الأنشطة الابتكارية، إذ تؤدي البرامج الترويحية الابتكارية إلى تنمية القدرات العقلية والذكاء والتفاعل الإيجابي مع المواقف المختلفة (السدحان، 2012م)، وإشباع الحاجات الانفعالية للفرد وما يسمى بالدوافع اللاشعورية أو الدوافع المكبوتة داخل النفس البشرية (منصور،1424م). كما تساعد أنشطة وقت الفراغ على التكيف والاستقرار النفسي والرضا الذاتي وتنمية هوية الفرد الذاتية، مما يؤدي إلى صحة نفسية سليمة وتكيف نفسي سوي (وجيه والشناوي،1410م).

وقد تكون أنشطة وقت الفراغ عاملا مساعدا على رسم مهنة المستقبل للفرد من خلال تنمية مهاراته وقدراته التي قد تبدأ بهواية يمارسها الفرد في حياته اليومية، ثم ينميها ويطورها حتى تنتهي بمهنة يحترفها في مستقبل حياته. كما أن أنشطة وقت الفراغ قد تكون منشطة للحركة الاقتصادية في المجتمع من خلال الأنشطة والبرامج الترويجية والموارد الاستثمارية. كما أن المدرسة لا يمكن إغفال دورها في تربية الطلاب على حسن التعامل مع أوقات الفراغ، وتحقيق الآثار الإيجابية من خلال ممارسة الأنشطة الترويحية الإيجابية والابتكارية، وتهيئة الظروف المكانية والزمانية المناسبة لتحقيق ذلك للطلاب. وتستطيع المدرسة أن تقوم بدورها ذلك من خلال توعية الطلاب بأهمية وقت الفراغ

وتعريفهم بميولهم بعد اكتشافها والعمل على تنميتها، مع توفير الإمكانات اللازمة التي تحقق الاستثمار الأمثل لأوقات الفراغ، بما يؤدي إلى وجود مردود إيجابي من الأنشطة الترويحية عليهم وتمنع عنهم آثار وقت الفراغ السلبية. والمجتمع بشكل عام، له دوره في صنع تلك الآثار الإيجابية لأوقات الفراغ من خلال توفير المناخ الترويحي السليم بتهيئة وسائل الترويح الإيجابية المناسبة، لنُظم وقواعد المجتمع، وإيجاد الأماكن الترويحية المأمونة التي تعمل على جذب أفراد المجتمع لها.

كذلك تتأثر الأنشطة الترويحية التي يمارسها الأفراد في أوقات الفراغ على النوع (الجنس) فالذكر له أنشطة ترويحية تناسبه، كما أن للأنثى أنشطة أخرى تناسبها. ولقد دلت بعض الدراسات على أن فئة الذكور تميل إلى الأنشطة ذات الطابع البدني التنافسي، في حين تقبل الإناث على الأنشطة الترويحية الهادئة التي تمارس غالبا في المنزل أو مع الصديقات (علي، 1410هـ).

والعمر أيضا يؤثر في تحديد نوع النشاط الترويحي الذي يمارسه الأفراد، فالأطفال لهم أنشطتهم الخاصة وهي ذات طابع حركي مستمر ومتواصل، بينما البالغون وكبار السن تناسبهم الأنشطة الثقافية والقراءة والرحلات، وتمتاز أنشطة فئة الشباب بالتنوع إلا أن الجانب الرياضي والرحلات البرية والبحرية تطغى على الأنشطة الترويحية التي يمارسها الشباب. أما المستوى التعليمي فيتدخل بشكل كبير في تحديد النشاط الترويحي الذي يمارسه الأفراد خلال أوقات فراغهم، كما توجد علاقة طردية بين مستوى التعليم وتخصيص جزء من الدخل للصرف على الأنشطة الترويحية، وبخاصة ما كان من الأنشطة في مجال المهن والحرف (خليفة، 1410هـ).

أما العامل الاقتصادي فيؤثر من خلال القدرة على تهيئته، وتوفير الوسائل والأدوات التي من خلالها يمارس الفرد الأنشطة الترويحية، فالرحلات الخارجية والسفر والسياحة قد لا تتحقق لأصحاب الدخول المنخفضة. كذلك حجم وقت الفراغ يؤثر بشكل كبير وأساسي في تحديد نوعية النشاط الترويحي الذي يمارسه الفرد في وقت الفراغ ومكان الترويح ونوعية المشاركين. وتختلف نوعية الأنشطة الترويحية التي يمارسها الفرد تبعا لتباين عدد أفراد الأسرة قلة أو كثرة، إضافة إلى أن الأنشطة الترويحية التي يمارسها الأفراد في أوقات الفراغ ستختلف باختلاف التركيب النوعي للأسرة. كما أن المستوى الاقتصادي والمادي للمجتمع له دور في نوعية الأنشطة الترويحية، إذ إن لكل مرحلة من مراحل نمو المجتمع الاقتصادية ما يناسبها من الأنشطة الترويحية، فإذا كان المجتمع يمر بمرحلة تدهور اقتصادي فأن ذلك سيجعله يمارس أنشطة ترويحية تختلف عن الأنشطة الترويحية التي سيمارسها حين ظهور تحسن اقتصادي ورخاء مادي. ولا يمكن إغفال طبيعة المجتمع وخصائصه الثقافية التي تحدد نوعية الأنشطة الترويحية التي يمارسها أفراده، فخصوصية المجتمع تؤدي إلى ظهور أنشطة ترويحية تتناسب مع طبيعته وظروفه الاقتصادية والاجتماعية والديموجرافية (العلي، 1406هـ).

مشكلة الدراسة

أصبحت ظاهرة الترويح والفراغ عاملا مؤثرًا في النظم الاجتماعية التي يتألف منها المجتمع السعودي، كما بدأ الاهتمام بالترويح كأحد مظاهر السلوك الحضاري للفرد. فقد كان الترويح الذي تمارسه الفتاة في المجتمع السعودي بسيطا كبساطة الحياة السابقة، وكانت الفرص الترويحية للمرأة محدودة تتمثل في الزيارات التبادلية والنزهات البرية القريبة والألعاب الحركية اليسيرة للصغيرات منهن. وكانت هذه الممارسات الترويحية تتصف بقدر كبير من التحفظ والخصوصية المكانية والزمانية. كما اتسم الترويح للفتاة السعودية

بسمات عديدة أبرزها انطلاقه من البيئة المحلية ببعديها المادي والثقافي، ومراعاته للضوابط الشرعية أخذًا بالاعتبار تقاليد المجتمع (السدحان، 1428هـ). إلا أن المجتمع السعودي بدأ يواجه تنوع الأشكال والأساليب الترويحية يوما بعد يوم، مما يدفعنا إلى تعرف الجوانب الترويحية في حياة المرأة بشكل عام في المجتمع السعودي، والطالبة الجامعية بشكل خاص. وبالتالي فإن المشكلة الراهنة تطرح سؤالا مهما، وهو: ما هي تأثيرات عمليات الترويح في وقت الفراغ؟ كذلك ما هي أشكاله الجديدة التي توافقت مع العصر التكنولوجي؟ ومن هنا فإن الدراسة تهدف إلى تعرف:

1. حجم وقت الفراغ الذي تمتلكه الطالبة الجامعية في حياتها اليومية.
2. نوعية الأنشطة الترويحية التي تمارسها الطالبة الجامعية.
3. العلاقة بين تخصص الطالبة ونوعية الأنشطة الترويحية.

تساؤلات الدراسة

في ضوء الأهداف السابقة تجيب هذه الدراسة عن التساؤلات التالية:

1. ما حجم وقت الفراغ لدى الطالبة الجامعية في حياتها اليومية؟
2. ما نوعية الأنشطة الترويحية التي تمارسها الطالبة الجامعية؟
3. ما العلاقة بين تخصص الطالبة ونوعية الانشطة الترويحية؟

الأهمية النظرية

ترتبط الدراسة الحالية بكثير من الظواهر الاجتماعية التي لها تأثيرات مباشرة في العمل والإنتاج وسيادة العلاقات الاجتماعية، فضلا عن تأثر المجتمع بها من خلال مدى الاستفادة من وقت الفراغ في تنمية وتطوير السلوك الاجتماعي. ونتيجة لإدراج وقت

الفراغ ضمن الإعلان العالمي لحقوق الإنسان، وتخصيص مادة له عند صدوره عام (1948م)، إضافة إلى وضع ميثاق خاص بوقت الفراغ لتوجيه العاملين والمخططين لبرامج وقت الفراغ في العالم عام (1970م)، ونشوء منظمات دولية متخصصة في مجال الترويح، وبخاصة في العالم الغربي. من هنا فكل هذه التطورات العلمية والعملية أدت إلى الاهتمام بدراسة الجوانب الترويحية في حياة الأفراد والمجتمعات العربية بشكل عام والمجتمع السعودي بشكل خاص. وتأتي الدراسة الحالية عن الأنشطة الترويحية ووقت الفراغ في إطار النظريات الاجتماعية، مما يضيف بعدًا اجتماعيًا، إذ تحقق إضافة علمية في علم اجتماع الفراغ بشكل عام والمجتمع السعودي بشكل خاص.

