



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم  
معهد التربية البدنية والرياضية  
قسم النشاط البدني والرياضي المكيف



بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في تخصص النشاط البدني والرياضي المكيف

2

تحت إشراف:

# إتجاهات المرأة نحو أوقات الفراغ

بحث وصفي أجري على استاذات التعليم الثانوي بدائرة فرندة (20-35) سنة

تحت إشراف:

إعداد الطالبة:

د/ بن زيدان حسين

- سنوسي سيف عبد المجيد  
- ثنية محمد عبد الرحمن  
- بن ساحة محمد امين

السنة الجامعية: 2015/2016

قال العماد الأصفهاني :

رأيت أنه لا يكتب إنسان كتاباً في يومه

إلا وقال في حده

لو خيرت هذا لكان حسن

و زيد هذا لكان يستحسن

ولو قدم هذا لكان هذا أفضل

ولو ترك هذا لكان أجمل

وهذا أعظم

فهو دليل استيلاء النقص على ملة البشر

مقدمة معجم الأدياء

# الأهداء

...ربي أو ربي أن أشكر نعمتك التي [قال الله تعالى :

أنعمت علي و علي والدي و أن أعمل صالحا ترضاه و

[أدخلني برحمتك في عبادك الصالحين

النمل الآية 19

أهدي ثمرة هذا العمل المتواضع :

إلى النفس الهادئة ، إلى من حملتني وهنا ووضعتني وهنا ،

إلى من غمرتني بحنانها وأعطتني من دمها وروحها

وعمرها حبا وتصميما ودفعا لغد أجمل ، إلى التي كانت

تنتظر بفارغ الصبر هذه اللحظة

...إلى " أمي " الطاهرة

إلى من كان يحترق كالشمعة ليضيء لي الطريق .

إلى من رباني و منحني الثقة إلى اليد الطاهرة التي أزلت

من أمامي أشواك الطريق ورسمت المستقبل بخطوط من

الأمل والثقة ، إلى قاندي في

درب الحياة " أبي العزيز " حفظه الله و أطال في

عمره .

إلى كل أفراد العائلة و الأقارب كل باسمه

إلى كل الأصدقاء من بعيد أو من قريب و اخص بالذكر

صديقي العزيز مبارك محمد،وقدور محمد الأمين

إلى من أحبهم قلبي و لم يذكرهم اللسان

إلى طلبة و أساتذة قسم النشاط الحركي المكيف .

إلى كل من يفتح هذه المذكرة من بعدي .



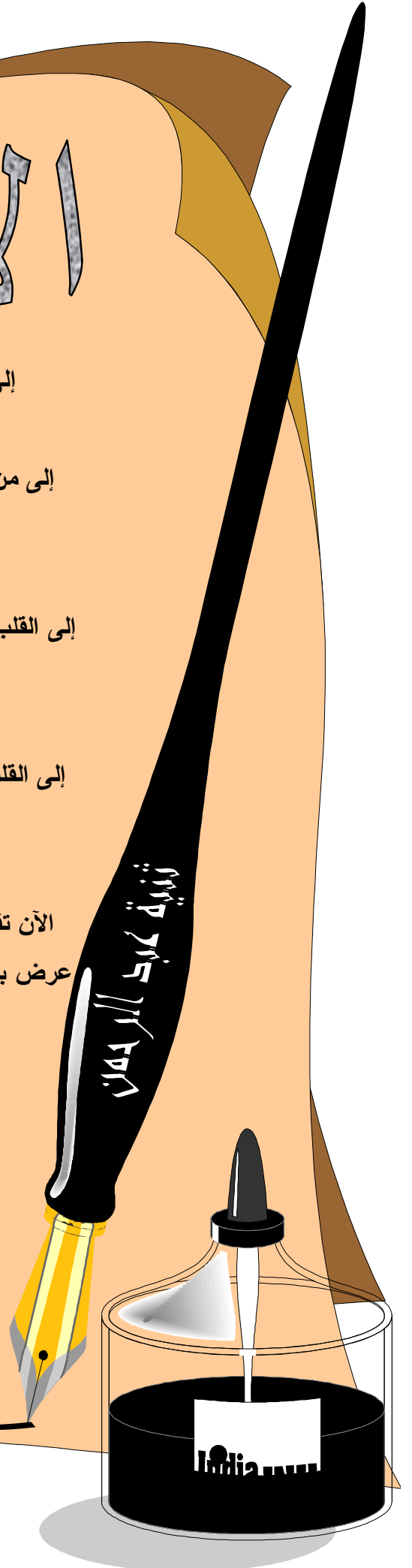
# الإهداء

إلى من جرع الكأس فارغا ليسقيني قطرة حب  
إلى من كلت أنامله ليقدّم لنا لحظة سعادة  
إلى من حصد الأشواك عن دربي ليمهد لي طريق العلم  
إلى القلب الكبير  
(والدي العزيز)

إلى القلب الناصع بالبياض إلى من أرضعتني الحب والحنان  
إلى رمز الحب وبلسم الشفاء  
(والدتي الحبيبة)

إلى القلوب الطاهرة الرقيقة والنفوس البريئة إلى رياحين  
حياتي  
(إخوتي)

الآن تفتح الأشرعة وترفع المرساة لتنتقل السفينة في  
عرض بحر واسع مظلم هو بحر الحياة وفي هذه الظلمة لا  
يضيئنا إلا قنديل الذكريات  
(أصدقائي)



# الأمهات

الهي لا يطيب الليل إلا بشرك ولا يطيب النهار إلا  
بطاعتك.. ولا تطيب اللحظات إلا بذكرك.. ولا تطيب الآخرة إلا  
بعفوك.. ولا تطيب الجنة إلا برويتك  
الله جل جلاله

إلى من بلغ الرسالة وأدى الأمانة.. ونصح الأمة.. إلى نبي  
الرحمة ونور العالمين..

سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم

إلى من كلفه الله بالهبة والوقار.. إلى من علمني العطاء  
بدون انتظار أحمل اسمه بكل افتخار.. أرجو من الله أن يمد  
في عمرك لتري ثمارا قد حان قطافها بعد طول انتظار  
وستبقى كلماتك نجوما اهتدي بها اليوم وفي الغد وإلى الأبد  
والذي العزيز (جلول)

إلى ملاكي في الحياة.. إلى معنى الحب وإلى معنى الحنان  
والتفاني.. إلى بسمه الحياة وسر الوجود  
أمي الحبيبة (رحمونة)

وإلى الكتكوتة الصغيرة رنيم

إلى الإخوة والذين لم تلدهم أمي.. إلى من تحلو بالإخاء  
وتميزوا بالوفاء والعطاء إلى ينابيع الصدق الصافي إلى من  
معهم سعت، وبرفتهم في دروب الحياة الحلوة والحزينة  
سرت إلى من كانوا معي على طريق النجاح

أصدقائي



الحمد لك خلقتني

وبين مخلوقاتك زرعتمني، الحمد لك بالعقل والناطق ميزتني  
الحمد لك بمد خلقك ومداد كلماتك أعمتني وبالعلم زودتني  
يا محمد حمد الشاكرين وأثني عليه ثناء الشاكرين أن وفقنا وسدد خطانا لإتمام هذا البحث  
رَبِّ أَوْزَعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَى وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ } قال تعالى:  
وَأَذِّنْ لِي بِرَحْمَتِكَ فِي عِبَادِكِ الصَّالِحِينَ {19} "سورة النمل الآية {19}.

[ من لم يشكر الناس لم يشكر الله ] وعملا بقوله صلى الله عليه وسلم :

فيا رب شكرك واجب مدته ما أنا ذا بالشكر أتكلم  
بمد العاص بعرض السماء مقاديرها برضيك أنبي بعد شكرك مسلم  
هالي أرى نعم الإله تحيط بي من كل جنب ثم لا أتكلم  
حدي بي أمدته بالنعيم فإنني ممن يقر ويسم ممن يتكلم

فانبا نتقدم بالشكر الجزيل إلى نعم الوالدين والإخوة والأهل والأقارب الذين دعمونا ماديا  
ومعنويا

كما لا يفوتنا أن نتقدم بأسمى معاني التقدير والاحترام والعرفان إلى أستاذنا القدير " بن  
زيدان حسين "

المشرف على بحثنا هذا والذي لو يبخل علينا بالنصح والإرشاد والتوجيه فما يسعنا إلا أن نتضرع  
إلى المولى عز وجل أن يديمه شمعة تحترق لتضيء لنا نحن أبناء الوطن الدرجه نحو السمو بأهنا  
الجزائر إلى أعلى المراتب وأرقاها.

ولا ننسى أساتذة المعمد وحكائمه ونص بالذخر: " خزال، حرباش، دويلي، خالد  
وليد، كروم، عتوي، كوتشوك، بن زيدان، بلكبش، مغلول "

ومدير ثانوية عقبة بن نافع والى مدير المركب الرياضي خلفه الله، مدير المكتبة الوطنية جاك  
بارك

بالإضافة إلى عمدة البحث وعمال المكتبة وعمال الحماية المدنية  
ورئيسة المخبر وأستاذتي في اللغة الفرنسية كما لا ننسى أختي الأستاذة قدور محمد، والأستاذ  
خلوئي مختار.

والى رئيس بلدية فرنجة بلهوارى البودالي، والى كل من خانو، شكيرين، زاوي، اسماعيل  
وعمال المركب الرياضي والمسبح بفرنجة و موظفي الإقامة الجامعية مجدوب  
و إلى كل من كان له بصمة في هذا العمل.

وإن كنت عاجز عن شكر الجميع

فعبدا الله خير الجزاء وأوفره.

محتوى البحث	
الصفحة	الموضوع
	الآية
أ	إهداء
ب	شكر وتقدير
قائمة المحتويات	
ج	قائمة الجداول
د	قائمة الأشكال
التعريف بالبحث	
01	1- مقدمة.
03	2- مشكلة البحث.
04	3- أهداف البحث.
05	4- فرضيات البحث.
05	5- أهمية البحث والحاجة له من الجانب العلمي والعملي.
06	6- مصطلحات البحث.
06	6-1- الاتجاهات
06	6-2- وقت الفراغ.
07	6-3- الاستثمار.
07	7- الدراسات والبحوث المشابهة.
07	7-1- عرض الدراسات.
11	7-2- التعليق على الدراسات.
12	7-3- نقد الدراسات.
12	8- خلاصة.
الباب الأول : الدراسة النظرية	
الفصل الأول : وقت الفراغ	
15	- تمهيد.
15	1-1- وقت الفراغ.
16	1-2- مفهوم وقت الفراغ.

18	3-1- أنواع وقت الفراغ.
18	1-3-1- أولاً: الفراغ المؤقت.
18	2-3-1- ثانياً: الفراغ المؤقت جداً.
18	3-3-1- ثالثاً: الفراغ الدائم.
18	4-1- أهمية وقت الفراغ.
19	5-1- خصائص وقت الفراغ والترويح.
19	1-5-1- التروييح نشاط.
21	2-5-1- التروييح يحدث في وقت الفراغ ويرتبط به.
23	6-1- وظيفة وقت الفراغ.
24	7-1- مستويات المشاركة في أنشطة وقت الفراغ.
24	1-7-1- مستوى المشاركة الابتكارية.
24	2-7-1- مستوى المشاركة الايجابية.
25	3-7-1- مستوى المشاركة الوجدانية.
25	4-7-1- مستوى المشاركة السلبية.
25	5-7-1- مستوى الأنشطة التي تلحق الضرر بالفرد.
25	6-7-1- مستوى الأنشطة التي تلحق الأذى بالمجتمع.
26	8-1- استثمار وقت الفراغ.
30	- خلاصة.
<b>الفصل الثاني : الاتجاهات النفسية</b>	
32	- تمهيد.
32	1-2- مفهوم الاتجاهات.
34	2-2- مكونات الاتجاهات
34	1-2-2- العنصر المعرفي
34	2-2-2- العنصر الوجداني والانفعالي
35	3-2-2- العنصر النزوعي
35	3-2- تكوين الاتجاهات
35	1-3-2- المرحلة الإدراكية المعرفية
35	2-3-2- المرحلة التقييمية
35	3-3-2- المرحلة التقديرية



36	4-2- نمو الاتجاهات
36	1-4-2 تأثير الوالدين
36	2-4-2 تأثير الأقران
36	3-4-2 تأثير وسائل الإعلام
36	4-4-2 تأثير التعليم
37	5-2- مميزات الاتجاه
37	1-5-2 الوجهة
37	2-5-2 الشدة
37	3-5-2 الاستقرار
37	4-5-2 الانتشار
37	5-5-2 البروز
38	6-2- خصائص الاتجاهات
38	1-6-2 الاتجاه يشكل نمط من ردود الأفعال
38	2-6-2 الاتجاه المحايد، المؤيد والمعارض
38	3-6-2 الاتجاه العدائي
38	4-6-2 الاتجاه التعسبي
39	7-2- وظائف الاتجاه
39	1-7-2 الوظيفة المعرفية
39	2-7-2 الوظيفة النفعية
40	3-7-2 الوظيفة المحركة
40	4-7-2 الوظيفة التنظيمية
40	5-7-2 الوظيفة التعديلية
40	6-7-2 الوظيفة التعبيرية
41	7-7-2 الوظيفة الدفاعية
41	8-2- أنواع الاتجاهات
41	1-8-2 الاتجاهات على أساس الموضوع
42	2-8-2 الاتجاهات على أساس الأفراد
42	3-8-2 الاتجاهات على أساس الوضع
42	4-8-2 الاتجاهات على أساس الشدة