الأهمية التطبيقية

تلقي هذه الدراسة الضوء على أوقات الفراغ والأنشطة الترويحية التي تمارسها الطالبة الجامعية، حيث يمكن أن تساعد نتائج الدراسة الحالية المسؤولين عن الأنشطة الجامعية بالاهتمام بوقت الفراغ للطالبات، وإعادة النظر في خطط وبرامج الترويح، مما يساعد على كشف مواهب الطالبات وصقلها، وإتاحة الفرصة للطالبات للانسجام الجماعي المنظم، وغرس روح الجماعة والقيم الأخلاقية، مما يعود عليهم وعلى المجتمع بالنفع والفائدة. كما يمكن أن تسهم نتائج هذه الدراسة في نشر الوعي في المجتمع عن أهمية الوقت، ومحاولة للإسهام في تشخيص الواقع والانتقال إلى التخطيط السليم للمشروعات الترويحية، وإيجاد المناخ الترويحي السليم بتهيئة وسائل الترويح الإيجابية التي تتمشى مع نظم وقواعد المجتمع، وإيجاد الأماكن الترويحية المأمونة التي تعمل على جذب فتيات المجتمع لها.

مفاهيم الدراسة

1. وقت الفراغ Leisure Time

عُرف الوقت بأنه مقدار من الزمن، أما كلمة الفراغ فمعناها الخلو من الشغل. من هنا فوقت الفراغ يعني لغويا " الزمن الذي يخلو فيه الإنسان من الشغل أو العمل" (الأصفهاني، 1999م). وتتعدد التعريفات لدى علماء الاجتماع وتختلف تبعا لاختلاف النظرة إلى وقت الفراغ أو كيفية حسابه، ونوعية الاستفادة منه، وطبيعة المناشط التي تمارس فيه، والآثار المترتبة على تلك المناشط، إلا أنه يمكن تمييز ثلاثة اتجاهات رئيسة في تعريف وقت الفراغ، وهي كالآتي:

الاتجاه الأول: الاتجاه الكمي: وهو الذي ينظر إلى وقت الفراغ نظرة كمية أو عددية ويتعامل معه حسابيًا، بغض النظر عن طبيعة النشاط الممارس فيه، وفي هذا الاتجاه يتم احتساب وقت الفراغ بحصر الأربع والعشرين ساعة التي يتكون منها اليوم وحسم (إنقاص) الساعات المتخصصة للمناشط الرئيسة مثل النوم، والأكل، والدراسة، والحاجات الضرورية، وما تبقى من وقت يعد وقت فراغ يومياً أو يطلق على هذا النوع (االفائض) أو (البواقي). وأبرز التعريفات في هذا الاتجاه تعريف "تاش"، حيث عرف وقت الفراغ بأنه " الوقت الحر المتبقي بعد الانتهاء من أداء المناشط الأساسية في حياة الفرد". كما عرفه القاموس الاجتماعي بأنه "الوقت الحر بعد قيام الفرد بمسؤولياته الحياتية" (خطاب، 1987م).

الاتجاه الثاني: الاتجاه النوعي: وهو الذي ينظر إلى وقت الفراغ بحسب أهميته النسبية للفرد وطبيعة ما يمارس فيه من مناشط وبرامج، وما يتم اكتسابه فيه من قيم، بغض النظر عن كميته العددية، فالتركيز هنا على نوعية البرامج والأنشطة التي تمارس خلال وقت الفراغ ولا يلتفت إلى كمية هذا الوقت. ومن أبرز التعريفات فيه هو تعريف ماكس كابلان: "إن وقت الفراغ في أفضل معانيه هو ما يسمح للفرد بتجديد الذات وتعرفها والوصول بها إلى الكمال"، وعلى ذلك فكل وقت يستطيع الإنسان فيه أن يسمو

بنفسه ويجدد ذاته وقدراته فهو يعد وقت فراغ، حتى وإن كان خلال عمله الرسمي، أو من خلال ممارسته للمناشط الضرورية الأخرى (سلطان،1413هـ).

الاتجاه الثالث: الاتجاه التكاملي: وهو الذي ينظر إلى وقت الفراغ نظرة متوازنة، فهو ينظر إليه من حيث الكم والكيف، فيتعامل معه حسابيا، بالإضافة إلى تركيزه على محتوى وقت الفراغ وطبيعة المناشط الترويحية التي تمارس فيه، فنجد أصحاب هذا الاتجاه يربطون بين الاتجاه الأول وهو الذي يتعامل بطريقة (الفائض) من الوقت وبين الاتجاه الثاني الذي يتعامل مع كيفية قضاء وقت الفراغ، أو ما يعرف بـ "الأهمية النسبية" للوقت لدى الأفراد.

وأبرز التعريفات تعريف محمد علي محمد، الذي عرف وقت الفراغ بأنه: "الوقت الذي يتحرر فيه المرء من العمل والواجبات الأخرى، والذي يمكن أن يستغل في الاسترخاء والترويح والإنجاز العلمي أو تنمية حاجات شخصية" (محمد، 1405هـ).

وفي هذه الدراسة يعرف وقت الفراغ إجرائيا بأنه: "الوقت الحر المتبقي بعد الانتهاء من أداء المناشط الأساسية في حياة الفرد، مثل النوم، والأكل، والدراسة، والتنقلات".

2. الترويح Recreation

لقد تعددت تعريفات الترويح؛ فقد عرفه الهكاري الكسندر صولوي (Alexander Szalai) بأن الترويح هو نشاط اختياري يحدث أثناء وقت الفراغ، وأن دوافعه الأولية هي الرضا والسرور والبهجة الناتجة عن هذا النشاط. أما العالم بترشيف فعرفه بأنه: "مزاولة أي نشاط في وقت الفراغ سواء كان نشاطا فرديا أم اجتماعيا، وذلك بهدف إدخال السرور على النفس دون توقع وانتظار أية مكافأة". ويرى كارلسون أن الترويح هو الخبرة في قضاء وقت فراغ ممتع، وقضاء وقت الفراغ يكون من محض الإرادة الحرة للفرد ومن

خلاله يحصل على إشباع فوري ومباشر. ويرى ماكولوف (Mochalov) أن الترويح هو الحالة التي تصاحب الإنسان عند ممارسته لنشاط ممتع، وقد يكون هذا النشاط جسميا أم عقليا أم اجتماعيا أم فنيا. من هذه التعريفات نستنتج أن مفهوم الترويح هو نشاط اختياري ممتع لوقت الفراغ دون التعرض لنوع وطبيعة هذا النشاط دون تحديد هدفه.

من خلال التعريفات السابقة نرى أن جميعها يكمل بعضها البعض الآخر، إذ إن كلا منها يركز على ناحية معينة ويغفل النواحي الأخرى، ولكي يسهل علينا وضع تعريف مناسب للترويح نعرض فيما يلي أهم الخصائص العامة للترويح:

1. **الترويح نشاط:** لا يكفي أن نذكر أن الترويح نشاط، إذ لا بد أن نحدد نوعية وطبيعة هذا النشاط، لذا فإن معايير النشاط الترويحي هي:

أ. الترويح نشاط بناء، يهدف إلى بناء وتطوير شخصية الفرد، وذلك من خلال ممارسة الأنشطة الإيجابية.

ب. الترويح نشاط اختياري: يختار الفرد نوع النشاط الذي يميل إليه ويتناسب مع أذواقه وقدراته وإمكاناته.

ج. الترويح نشاط ممتع أو سار: يمنح الفرد المتعة والسرور والسعادة.

2. **الترويح يحدث في وقت الفراغ:** إن الترويح ينبغي أن يحدث في وقت الفراغ وليس في وقت العمل المهني أو الوظيفي الذي يمارسه الفرد (الحسن،2005م).

أنواع الأنشطة الترويحية في وقت الفراغ

هناك العديد من الأنشطة الترويحية التي يمكن ممارستها في وقت الفراغ، كما صنفها العالم ديميزدية، هي:

أ. الأنشطة الترويحية تستهدف الراحة العصبية، ولا تتضمن نشاطًا عقليًا.

ب. الأنشطة الترويحية يغلب عليها طابع النشاط العضلي أو الأداء الحركي.

ج. الترويح يتميز بالطابع السلبي والاستجمام كالنوم والاسترخاء.

ويعتقد العالم ديميزدية أن الترويح الذي يغلب عليه النشاط العضلي أو الممارسات الحركية يعتبر من أهم النواحي التي تسهم في تنمية الشخصية، واكتساب أساليب الحياة الصحية، وزيادة قدرة الفرد على العمل والإنتاج.

بينما قسم البروفسور دورانت (Durant) أنشطة الترويح في وقت الفراغ إلى أقسام متنوعة تبعا لنماذج الاشتراك في الأنشطة الترويحية، ويقسم نماذج الاشتراك على النحو التالي:

أ. الاشتراك الابتكاري.. وهو الاشتراك الذي يعمل فيه المشترك على الإبداع والابتكار عن طريق اندماجه في نوع النشاط الممارس، مثل اللاعب الذي يعشق لعبته ويندمج فيها إلى الحد الذي ينسى به ما عداها.

ب. الاشتراك الإيجابي.. وهو ذلك الاشتراك في أوجه النشاط الذي يسهم في تنمية الفرد جسمانيا أو عقليا أو اجتماعية أو نفسيا، مثل الرسم والأنشطة الرياضية والعزف على الآلات الموسيقية وغيرها.

ج. الاشتراك العاطفي.. يقصد به اشتراك الفرد عاطفيا في مختلف أنواع الأنشطة، مثل مشاهدة المباريات الرياضية أو الاستماع إلى الموسيقى أو مشاهدة اللوحات الفنية.

د. الاشتراك السلبي: وهو ذلك الاشتراك الذي يكون فيه اندماج الفرد معدوما، مثل: الذهاب إلى السينما أو مشاهدة التلفزيون أو الذهاب إلى الملاهي (الحسن، 2005م).

وفي هذه الدراسة، يعرف الترويح بأنه: "كل نشاط ممتع ومباح شرعًا تمارسه الطالبة اختياريًا في وقت فراغها". إن هذا التعريف يتناول اختصارا لمجمل التعريفات السابقة.