43	2-8-5- الاتجاهات على أساس الهدف
43	2-8-6- الاتجاهات على أساس العلاقة
44	2-8-7- الاتجاهات على أساس الأمد
44	2-9-9- مراحل تكوين الاتجاهات
44	2-9-1- المرحلة الأولى
45	2-9-2- المرحلة الثانية
45	2-9-3- المرحلة الثالثة
45	2-9-4- المرحلة الرابعة
45	2-10-10- عوامل تكوين الاتجاهات
45	2-10-1- المؤثرات الوالدية
46	2-10-2- المؤثرات الثقافية
46	2-10-3- أنماط الشخصية
46	2-10-4- الحقائق والمعلومات
46	2-11-11- قياس الاتجاهات
47	2-11-1- الطريقة المباشرة
47	2-11-2- الطريقة الغير مباشرة
47	2-11-3- الطرق الموقفية
47	2-13- أهمية الاتجاهات
48	2-14-14- علاقة الاتجاهات ببعض الظواهر النفسية
48	2-14-1- الاتجاه والعاطفة
48	2-14-2- الاتجاه والتعصب
48	2-14-3- الاتجاه والرأي
48	2-14-4- الاتجاه والميل
49	2-14-5- الاتجاه والانفعال
49	2-14-6- الاتجاه والسلوك
49	2-15-15- الخصائص النفسية للمرأة في المرحلة العمرية من (20-35) سنة
49	2-15-1- مميزات طور الرشد
49	2-15-2- خصائص هذا الطور
50	2-15-3- الخصائص العامة لهذه المرحلة

51	- الخلاصة
<b>الباب الثاني: الدراسة التطبيقية</b>	
<b>الفصل الأول : منهجية البحث وإجراءاته الميدانية</b>	
54	- تمهيد
54	1-1- المنهج المتبع
54	2-1- مجتمع البحث
54	1-2-1- العينة الإحصائية للبحث
55	3-1- متغيرات البحث
55	1-3-1- المتغير المستقل
55	2-3-1- المتغير التابع
55	4-1- مجالات البحث
55	1-4-1- المجال الزمني
55	2-4-1- المجال المكاني
55	3-4-1- المجال البشري
55	5-1- أدوات البحث
56	6-1- أداة البحث
57	1-6-1- طريقة التصحيح
58	7-1- الدراسة الاستطلاعية
58	1-7-1- أهداف الدراسة الاستطلاعية
59	8-1- الأسس العلمية
59	1-8-1- ثبات وصدق الأداة
60	2-8-1- الموضوعية
60	9-1- الدراسة الرئيسية
61	10-1- المعادلات الإحصائية
62	- خلاصة
<b>الفصل الثاني : عرض وتحليل ومناقشة النتائج</b>	
64	- تمهيد.
64	1-2- عرض وتحليل النتائج الخاصة بالفرضية الأولى
64	2-1-1- توزيع نتائج المقياس الكلي

67	2-1-2- توزيع نتائج المقياس حسب كل بعد
67	2-1-2-1- نتائج اتجاهات المرأة في البعد المعرفي
68	2-2-1-2- نتائج اتجاهات المرأة في البعد الانفعالي
69	2-1-2-3- نتائج اتجاهات المرأة في البعد السلوكي
70	2-2- عرض وتحليل النتائج الخاصة بالفرضية الثانية
70	2-2-1- تحليل نتائج المقارنة بين اتجاهات المرأة نحو استثمار وقت الفراغ حسب نوع النشاط بمعامل فيشر
72	2-2-2- تحليل نتائج المقارنة بين اتجاهات المرأة نحو استثمار وقت الفراغ حسب الخبرة المهنية بمعامل فيشر
74	2-2-3- تحليل نتائج المقارنة بين اتجاهات المرأة نحو استثمار وقت الفراغ حسب المستوى العلمي بمعامل ت ستيودنت
75	2-3- الاستنتاجات
76	2-4- مناقشة ومقارنة الفرضيات بالنتائج
76	2-4-1- مقارنة النتائج بالفرضية الأولى
77	2-4-2- مقارنة النتائج بالفرضية الثانية
78	- خلاصة
79	- الاقتراحات والتوصيات
80	- الخاتمة
	المصادر والمراجع
	الملاحق
	الملخص باللغة العربية
	الملخص باللغة الفرنسية

الرقم	قائمة الجداول	الصفحة
1	يمثل العينة الإحصائية للبحث	53
2	يوضح العبارات الخاصة بكل بعد	55
3	يبين درجات المقياس للعبارات	56
4	يوضح تحديد المستويات	56
5	يوضح الدراسة الاستطلاعية	58
6	يوضح عدد أفراد العينة حسب المجالات	60
7	يمثل المقياس الكلي لاتجاهات المرأة نحو وقت الفراغ	64
8	يمثل اتجاهات المرأة نحو وقت الفراغ في البعد المعرفي	66
9	يمثل اتجاهات المرأة نحو وقت الفراغ في البعد الانفعالي	67
10	يمثل اتجاهات المرأة نحو وقت الفراغ في البعد السلوكي	68
11	يوضح مقارنة اتجاهات المرأة نحو استثمار وقت الفراغ حسب نوع النشاط	69
12	يوضح مقارنة اتجاهات المرأة نحو وقت الفراغ حسب الخبرة المهنية	71
13	يوضح مقارنة اتجاهات المرأة نحو وقت الفراغ حسب المستوى العلمي	73

الصفحة	قائمة الأشكال	الرقم
70	أعمدة بيانية تبين مقارنة اتجاهات المرأة نحو وقت الفراغ حسب نوع النشاط	1
71	أعمدة بيانية تبين مقارنة اتجاهات المرأة نحو وقت الفراغ حسب الخبرة المهنية	2
73	أعمدة بيانية تبين مقارنة اتجاهات المرأة نحو وقت الفراغ حسب المستوى العلمي	3

# التعريف بالبحث

- |    |   |
|----|---|
| 01 | 1- مقدمة.   |
| 03 | 2- مشكلة البحث.                                     |
| 04 | 3- أهداف البحث.                                     |
| 05 | 4- فرضيات البحث.                                    |
| 05 | 5- أهمية البحث والحاجة له من الجانب العلمي والعملي. |
| 06 | 6- مصطلحات البحث.                                   |
| 06 | 6-1- الاتجاهات.                                     |
| 06 | 6-2- وقت الفراغ.                                    |
| 07 | 6-3- الاستثمار.                                     |
| 08 | 7- الدراسات والبحوث المشابهة.                       |
| 09 | 7-1- عرض الدراسات.                                  |
| 11 | 7-2- التعليق على الدراسات.                          |
| 12 | 7-3- نقد الدراسات.                                  |
| 12 | 8- خلاصة  |

# مفتحة





1- مقدمة:

تتجلى قيمة الوقت في هبة من هبات الله تعالى لبني آدم كافة ، والله قد أقسم مطلع سور عديدة من كتابه العزيز بأجزاء منه وبأطواره المختلفة ،فاقسم سبحانه وتعالى بالليل والنهار والفجر والضحى والعصر.....،ومن ذلك قوله تعالى:"والليل إذا يغشى والنهار إذا تجلى" (سورة الليل آية 1-2)

وقوله تعالى" والفجر وليال عشر" (سورة الفجر آية 1-2) ، وقوله تعالى "والعصر إن الإنسان لفي خسر" (سورة العصر آية 1-2). (عبدالرحمن، 2005) ،كما تضمنت السنة النبوية الكثير من الأحاديث التي أشارت إلى أهمية وقت الفراغ في حياتنا وعظمة منافعه وضرورة استخدامه للعمل والبذل في الخيرات ، حيث قال رسول الله صلى الله عليه وسلم "إغتتم خمسا قبل خمس حياتك قبل موتك ، وصحتك قبل سقمك ، وشبابك قبل هرمك ، وفراغك قبل شغلك ، وغناك قبل فقرك".

فقيمة الوقت هي من أهم الأمور التي نبه إليها الحكماء والمفكرون فهو عمر الحياة وميدان وجود الإنسان وساحة ظله وبقائه ونفعه وانتفاعه ، وقد تعددت الكلمات المأثورة حول قيمة الوقت وأهميته "الوقت هو الحياة فما حياة الإنسان إلا الوقت الذي يقضيه من ساعة الميلاد إلى ساعة الوفاة".

ووقت الفراغ هو الوقت الفائض عن ما يحدده الفرد من وقت القيام بالعمل أو للقيام بالمسؤوليات والالتزامات والواجبات المنوطة به ، وهو بمثابة الوقت الحر الذي يمارس فيه الإنسان الأنشطة بطريقة اختيارية (خاطر، 1989)،تهدف إلى تحقيق حاجاته الاجتماعية والنفسية العاطفية،وهذه الحاجات النفسية تتمثل في الدوافع والميول والاتجاهات التي تعتبر من بين الدوافع المكتسبة والمهئية للسلوك،ويعتبر موضوع الاتجاهات من أهم الموضوعات في مجال علم النفس باعتبار أن الاتجاهات من أهم محركات السلوك الإنساني فعن طريق معرفة اتجاهات الفرد نحو



ظاهرة ما أو حدث معين يمكن أن نتنبأ بسلوكه فيما بعد اتجاه تلك الظاهرة أو الحدث. فاتجاهات الفرد تعكس نوعية استجابته وردود أفعاله نحو الأشخاص والموضوعات أو المواقف الموجودة في البيئة الخارجية المحيطة به التي تؤدي إلى استشارة هذه الاستجابات .

وإذا كان العالم قديماً لم يكن لديه وقت فراغ يسعى للتفكير والبحث في كيفية استغلاله والاستفادة منه فلعل وقت الفراغ في العصر الحديث أصبح سمة من سماته الأساسية ففي العصور الماضية كان وقت الفراغ لا يتوفر إلا لفئة معينة من المجتمع تلك الطبقة التي تمتلك الثروة والمال ولا تحتاج إلى العمل بيدها أما غيرها من الفقراء والكادحين فقد كانوا يعيشون في معظم المجتمعات حياة الكفاف حيث لا يمكن لهم أن يؤمنوا احتياجاتهم المادية والضرورية إلا من خلال العمل المتواصل الذي لا يجدون معه وقت فراغ.

وتعد قضية شغل وقت الفراغ من المشكلات التي تواجهها المرأة في حياتها ، فقد يقول البعض إن الفراغ نعمة ، نعم هو نعمة لمن عرف قدره وعرف كيف يستغله ولكن المصطفى عليه الصلاة والسلام أخبرنا بقوله " نعمتان مغبون فيهما كثير من الناس الصحة والفراغ" وممن غبن في نعمة الفراغ طائفة من النساء وأسباب حدوث هذا الفراغ كثيرة منها توفر الخدم وتوفر الأجهزة الحديثة التي وفرت الكثير من الجهد والوقت، ومنها عدم معرفة المرأة المعاصرة بدورها المطلوب منها اتجاه بيتها وزوجها وأولادها.

وكون الطلبة لم يجدوا أو يلحظوا أي دراسة عنيت هذا الجانب من التخصص وجدوا أنه من المفيد جداً أن يدرسوا اتجاهات المرأة نحو استثمار أوقات الفراغ ليكون منطلقاً وتمهيداً لدراسات أعم وأشمل وأكثر عمقا.



وعليه احتوى بحثنا هذا على منهجية أمت ببعض المفاهيم والمصطلحات لغرض تحقيق هذه الدراسة فكانت طريقة التبويب هي التقسيم العام للموضوع فاحتوى الباب الأول على الدراسة النظرية والتي بدورها تجلت في فصلين ،الفصل الأول فتعنون بعنوان " الاتجاهات النفسية " والفصل الثاني " وقت الفراغ " .

أما الباب الثاني والذي تمثل في الدراسة الميدانية أو التطبيقية فكان مقسم بدوره إلى ثلاثة فصول تجلت في الفصل الأول والذي درس منهجية البحث وإجراءاته الميدانية أما الفصل الثاني والذي اشتمل على عرض وتحليل النتائج وأخيرا الفصل الثالث الاستنتاجات والتوصيات.

## 2- مشكلة البحث:

وقت الفراغ ظاهرة اجتماعية لها جوانبها المختلفة الإيجابية والسلبية وقد أدت هذه الظاهرة إلى نشأة فرع من فروع علم الاجتماع متخصص في دراستها وهو علم اجتماع الفراغ والترويح الذي يبحث في معطيات هذه الظاهرة وفي جوانبها المختلفة، وفي ارتباطاتها بعناصر البنية الاجتماعية وهذا إن دل فإنما يدل على أهمية وضرورة استغلال وقت الفراغ في حياة الإنسان.

ومن أهم مشاكل الفراغ التي يعاني منها الإنسان عامة والمرأة خاصة هي الفراغ اليومي وكيفية استثماره حيث أصبح الفراغ مشكلة هامة هي عدم القدرة على التمييز بين أنشطة العمل وأنشطة الفراغ ووظائف الفراغ لا تقل أهمية عن وظائف العمل (لبيب، 1993). وإساءة استخدام وقت الفراغ تؤثر سلبا على العلاقات الاجتماعية بين الأفراد والجماعات المحيطة بهم في المجتمع ،كما يؤدي إساءة استخدام وقت الفراغ إلى إساءة استخدام موارد المجتمع بشكل فعال ، ويساعد على انتشار العادات والظواهر السلبية.



فبعد الإلمام بتوصيات بعض الدراسات المشابهة لكل من عفاف عبد الفتاح علي أبو القاسم (2013)، دغوبوب عبد القادر وتقية يوسف (2014-2015م)، بالإضافة إلى دراسة جمال مرزاق (2012)، وإحصاء حاجات المجتمع. ومن خلال قلة استثمار أوقات الفراغ لدى المرأة في المجتمع الجزائري من أجل تحقيق الفوائد الايجابية للترويج يقوم الطلبة بدراسة هذه المشكلة موضوعها اتجاهات المرأة نحو استثمار وقت الفراغ.

وعليه تم طرح التساؤلات التالية :

❖ ما اتجاهات المرأة نحو استثمار وقت الفراغ ؟

وهذا من خلال طرح التساؤلات التالية :

1- ما هي درجة اتجاهات المرأة نحو استثمار وقت الفراغ ؟

2- هل تختلف درجة اتجاهات المرأة نحو استثمار وقت الفراغ حسب متغيرات (

الخبرة المهنية ، المستوى العلمي ، نوع النشاط) ؟

3- أهداف البحث :

يهدف الطلبة من خلال هذا البحث إلى التعرف على الكيفية التي تستثمر بها المرأة العاملة وقت فراغها ومعرفة أبرز النشاطات التي تمارسها وذلك من خلال ما يلي :

1- معرفة النشاطات الترويجية التي تمارسها المرأة.

2- معرفة اتجاهات المرأة نحو وقت الفراغ

3- كشف الفروق الحاصلة بين اتجاهات المرأة نحو أوقات الفراغ حسب متغير

الخبرة المهنية ، المستوى العلمي ، نوع النشاط.



4- فرضيات البحث :

يفترض الطلبة فرضية عامة تمثلت في :

❖ اتجاهات المرأة ايجابية نحو استثمار أوقات الفراغ.

أما الفرضيات الفرعية فتتجلى فيما يلي :

1- درجة اتجاهات المرأة نحو استثمار أوقات الفراغ كبيرة.

2- تختلف درجة اتجاهات المرأة نحو استثمار أوقات الفراغ حسب متغيرات

( الخبرة المهنية ، المستوى العلمي ، نوع النشاط).

5- أهمية البحث والحاجة له من الجانب العلمي والعملي : تتبع أهمية هذه الدراسة في

أنها:

1- الجانب العلمي: تعتبر هذه الدراسة محاولة لإثراء المعرفة وتبسيط الضوء

على جوانب محددة لها تأثير عميق على الكيفية التي تستثمر فيها المرأة أوقات

فراغها، وفيما يستثمر هذا الوقت وكذلك علاقته بإبداعها في مجالات شتى.

2- الجانب العملي: يمكن الاستفادة من نتائج الدراسة في معالجة بعض

الصعوبات والمشكلات التي ترتبط بالمرأة العاملة وكيفية الاستفادة من استثمار

أوقات فراغها، وكذلك الاستفادة منها تطبيقياً في تطوير وإثراء وتعزيز نوعية

اتجاهاتها وميولها.

6- مصطلحات البحث :

6-1- الإتجاهات :

- اصطلاحاً : عرفه " أحمد زكي صالح " بأنه : مجموعة استجابات القبول أو

الرفض التي تتعلق بموضوع جدي معين (صالح، 1971، صفحة 112).



ويعرفه " أحمد عزت راجح " بأنه : استعداد وجداني مكتسب ثابت يحدد شعور الفرد و سلوكه إزاء موضوعات معينة من حيث تفضيلها أو عدم تفضيلها (راجح، 1996، صفحة 119) .

ويقول " محمد حسن علاوي " بأنه "يمكن النظر إلى الاتجاهات على أنها نوع من أنواع الدوافع المكتسبة ، أو على أنها نوع من أنواع الدوافع الاجتماعية المهيأة للسلوك (العلاوي، 1986، صفحة 119)

- الاتجاه إجرائيا : هي تلك الاستعدادات أو الاستجابات المختلفة نحو مواضيع التربية البدنية و الرياضية.

#### 6-2- وقت الفراغ :

- لغة : إن مصطلح وقت الفراغ مشتق من أصل لاتيني Licere ويعني التحرر من قيود الوقت ومن كل الارتباطات.

- اصطلاحا : يتضمن التحرر من العمل الذي يقوم به الفرد بأدائه ويحصل منه على مقابل مادي وكذلك التحرر من البرنامج المدرسي التي تكون جزءا من المقررات التعليمية. (كمال درويش، محمد محمد الحماحي، 1997، صفحة 26)

- تعريف إجرائي : الوقت الذي يبقى من طرح ساعات العمل الإجباري أو الدراسة الإجبارية للفرد ، وقت النوم ليلا ، والوقت ضروري لأداء الواجبات المنزلية الضرورية.

#### 6-3- الاستثمار :

هو عمل هدفه زيادة رأس مال الفرد أو زيادة موارده عن طريق تشغيل ماله أو استغلاله بهدف زيادته، أي وظيفة الاستثمار تشغيل الأصول وهو احد الوسائل الأساسية لتنفيذ برنامج التنمية كما انه من أهم العوامل المؤثرة على التغيير البنائي



للاقتصاد الوطني، ويتوقف نجاح سياسة التنمية على حجم الاستثمارات المتاحة وكيفية توزيعها (عمر، 1994، صفحة 158).

- إجرائيا :

الطريقة التي يقوم بها الفرد بشغل أوقات فراغه، بعد الانتهاء من العمل والواجبات الملزم بها، ويمكن أن تحمل معنيين، إما استثمار سلبي يؤثر على حياة الفرد، أو استثمار لأوقات فراغه بطريقة ايجابية نافعة وبالتالي التأثير يكون ايجابي على شخصية الفرد .

7- الدراسات والبحوث المشابهة :

❖ دراسة عفاف عبد الفتاح علي أبو القاسم (2013م) بعنوان توظيف أوقات

الفراغ والترويح عند الشباب في ضوء الأنشطة الممارسة

وجاءت مشكلة البحث كالآتي:

- هل الأنشطة الإيجابية التي يمارسها الشباب الليبيون بصورة مستمرة في أوقات فراغهم أكثر من الأنشطة السلبية.

أما فرضيات البحث ففقد كانت كالتالي:

- هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين توظيف أوقات فراغ الشباب الليبيون ونوع الجنس لدى أفراد عينة البحث

- هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين توظيف أوقات فراغ الشباب الليبيون ونوع التعليم لدى أفراد عينة البحث من الشباب الليبي الجامعي

- هدفت الدراسة إلى معرفة أكان للأسرة الليبية دور في توظيف وقت فراغ أبنائها، ومعرفة النشاطات الترويحية الإيجابية منها والسلبية التي يمارسها الشباب - ولقد استخدم في هذه الدراسة منهج المسح، الذي وصف في جانب منه الظاهرة المدروسة، وفي جانبه الآخر اختبار الفروض التي وضعتها الدراسة في الإطار



النظري. ووزعت الاستبيانات على مفردات العينة والتي كانت عشوائية، وكان قوامها (365) مفردة، من مختلف الكليات.

- النتائج التي ترتبت على هذه الدراسة الآتي:
- تبين أثناء الدراسة الميدانية أن الشباب الليبيين لا يوظفون أوقات فراغهم بصورة مناسبة ومرضية، كما أوضحت الدراسة الميدانية عدم مساهمة اغلب الأسر الليبية في توظيف أوقات فراغ أبنائها.
- إن الأنشطة التي يمارسها الشباب الليبيون في أوقات فراغهم جاءت بنسب متقاربة إلى حد ما وكانت النشطة الترفيهية في مقدمتها، تليها الأنشطة الرياضية.

❖ دراسة دغوب عبد القادر وتقية يوسف (2014-2015م) بعنوان دور

الممارسة الرياضية في وقت الفراغ في تنمية التفاعل الاجتماعي لتلاميذ

#### المرحلة الثانوية

مشكلة البحث كانت كالتالي:

هل للممارسة الرياضية في وقت الفراغ دور في تنمية التفاعل الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية.

- هدفت هذه الدراسة إلى الآتي:

- دور الممارسة الرياضية في وقت الفراغ في تنمية الاندماج الاجتماعي للتلاميذ المراهق .

- أهمية ممارسة الرياضة في وقت الفراغ في تعزيز التعاون بين التلاميذ

أما الفرضية العامة فقد جاءت كالتالي:

- للممارسة الرياضية في وقت الفراغ دور في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.





اعتمد البحث على المنهج الوصفي، وطبق البحث على عينة عشوائية تتكون من (61) تلميذ ذكور من الطور النهائي من المرحلة الثانوية بداية من أواخر ديسمبر إلى غاية شهر ماي بثانوية مدينة خميس مليانة .

- من ابرز النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسة ما يلي:

- تدعيم الوسط المدرسي بمختلف الوسائل والأساليب البيداغوجية الحديثة، وتنظيم مختلف المسابقات والمهرجانات التي بفضلها يتم تشجيع التلاميذ للتعبير عن قدراتهم وحاجاتهم النفسية، مما يجسد بوضوح مظاهر التفاعل الاجتماعي بين التلاميذ في المدرسة.

- على الأولياء متابعة أولادهم خاصة في هذه المرحلة، وتوجيههم نحو الممارسة الرياضية في المحيط المدرسي.

❖ راسة جمال مرازقة (2012) بعنوان أهمية استثمار وقت الفراغ من خلال

مناشط الترويح الرياضي وأثره في الوقاية من السلوك الانحرافي لدى

طلاب المرحلة الثانوية بالجزائر العاصمة

وجاءت مشكلة البحث كالآتي :

هل للاستثمار الأمثل لأوقات الفراغ من خلال مناشط الترويح الرياضي اثر ايجابي في الوقاية من السلوك الانحرافي لدى طلاب المرحلة الثانوية بالجزائر .

وقد هدفت هذه الدراسة إلى الآتي:

- التعرف على حجم ظاهرة السلوك الانحرافي في الوسط التربوي بالمرحلة الثانوية بالجزائر .

- الكشف عن أهم أنواع السلوكيات الانحرافية المنتشرة في المدارس الثانوية خاصة مشكلة العنف المدرسي.

وكانت فرضية البحث:



يعد استثمار أوقات الفراغ من خلال ممارسة الأنشطة الترويحية خارج المدرسة عامل مهم في تحقيق التوازن النفسي والضبط الاجتماعي والترويح عن النفس لدى فئة المراهقين، وبالتالي تسهم الممارسة الرياضية الترويحية في الوقاية من مظاهر السلوك الانحرافي بكل أشكاله لدى التلاميذ في مرحلة التعليم الثانوي بالجزائر. واعتمدت هذه الدراسة على أسلوب المنهج الوصفي التحليلي وهذا لملائمته للفرضيات الدراسة الحالية.

قام الباحث باختيار العينة بالطريقة المقصودة وهم تلاميذ المرحلة الثانوية (ذكور وإناث) من بعض ثانويات الجزائر العاصمة للعام الدراسي (2010/2009) بلغ العدد الإجمالي (88,631 ألف) تلميذ تلميذة وهم يمثلون المجتمع الأصلي للدراسة. ومن ابرز نتائج هذه الدراسة الآتي:

-بينت نتائج هذه الدراسة على أن الاستثمار الأمثل لوقت الفراغ من خلال ممارسة أوجه الأنشطة الترويحية دور فعل في الوقاية من مظاهر السلوك الانحرافي.  
-كثرة وقت الفراغ تدفع بالشباب إلى الملل والملل يدفعهم إلى اليأس، وهذا الخير يدفعهم إلى ممارسة العنف ضد أنفسهم، وبالتالي فان طاقات الشباب إذا لم تستغل في الخير وتحقيق الطموحات، استغلت في الشر وتدمير الذات والغير.

#### 2-7- التعليق على الدراسات :

لقد أخذت جميع الدراسات المشابهة المذكورة أعلاه على الأقل هدفا واحدا من البحث أهمية وقت الفراغ كان أم تنظيم وقت الفراغ أو استثمار وقت الفراغ فجميعها تصب في قالب واحد ألا وهو وقت الفراغ.

فقد تمثلت مناهج البحوث المشابهة في المنهج الوصفي بطريقة المسح وذلك خدمة للمواضيع، وقد اتفقت اغلبها على اختيار العينة بالطريقة العشوائية ومن خلال نتائج



تلك الدراسات يستتبط الطلبة أن وقت الفراغ واستغلاله وأهمية استثماره له دور كبير في الرفع من مستوى المجتمع من جهة والشخص بحد ذاته من جهة أخرى. فمن خلال الدراسة الأولى كان الهدف هو معرفة أكان للأسرة الليبية دور في توظيف وقت فراغ أبنائها، ومعرفة النشاطات الترويحية الايجابية منها والسلبية التي يمارسها الشباب . أما الدراسة الثانية فتتمثل في دور الممارسة الرياضية في وقت الفراغ في تنمية الاندماج الاجتماعي للتلميذ المراهق والدراسة الثالثة تمثلت في معرفة الآثار الخطيرة لعدم شغل أوقات الفراغ بالطريقة النافعة لدى المراهقين وتأثير ذلك على النسيج الاجتماعي الجزائري والعربي.