ويمكن تعريف الأنشطة التي تتناولها الدراسة كالتالي:

الأنشطة الثقافية: يقصد بها كل نشاط يغلب عليه الجانب الثقافي، ومن ذلك مشاهدة البرامج الثقافية في التلفاز أو الفيديو، والاطلاع أو القراءة أو الكتابة، وممارسة الخط أو الرسم، والذهاب إلى حلقات تحفيظ القرآن الكريم، وحضور المحاضرات والندوات، وأخيرا قراءة القرآن الكريم أو حفظه في المنزل.

الأنشطة الاجتماعية والرياضية: يقصد بها كل نشاط يغلب عليه الجانب الحركي وليس بالضرورة أن يكون رياضيا، ومن ذلك ممارسة رياضة المشي خارج المنزل، أو الذهاب إلى النوادي الرياضية، أو ممارسة بعض الأعمال اليدوية أو الخزفية، أو ممارسة التفصيل والخياطة، أو ممارسة الطبخ، أو ممارسة زراعة نباتات الزينة الداخلية، وأخيرا تربية الطيور.

الأنشطة الترفيهية: يقصد بها كل نشاط يغلب عليه الجانب الترفيهي دون أن يمكن تصنيفه ضمن الأنشطة الثقافية أو الاجتماعية أو الرياضية. ومن ذلك الذهاب إلى المطاعم العامة، والعناية بالبشرة والتجميل ووضع المكياج، وزيارة الصديقات والأقارب أو الجيران، والتحدث بالهاتف مع الصديقات والقريبات، واستخدام الكمبيوتر أو الإنترنت، والتردد على الأسواق والمجمعات التجارية، والذهاب إلى مقاهي الإنترنت، ومشاهدة الأفلام والمسلسلات في التلفاز والفيديو والاستماع إلى الأشرطة والإذاعات الفضائية، وأخيرا الذهاب إلى الملاهي والشاليهات والحدائق العامة.

الإطار النظري للدراسة

الاتجاه المادي

يمكن تشخيص مشكلة الدراسة في ضوء مقولات المادية التاريخية لسيطرة الخلافات والتوترات على علاقات البشر وفي إطار المعاملات اليومية، فعلى سبيل المثال يرى كارل منهايم أن هذه الخلافات والمشكلات تأتي من خلال عمليات التغيرات التي تطرأ على البناء الاجتماعي نتيجة العلاقات المتصارعة من أجل السيطرة على الحاجات وعدم وجود بناء تربوي يحقق الانسجام (الحسن، 2010).

وأبرز ما يمثل هذا الاتجاه، نظرية الصراع التي جعلت من فكرة الصراع محورا لها في تصوراتها ومنطلقاتها في تحليل النظم الاجتماعية والاقتصادية في أي مجتمع، فهي ترى أن المجتمع ينطوي على صراع وتناقض بين قواه الاجتماعية، وكلما سيطرت قوة منها فإنها تفرض مصلحتها وأسلوب حياتها على بقية القوى الاجتماعية حتى تتحقق لها عوامل السيطرة والاستغلال، الأمر الذي ينتج منه كثرة التغيير لقوى المجتمع وأنظمته

الاجتماعية، خاصة فيما يتعلق بالعلاقات الاجتماعية واختلاف الأعمار والأذواق لدى عمليات الترويح.

والترويح من خلال الصراع يظهر عندما تحاول الفتياة، من خلال الممارسات الذاتية، الحصول على وسائل ترويحية للتعبير عن معاناتها لحياتها اليومية، لكونه وسيلة للتخفيف من أعباء الحياة ورتابتها، حيث تكتسب هذه الممارسات خصوصية طابع تمثيل لرغبات الفتيات ومصالحها من خلال المؤسسات العديدة بمختلف اتجاهاتها الرسمية وغير الرسمية.

الاتجاه الوظيفي

الاتجاه الوظيفي هو ذلك الاتجاه الذي يستند إلى افتراض أن المجتمع يمكن دراسته على أنه كل نسقي يتكون من أجزاء أو وحدات مختلف بعضها عن بعض، وعلى الرغم من اختلافها، إلا أنها مترابطة ووحداتها متساندة مع الأخرى، فكل جزء يكمل الجزء الآخر، وأي تغيير يطرأ على أحد الأجزاء لا بد أن ينعكس على بقية الأجزاء، وبالتالي يحدث ما يسمى بعملية التغير الاجتماعي. من هنا تفسر النظرية الوظيفية التغير الاجتماعي بتغير جزئي يطرأ على أحدى الوحدات أو أحد العناصر التركيبية، وهذا التغير سرعان ما يؤثر في بقية الأجزاء، إذ يغيرها من طور إلى طور آخر (خليفة و الحسن،2010م).

فعملية الترويح تأثرت بتغيرات اجتماعية واقتصادية، وتنامي الدخل ووجود العمالة المنزلية بالإضافة إلى عامل التعليم، فقد كانت الممارسات الترويحية للنساء محدودة جدا تكاد تنحصر في بعض الألعاب الشعبية للبنات الصغيرات فحسب، وتبادل الزيارات،

والرحلات البرية مع الأهل بالنسبة إلى الكبيرات، ولكن نتيجة التغيرات الحضارية فقد أمكن استحداث وسائل ترويحية لم تكن موجودة في السابق، كممارسة الأنشطة الإيجابية المتنوعة المفيدة ضمن محيط القيم والمعايير الإسلامية.

هذا المنطلق للنظرية الوظيفية يؤكد دور الترويح وأهميته في حياة الفرد والمجتمع، حيث تتمكن بموجب الإطار العام لهذه النظرية أن تؤكد أن الترويح بشكله العام وسيلة مهمة في زيادة خبرات المتعلم، حيث يتعلم المهارات الاجتماعية التي تمكنه من التعامل الاجتماعي الإيجابي، كما يساعد على تنويع العقل وصقل الشخصية وتطوير المواهب والطاقات، مما يؤدي إلى زيادة طاقتهم الإنتاجية ودفع عجلة المجتمع على التقدم والنهوض، بحيث يستطيع تحقيق أهدافه وطموحاته المشروعة. فضلا عن تلقينه، من خلال عملية التنشئة الاجتماعية، بواسطة الرموز والمعايير الاجتماعية التي تكون الشخصية.

الدراسات السابقة

أجريت مجموعة من الدراسات الأجنبية والعربية المتصلة بالأنشطة ووقت الفراغ وتأثيرها في الأفراد، سواء من الناحية النفسية أو من الناحية الاجتماعية بصفة عامة. أما في المملكة العربية السعودية فإن هذه الدراسات تقل بشكل عام أو تقل تلك الدراسات عندما يتعلق الأمر بالفتيات، فلا يوجد إلا عدد قليل من الدراسات التي تمت على الطالبات في المرحلة الجامعية، لذا تستعرض هذه الدراسة مجموعة من هذه الدراسات ذات العلاقة بالأنشطة الترويحية ووقت الفراغ.

1. **الدراسات الأجنبية**

دراسة مارتن وميريك (Martin and Myrick, 1976)؛ أجريت هذه الدراسة على عينة من (374) من الذكور ممن يقومون بأنشطة متصلة بالغوص والتزحلق على الماء والتزحلق على الجليد، وطبقت عليهم قائمة للصفات الشخصية، وتمت مقارنتها مع عينة من قسم إدارة الأعمال مكونة من (302)ا من الطلاب الذكور. وقد أظهرت الدراسة عدة علاقات دالة بين سمات الشخصية والاشتراك في الأنشطة، حيث اتضح أن الاشتراك (أثناء وقت الفراغ) في الأنشطة التي تحتاج إلى مجهود كبير مثل التزحلق يرتبط بسمتين من سبع سمات هما سمتا السلوك، والقلق.

دراسة كليبر (Kleiber, 1980)؛ أجرى الباحث دراسة لتحديد العلاقة بين أنشطة وقت الفراغ والتوافق النفسي الاجتماعي، وقد أبدت النتائج جزئيا الفرض القائل بأن الأشخاص الذين انخرطوا في نشاط في الترويح تقل معاناتهم من القلق، ويشعرون بأنهم يسيطرون على بيئاتهم.

وقد تكونت الدراسة من (152) من طلاب وطالبات الجامعة (66 ذكور) (86 إناث) واستخدم الباحث مقياس تيلور للقلق الظاهر، ومقياس رمكر لمركز الضبط، بالإضافة إلى تسجيل الطلاب لأنشطتهم.

دراسة فورنتهام (Furnham, 1981)؛ تناولت الدراسة البحث عن العلاقة بين متغيرين للشخصية هما الانبساط والميل العصابي واختيار أو تجنب مواقف اجتماعية معينة، وقد أجريت الدراسة على عينة من (130) طالبا من ثلاثة مجالات تخصصية مختلفة ،حيث طلب منهم أن يوضحوا الوقت الذي أمضوه في مواقف الفراغ في الأسبوع السابق، كما قاموا بتدريج تفضيلاتهم للأنشطة التي تعكس الحاجات الأساسية. وقد اتضح من تحليل التباين في اتجاهين أن الانبساطيين لديهم نمطً مختلفًُ اختلافا دالا في تفضيل

الأنشطة عن الانطوائيين، وكانت نفس النتيجة صحيحة، ولكن ليست نفس الدرجة لمن لديهم ميل عصابي عال مقارنة بما لديهم ميل عصابي منخفض.