### 3-7- نقد الدراسات :


يلاحظ الطلبة أن جميع الدراسات السابقة اهتمت بمجال استثمار وأهمية وقت الفراغ عند الشباب أما الحالية فتهم باتجاهات المرأة العاملة نحو استثمار وقت فراغها باعتبارها ينبوع أساسي في بناء المجتمع ، كما أن جميع الدراسات اهتمت بوقت الفراغ علما أن كل ما يهم فيه هو تحديد نوع الاتجاهات المستثمرة في استغلاله فمنها السلبية والايجابية.

### 8- خلاصة:

من خلال كل هذا تم خروج الطلبة بخلاصة مختصرة تتمثل أهميتها في تبيان الغرض من إجراء هذا البحث ألا وهو تحديد اتجاهات المرأة نحو استغلال وقت فراغها. أما بشأن جديد الدراسة فيشير الطلبة الباحثون أن دراسة استثمار وقت الفراغ عند المرأة العاملة يسهل عليها تحديد نفسياتها من خلال اتجاهاتها وميولاتها لنوع النشاط المفضل للاستغلال.



المباحث الأولى  
الجانب النظري



الفصل الأول

ورقته الفراخ



➤ تمهيد:

يعتبر وقت الفراغ من الأسباب الهامة التي تؤثر على تطور ونمو الشخصية ، وقد زاد في الأعوام الأخيرة اهتمام الأفراد بالوقت نتيجة لسرعة معدلات التغير في عالمنا المعاصر وهذا ما نحن بصددده في هذا الفصل ألا وهو تبيان وإظهار أهمية الوقت وملاً وقت الفراغ بمادة تساعد على إجلائه وتثمينه.

1-1- وقت الفراغ:

نشأ وقت الفراغ منذ نشأة السلالة البشرية ، إذن فهو وليد الإنسان البدائي ، ولكن لم تظهر فلسفته إلا في مستهل القرن العشرين ، عصر الثورة العلمية والتكنولوجية التي فرضت في هذا العصر معادلة العمل ووقت الفراغ .

وهو من الموارد الهامة التي توليها المؤسسات والهيئات الاجتماعية القدر الكبير من العناية والاهتمام ، ولا يمكن اعتبار وقت الفراغ في الوقت الحاضر من المسائل الثانوية غير المهمة ولا يمكن التقليل من أهميته وقيمه للإنسان والمجتمع بأية صورة من الصور ولا يمكن إهماله وعدم التخطيط له بغية استثماره والاستفادة منه بالاشتراك في أنشطة وقت الفراغ المثمرة والجيدة (الحسن، إحسان محمد، 2005)

ولقد كان ينظر لوقت الفراغ على أنه عدد من الساعات الضائعة يستسلم الفرد من خلالها لوساوس الشيطان، حسب رأي كالفن kalvin، ويؤكد برتراند راسل على أن الاستخدام الوافي لوقت الفراغ إنما يعد حصيلة للتربية .

ويذهب رالف جليسر ويؤكد أن اختيار طرق استثمار وقت الفراغ إنما يعبر عن قدرة الفرد أو الجماعة أو المجتمع في التعبير عن الذات. (كمال درويش، محمد محمد الحماحي، صفحة 25).

ولهذا فان المؤسسات التربوية ، والترويحية ، والاجتماعية ، والدينية ، والسياسية ، والاقتصادية اهتمت بدراسة وقت الفراغ وكيفية استثماره لتفادي المشكلات الناتجة

عنه، فنشا البحث والتخطيط لكيفية استثمار وقت الفراغ في القرن الذي أطلق عليه مصطلح عصر الفراغ.

الدول المتقدمة حضاريا تهتم كثيرا بطرق ووسائل الاستثمار وقت الفراغ حتى لا يتحول إلى وقت ضائع، أو وقت ترتكب فيه الجرائم، أو تحدث خلاله انحرافات التي قد تلحق الضرر والأذى بالفرد والمجتمع.

وقد أكد ناش على قيمة المشاركة في مناشط وقت الفراغ باعتبارها إحدى القيم التي يستند إليها الفراغ كنظام اجتماعي.

وبهذا نستطيع أن نقيس تقدم الحضارات على دعم القيم والاتجاهات الايجابية نحو وقت الفراغ كنظام اجتماعي له وظائفه الهامة بالنسبة للفرد والمجتمع.

1-2- مفهوم وقت الفراغ:

إن مصطلح وقت الفراغ مشتق من الأصل اللاتيني Licere ويعني التحرر من كل القيود، قيود العمل أو من الالتزامات أو الارتباطات، فهو وقت راحة يكون فيه الإنسان خال من أي مسؤولية. (درويش كمال، محمد محمد الحماحمي، 1997، صفحة 26).

"ويشير كل من حلمي إبراهيم ولوس شن LUSCHEN إلى انه لا توجد نظرية موحدة لوقت الفراغ، كما انه تعريف للفراغ متفق عليه من قبل المهتمين بدراسته، إلا أنهما يشيران إلى وقت الفراغ في النقاط الثلاث التالية:

- الوقت الغير مشغول أو النشاط الذي يتعارض مع وقت العمل، هو في الوقت ذاته يمثل الفترة التي يكون الفرد في حاجة إليها للشعور بوجود كيانه.
- شكل من أوجه النشاط الاجتماعي الإنساني الذي يتعارض مع نشاط العمل.
- حالة عقلية لنشاط الإنسان.

ويشير محمد عادل خطاب إلى أن وقت الفراغ "هو الوقت الحر الذي يفعل فيه الإنسان ما يشاء. (خطاب، صفحة 33)

وعرف بأنه "الوقت الذي يقضيه الإنسان في ممارسة نشاطات تقع خارج نطاق عمله الوظيفي الذي يعتمد عليه في معيشته وممارسة هذه النشاطات الاختيارية ومن محض إرادته الحرة، وتكون منطبقة مع أحواله المعاشية والاجتماعية ومع أذواقه وقيمه وموافقته وفنائه العمرية والطبقية". (محمد، محمد علي ، 1985 ، صفحة 05).

ويشار إلى أن وقت الفراغ "هو الوقت غير المشغول بأي نشاط أو عمل أو أداء يتعارض مع وقت العمل". (الحماحي، محمد محمد ومصطفى، عايدة عبد العزيز،، 2007، صفحة 26)

وعرف معجم مصطلحات العلوم الاجتماعية أوقات الفراغ "بأنها نواحي النشاط التي يبذلها الفرد في أوقات فراغه ،وقد تكون ايجابية كالرياضة البدنية والهوايات أو سلبية كالتردد على المقاهي،وقد ساعد تخفيف ساعات العمل على زيادة أوقات الفراغ ،كما أن ارتفاع الدخل يؤدي إلى التوسع في طلب زيادة أوقات الفراغ ونقص المعروض من العمل. (بدوي، احمد زكي ، صفحة 245)

ويمكن تعريف وقت الفراغ بأنه "الوقت الحر الذي لا يستغل في العمل،بمعنى انه وقت معزول لا عمل يؤدي أثناؤه". (سليمان، محمود صادق، 2002 ، صفحة 31.32)

ويتضح من خلال التعاريف السابقة أن حلها يتفق على أن وقت الفراغ هو الوقت الذي يتحرر فيه الفرد من التزامات وضروريات الحياة، من عمل ودراسة ونوم. ويكون الفرد خلاله في حالة راحة وهدوء ، وتكون له حرية قضائه كيفما يجب ويرغب .



1-3-1- أنواع وقت الفراغ : يقسم المتخصصون وقت الفراغ إلى ثلاثة أنواع :

1-3-1-1- أولاً: الفراغ المؤقت: هو الفراغ الذي يعقبه عمل وقد يطول الفراغ أسبوعاً وقد يطول شهراً، وقد يطول أكثر من شهر مثل :

➤ طلبة المرحلة الأساسية (الابتدائية) حتى مرحلة الجامعة .

➤ العاملون المدنيون في الدولة فليدهم أجازاتهم العادية السنوية وعودتهم إلى أعمالهم

➤ رجال القضاء لديهم أجازاتهم السنوية التي تعقب السنة القضائية .

➤ الفنيون والعاملون في الأعمال الخطرة .

1-3-2- ثانياً: الفراغ المؤقت جداً : هو الفراغ الذي ينطبق على حالات الأجازات العارضة.

1-3-3- ثالثاً: الفراغ الدائم: هو الفراغ الذي يعقبه فراغ وراحة تامة مثل المحالين على المعاش. (عبد الغني محمد، عبد الغني، 1993)

1-4- أهمية وقت الفراغ :

يعتبر استثمار وقت الفراغ من الأسباب الهامة لمعرفة مدى وضوح مفهومه لدى الأفراد، ومدى إدراكهم لأهمية ممارسة نشاطه، وكذلك إلمامهم بالبنية المعرفية المرتبطة بنظريات الفلسفة وقت الفراغ وانه بقدر وضوح معنى وقت الفراغ يكون الإقبال على ممارسة نشاطه المتنوعة التي تؤثر على تطورات ونمو الشخصية، كما يعتبر من المشاكل الهامة التي توليها المؤسسات والهيئات الاجتماعية القدر الكبير من العناية والاهتمام ، بالإضافة إلا أن استثمار وقت الشباب يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالعمل التربوي في المؤسسات التربوية للشباب كالمدراس، والجامعات، ومنظمات الشباب ، والمحاولة منها لتوجيه الجيل (خطاب، عطيات محمد، 1990، صفحة 10) الصاعد وتوعيته بأهمية استثمار وقت



فراغه بصورة نافعة ، تعود عليه وعلى الوطن بالفوائد، وإتاحة الفرصة أمامه لممارسة العديد من الأنشطة الترويحية في وقت فراغه بهدف تربيته وتنميته. ويرى الكثير من المربين ضرورة الاهتمام بتشكيل أنشطة وقت الفراغ بصورة تسهم في إكساب الفرد الخبرات السارة الايجابية ، وتساعد على نمو شخصيته وتكسبه العديد من الفوائد الخلقية والصحية والبدنية والنفسية .

#### 1-5- خصائص وقت الفراغ والترويح :

من الخصائص الهامة لوقت الفراغ و التي يمكن التعرف عليها الآتية:

- التحرر من الواجبات والالتزامات التنظيمية ذات الصبغة التعاقدية مثل العمل والدراسة، وكذلك التحرر من الالتزامات الرئيسة في الأسرة .
- يخلو وقت الفراغ من المنفعة المادية أو الإيديولوجية وينبغي ألا يتخذ وقت الفراغ وسيلة لأي منفعة، وإلا فقد إحدى خواصه الأساسية.
- تعد المتعة واللذة صفة لازمة لأنشطة وقت الفراغ بل هي هدف من أهدافه وخاصة أساسية فيه.

➤ يغلب على الفراغ الصفة الشخصية دون اعتبار للالتزامات المجتمعية.

- هناك العديد من الخصائص العامة التي يمكن أن يتسم بها الترويح، ومن أهمها:

1-5-1- الترويح نشاط : لا يكفي أن نذكر أن الترويح نشاط. إذ لابد أن نحدد نوعية هذا النشاط وطبيعته. وفي هذا المجال يمكننا أن نحدد المعايير الآتية للنشاط الترويحي:

أ- الترويح نشاط بناء: هناك مستويات متعددة للنشاط فقد يكون النشاط بنائياً يهدف إلى بناء شخصية الفرد وقد يكون هداماً يسهم في إيذاء النفس أو الآخرين. وتتمثل الأنشطة الهدامة في شرب الخمر ولعب الميسر والمقامرة والمراهنة والتسكع في



الشوارع بهدف معاكسة الآخرين أو النيل منهم أو إيذائهم وغير ذلك من أنواع السلوك التي لا يتقبلها المجتمع.

ب- الترويح نشاط اختياري: وهذا يعني أن الفرد يختار بإرادته، دون أن يكون مجبراً، نوع النشاط الذي يميل إليه ويتناسب مع قدراته وإمكاناته. ويميل الفرد لنوع من النشاط الترويحي دون الآخر ميل مكتسب. ونقصد بالميل استعداد و اتجاه الفرد لتركيز انتباهه لأشياء معينة تستثير وجدانه.

وعلى ذلك فإن النشاط الترويحي لفرد معين قد لا يكون له جاذبية عند فرد آخر. ومما لا شك فيه أن العوامل الوراثية تؤثر في تهيئة الفرد لنوع معين من أنواع الأنشطة الترويحية. ولكن العامل الأساسي هو بالتأكيد التعليم السابق.

وعلى ذلك فإن التربية لها أهمية كبرى في تحديد أنواع الأنشطة الترويحية التي يتمتع الفرد بممارستها. ومن هنا تبرز أهمية الاهتمام بميول الأطفال والشباب لمحاولة تنمية الميول التي تتميز بأهميتها وفاعليتها في تنمية الفرد تنميةً شاملة. ومن هنا نستطيع القول إن الترويح نشاط اختياري مع التأكيد على أهمية توجيهه التربوي.

ج- الترويح نشاط ممتع أو سار: ونقصد بذلك أن النشاط الترويحي يمنح الفرد المتعة والسرور والسعادة كنواح شعورية ذاتية ناتجة عن هذا النشاط الترويحي. ويجب ألا تؤثر هذه السعادة على سعادة الآخرين أو تؤدي إلى إيذاء النفس أو إيذاء الآخرين والضرر بهم، أو تتطلب مجهوداً لا يستطيع معه الفرد تأدية وظائفه الأخرى بصورة مقبولة أو تؤدي إلى إفساد العلاقات بين الأفراد. (سليمان، سناء محمد، صفحة 143).



1-5-2- الترويح يحدث في وقت الفراغ ويرتبط به:

إن الترويح ينبغي أن يحدث في وقت الفراغ وليس في وقت العمل. فلكي يكون النشاط الممارس نشاطاً ترويحياً ينبغي أن يمارس في وقت الفراغ وليس في وقت العمل المهني أو الوظيفي الذي يمارسه الفرد؛ لذا فإن الترويح يعد أحد الأهداف الأساسية لوظائف وقت الفراغ.

1- الترويح نشاط يتقبله المجتمع ويخضع لتقاليد وعاداته ولنوع الثقافة السائدة في مجتمع الفرد.

2- الترويح يسهم في بناء الفرد وتنميته حتى لا يصبح الترويح بلا هدف (علاوي، محمد حسن، 1975، صفحة 154).

3- يتسم الترويح بالمرونة.

4- يحدده الدافع من أجله.

5- يمارسه كل الأجناس والأديان والألوان.

6- يتميز بالتجديد.

7- الترويح جاد وغرضه في ذاته.

8- متنوع وصوره متعددة.

9- الترويح يعمل على تنمية قوة عضلات الجسم وتناسقها ومرونتها، والتوافق العضلي العصبي، ويعمل على رفع مستوى الحيوية، والجلد، ومقاومة التعب، ويعمل كذلك على التخلص من الضغط العصبي، ومن ثمّ يعمل على الراحة، كما يعمل على رفع كفاءة أجهزة الجسم المختلفة كالجهاز الدوري التنفسي، وعلى التخلص من الطاقة الزائدة.



10- يوفر الترويح الفرص لتجربة خبرات جديدة، والشعور بالاطمئنان، والأهمية الذاتية، كما يوفر الفرص لإشباع رغبة حب الاستطلاع، وتأكيد الذات، والتقليد والمحاكاة والتعبير عن النفس والثقة بها.

ويقضي على الخجل، ويبعث على السعادة في الوصول وتحقيق النجاح، ويعمل على تنمية صفات عديدة كالأمانة والإخاء والتحكم في المشاعر، والريادة والتبعية، والتلقائية والشجاعة، والأصالة الطبيعية.

كما يوفر الترويح أعظم الفرص في التخلص من الميول العدوانية في ظروف اجتماعية مقبولة، ويعمل على رفع مستوى الصحة العقلية، ويهيئ الفرص لعدم التمادي في أحلام اليقظة، ويوفر التوازن بين الاستقلالية والتبعية للممارس، ويعمل الترويح على تنمية النضج العاطفي لدى الممارس عن طريق مواقف عديدة ومنتوعة تنشأ أثناء ممارسة الأنشطة الترويحية، ويوفر الفرص لتنمية الصفات الاجتماعية والتعاون والمنافسة.

11- يعمل الترويح على تنمية الفرد من الناحية الاجتماعية، وهناك اتجاهات كالتعاون، والصدق، والعدل، يمكن تميمتها بواسطة ممارسة أنشطة ترويحية، وإن الكيان الاجتماعي للفرد والروح الرياضية، قد تكونان نتاجاً لممارسة الأنشطة الترويحية.

وقد تتوفر فرص عديدة لتبادل الآراء، واكتشاف رغبات جديدة وتكوين صداقات جديدة عن طريق ممارسة أنشطة ترويحية، وتتهيئ هذه الأنشطة الفرص للممارس لأن يشعر بالاطمئنان والثقة والتوجيه الذاتي، وتتهيئ الفرص للتدريب على إصدار القرارات (محمد،تهاني عبد السلام، 1975، الصفحات 116-120).

12- يتميز الترويح بالهادفية، والمقصود بها أن يكون النشاط هادفاً، بمعنى أن يسهم في إكساب الفرد بفضل ممارسته للنشاط المهارات والقيم والاتجاهات التربوية، ويسهم في تنمية شخصية الفرد وتطويرها.

13- تحقيق الدافعية: يحدث الإقبال على ممارسة النشاط الترويحي، وفقاً لرغبات الممارس في النشاط الترويحي وبدافع من ذاته.

14- التوازن النفسي: يحقق الترويح للفرد التوازن النفسي عن طريق الأنشطة الترويحية فلكل إنسان أعماله الخاصة التي يؤديها في حياته، وهذه الأعمال تكون غير كافية بإشباع الميول المتعددة للفرد؛ ولذا تبقى لدى الفرد ميول أخرى لا تزال في حاجة إلى إشباع، وهذه الميول يمكن إشباعها في وقت الفراغ.

15- تحقيق الاتزان الانفعالي: النشاط الترويحي من شأنه جلب السرور والمرح والبهجة إلى نفوس الممارسين وبذلك يكونون في حالة اتزان انفعالي وسرور زائدين أثناء النشاط الترويحي (منصور، عبد المجيد، سيد احمد والشربيني، زكرياء، 2005، صفحة 134).

#### 1-6- وظيفة وقت الفراغ :

تتحدد وظيفة وقت الفراغ في ضوء مفهومه لدى الأفراد، ويمكن استنباط وظيفة وقت الفراغ مما يراه باركر PARKER "إن وقت الفراغ هو مجموعة من الوظائف أو المناشط التي ينغمس فيها الفرد بمحض إرادته، وذلك بحثاً عن راحة أو متعة لغرض تنمية معلوماته أو لتحسين مهارته أو للإسهام في تقديم خدمات تطوعية للمجتمع الذي يحيط به، وذلك بعد تركه لعمله الأساسي الاجتماعي أو العائلي. (محمد محمد الحماحي. كمال درويش، 1997، صفحة 27).

وينظر إلى وقت الفراغ على انه الترويح عن الذات ، أو اللعب ، أو الراحة من العمل والدراسة، أو إنها العزلة الاجتماعية والاختلاف في تحديد وظيفة وقت الفراغ يرجع إلى الفلسفة التي يعتنقها الفرد التي يتبناها المجتمع.

ويحدد دوما زيديه DUMAZEDIER الوظائف الرئيسية لوقت الفراغ وفقا لما يلي:

- الاسترخاء : ويعبر عنه بالاستجمام من أعباء ومشكلات الحياة اليومية .
- التسلية : ويعبر عنها بأنها وسيلة مضادة للملل من روتين الحياة اليومية .
- تطوير الشخصية : ويعبر عنها بالتنمية المعرفية والعقلية و بالمشاركة الاجتماعية. (الحماحي، 1997، صفحة 28).

7-1- مستويات المشاركة في أنشطة وقت الفراغ :

يوضح ناش NASH مستويات المشاركة في أنشطة وقت الفراغ موضحا طبيعة المشاركة من خلال الشكل التالي يتضمن ستة مستويات للمشاركة في وقت الفراغ. (الحماحي، رؤية معاصرة للترويح واوقات الفراغ ، 1997، صفحة 33)

1-7-1- مستوى المشاركة الابتكارية :

وتتضمن المشاركة الابتكارية في أنشطة وقت الفراغ العديد من أوجه النشاط المرتبطة بالمستوى الأول . ومنها التأليف، والاختراع، وابتكار النماذج والتصميمات والعروض .. الخ .

1-7-2- مستوى المشاركة الايجابية :

ويشتمل المستوى الثاني على المشاركة الايجابية لأنشطة وقت الفراغ ، والتي من أهمها: المشاركة في المباريات والمسابقات الرياضية ،والتمثيل المسرحي، وعزف الموسيقى، وخدمات البيئة والمجتمع وفي الرحلات والمعسكرات ، وفي الفنون والهوايات اليدوية.... الخ .

## 1-7-3- مستوى المشاركة الوجدانية:

إن المشاركة الوجدانية من أنشطة وقت الفراغ. وتتمثل في قراءة القصص والروايات، ومشاهدة البرامج التلفزيونية والأفلام والمسرحيات والتمثيليات، ومتابعة البرامج والمسابقات الرياضية، والاستماع للموسيقى والحصص الإذاعية، وزيارة المعارض والمتاحف .

## 1-7-4- مستوى المشاركة السلبية :

ويتمثل المستوى الرابع في المشاركة السلبية التي يتم التعبير عنها من خلال المشاركة في تناول الطعام والمشروبات، ولقاء الأصدقاء، والتسوية والترفيه واللهو، واستهلاك الوقت، وتبادل الأحاديث .

## 1-7-5- مستوى الأنشطة التي تلحق الضرر بالفرد :

ويتضمن الفرع الخامس مستوى الأنشطة التي تلحق الأذى و الضرر بالفرد، كتعاطي المخدرات ولعب الميسر، وارتكابه للأفعال الغير تربوية... الخ

## 1-7-6- مستوى الأنشطة التي تلحق الأذى بالمجتمع :

يضم الفرع السادس الأنشطة التي تلحق الأذى والضرر بالمجتمع من خلال المشاركة في أنشطة ضارة بالمجتمع، كارتكاب الجرائم، والتطرف، وأعمال العنف. ومن خلال ما تقدم، وحسب رأي ناش NACH في مستويات المشاركة في أنشطة وقت الفراغ، تتضح أفضل المستويات الستة لهذه المشاركة في الاشتراك الابتكاري، والايجابي، والعاطفي أو الانفعالي، أي الثلاث مستويات الأولى لأنها هادفة وتعمل على تطوير ونمو الشخصية ودعم القيم . (كمال درويش، محمد محمد الحماحمي، 1997، صفحة 31.32).

والاتجاهات الايجابية نحو الترويج الذي يعد جزء من التربية العامة، ويفيد في التأثير الايجابي على اتجاهات وسلوك الفرد في أوقات الفراغ .





أما المستوى الرابع الذي يمثل المشاركة السلبية في أنشطة وقت الفراغ فهو أقل أهمية من المستويات الثلاثة الأولى لأنه يتسم بالركود والجمود، والفرد فيها يقوم بنشاط لا يتميز ببذل الجهد كالنوم والاسترخاء ، ومع ذلك فإنه يندرج ضمن أنشطة الترويح .

#### 1-8- استثمار وقت الفراغ:

يحرص الإسلام على استثمار وقت الإنسان من يقظته إلى نومه ، ويحسن توزيع وقت الإنسان بين العبادة والعمل الجاد ، والراحة والترفيه الهادف بالطيبات. (موسى، 1998، صفحة 164.165) فالإسلام دين يسر لقوله تعالى ( يريد الله بكم اليسر ولا يريد بكم العسر). (سورة البقرة الآية 185)

فما هي يا ترى : كيفية قضاء الأسرة لأوقات فراغهم ؟

إن الترفيه أو الترويح يحدث عادة في وقت الفراغ ، وليس في وقت العمل ، فلكي يكون النشاط الممارس نشاطا ترويحيا ، كما جاء في قول عبد القادر لقصير فإنه: ينبغي أن يمارس في وقت الفراغ، وليس في وقت العمل المهني أو الوظيفي الذي يمارسه الفرد ، والنشاط الذي يمارس خلال هذا الوقت يتسم بدرجة عالية من الشعور بالحرية النسبية . (لقصير، 1999، صفحة 234)

والترويح أو الترفيه هو مجموعة نشاطات يقوم بها الفرد بصورة تلقائية ، بقصد الترفيه عن النفس، أو طلبا للراحة، أو تنمية قدراته الثقافية والاجتماعية والإبداعية ، وذلك بعد الانتهاء من أداء الواجبات المهنية والأسرية والاجتماعية حيث يشعر الفرد بعدها براحة نفسية أو جسدية أو برضاء اجتماعي. (لقصير، مرجع سبق ذكره، صفحة 234).

يوجد كثير من الأنشطة الترويحية التي يمكن ممارستها في وقت الفراغ، ويختلف العلماء فيما بينهم في تصنيف هذه الأنشطة كمجموعات مميزة لتعدد هذه



الأنشطة ، ونذكر على سبيل المثال جوفر ديمازيديه يقسم الأنشطة الترويحية إلى ثلاث مجموعات هي :

أ- الأنشطة الترويحية التي تستهدف راحة الأعصاب ، والتي لا تتضمن نشاطا عقليا . ومنها القراءة، وسماع الأغاني، ومشاهدة التلفاز، وغيرها من الأنشطة التي لاستهدف بصورة مباشرة تربية الفرد وتعليمه.

ب- الأنشطة الترويحية التي يغلب عليها طابع النشاط العضلي، أو الأداء الحركي كممارسة النشاط الرياضي أو ممارسة مختلف الهوايات الرياضية.