دراسة هوريتك وسكلنجر (Hornick and Sehlinger, 1981)؛ قام الباحثان بإجراء دراسة على عينة مكونة من (1832) من الإناث (1739) من الذكور، وجميعهم من الراشدين، حيث درسا العلاقة بين أنشطة وقت الفراغ وأسلوب الحياة والخصائص الديموجرافية والنفسية، والوقت الذي يمضونه مع وسائل الإعلام. وقد تبين من الدراسة أن هناك علاقة بين المكانة الوظيفية لرب الأسرة والحالة العملية، وبين الوقت المخصص لوسائل الإعلام، ولم يكن هناك علاقة بين الدخل وبين الوقت المخصص للإعلام. كما اتضح أن الأشخاص الأكثر نشاطا من الناحية الاجتماعية والذهنية والبدنية يميلون لقراءة المجلات، على حين أن الأشخاص الأكثر سلبية يميلون لمشاهدة التلفزيون بكثرة، وأن الأشخاص الذين يميلون لمشاهدة التلفزيون كانوا أكثر ميلا إلى أن يكون لديهم قلق، مما يوحي بأن التلفزيون يتيح لهم فرصة الهروب من القلق.

دراسة بيرنت وداريا شوكلي (Shockley, 1996)؛ أجريت على طلاب كلية المجتمع بجامعة جنوب كاليفورنيا، لتعرف العلاقة بين نجاح الطالب وبين مشاركته في الأنشطة، وأهمية النشاط الطلابي ودوره في زيادة الإنجاز الأكاديمي ومستوى التحصيل. وانتهت إلى ارتفاع مستوى التحصيل الأكاديمي للطلاب المشاركين في الأنشطة عن الطلاب الذين لم يشتركوا، بالإضافة إلى زيادة الترابط بين الطلاب الذين اشتركوا في الأنشطة بالكلية أكثر من غيرهم، كما أن الطلاب الذين اشتركوا في الأنشطة يميلون إلى إظهار ثقة أكبر في قدراتهم على التفاعل مع مؤسسة أخرى، مثل الكلية التي تستمر فيها الدراسة أربع سنوات، بالمقارنة بهؤلاء الطلاب الذين لم يشتركوا في الأنشطة.

دراسة برشلونة وروس (Barcelona and Ross, 1998)؛ أجريت الدراسة حول نوعيات المشاركة في البرامج الرياضية الترويحية في الجامعات الأمريكية خلال الفترة (1983–1998م). وانتهت الدراسة إلى أن الطلبة المقيمين في الحرم الجامعي أكثر مشاركة في البرامج الرياضية الترويحية من الطلبة الذين يقيمون خارج الحرم الجامعي.

وهناك دراسة الكسندرس وآخرين (Alexandris *et al*., 2002)؛ دراسة تهدف إلى تعرف درجة تأثير أبعاد معوقات المشاركة في الأنشطة الترويحية الرياضية في الدافعية الذاتية والخارجية للمشاركين في الأنشطة في اليونان. وتوصلت الدراسة إلى وجود مجموعة من المعوقات التي تحد من ممارسة الأنشطة الترويحية أو الاستمرار فيها، منها معوقات شخصية ونفسية، وقلة الوقت، وقلة المعرفة بالبرامج، وقلة أماكن الأنشطة وقلة الموارد المالية.

2. الدراسات العربية

دراسة بدر الدين علي (1410هـ) حول قضاء وقت الفراغ لدى الشباب العربي التي أجراها على أربع دول عربية هي: الإمارات العربية المتحدة، وتونس، والسودان، وموريتانيا؛ أظهرت الدراسة أن متوسط وقت الفراغ الذي تمتلكه عينة الدراسة بلغ (4.3 ساعات) خلال أيام الدراسة و (9) ساعات في الإجازات، أما أبرز المناشط التي تمارسها الطالبات فقد كانت على النحو الآتي: القراءة في المرتبة الأولى، ثم مشاهدة التلفزيون في المرتبة الثانية، وبعد ذلك زيارة الصديقات في المرتبة الثالثة، وفي المرتبة الرابعة الاستماع إلى الراديو.

دراسة آمال الفريح (الفريح، 1991م)، التي خصتها لدراسة مدى استفادة الفتاة من وسائل الترويح في مدينة الرياض، وشملت عينتها (770) فتاة وتراوحت أعمار

المبحوثات بين (16–20 سنة). واتضح أن أهم الأنشطة الترويحية التي تمارسها الفتاة خارج المنزل تمثلت في زيارة الأقارب والصديقات، تلاها التردد على الأسواق، ثم التردد على الحدائق، ثم التردد على مدن الألعاب (الملاهي) ثم الرحلات الخلوية.

وفي دراسة آمنة خليفة (خليفة، 1995م) حول وقت الفراغ وكيفية استغلاله لدى الشباب في الإمارات العربية المتحدة. أظهرت الدراسة أن فتيات دولة الإمارات يمتلكن وقت فراغ يومياُ يصل إلى قرابة (2.3 ساعة)، ويمارسن خلال هذا الوقت الجوانب الترويحية الآتية: قراءة الصحف والمجلات في المرتبة الأولى، ثم القيام بالزيارات الأسرية في المرتبة الثانية، وفي المرتبة الثالثة مشاهدة التلفزيون.

وفي دراسة مها زحلوق وعلي وطفة (زحلوق و وطفة، 1995م) حول توظيفات وقت الفراغ عند الشباب في سوريا، أظهرت دراستهما أن المناشط الترويحية التي تمارسها الفتيات في سوريا كانت على النحو الآتي: المطالعة والقراءة في المرتبة الأولى، وفي المرتبة الثانية سماع الموسيقى، وفي المرتبة الثالثة ممارسة الرياضة، وجاءت ممارسة الرسم في المرتبة الرابعة، وفي المرتبة الخامسة زيارة الصديقات في حين لم يظهر نشاط مشاهدة التلفزيون إلا في المرتبة الثامنة.

وفي دراسة كمال عمران (1999م) حول وقت الفراغ بين طلاب وطالبات جامعة دمشق. أظهرت الدراسة وجود تباين إحصائي بين آراء عينة الدراسة نحو فوائد استثمار وقت الفراغ بحسب التخصص الدراسي في الكليات النظرية والكليات العلمية، كما أظهرت الدراسة تباينا واضحا نحو فوائد استثمار وقت الفراغ بحسب مستواهم الاقتصادي، وهذه الفروق ذات دلالة إحصائية.

وفي دراسة كمال ظاهر وسعاد ختلان (ظاهر و ختلان، 2001م) حول الأنشطة الترويحية التي تفضلها طالبات جامعة بغداد خلال الإجازة الصيفية. أظهرت الدراسة أن الطالبات يفضلن المناشط الترويحية الآتية، حسب أولويتها: المناشط الدينية، ثم المناشط الاجتماعية، ثم المناشط الرياضية، وأخيرا المناشط الفنية، كما دلت الدراسة على أن الغالبية العظمى من الطالبات يعملن في فترة الصيف في مناشط تربوية تساعد على تحسين المستوى الاقتصادي لهن.

وفي دراسة صالح الصغير (الصغير، 2001م) حول وقت الفراغ لدى الشباب الجامعي ونوع النشاطات الممارسة فيه وأهميته، والتي أجراها على عينة من طلاب وطالبات جامعة الملك سعود، اتضح أن قراءة الصحف والمجلات احتلت المرتبة الأولى بين ترتيب المناشط لدى الطالبات، ثم مشاهدة القنوات الفضائية، يلي ذلك في المرتبة الثالثة الذهاب إلى الأسواق، وفي المرتبة الرابعة الزيارات العائلية، وفي المرتبة الخامسة قراءة القرآن الكريم، وفي المرتبة السادسة التحدث بالهاتف.

وفي دراسة زايد الحارثي وآخرين (الحارثي، 2003م) حول شباب دول مجلس التعاون لدول الخليج، التي أجريت على عينة من الشباب في الدول الخليجية ممن تراوحت أعمارهم بين (18–25) عاما من الذكور والإناث. أظهرت الدراسة أن النشاط الثقافي يأتي في المرتبة الثالثة بالنسبة للفتيات، وفي المرتبة الخامسة تأتي الأنشطة الرياضية، وتعد مرتبة متأخرة في المناشط الترويحية. وذكر قرابة النصف من المبحوثات أنهن يشعرن بأن لديهن وقت فراغ كبير. وأتت عينة الشباب السعودي في المرتبة الأولى من حيث الشعور بوجود وقت فراغ كبير في حياتهم.

وفي دراسة عبدالله السدحان (2006م) حول بعض الخصائص الاجتماعية والاقتصادية المؤثرة في أنشطة الترويح لدى الفتاة الجامعية، دراسة على عينة من الطالبات الجامعيات في مدينة الرياض. وقد أظهرت الدراسة وجود فراغ كبير لدى الطالبات، يصل متوسطه اليومي إلى (4.2 ساعة). كما أظهرت الدراسة أن الأنشطة الترفيهية تأتي في مقدمة الأنشطة التي تمارسها الطالبة الجامعية، تلتها الأنشطة الثقافية، ثم الأنشطة الانفعالية، وأخيرا الأنشطة الحركية. واتضح من الدراسة أن كمية وقت الفراغ تؤثر في نوع الترويح التي تمارسه الطالبة. في حين نجد الحالة الزواجية تؤثر في وقت الفراغ، أما التخصص الدراسي فكان تأثيره الأكبر في وقت الفراغ ونوع الترويح؛ في حين كان أثر المستوى الاقتصادي للطالبة بارزا في الفئة التي تشارك الطالبة في ترويحها ومكان ممارسة الترويح. ومما يلاحظ أن التخصص الدراسي والمستوى الاقتصادي هما المؤثران الأكبران في متغيرات الترويح. إذ اتضح أثر كل منهما على اثنتين من متغيرات الترويح، وكان أثر كل منهما مختلفا عن الآخر.