ت- الترويح الذي يتميز بالطابع السلبي والاستجمام، ومن ذلك النوم والاسترخاء، ويعتقد ديمازيديه 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 النمو والإنتاج.

ويرى ريبيلتز انه يمكن تقسيم الأنشطة الترويحية كالآتي:

أ- الأنشطة الايجابية وتتمثل في الأنشطة التي يشترك فيها الفرد ويمارسها بصورة ايجابية ومن ذلك ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة أو ممارسة الرسم، أو العزف على الآلات الموسيقية أو الاشتراك في فرق التمثيل، وغير ذلك من فرق الهوايات المدرسية وجمعياتها. (الحسن، 1986، صفحة 17).

ب- الأنشطة الاستقبالية ويقصد بها استقبال الفرد لنشاط خارجي عن طريق الحواس منها: السمع أو البصر، كما هو الحال في القراءة، أو مشاهدة المباريات الرياضية في الملاعب، أو سماع الراديو والاسطوانات الموسيقية أو الغنائية، أو مشاهدة الأفلام السينمائية أو المسرحيات، أو سماع المحاضرات.

(Dumazedier, 1972, p. 28)



أ- الأنشطة السلبية والمقصود بها أن الفرد يقوم بنشاط لا يتميز ببذل الجهد، ومن ذلك النوم والاسترخاء.

ويعطي ريبيلتز أهمية كبيرة للأنشطة الترويحية الايجابية بمقارنتها بالأنشطة الاستقبالية أو السلبية ويلاحظ أن الأفراد يمارسون أنواعا متباينة، وكثيرة من النشاط الترويحي تختلف من مجتمع إلى آخر ومن فرد إلى آخر ضمن مجتمع واحد، حسب النماذج الترويحية السائدة والإمكانات المادية المتوفرة والاستعدادات النفسية للأفراد. ومن خلال نتائج البحوث التي أجريت في أوروبا، وفي الولايات المتحدة الأمريكية، تبين أن هناك علاقة بين الفروق الطبقيّة واستخدامات أوقات الفراغ، نذكر على سبيل المثال أن الفئات العمالية تميل إلى قضاء أوقات فراغها بطريقة سلبية، فهي تسعى إلى التسلية من خلال مشاهدة برامج التلفزيون أو تمضي وقتا طويلا في الاسترخاء. وتميل الفئات الوسطى إلا الأسلوب الايجابي في قضاء وقت الفراغ ويتمثل ذلك من خلال المشاركة في النشاطات العقلية والجسمية، ومن العوامل المؤثرة في هذا الصدد عامل العمر، وقد قدم الباحث روبرتس ROBERTS سبع مبررات لمختلف أنماط وقت الفراغ بين ذوي المهن المختلفة على النحو التالي:

1. تتطلب الأعمال اليدوية وقتا وطاقة أكثر، وهذا ما يجعل المشتغلين بهذه الأعمال ليست لديهم القدرة على استغلا وقت فراغهم.

2. الإجهاد الجسمي الذي يسببه العمل اليدوي يجعل المشتغلين بهذه الأعمال يميلون إلى قضاء وقت فراغهم في الاسترخاء. (الخطاب، النشاط الترويحي وبرامجه، صفحة 43.44).

3. الأشخاص من ذوي المستوى الاقتصادي الأدنى ليس لديهم الدخل الكافي للاستثمار وقت الفراغ خارج المنزل، والمزاولة النشاط في النوادي أو المسارح أو غيرها من المجالات التي تحتاج إلى إنفاق مالي.

4. الأسر ذات المستوى الاجتماعي والاقتصادي العالي، لهم فرصة السفر والقيام برحلات خارجية وهذا في حد ذاته يثير لديها الاهتمام لقضاء وقت الفراغ.
5. التعليم يحفز الأسر ذات المستوى الاجتماعي والاقتصادي العالي إلى الاهتمام بأنشطة وقت الفراغ في مجالات مختلفة
6. إن العمل الذي يزاوله أصحاب المستوى الاجتماعي والاقتصادي العالي يتيح لهم فرصة الاكتساب والتنمية لمهارات يمكن استغلالها في وقت الفراغ.
7. إن عادات الفراغ تعبر عن اتجاهات المكانة التي تنشأ بدورها في مجال العمل، وهي تمارس تأثيرها في أنشطة الناس خلال وقت الفراغ. (محمد، 1985، صفحة 176).

ويقول روبرتس " إن إيقاع الحياة اليومية للأفراد يتحدد إلى درجة كبيرة من خلال التساند والعلاقات المتبادلة بين متطلبات العمل المفروضة على الفرد، وبين المتطلبات التي يضعها المرء على نفسه في ما يتصل بوقت فراغه." (Robrts, 1970, p. 28.29).

وتجدر الإشارة إلى أنه في الماضي وبسبب افتقار المدن العربية إلى المؤسسات الترفيهية الحكومية والخاصة، ومنها المسارح ودور السينما، والحدائق العامة والملاعب، والملاهي والنوادي والجمعيات والمعيشة، كان أغلب أرباب الأسر الحضريين يقضون أوقات فراغهم داخل المنازل للنوم، وطلباً للراحة والاستحمام وزيارة الأهل والأقارب والجيران، واستقبالهم بين الحين والآخر، وهناك قلة من المواطنين كامن تتردد على المقاهي للجلوس مع الأصدقاء والتحدث إليهم، وشرب الشاي والقهوة والتدخين، أما النساء فكن يعشن حبيسات المنازل، ولا يخرجن إلا نادراً لزيارة الأهل والأقارب وشراء بعض الحاجيات الخاصة بالنساء والأولاد....



➤ خلاصة:

وإذا نظرنا إلى الفراغ في صلته بالأوضاع التطبيقية في البلاد النامية، فسنجد أن الأمر يمكن أن يختلف عما سبق ذكره، فالاتجاه نحو قضاء وقت الفراغ في نشاطات ايجابية، والاشتراك في الأندية والمنظمات التطوعية التي تستهدف الترويح وقضاء الفراغ، يمثل في حقيقة الأمر ظاهرة ترتبط بالوضع الاقتصادي والاجتماعي من جهة، وبمستوى الوعي الثقافي من جهة أخرى، فمع أهمية المستوى الاقتصادي للاشتراك في هذه النشاطات، نرى انه يرتبط في الوقت ذاته بالوعي الثقافي لدى الفئات الاقتصادية والاجتماعية المختلفة، نحو طرق استغلال وقت الفراغ، إذ يبدو أن الاتجاه نحو استغلال وقت الفراغ يمثل مسالة ثقافية إلى جانب كونه مسالة مرتبطة بالوضع الطبقي.

# الفصل الثاني

## الاتجاهات النفسية



➤ تمهيد :

تعتبر دراسة الاتجاهات من أهم الموضوعات في مجال علم النفس المعاصر، باعتبار أن الاتجاهات من أهم محركات السلوك، فعن طريق اتجاه الفرد نحو ظاهرة ما أو حدث معين يمكن أن نتنبأ بسلوكه فيما بعد تجاه الظاهرة أو هذا الحد. وجميع الناس يمتلكون اتجاهات متعددة ومختلفة ومتنوعة نحو أفراد وجماعات ومفاهيم أشياء وموضوعات موجودة في البيئة الاجتماعية، قد تكون تلك الإتجاهات إيجابية أو سلبية، وقد تكون تعبر عن اللامبالاة أو عن الإهتمام نحو موضوع ما، ومن هنا كانت دراسة الإتجاهات عنصراً أساسياً في تغيير السلوك الحالي و التنبؤ بالسلوك المستقبلي للفرد، وكذلك فهي تمكن الفرد من الدفاع عن ذاته، ومن تحقيق أهدافه الاقتصادية والاجتماعية وتسهل له التعامل مع المواقف.

### 2-1- مفهوم الاتجاهات:

لقد سرد الباحثون تعاريف متعددة ومختلفة لمعنى الإتجاهات، ولكن يتفقون بإجماع تقريباً على أن الإتجاهات هي ردود أفعال أي استجابات نحو موضوع ما مدرك يشعر به الفرد وهو موجود في البيئة الاجتماعية، وتشكل الاتجاهات جزءاً هاماً من شخصية الفرد، كونها مستمدة من الخبرات المكتسبة والمترابطة في مراحل عدة من حياة الفرد.

ويشير في هذا الصدد كوربين corbin أن لدراسة الاتجاهات أهمية كبيرة لفهم الفرد وتوجيهه نحو العمل أو النشاط الذي يتفق مع ميوله والتكوين الخاص بشخصيته، كما أنها تعتبر عملية معقدة مرتبطة بسلوك الفرد وتعكس شعور الفرد نحو بعض المواقف.

و يعتبر هربرت " H. Spenser الفيلسوف الإنجليزي من أسبق علماء النفس إلى استخدام اصطلاح الاتجاهات Attitudes حيث يقول " إن وصلنا إلى أحكام صحيحة في



مسائل مثيرة لكثير من الجدل يعتمد إلى حد كبير على اتجاهنا الذهني ونحن نصغي إلى هذا الجدل أو نشارك فيه (عطوف ياسين محمود ، 1989 ، صفحة 105).

و الاتجاه حالة عقلية نفسية لها خصائص ومقومات تميزها عن الحالات العقلية والنفسية الأخرى ، التي يستخدمها الفرد في حياته وتفاعله مع الآخرين من أعضاء الجماعة ، وهذه الحالة هي "مع" أو "ضد" بمعنى حالة حب أو كراهية ، وبمعنى آخر هي حالة يصدر فيها القرار المسبق مستخدماً الإطار المسبق الذي هو الإتجاه النفسي.

كما عرفه "روكييتش Rockuiche" أنه تنظيم مكتسب له صفة الاستمرار النفسي للمعتقدات التي يعتقد الفرد نحو موضوع أو موقف وتهيئة لاستجابة يكون لها الأفضلية عنده (سعد عبد الرحمان ، 1983 ، صفحة 516).

أما "أوزجود" فعرفه: "حالة من الاستقرار أو الميل الضمني غير الظاهر، الذي يتوسط بين المثير والاستجابة الذي دفع الفرد لاستجابة تقويمية نحو موضوع معين (محمد محسن علاوي ، صفحة 219).

أما "نيوكمب" New Cumb "يرى أن الاتجاه النفسي هو تنظيم خاص للعمليات السيكولوجية ، الذي يمكن الاستدلال عليه من سلوك الفرد، وذلك بالنسبة للمدركات التي يميزها الفرد عن غيرها ، وهذا التنظيم الخاص للعمليات السيكولوجية ، إنما هو مستمد من آثار خبراته، ويحاول أن يستخدمها أيضا في الحكم على الحوادث المستقبلية (سعد عبد الرحمان ، 1983 ، صفحة 518).

ومن خلال ما سبق يمكن أن نتفق على التعريف التالي:

الاتجاهات هي مجموعة الاستعدادات المرتبطة بشخصية كل فرد أو جماعة أو فريق والتي تظهر على شكل آراء، وجهات نظر، مواقف و سلوكات تعبر عن ميولات الشخص ونزعتة إزاء موضوع ما أو قضية من القضايا التي تهمه.





2-2- مكونات الاتجاهات:

تحتوي الاتجاهات على ثلاث عناصر مكونة لها ،وهو المكون العاطف Affective، والمكون النزوعي Cognitive " ،والمكون المعرفي وهذه العناصر Cconative، متناسقة في عملها الديناميكي العلائقي لموضوع الاتجاهات.

2-2-1- العنصر المعرفي: هذا المكون يشمل قاعدة المعلومات الموجودة والمتوفرة لدى الشخص، أو الأفراد عن موضوع الاتجاهات والتي تراكمت عند الفرد أثناء احتكاكه بعناصر البيئة ،ويمكن تقسيمها إلى:

أ - المدركات والمفاهيم Concepts: أي ما يدركه الفرد حسياً أو معنوياً .

ب - المعتقدات Believes: هي مجموعة المفاهيم المتبلورة الثابتة في المحتوى النفسي والعقلي للفرد.

ت - التوقعات Expectation": وهي ما يمكن أن يتنبأ به الفرد بالنسبة للآخرين أو ما يتوقع حدوثه منهم (سعد عبد الرحمان ، 1983 ، صفحة 596).

ويشير كل من كاتزوسوتولند Katz et Southland :على البعد المعرفي بأنه الاعتقاد و الإيمان بالأفكار والآراء الموجهة نحو موضوع ما، وفق للأهمية التي يعطيها الفرد أو دون ذلك (سعد جلال ، 1992 ، صفحة 168).

2-2-2- العنصر الوجداني والانفعالي: هذا المكون يتصل بمشاعر الحب والكرهية لإحساسات الانفعالية والطباع الموجهة نحو موضوع الاتجاهات، فإذا أحب الفرد موضوعاً اتجه إليه وإذا نفر منه حاد عنه، فالمكون العاطفي هو درجة تقبل الفرد لموضوع الاتجاهات المرتبطة به أو نفوره منه ،ولهذا فإن معظم مقاييس الاتجاهات تستخدم تقديرات درجة الوجدان نحو أو ضد موضوع الاتجاهات.



3-2-2- العنصر النزوعي: يشير هذا المكون إلى نزعة الفرد للسلوك وفق أنواع محددة في أوضاع معينة، إن الاتجاهات تعمل كموجهات للسلوك حيث تدفع الفرد إلى العمل وفق الاتجاه الذي يتبناه، فالطالب الذي يملك اتجاهاً تقبلية نحو العمل المدرسي يساهم في النشاطات المدرسية المختلفة ويتأثر على أدائها بشكل جدي وفعال (عبد المجيد نشواتي ، 1993 ، صفحة 472 ).

### 3-2- تكوين الاتجاهات :

يتكون الاتجاه النفسي عند الفرد وينمو ويتطور من خلال تفاعل هذا الفرد مع بيئته بعناصرها ومقوماتها وأصولها، وبهذا يصبح الاتجاه بحد ذاته دليل على نشاط الفرد وتفاعله مع البيئة ، و عندما يكون الاتجاه ناشئاً بهذه الطريقة يمر أثناء تكوينه في ثلاث مراحل أساسية وهي:

3-2-1- المرحلة الإدراكية المعرفية: وهي المرحلة التي يدرك فيها الفرد مثيرات البيئة ويتعرف إليها، ويكون لديه رصيد من الخبرة والمعلومات ويكون بمنزلة إطار مرجعي أو معرفي لهذه المثيرات.

3-2-2- المرحلة التقييمية: هي المرحلة التي يقيم فيها الفرد نتائج تفاعله مع المثيرات ، ويكون التقسيم مستنداً إلى ذلك الإطار المعرفي الذي كونه لهذه المثيرات ، بالإضافة إلى عدة إطارات أخرى، منها ماهو ذاتي غير موضوعي فيه الكثير من الأحاسيس والمشاعر التي تتصل بهذا المثير.

3-2-3- المرحلة التقديرية: وهي المرحلة التي يصدر فيها الفرد القرار على نوعية علاقته بهذه العناصر، وقد يتكون الاتجاه عن طريق التلقين أي عن طريق نقل الخبرة بصورة غير مباشرة إلى الفرد ، ويصرف النظر عن تكوين الاتجاهات، سواء بالطريقة المباشرة أو الغير المباشرة فإن عملية التطبيع الاجتماعي و التعلم الاجتماعي أو التنشئة الاجتماعية هي العملية المسؤولة عن تكوين الاتجاهات و



تتميتها و تأكيدها أو محوها أو إزالتها أو تغييرها (كامل محمد عويضة ، 1996 ،  
صفحة 116).

#### 2-4- نمو الاتجاهات:

هناك عوامل على درجة كبيرة من الأهمية في تكوين وتدعم نمو الاتجاهات وتمثل  
هذه العوامل فيما يلي:

2-4-1- تأثير الوالدين: يعد تأثير الوالدين من أهم العوامل في تكوين الاتجاهات لدى  
الأطفال الصغار ونموها فاتجاهات الوالدين الخاصة وما يقدمانه من تعزيز لبعض  
أساليب الطفل السلوكية تأثير عميق على تكوين نموها.

2-4-2- تأثير الأقران: إن أهم تأثير يحل محل تأثير الوالدين يأتي من جانب  
الأقران، ويبدأ هذا التأثير في وقت جد مبكر وتزداد أهميته كلما تقدم الطفل في  
العمر.

2-4-3- تأثير وسائل الإعلام: قد تساعد وسائل الإعلام في تكوين الاتجاهات، فعلى  
سبيل المثال قد تقدم بعض البرامج التلفزيونية معلومات هامة تتصل ببعض المسائل  
السياسية، ومع ذلك لا يحتمل أن تسهم وسائل الإعلام - في حد ذاتها في تكوين  
الاتجاهات ، وإنما هي بالأخرى تدعم الاتجاهات التي تأثرت في تكوينها بأحد  
المصادر الرئيسية الأخرى لتكوين الاتجاهات.

2-4-4- تأثير التعليم: يعد التعليم مصدراً هاماً آخر يزود الفرد بالمعلومات التي  
تسهم في نمو اتجاهاته وتدعيمها ،وبصورة عامة كلما ازدادت السنوات التي يقضيها  
الفرد في التعليم الرسمي ،كلما بدت اتجاهاته أكثر تحريراً (كامل محمد عويضة ،  
1996 ، صفحة 115).



2-5-5- مميزات الاتجاه: تتميز الاتجاهات من عدة عناصر تتمثل في ما يلي:

1- الوجهة - 2 الشدة - 3 الانتشار - 4 الاستقرار - 5 البروز.

2-5-1- الوجهة: تشير وجهة الاتجاه إلى شعور الفرد نحو مجموعة من الموضوعات وفيما كانت محبوبة لديه فالطالب الذي له اتجاه مرضي نحو الجامعة، يعني أن وجهته إيجابية نحو كل أو بعض الجوانب في الجامعة أما الطالب الذي يتجنب الجامعة أو نشاطاتها فإن اتجاهه سلبي، ففي المجال الرياضي فالفرد الذي له اتجاه إيجابي نحو الرياضة، فإنه يعمل على ممارستها ويسعى إلى احترام نجومها، أما الذي لديه اتجاه سلبي نحو الرياضة فإنه يبعد تماما عن ممارستها والاهتمام بنشاطاتها ومن معرفة نجومها.

2-5-2- الشدة: تختلف الاتجاهات من حيث الشدة، إذ نجد لشخص معين اتجاهاً ضعيفاً نحو موضوع ما، بينما نجد اتجاهاً قوياً نحو نفس الموضوع أو موضوع آخر لدى شخص آخر، ولفهم الاتجاه ينبغي أن يعكس هذا الأخير مدى قوة شعور الفرد.

2-5-3- الاستقرار: من الملاحظ أن بعض الأفراد يستجيبون لسلم الاتجاه بأسلوب مستقر بينما نجد آخرين يعطون إجابات مرضية لنفس الموضوع، فقد يقول فرد بأنه يعتقد أن الفقهاء محايدون وفي نفس الوقت يجادل بأن قاضياً معيناً ليس محايداً (مقدم عبد الحفيظ، 1993، صفحة 244).

2-5-4- الانتشار: ويطلق عليه أيضاً المدى، حيث نجد تلميذاً لا يحب أو يكره بشدة جانبا واحداً أو جانبيين من جوانب المدرسة، بينما قد نجد آخر لا يحب أي شيء يتعلق بالتعليم الخاص والعام.



2-5-5- البروز: ويقصد به درجة التلقائية أو التهيؤ للتعبير عن الاتجاه ،ويمكن ملاحظة البروز بشكل أكثر إيجابية في المواقف عن طريق المقابلات والملاحظات التي توفر الفرص للتعبير عن الاتجاهات.

### 2-6- خصائص الاتجاهات:

2-6-1- الاتجاه يشكل نمط من ردود الأفعال: حسب "غرافيتز": "1974 فإن أهم خاصية للاتجاه هي أنه لا يشكل رد فعل منفرد بل نمطاً من ردود الأفعال ،تنتقل في مناسبات متشابهة، أي أن الاتجاه يؤدي إلى إمكانية الاستجابة بكيفية واحدة إزاء المواضيع المتماثلة، ومن هنا تبرز ضرورة تمييز مفهوم الاتجاه النفسي عن بعض المفاهيم الأخرى كالتعصب.

2-6-2- الاتجاه المحايد، المؤيد والمعارض: فقد يحمل الشخص تأييد الموضوع أو لشخص، وقد يعارضه وقد يقف موقفاً وسطاً حيادياً ويحدث هذا غالباً في مختلف المناقشات.

2-6-3- الاتجاه العدائي: وهو أخطر الخصائص التي يحملها الاتجاه مثل اتجاه الأمريكيين ضد الزنوج حيث يكسب للطفل هذا الاتجاه منذ ولادته، حيث يستمد عناصره من سلوك أسرته ومقومات حضارية ومن ثم يكره بدوره الزنوج ويكون على استعداد دائم لإظهار هذا العداء في كل وقت.

2-6-4- الاتجاه التعصبي: يشترك مع العدائي في السلبية والتعصب للاتجاه ، ويولد عداء الاتجاهات الأخرى وهو من الاتجاهات التي تدفع صاحبها إلى التثبيت بها مهما كانت النتائج (زيدان عبد الباقي ، 1974 ، صفحة 265).

ومن أبرز الأمثلة على هذا الاتجاه ،تعصب الأمريكيين ضد الزنوج وتعصب الحركة الصهيونية ضد المسلمين.



7-2- وظائف الاتجاه:

للاتجاهات وظائف متعددة بالنسبة للفرد فهي تنعكس في أقواله وأفعاله أثناء تعامله مع الموضوعات وتجعله قادراً على اتخاذ القرارات دون تردد وحدد" دانيال كاتز Danial katz 1960 وظائف الاتجاهات نلخصها في ما يلي :

2-7-1- الوظيفة المعرفية: المعرفة عنصر هام في الاتجاهات، فهي تمارس مباشرة من خلال المعلومات المدركة من أن الفرد يتلقى معطيات محددة فهي نتائج المحيط الاجتماعي ويذكر"روكلان Rocklin" ذهنية عاطفية يتخذها الفرد كمرجع للحكم على الأشخاص والمواضيع أحكاماً ايجابية أو سلبية.

وهي نفس السياق يعتبر" برونارو قودمان Burner et Goodman" أن عملية انتقاء المعارف يكون وفق نظام المدركات المعرفية ، عبر انتقاء المعارف يتعود الفرد تنظيم وتقويم المواضيع، وهذه الوظيفة تمنح صفة التماسك للخبرة، كما تساهم في جعل مدركات العالم الخارجي ملتصقة ومنظمة، لأن الفرد بحاجة دائمة لرؤية عالمه في بنيان منظم (حلمي المليجي ، 1982 ، صفحة 127).

2-7-2- الوظيفة النفعية: وهي الوظيفة في جوهرها تقوم على أساس تحقيق أهداف اجتماعية باعتبار الناس يسعون إلى زيادة الإثابة التي تعود عليهم من بيئتهم الاجتماعية ويذكر" جريمي بينتام Bentam Gremi أن الناس في الحياة يسعون إلى تحقيق الفائدة من المحيط الاجتماعي (عطوف محمد ياسين، 1986 ، صفحة 120).  
فالثواب الاجتماعي يحصل عليه من قبل موافقة الآخرين بحيث يتكون لدى الفرد اتجاهات ايجابية نحو مواضيع موجودة في عالمه التي تشبع حاجاته وكذلك تتكون لديه اتجاهات سلبية نحو مواضيع التي تحيطه فالاتجاهات تسعى إلى تحقيق منافع بغرض الملائمة النفسية والموافقة الاجتماعية (أحمد الخالق ، 1983 ، صفحة 09).



ويميز كل من "ماري بيار روسي و ميزوناف Maisonneuve p.Marrie Patris Rossi وظائف أخرى للاتجاهات .

2-7-3- الوظيفة المحركة: وتبرز الاتجاهات كمحرك لنشاطات الفرد، وهذه الوظيفة تتحكم بشدة في السلوكات باعتبارها مرتبطة بما تحققه

من حاجات على المستوى النفسي وبمنظومات القيم على المستوى الاجتماعي.

2-7-4- الوظيفة التنظيمية: وتتجلى هذه الوظيفة في عمليات التنظيم والتوجيه على سلوكات الفرد، في وضعيات محددة باعتبارها موجهة له إزاء عدد متنوع من المثيرات، كما تقوم الاتجاهات بتنظيم النظام المعرفي وفق ذلك الرصيد الذي يتوفر عليه الفرد.

2-7-5- الوظيفة التعديلية : إن الاتجاهات التي لم تعد ملائمة زماناً ومكاناً، فإنها تطلب تعديلها وتغييرها، ويحدث هذا حسب Festhenger عندما تكون حالة تنافر معرفي إثر وجود تضارب بين المدركات الواقعية والاتجاهات والسلوكات هذا من شأنه يخلق صراع معرفي، ولتخفيف حدة الصراع التنافر المعرفي، يتم تعديل بعض الاتجاهات، بوجود تبادلات مع الوسط الاجتماعي للفرد وللجماعة خلال الوظيفة التعبيرية يحاول الفرد الاعتراف والتصريح عن التزاماته النفسية والاجتماعية على جانب.

2-7-6- الوظيفة التعبيرية: يعتبر كل من كارل روجرز k.Rogers و ابرام ماسلو : A.Maslau أن الاتجاهات تنفيس إيجابي للتعبير عن الذات، وحسب هاذين الباحثين ليس رضا للآخرين والمجتمع هو الأساس في تبني الاتجاهات، وإنما تأكيد الصفات الإيجابية لفكرة الفرد عن نفسه.

في حين يتمكن الفرد من التعبير عن مدى موافقته لموضوع ما فإنه يحقق إشباع نفسي واجتماعي



2-7-7- الوظيفية الدفاعية: فقد حاولت المدرسة الفرويدية الكلاسيكية والمعاصرة تفسير عملية دفاع الأنا، من خلال الآليات الدفاعية Les mechanism de defenses كعمليات لا شعورية، والتي ما هي في الحقيقة إلهيل تسمح للفرد حماية أنه (سعد جلال ، 1992 ، صفحة 109).