دراسة عبدالله السدحان (السدحان، 2005م) بعنوان التطلعات الترويحية لدى الفتاة الجامعية وعوائق تحقيقها، دراسة على طالبات المرحلة الجامعية بمدينة الرياض؛ فقد اتضح أن الأنشطة ذات الصفة الترفيهية المجردة تسيطر على أنشطة نصف المبحوثات. أما المنشط الثاني الذي سيطر على الجوانب الترويحية الحركية، فقد كانت النسبة فيه متدنية جدا. وفي مجال التطلعات نجد أن الفتاة الجامعية قد نحت باتجاه الجانب الثقافي في تطلعاتها الترويحية ثم التطلعات الحركية، وأخيرا الانفعالية.

أما في مجال المعوقات، فقد أوضحت الدراسة أن المعوقات ذات المنطلقات الشرعية كان لها الأثر الكبير في تحديد نوع الممارسات الترويحية للفتيات، وموجهة بدرجة كبيرة لتطلعاتهن الترويحية؛ ويلي تلك المعوقات، المعوقات ذات المنطلقات

الأسرية، وأبرزها أن الوسائل الترويحية بعيدة عن الفتيات، أو ما يمكن اعتباره صعوبة المواصلات بالنسبة إلى الفتيات، ويليها كثرة التزامات الفتاة الجامعية، سواء الأسرية منها أو الدراسية؛ وأخيرا المعوقات ذات المنطلقات المجتمعية أو الرسمية، فهناك ارتفاع في الأسعار وعدم المعرفة بوسائل الترويح المتاحة للفتاة في المجتمع.

تستخلص الباحثة من العرض السابق للدراسات السابقة أن الدراسات الأجنبية التي تناولت أوقات الفراغ والأنشطة الترويحية ركزت على الجوانب النفسية، مثل: دراسة كليبر (Kleiber)، ودراسة فورنهام (Furnham)، ودراسة هورتيك وسكلنجر (Hornick and Sehlinger)، في حين الدراسة الحالية تركز على النواحي الاجتماعية.

أما بالنسبة للدراسات العربية، فإن الدراسة الحالية تتفق مع دراسة "بدر الدين علي" ودراسة "عبدالله السدحان" في معرفة حجم وقت الفراغ الذي تمتلكه الطالبة من فراغ، ومعرفة نوعية الأنشطة الترويحية التي تمارسها الطالبة، والعلاقة بين التخصص ونوعية الأنشطة الترويحية، مما يساعد على عقد مقارنة بين نتائج الدراسة ونتائج الدراسات السابقة.

كما تتفق الدراسة الحالية أيضا مع الدراسات السابقة في أدوات جمع البيانات، حيث تم استخدام الاستبانة التي تجمع بين البيانات الأساسية وتصنيف الأنشطة الترويحية المتمثلة في الأنشطة الترفيهية، والأنشطة الثقافية، وأخيرا الأنشطة الاجتماعية والرياضية.

الإجراءات المنهجية للدراسة

1. منهج الدراسة

اعتمدت الدراسة على منهج المسح الاجتماعي (Social Survey) بالعينة العمدية (Purposive Sample) فهو المنهج الذي بوساطته يستطيع الباحث جمع البيانات من أعداد كبيرة من المبحوثين في حدود الوقت والجهد والإمكانات المتوافرة لدى الباحث (حسن، 1998م).

2. مجتمع وعينة الدراسة

- المجال المكاني: جامعة الملك عبدالعزيز.
- المجال الزمني: الفصل الدراسي الأول للعام 1434/1433هـ.
- المجال البشري: طالبات من جامعة الملك عبدالعزيز من كلية الآداب والعلوم الإنسانية بأقسامها، وهي كليات نظرية، وكلية العلوم وكلية الاقتصاد المنزلي وكلية الحاسب الآلي وهي كليات عملية، وكان اختيار العينة بطريقة العمدية، حيث بلغ عدد العينة (350) طالبة.

3. أدوات جمع البيانات

اعتمدت الدراسة الحالية على الاستبانة التي تمت الاستفادة فيها من الدراسات السابقة التي تناولت الترويح ومتغيرات وقت الفراغ بين الفتيات في إعدادها. وتتكون الاستبانة من ثلاثة محاور هي: المحور الأول تناول البيانات الديموجرافية عن الطالبة الجامعية للاستفادة منها في تصنيف العينة على حسب التخصص، والحالة الاجتماعية، والمعدل الدراسي، والدخل الشهري. أما المحور الثاني: فهو المتغيرات المرتبطة بوقت الفراغ لدى الطالبة الجامعية، والمحور الثالث: المتغيرات المرتبطة بالأنشطة الترويحية.

وقد قامت الباحثة بحساب ثبات وصدق استبانة الأنشطة الترويحية، وذلك بطريقة ألفا (Alpha) حيث بلغ الثبات بطريقة ألفا (0.755) وهو يعد ثباتا مرتفعا، كما تم حساب ألفا للأبعاد الفرعية للاستبانة، حيث بلغ ثبات ألفا لبعد الأنشطة الترفيهية (0.0607)، بينما بلغ الثبات لبعد الأنشطة الاجتماعية والترفيهية (0.635) ويعد ذلك ثباتا مقبولا إحصائيا.

أيضا قامت الباحثة بحساب ثبات الاتساق الداخلي من خلال العلاقة بين العبارة والدرجة الكلية للبعد الخاص به باعتباره ثباتاُ ومؤشرا للصدق في ذات الوقت، والجدول (1) يوضح ذلك.

جدول (1) الاتساق الداخلي للأنشطة الترفيهية.

العبارة	الارتباط	العبارة	الارتباط
1	0.402**	8	0.253**
2	0.448**	9	0.458**
3	0.473**	10	0.380**
4	0.429**	11	0.383**
5	0.387**	12	0.583**
6	0.474**	13	0.461**
7	0.516**	14	0.403**

** دالة عند (0.01)

يتضح من الجدول (1) أن معاملات الارتباط تراوحت بين 0.253: 0.583 وبلغت جميع معاملات الارتباط مستوى الدلالة 0.01. وذلك يشير إلى ثبات بنود الأنشطة الترفيهية، كما يعتبر أيضا مؤشرا قويا للصدق.

جدول (2) الاتساق الداخلي للأنشطة الثقافية والأنشطة الاجتماعية والرياضية.

الأنشطة الثقافية		الأنشطة الاجتماعية والرياضية	
العبارة	الارتباط	العبارة	الارتباط
1	0.590**	1	0.532**
2	0.555**	2	0.571**
3	0.520**	3	0.597**
4	0.653**	4	0.460**
5	0.621**	5	0.655**
6	0.575**	6	0.636**
		7	0.533**

** دالة عند (0.01)

يتضح من الجدول (2) أن معاملات الارتباط بالأنشطة الترفيهية تراوحت بين (0.520) و (0.621). أيضا تراوحت معاملات ارتباط الأنشطة الاجتماعية والرياضية بين (0.460) و (0.655) ، وبلغت جميع معاملات الارتباط مستوى الدلالة (0.01)، وذلك يشير إلى ثبات الاتساق الداخلي لبعدي الأنشطة الثقافية والأنشطة الاجتماعية والرياضية، كما يعتبر أيضا مؤشرا قويا للصدق.

ولزيادة الاطمئنان والتأكد من صدق وثبات الاستبانة، قامت الباحثة بحساب الارتباط بين الأبعاد الفرعية للاستبانة مع الدرجة الكلية للاستبانة، والجدول (3) يوضح ذلك.

جدول (3) يوضح الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية لاستبانة الأنشطة.

الأنشطة	الدرجة الكلية	الترفيهية	الثقافية
الدرجة الكلية	–		
الأنشطة الترفيهية	0.783**	–	
الأنشطة الثقافية	0.704**	0.264**	–
الأنشطة الاجتماعية والرياضية	0.698**	0.231**	0.455**

** دالة عند (0.01)

يتضح من الجدول (3) وجود علاقة موجبة ودالة إحصائيا عند مستوى (0.01) بين الدرجة الكلية وكل من الأنشطة الترفيهية والثقافية والأنشطة الاجتماعية والرياضية. أيضا اتضح وجود علاقة موجبة ودالة إحصائيا عند مستوى (0.01) بين الأنشطة الترفيهية وكل من الأنشطة الثقافية والأنشطة الاجتماعية. كما اتضح وجود علاقة موجبة ودالة إحصائيا عند مستوى (0.01) بين الأنشطة الثقافية والأنشطة الاجتماعية والرياضية.

كما قامت الباحثة بمعالجة البيانات واستخراج الجداول والمعاملات الإحصائية باستخدام SPSS للعلوم الاجتماعية، فقد تضمنت التوزيعات التكرارية والنسب المئوية لوصف خصائص العينة علاوة على الاستعانة بعدة نماذج إحصائية لتحقيق أهداف الدراسة، وهي:

- المتوسط الحسابي The Mean.

- الانحراف المعياري Standard Deviation

4. خصائص العينة

جدول (4) خصائص العينة.

المتغير	فئات المتغير	ك	٪
التخصص	كليات نظرية	212	60.6
	كليات عملية	138	39.4
	المجموع	350	100
الحالة الاجتماعية	متزوجة	68	19.4
	غير متزوجة	268	76.6
	متزوجة ولديها أطفال	14	4
	المجموع	350	100
المعدل الدراسي	جيد	43	12.3
	جيد جدا	195	55.7
	ممتاز	112	32
	المجموع	350	100
الدخل الشهري	أقل من 5000	255	64.3
	من 5000 إلى 10000	79	22.6
	أكثر من 10000	46	13.1
	المجموع	350	100

من تحليل جدول (4) يتضح ما يلي:

بالنسبة للتخصص هناك (212) طالبة من عينة الدراسة تخصصهن علوم إنسانية (نظرية) حيث بلغت النسبة (60.6٪)، و (138) طالبة من الكليات العملية حيث بلغت النسبة (39.4٪).

كما تبين من خصائص العينة أن هناك (19.4٪) متزوجات و (76.6٪) غير متزوجات، كما يوجد (12.3٪) من أفراد العينة معدلاتهن جيد، و(55.7٪) جيد جدا، و(32٪) ممتاز.

أما بالنسبة للدخل، فقد اتضح أن (64.3٪) من أفراد العينة مستواهن الاقتصادي يقل عن (5000 ريال) شهريا و (22.6٪) دخل أسرهن الشهري يقل عن (10000ريال) شهريا، في حين وجد أن (13.1٪) دخل أسرهن الشهري يتجاوز (10000 ريال) شهريا.

نتائج الدراسة

أسفر التحليل الإحصائي لاستجابات عينة الدراسة عن النتائج الآتية:

التساؤل الأول: ما حجم وقت الفراغ الذي تمتلكه الطالبة الجامعية في حياتها اليومية؟

جدول (5) ساعات الفراغ لدى الطالبة الجامعية أيام الدراسة وأيام الإجازات.

الأيام	ساعات الفراغ اليومية	ك الملاحظ	النسبة	كا^2	الدلالة
أيام الدراسة	أقل من 4 ساعات	202	57.7	214.394	0.001
	من 4 إلى 6 ساعات	117	33.4		
	أكثر من 6 ساعات	31	8.9		

	الإجمالي	350	100		
أيام الإجازات	أقل من 4 ساعات	55	15.7	214.394	0.001
	من 4 إلى 6 ساعات	121	34.6		
	أكثر من 6 ساعات	174	49.7		
	الإجمالي	350	100		

من تحليل جدول (5) يتضح أن الطالبات الجامعيات اللاتي لديهن أقل من 4 ساعات فراغ أيام الدراسة، بلغت نسبتهن (57.7٪)، بينما اللاتي لديهن من 4 إلى أقل من 6 ساعات بلغت نسبتهن (33.4٪)، وأخيرا اللاتي لديهن 6 ساعات فأكثر فقد بلغت (8.9٪). أما في أيام الإجازات فإن نسبة الطالبات التي لديها أكثر من 6 ساعات فأكثر (49.7٪) ثم تليها الطالبات اللاتي لديهن من 4 ساعات فأقل من 6 ساعات، حيث بلغت النسبة (34.6٪)، وأخيرا اللاتي لديهن أقل من 4 ساعات حيث بلغت النسبة (15.7٪).

هذا يدل على أن الطالبة الجامعية لديها وقت فراغ واسع في اليوم الواحد، فهي لديها أقل من 4 ساعات فراغ في أيام الدراسة، وتزيد هذه الساعات في أيام الإجازات لتصل إلى أكثر من 6 ساعات في اليوم الواحد، وهي نسبة عالية في حياة الطالبة، وخصوصا في ظل الفرص الترويحية المتاحة للمرأة في المجتمع السعودي، فلو أحسنت الطالبة استغلال وقت الفراغ فإنه من المؤكد

انها ستصبح إنسانة متكاملة ذهنيا وبدنيا ونفسيا واجتماعيا، وقادرة على تحمل المسؤولية والمشاركة الإيجابية في صنع الحياة في مجتمعها. فممارسة الأنشطة تساعد على اكتشاف إمكاناتها وقدراتها وإشباع حاجاتها، وكذلك الوقاية من الأمراض النفسية والانهيار العصبي وعدم القدرة على الانتباه، وتشتت الفكر وغيرها من الأمراض.

التساؤل الثاني: ما نوعية الأنشطة الترويحية التي تمارسها الطالبة الجامعية؟

من جدول (6) يتضح أن الأنشطة الترفيهية تأتي في مقدمة الأنشطة التي تمارسها الطالبة الجامعية بمختلف جوانبها، فقد كان الترتيب كالآتي:

جدول (6) ترتيب الأنشطة الفرعية داخل كل نشاط.

النشاط الترويحي	درجة ممارسة النشاط						مجموع الاستجابات	الوزن النسبي	الترتيب في البعد
	دائما		أحيانا		أبدا				
	ك	٪	ك	٪	ك	٪			
الأنشطة الترفيهية									
1. الذهاب إلى المطاعم العامة ومطاعم الوجبات السريعة	61	17.4	255	72.9	34	9.7	673	64.09	7
2. العناية بالبشرة والتجميل ووضع المكياج	81	23.1	236	67.4	33	9.4	652	62.09	8
3. زيارة الصديقات	56	16.0	224	64.0	70	20.0	714	68	6
4. زيارة الأقارب	152	43.4	174	49.7	24	6.9	572	54.47	13
5. زيارة الجيران	31	8.9	172	49.1	147	42.0	816	77.71	2
6. التحدث بالهاتف مع الصديقات	138	39.4	193	55.1	19	5.4	581	55.33	11
7. التحدث بالهاتف مع القريبات	109	31.1	193	55.1	48	13.7	639	60.85	9
8. استخدام الكمبيوتر أو الإنترنت	264	75.4	80	22.9	6	1.7	442	42.09	14
9. التردد على الأسواق والمجمعات التجارية	101	28.9	223	63.7	26	7.4	625	59.52	110
10. الذهاب إلى مقاهي الإنترنت	15	4.3	58	16.6	277	79.1	962	91.61	1
11. مشاهدة الأفلام والمسلسلات في التلفاز أو الفيديو	148	42.3	175	50.0	27	7.7	579	55.14	12
12. الذهاب إلى الملاهي والشاليهات	48	13.7	236	67.4	66	18.9	718	68.38	5

13. الذهاب إلى الحدائق العامة	26	7.4	210	60.0	114	32.6	788	75.04	3
14. الاستماع إلى الأشرطة والإذاعات الفضائية	54	15.4	171	48.9	125	35.7	771	73.42	4
الأنشطة الثقافية									
15. مشاهدة البرامج الثقافية أو العلمية في التلفاز أو الفيديو	79	22.6	213	60.9	58	16.6	679	64.66	4
16. الاطلاع أو القراءة أو الكتابة	101	28.9	202	57.7	47	13.4	646	61.52	6
17. ممارسة الخط أو الرسم	55	15.7	121	34.6	174	49.7	819	78	2
18. الذهاب إلى حلقات تحفيظ القرآن الكريم	16	4.6	110	31.4	224	64.0	908	77.04	3
19. الذهاب إلى استماع المحاضرات والندوات	24	6.9	172	49.1	154	44.0	830	79.04	1
20. قراءة القرآن أو حفظه بالمنزل	89	25.4	221	63.1	40	11.4	651	62	5
الأنشطة الرياضية والاجتماعية									
21. ممارسة رياضة المشي خارج المنزل	46	13.1	200	57.1	104	29.7	758	72.19	6
22. الذهاب إلى النوادي الرياضية	26	7.4	96	27.4	228	65.1	902	95.90	1
23. ممارسة التفصيل والخياطة	9	2.6	53	15.1	288	82.3	979	93.23	2
24. ممارسة الطبخ	96	27.4	172	49.1	82	23.4	686	65.33	7
25. ممارسة بعض الأعمال اليدوية أو الخزفية أو الفنية	32	9.1	107	30.6	211	60.3	879	83.71	5
26. زراعة نباتات الزينة والنباتات الداخلية	15	4.3	55	15.7	280	80.0	965	91.90	4
27. تربية الطيور	16	4.6	45	12.9	289	82.6	973	92.66	3

فاستخدام الكمبيوتر أو الأنترنت جاء في المرتبة الأولى، ثم زيارة الأقارب، ومشاهدة الأفلام والمسلسلات في التلفاز، والتحدث بالهاتف مع الصديقات، والتردد على

الأسواق والمجمعات التجارية، والتحدث بالهاتف مع القريبات، والعناية بالبشرة والتجميل ووضع المكياج، والذهاب إلى المطاعم العامة ومطاعم الوجبات السريعة، وزيارة الصديقات، والذهاب إلى الملاهي والشاليهات، والاستماع إلى الأشرطة والإذاعات الفضائية، والذهاب إلى الحدائق العامة، وأخيرًا زيارة الجيران.

من الملاحظ أن جميع الأنشطة الترفيهية التي تقبل عليها الطالبة كلها أنشطة ترويحية هادئة ذات طابع سلبي، ويكون فيها اندماج الفرد معدوما، ويمكن إرجاع ذلك لعدم ملاءمة وقت بعض الوسائل الترويحية، أو صعوبة الاشتراك في بعض الوسائل الترويحية، أو تتعلق بإجراءات الدخول والخروج، أو عدم كفاية الوسائل الترويحية النسائية المشجعة للذهاب إليها والشعور بالملل بسبب التردد على وسائل ترويحية محددة، أو كثرة الالتزامات الأسرية. لذا تحاول الطالبة من خلال هذه الأنشطة الترويحية الترفيهية أن تنمي قدرتها والانطلاق إلى الحياة بلا قيود غير القيود العامة التي تضبط المجتمع ككل، وهنا تكون حرة في اختيار النشاط الذي تجد نفسها فيه، بما يتناسب مع ذوقها وقدرتها وإمكانياتها.

أما في المرتبة الثانية فتأتي الأنشطة الاجتماعية والرياضية بمختلف جوانبها، فهي أنشطة إيجابية، فقد كان الترتيب كالآتي: ممارسة الطبخ في المرتبة الأولى، ثم ممارسة رياضة المشي خارج المنزل، وممارسة بعض الأعمال اليدوية أو الخزفية أو الفنية، وزراعة نباتات الزينة والنباتات الداخلية، وتربية الطيور، وممارسة التفصيل والخياطة، وأخيرا الذهاب إلى النوادي الرياضية.

ويمكن تعليل ذلك بأن الأنشطة الرياضية تحتاج إلى فسحة مكانية واجتماعية قد لا يقرها المجتمع، وكذلك أسرة الطالبة الجامعية في ظل عدم وجود التجهيزات المكانية التي

تضمن الراحة النفسية للفتاة أثناء الممارسة، وتضمن وجود الطمأنينة لدى أسر الطالبات، مما يجعل هذه الأسر في حالة من الممانعة لممارسة الأنشطة الرياضية من قبَل الفتاة.

أما في المرتبة الثالثة فتأتي الأنشطة الثقافية بمختلف جوانبها، فقد كان الترتيب كالآتي: الاطلاع أو القراءة أو الكتابة، وقراءة القرآن أو حفظه بالمنزل، ومشاهدة البرامج الثقافية أو العلمية في التلفاز أو الفيديو، والذهاب إلى حلقات تحفيظ القرآن الكريم، وممارسة الخط أو الرسم، وأخيرا الذهاب إلى استماع المحاضرات والندوات.

فالتطور المعرفي والتطور الثقافي الدائم يبرز أهمية التعلم الذاتي الذي يمكن الطالبة من اكتساب المهارات والاتجاهات وتنمية الميول التي تضمن دوام صلتها بتيار الثقافة المتجدد وملاحقتها له باستمرار، وإن كانت الطالبة الجامعية تنشد ميولها الثقافية إلى الاتجاهات الدينية متأثرة بقيم المجتمع العقائدية والثقافية.

التساؤل الثالث: هل هناك علاقة بين تخصص الطالبة ونوعية الأنشطة الترويحية؟

جدول (7) الفروق بين طالبات الكليات النظرية والعملية على أبعاد الأنشطة الترويحية.

الأنشطة الترويحية	كليات نظرية		كليات عملية		ت	الدلالة
	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري		

الأنشطة الترفيهية	26.93	3.43	27.68	3.67	1.94	0.05
الأنشطة الثقافية	12.77	2.21	13.22	2.15	1.88	-
الأنشطة الاجتماعية والرياضية	17.25	2.4	18.01	2.15	2.99	0.01
الدرجة الكلية	56.96	6.06	58.92	5.59	3.04	0.01

يتضح من جدول (8) أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.1 بين طالبات الكليات النظرية والعلمية على كل من الأنشطة الترفيهية والأنشطة الاجتماعية والرياضية، وعلى الدرجة الكلية للأنشطة الترويحية، وكان الفرق لصالح طالبات الكليات العملية، حيث بلغ متوسط الأنشطة الترفيهية للكليات العلمية (27.68)، في حين بلغ في الكليات النظرية (26.93)، أما الانحراف المعياري للكليات العملية فقد بلغ (3,67) في حين بلغ في الكليات النظرية (3.43).

أما الأنشطة الاجتماعية والرياضية بالنسبة لطالبات الكليات العملية فقد بلغ المتوسط (18.01)، والانحراف المعياري (2.15)، في حين بلغ بالنسبة لطالبات الكليات النظرية (17.25)، وبلغ الانحراف المعياري (2.4)، أما فيما يتعلق بالأنشطة الثقافية بالنسبة لطالبات الكليات العملية فقد بلغ المتوسط (13.22)، والانحراف المعياري (2.15)، أما بالنسبة لطالبات الكليات النظرية فقد بلغ المتوسط (12.77) والانحراف المعياري (2.21).

بينما لم يتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طالبات الكليات النظرية والكليات العملية على الأنشطة الثقافية، بينما اتضح أنّ متوسط الطالبات في الكليات العملية أعلى من متوسط الطالبات في الكليات النظرية، حيث بلغ (13.22)، في حين متوسط طالبات الكليات النظرية (12.77)، وقد بلغ الانحراف المعياري لطالبات الكليات العملية (2.15)، في حين بلغ لطالبات الكليات النظرية (2.21).

كما يتضح من الجدول أن الأنشطة الترفيهية، سواء لطالبات الكليات العملية أو الكليات النظرية، تأتي في مقدمة الأنشطة التي تمارسها الطالبة، أما في المرتبة الثانية فتأتي الأنشطة الاجتماعية والرياضية، وتأتي في المرتبة الثالثة الأنشطة الثقافية سواء لطالبات الكليات العملية والكليات النظرية، وإن كانت الأوزان النسبية لعينة الطالبات، من التخصص العملي، أعلى من الأوزان النسبية لعينة الطالبات من التخصص النظري، وذلك بالنسبة لجميع أنواع الأنشطة الترويحية.

خلاصة الدراسة واستنتاجاتها

1. إن الطالبة الجامعية لديها وقت فراغ كبير، سواء في أيام الدراسة أو في أيام الإجازات، فهي لديها أقل من 4 ساعات فراغ في أيام الدراسة، وتزيد هذه الساعات في أيام الإجازات لتصل إلى أكثر من 6 ساعات في اليوم الواحد، وهي لا تختلف كثيراً في هذا عن قريناتها في بعض الدول العربية، مما يدل على وجود مشكلة حقيقية لدى الطالبة الجامعية، وبخاصة بالنظر إلى قلة الأنشطة الترويحية التي تتناسب وطبيعة المرأة في المجتمع السعودي، بالإضافة إلى أن المجتمع السعودي يهتم بتقديم أنشطة ترويحية لفئة الذكور أكثر من الإناث، وعدم الأخذ في الاعتبار خصوصية المرأة في المجتمع. وهذا يتضح من خلال تركز الممارسات الترويحية للفتاة في أنشطة محددة بسبب عدد من المعوقات منها عدم وجود خصوصية للنساء أثناء الممارسة للترويح، فالفتاة السعودية تحاول الحصول على وسائل ترويحية للتعبير عن معاناتها لحياتها اليومية لكونه وسيلة للتخفيف من أعباء الحياة ورتابتها. وهنا تكون الطالبة حرة في اختيار النشاط الذي تجد نفسها فيه، والذي تجد أنها بحاجة إليه نفسيا أو اجتماعيا أو علميا أو بدنيا. لذا يتطلب ذلك من الدولة إنشاء منشآت ترويحية خاصة بالنساء، مثل المكتبات العامة والمعاهد التي

تقدم لها دورات تلبي احتياجاتها، وبناء النوادي الرياضية الخاصة بالنساء بعيدا عن أماكن ترويح الذكور.

2. أما في مجالات الممارسات الترويحية، فقد تميزت ممارسات الطالبة الجامعية بعدد من الأنشطة الترويحية، وتأتي في مقدمتها الأنشطة الترفيهية والتي لها طابع منزلي بحت، وهي استخدام الكمبيوتر أو الإنترنت، وزيارة الأقارب، ومشاهدة الأفلام والمسلسلات في التلفاز أو الفيديو، والتحدث بالهاتف مع الصديقات، والتحدث بالهاتف مع القريبات، والاطلاع والقراءة والكتابة، وقراءة القرآن الكريم وحفظه في المنزل. وهذا يدل على عدم اندماج وتفاعل الفتاة مع الحياة الاجتماعية لأسباب اجتماعية يمكن إرجاعها إلى خصوصية المجتمع العقائدية، فهي لا تخرج عن الإطار المجتمعي المقبول وفق معاييره وثقافته. هذه الأنشطة الترويحية لا تختلف كثيرا عما أظهرته بعض الدراسات السابقة. وإن كانت الفتاة الجامعية في المجتمع السعودي تختلف عن الطالبة في الدول العربية الأخرى فيما يتعلق بالأنشطة الرياضية بشكل عام، فقد ظهر لديها ذلك في مرتبة متأخرة في ترتيب الأنشطة الترويحية لدى الفتيات بشكل عام في عدد من الدراسات السابقة التي تمت خارج المجتمع السعودي، ويمكن إرجاع السبب لعدم توافر النوادي الرياضية للفتيات داخل المجتمع، واهتمام رعاية الشباب بالذكور أكثر من اهتمامها بالإناث، وإلى التقاليد السائدة في المجتمع، بالإضافة إلى أسرة الطالبة الجامعية في ظل عدم وجود التجهيزات المكانية التي تضمن الراحة النفسية للفتاة أثناء الممارسة وتضمن وجود الطمأنينة.

3. مما يلحظ كذلك من نتائج هذه الدراسة، انخفاض نسبة ممارسات الأنشطة الثقافية لدى الطالبة الجامعية في المجتمع السعودي المتمثلة في الدراسة بمشاهدة البرامج الثقافية أو العلمية في التلفاز أو الفيديو، وممارسة الخط أو الرسم، والذهاب إلى حلقات

تحفيظ القرآن الكريم، والذهاب إلى استماع المحاضرات والندوات، مما يؤكد ضرورة العناية بمثل هذه الأنشطة الثقافية وضرورة العناية بها، والنظر إلى أن طالبات الجامعة هن أمهات المستقبل وهن المربيات للجيل السعودي القادم، حيث بلغت نسبة الطالبات غير المتزوجات (76.6٪) من أفراد العينة. في حين أكدت الطالبات، عند سؤالهن عن كيفية الاستفادة من وقت الفراغ، أن القراءة تأتي في المرتبة الأولى ، سواء قراءة القرآن أو قراءة الكتب المفيدة، والاشتراك في الدورات، مما يوضح أن الفتاة الجامعية قد اتجهت إلى الجانب الثقافي في تطلعاتها الترويحية.

4. يلحظ كذلك من نتائج هذه الدراسة أنه لا يوجد فرق في ترتيب الأنشطة الترويحية والتخصص، فقد جاء في المرتبة الأولى الأنشطة الترفيهية ثم الأنشطة الاجتماعية والرياضية وأخيرا الأنشطة الثقافية. وإن كانت طالبات الكليات العملية أعلى من طالبات الكليات النظرية في الأنشطة الترفيهية والأنشطة الاجتماعية والرياضية، ويمكن إرجاع ذلك إلى أن الدراسة في الأقسام العملية تحتاج إلى فترة طويلة للعمل في المختبرات والمعامل ودراسة مواد عملية تطبيقية، مما يترتب عليه زيادة في العبء الدراسي، مما يترتب عليه حاجتهن أنشطة ترفيهية تروح فيها الطالبات عن أنفسهن بعد عناء التعب الدراسي، وكذلك حاجة أجسامهن إلى الرياضة ما يدعوهن إلى العناية بها. أما بالنسبة للأنشطة الثقافية، فلا يوجد فرق بين الطالبة في الكلية العملية والنظرية، ويمكن أن نفسر ذلك أن الأنشطة الثقافية تمارس من محض إرادة الطالبة واختيارها، فمنهن من يرون الاستمرار في الدراسة والتتبع العلمي الذي قد يكون في مجال تخصصهن العلمي والتربوي، أو في مجال آخر، والهدف من الدراسة ليس هو الحصول على شهادة أو تأهيل علمي بل هو زيادة معرفة المعلومات حول موضوع معين وسد أوقات الفراغ، وتعميق الجوانب الثقافية والتربوية عند الطالبة، وإشباع غريزة حب الاستطلاع التي تدفع الطالبة إلى معرفة ما

يدور حولها وتزوديها بتفسيرات علمية وعقلانية حول التساؤلات التي قد تراودها بخصوص الكون والحياة والأشياء الجامدة والحية.

التوصيات ومقترحات الدراسة

1. العمل على إعطاء الترويح في حياة الطالبة الجامعية المزيد من العناية لما له من آثار اجتماعية ونفسية بالنسبة لها.

2. تهيئة المستلزمات التي تحفز الطالبة الجامعية على المشاركة في النشاطات الرياضية كتهيئة الساحات واللوازم الرياضية التي تستعملها الطالبة وقت فراغها داخل الجامعة.

3. تدعيم الجوانب الترويحية الإيجابية في حياة الطالبة الجامعية لما لهذه الأنشطة من دور فاعل في ضبط التطلعات الترويحية للفتاة بشكل خاص وضبط الممارسات الترويحية في الأسرة بشكل عام.

4. ضرورة العمل على إبراز الأنشطة الثقافية من خلال المؤسسات العامة في المجتمع وعلى رأسها الجامعات لما لوحظ من قلة ممارسة هذا النوع من البرامج في ترويح الطالبات الجامعيات.

5. ضرورة الاهتمام بعملية التنشئة الاجتماعية التي تغرس في نفوس الأبناء القيم والمواقف الحميدة وأهمية استغلال وقت فراغهم بالأنشطة الترويحية في حدود الشرع وتقاليد المجتمع.

6. ضرورة قيام وسائل الإعلام بحملات إعلامية تستهدف تزويد أبناء المجتمع بمعلومات تشير إلى عدم التناقض بين ممارسة الفتاة للأنشطة الرياضية والقيم والممارسات الدينية والأخلاقية التي يتمسك بها المجتمع.

7. العمل على التوسع في البرامج والأنشطة غير الصفية في الجامعات لتهيئة الطالبات للانخراط فيها.

8. إعطاء الأماكن والوسائل الترويحية الخاصة بالطالبة الجامعية الخصوصية التي تتناسب مع طبع المرأة في المجتمع السعودي.

9. اهتمام رعاية الشباب بفئة الإناث بتوفير الأنشطة والمرافق الترويحية المتنوعة والمفيدة ضمن محيط القيم والمعايير الإسلامية بما يضمن تحقيق المردود الأكبر منها اقتصاديا واجتماعيا.

المراجع

أولا: المراجع العربية

ابن تيمية، أحمد عبدالحليم (1403هـ)، العبودية، المكتب الإسلامي، بيروت.

الأصفهاني، الراغب (1999م)، المفردات في غريب القرآن، دار المعرفة، بيروت.

الحارثي، زايد عجيز وآخرون (2003م)، شباب دول مجلس التعاون لدول الخليج العربي قضاياهم وسبل رعايتهم، الرياض: الأمانة العامة لمجس التعاون لدول الخليج العربية.

الحسن، إحسان محمد (2005م)، علم اجتماع الفراغ، دار وائل للنشر، عمان.

الحسن، إحسان محمد (2010م)، النظريات الاجتماعية المتقدمة، الطبعة الثانية، دار وائل للنشر، عمان.

حسن، عبدالباسط (1998م)، أصول البحث الاجتماعي، مكتبة وهبة، القاهرة.

خطاب، عطيات (1987م)، أوقات الفراغ والترويح، الطبعة الرابعة، دار المعارف، القاهرة.

خليفة، إبراهيم و **الحسن، إدريس** (1410هـ)، الترويح في المجتمع العربي السعودي، مركز البحوث، كلية الآداب، جامعة الملك سعود، الرياض.

خليفة، آمنة (1995م)، وقت الفراغ وكيفية استغلاله لدى الشباب في الإمارات، مجلة شؤون اجتماعية، جمعية الاجتماعيين، الشارقة، العدد **46**: 23-51.

زحلون، مها و وطفة، علي (1995م)، توظيفات وقت الفراغ عند الشباب في سوريا، مجلة شؤون اجتماعية، جمعية الاجتماعيين، الشارقة، العدد **46**: 115-152.

السدحان، عبدالله ناصر (1424هـ)، دور توجيه الأسرة في الممارسات الترويحية لدى الأبناء، مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والاجتماعية والإنسانية، جامعة أم القرى، مكة المكرمة، المجلد **15**(2) جمادى الأولى: 75.

السدحان، عبدالله ناصر (1428هـ)، الترويح في المجتمع السعودي في عهد الملك عبدالعزيز، دارة الملك عبدالعزيز، الرياض.

السدحان، عبدالله ناصر (2005م)، التطلعات الترويحية لدى الفتيات وعوائق تحقيقها، مجلة شؤون اجتماعية، جمعية الاجتماعيين بدولة الأمارات العربية المتحدة، السنة 22، العدد **87**: 87.

السدحان، عبدالله ناصر (2006م)، بعض الخصائص الاجتماعية والاقتصادية المؤثرة في أنشطة الترويح لدى الفتاة الجامعية: دراسة تطبيقية على عينة من الطالبات الجامعيات في مدينة الرياض، مجلة العلوم الاجتماعية، جامعة الكويت، المجلد **34** (2):59.

سلطان، جمال (1413هـ)، مقدمات في سبيل مشروعنا الحضاري، دار الوطن، الرياض.

السيف، محمد إبراهيم (2002م)، المدخل إلى دراسة المجتمع السعودي، الطبعة الثانية، دار الخريجي للنشر والتوزيع، الرياض.

الصغير، صالح محمد (2001م)، وقت الفراغ لدى الشباب الجامعي ونوع النشاطات الممارسة فيه وأهميته، مجلة جامعة الملك سعود، كلية الآداب، مجلد **13**: 409-431.

ظاهر، كمال و **ختلان، سعاد** (2001م)، الأنشطة الترويحية التي تفضلها طالبات جامعة بغداد خلال الإجازة الصيفية، مؤتمر الرياض والعولمة، جامعة حلوان.

العلي، أحمد (1406هـ)، الشباب والفراغ، ذات السلاسل، الكويت.

علي، بدر الدين (1410هـ)، قضاء وقت الفراغ لدى الشباب العربي، المركز العربي للدراسات الأمنية والتدريب، الرياض.

عمران، كمال (1999م)، الشباب وفوائد استثمار وقت الفراغ، مجلة العلوم الاجتماعية، جامعة الكويت،**27**: 30.

الفريح، آمال بنت عبدالله (1991م)، العوامل المؤثرة في مدى استفادة الفتاة من وسائل الترويح المتاحة لها في مدينة الرياض، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الملك سعود، قسم الدراسات الاجتماعية، الرياض.

القرآن الكريم.

محمد، علي محمد (1405هـ)، وقت الفراغ في المجتمع الحديث، دار النهضة، بيروت.

منصور، عبدالمجيد سيد (1424هـ)، توجيه وإرشاد الشباب المسلم نحو قضاء وقت الفراغ، رابطة العالم الإسلامي، مكة المكرمة.

وجيه، إبراهيم و **الشناوي، محمد** (1410هـ)، أنشطة أوقات الفراغ لدى الشباب الجامعي وعلاقاتها ببعض جوانب الصحة النفسية، مجلة جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، العدد (2): 236.

ثانيا: المراجع الأجنبية

Alexandris, K., Tsorbatcoudis, C. and **Grouios, G**. (2002) Perceived constraints on recreational sport participation: Investigating their relationship with intrinsic motivation and extrinsic motivation, *Journal of Leisure Research*, **24**(3): 233-352.

Barcelona, R.J. and **Ross, C.M.** (1998) Participation patterns in campus recreational sport: an examination of quality of student effort from 1983 to 1998, *Recreational Sports Journal*, **26**(1): 41-53.

Furnham, A. (1982) Psychoticism, Social desirability and situation selection, *Personality and Individual Differences*, **3**(1): 43-51.

Hornick, J. and **Schlinger, M., J**. (1981) Allocation of time the mass media, *Journal of Consumer Research*, **7**(7): 343-355.

Kleiber, D.A. (1980) Free time activity and psychosocial adjustment in college student: A preliminary analysis, *Journal of Leisure Research*, **12**(3): 205-212.

Martin, W.S. and **Myrick, F.L**. (1976) Personality and leisure time-activities, *Research Quarterly*, **47**(2): 246-253.

Shockley, B. D. (1996) The relationship of student success to involvement in student activities in a two years institution, *D. Thesis*, United States, California: University of Southern California.