وعبر هذه الوظيفة يلجأ الفرد إلى استخدام تلك الحيل العقلية التي تساهم في إبقاء الاتجاهات التي توحى بفكرة سليمة ومقبولة عن النفس، حيث يتبنى الفرد الاتجاهات التي تحجب نقائص في شخصيته، وبالتالي هذه الوظيفة تحاول تحقيق الملائمة مع الآخرين، وكذا الدفاع وحماية صيرورة واستمرارية الأنا (أحمد عبد الخالق ، 1983 ، صفحة 292).

فهذه الوظائف السابقة للذكر، تحاول في مجملها تأقلم الفرد والأشخاص نفسياً واجتماعياً، لأن مجرد تحقيقها فلا مجال يستطيع الفرد توظيف اتجاهاته كلما استدعى ذلك، لتتمظهر في سلوكيات أكثر منطقية أقرب للواقع وأكثر سلامة.

## 2-8- أنواع الاتجاهات:

إن الاتجاهات حسب معناها وخصائصها ومكوناتها تنقسم إلى أنواع بحيث تتضمن كل واحدة منها على ثنائية التصنيف.

## 2-8-1- الاتجاهات على أساس الموضوع:

- اتجاهات عامة واتجاهات خاصة : إن الاتجاهات العامة هي التي تنصب على الكليات لتشمل عدد من النواحي متنوعة لموضوع الاتجاهات، مثل احترام السلطة، أما الاتجاهات الخاصة، فهي التي تنصب على النواحي النوعية والخاصة لموضوع الاتجاهات، مثل اتجاهات نحو عفة البنات، ويلاحظ أن الاتجاهات العامة ترتبط بالاتجاهات الخاصة وبذلك تعتمد هذه الأخيرة على سابقتها لتشتق منها دوافعها (عبد الرحمان محمد العيسوي ، 1992 ، صفحة 202).





لذا فالالاتجاه العام أو الخاص، يرتبط بموضوع الاتجاه نفسه، فإن كان موضوع عامًا يسمى اتجاهاً عاماً وإن كان موضوع خاص يسمى اتجاهاً خاصاً.

### 2-8-2- الاتجاهات على أساس الأفراد:

اتجاهات جماعية واتجاهات فردية: فالالاتجاهات التي تنشر أو يشترك فيها عدد كبير من الأفراد، ويعتقها جمع كبير من الأشخاص، وتشيع بينهم فهذه اتجاهات جماعية (السيد خير الله ، 1984 ، صفحة 247).

أما الاتجاهات الفردية تعتبر ذاتية لأنها أكثر فردية، وتتكون لدى الفرد الواحد أثناء تجاربه الخاصة به، قد تنعكس على سلوكه وحده، فهي بذلك تميزه عن غيره وهي أقل ثباتاً واستقراراً، مثل الاتجاهات نحو الكتب السماوية فهي اتجاهات جماعية .

### 2-8-3- الاتجاهات على أساس الوضوح:

اتجاهات علنية واتجاهات سرية:الاتجاهات العلنية هي الاتجاهات التي يجهرها الفرد دون شعور بجرح أو انزعاج من ناحية التعبير اللفظي والممارسة العملية، كما قد تكون تلك الاتجاهات متفقة مع معايير المجتمع وقيمة الأخلاقية.

أما إذا أخفى الفرد اتجاهاته ولم يصرح بها بوضوح بل يحتفظ بها في قرارات نفسية وقد ينكرها عن الآخرين بالرغم من وعيه بوجودها لديه فهي اتجاهات سرية (محمد مصطفى زيدان ، 1987 ، صفحة 182).

### 2-8-4- الاتجاهات على أساس الشدة:

اتجاهات قوية واتجاهات ضعيفة : إن القوة والضعف تميز شدة الاتجاهات التي تنعكس على مدى تفاعل الفرد بالآخرين، فالالاتجاهات القوية هي التي يقوم أصحابها بإصدار أحكام قاطعة يمارسونها باعتبارها تحمل شحنات عاطفية انفعالية لتجعلها قوية ، وتتوضح في تأييد موضوع الاتجاهات.



وقد عرفها "حامد عبد السلام" أنها تلك التي تظهر في السلوك القوي الفعلي عن العزم والتصميم، والاتجاهات القوية أكثر ثباتاً واستمراراً ويصعب تغييرها نسبياً (حامد عبد السلام زهران ، 1985 ، صفحة 137)، أما الاتجاهات الضعيفة فهي تحمل شحنات انفعالية ضئيلة أو منعدمة تجعل من الاتجاهات ضعيفة بحيث الفرد لا يتخذ أي موقف إزاء موضوع الاتجاهات، مما يؤدي إلى عدم انفعاله وهي اتجاهات يسهل التخلي عنها أو تغييرها في ظروف معينة أو تحت ضغوطات.

### 2-8-5- الاتجاهات على أساس الهدف:

اتجاهات إيجابية واتجاهات سلبية : يطلق على الاتجاهات لفظ الإيجابية، لأنها تدور حول محور يقبل فكرة موضوع الاتجاهات والتقرب منه، أما إذا كان الفرد يبتعد عن موضوع الاتجاهات ويرفضه، فهي إذاً اتجاهات سلبية (السيد خير الله ، 1984 ، صفحة 48) .

وعليه فالاتجاهات التي أساسها الرفض هي اتجاهات سلبية، أما الاتجاهات في إيجابيتها وسلبيتها قد تتخذ شكلاً لا متطرفاً (عباس محمود عوض، 1990 ، صفحة 28).

### 2-8-6- الاتجاهات على أساس العلاقة:

اتجاهات مرتبطة واتجاهات منعزلة : هناك اتجاهات وسيطة ومرتبطة بغيرها من الاتجاهات ،ويأتي هنا الترابط في الاتجاهات نتيجة تناسقها ،وانسجام وتسلسل المنظومة المعرفية لدى الفرد، إذ أن هناك اتجاهات لموضوع معين لا تتوضح لو لا وجود اتجاهات أخرى مرتبطة بموضوع الاتجاهات الأول، ولكن تكامل عناصر موضوع الاتجاهات يختلف من موضوع إلى آخر، مثل الاتجاهات نحو الدين فهذه الاتجاهات تحتل وسيط بين سائر اتجاهات الأفراد ذوي العقائد المختلفة، أما الاتجاهات المنعزلة فهي تلك التي لا توجد لها صلة تربطها بمواضيع الاتجاهات،



كما أن عناصرها لا تتكامل مع عناصر موضوع آخر، مثلا الاتجاهات نحو صابون من نوع خاص فهي اتجاهات سطحية ومنعزلة (محمد مصطفى زيدان ، 1987 ، صفحة 182).

#### 2-8-7- الاتجاهات على أساس الأمد:

اتجاهات طويلة الأمد واتجاهات قصيرة الأمد : الاتجاهات طويلة الأمد هي التي تستمر مع الفرد طوي لا على مدى مراحل حياته ،ولا تتأثر بمؤثراته البيئية المحيطة بالفرد لتغيرها ،مثل الاتجاهات نحو الدراسة ،أما الاتجاهات القصير الأمد هي التي تنتهي بسرعة، ويساهم الوسط الاجتماعي و الرصيد المعرفي في إبقائها مع الفرد لفترة طويلة منحياته، فمحوها يكون أفضل لأنها لم تعد تؤدي عملها على مستوى الفردي والجماعي، مثل الاتجاهات نحو ثقافة الماركسية (عبد الرحمان محمد العيسوي ، 1992 ، صفحة 202) .

- ومما يلاحظ أن كل هذه الأنواع من الاتجاهات،تتوفر لدى أفراد وأشخاص والجماعات بشكل متفاوت، ولا تخضع لنظام معين من التسلسل، وإنما وجود تلك الأنواع المتعددة حسب كل فرد وما يتلاءم وطبيعته الشخصية وخصوصيته الفردية وتجاربه الذاتية ومعاشه النفسي والاجتماعي، فكل ذلك يرجع أيضا إلى اختلاف و تنوع المواضيع التي هي محور الاتجاهات، لذا فمجموع اتجاهات الفرد تختلف من فرد لآخر ومن جماعة لأخرى لما تؤديه من وظائف نفسية واجتماعية للفرد والجماعة.

#### 2-9- مراحل تكوين الاتجاهات :

تمر الاتجاهات في تكوينها بأربعة مراحل هي:



2-9-1- المرحلة الأولى: على ثقافته وعناصر المحيط الاجتماعي الذي يعيش فيه، فيدرك مفاهيم أولية من أسرته من أقرانه وأصحابه في المدرسة ثم في العمل، ومن خلال هؤلاء يكون الفرد اتجاهات مختلفة.

2-9-2- المرحلة الثانية: تنمو الاتجاهات ويتسع مداها ويبدأ الفرد بتوجيه تفكيره وعواطفه إزاء مواضيع يكون محور اتجاهاته.

2-9-3- المرحلة الثالثة: تأخذ الاتجاهات شك لا ثابتاً في تفكير الفرد وسلوكه عند إصدار حكم على علاقته بالمجتمع، ويظهر ذلك جلياً في حياته، ولكن هذا الثبات ليس مطلقاً بل نسبي، وعندما تطرأ تغيرات على المظاهر الاجتماعية وغيرها فإنها تطلب تعديلها .

2-9-4- المرحلة الرابعة: فعندما تطرأ تغيرات على واقع الحياة تتطلب تكوين اتجاهات جديدة، وهذه الأخيرة تركز على الإقناع العقلي والدفع العاطفي، حيث يحاول الفرد إقناع من حوله بصحة اتجاهاته وضرورة تبنيها ، فهذه المراحل المختصرة توحى بآلية دائرية تمر بها الاتجاهات في اكتسابها لدى الفرد والجماعة.

2-10- عوامل تكوين الاتجاهات:

الاتجاهات النفسية أنماط سلوكية يكسبها الفرد نتيجة احتكاكه بمؤثرات العالم الخارجي، والتي من خلالها يميل الفرد إلى إعطاء استجابة معينة.

2-10-1- المؤثرات الوالدية: يعتبر عامل الوالدين أقوى العوامل المؤثرة في تكوين اتجاهات الأفراد، حيث وجد أن أكثر اتجاهات الفرد تتأثر إلى حد كبير باتجاهات والديه من خلال التنشئة الاجتماعية (محمد حسن ظاظا و سماح رافع ، 1993 ، صفحة 135).



ويرى "علي أحمد علي": أن الفرد يتبنى عادة اتجاهات الجماعة التي ينتمي إليها، خصوصا إذا كانت الجماعة متماسكة تُشبع حاجات الفرد، وكان الفرد يشعر بالانتماء إلى هذه الجماعة.

2-10-2- المؤثرات الثقافية: إن الثقافة السائدة في المجتمع، بما فيها من عادات وتقاليد وقيم ونظم دينية وأخلاقية واقتصادية واجتماعية لها دور في تشكيل اتجاهات الفرد، وقد تتفاعل هذه العناصر تفاعلا ديناميكيا فتؤثر فيه من خلال علاقاته الاجتماعية مع بيئته.

2-10-3- أنماط الشخصية: ترتبط الاتجاهات بالصفات المزاجية والشخصية للفرد، وقد أكد "بليير Blair" في دراسة أجريت لبحث العلاقة بين صفات الشخصية الخاصة كالانطواء و الانبساط والاتجاهات، اتضح أن صفة الانطواء تساعد على تكوين

اتجاهات محافظة، وأما صفة الانبساط فتساعد على تكوين اتجاهات تقدمية ثورية (محمود عبد الحليم منسي ، صفحة 212).

2-10-4- الحقائق والمعلومات: تتشكل الاتجاهات على أساس ما يتوفر لدى الفرد من حقائق ومعلومات، وقد أكد العالم "أرنوف وتيج": " أنه لا يحتمل أن تسهم وسائل الإعلام في حد ذاتها في تكوين الاتجاهات، وإنما هي الأخرى تدعم الاتجاهات في تكوينها بأحد المصادر الأخرى (أرنوف وتيج ، 1994 ، صفحة 327).

### 2-11- قياس الاتجاهات:

من أهم أسباب قياس الاتجاهات نحو التربية البدنية الرياضية كونه تمكنا من توقع نوعية سلوك الفرد تجاه أنشطة التربية البدنية والرياضية ،وذلك لأن الاتجاه يوجه استجابات الفرد بطريقة تكاد تكون ثابتة نسبيًا ،ومن الناحية أخرى فإن قياس مثل هذه الاتجاهات يساعد المربي الرياضي على تشجيع الاتجاهات الرياضية الإيجابية



كما يساهم في محاولة تعديل أو تغيير الاتجاهات السلبية و التمهيديّة لتنمية اتجاهات جديدة و إكسابها للأفراد ،وهناك العديد من الطرق لقياس الاتجاهات منها:

2-11-1- الطريقة المباشرة :أو طريقة قياس الاتجاه اللفظي،ومن أكثر هذه الطرق استخداما طريقة ثيرستون و طريقة ليكرت و طريقة التمايز السماني ( تمايز معاني المفاهيم).

2-11-2- الطريقة الغير المباشرة :الطرق الإسقاطية لقياس الاتجاهات بالإضافة إلى الكشف عن بعض جوانب الشخصية المرتبطة بهذه الاتجاهات،ومن هذه الاختبارات واختبارات الإسقاطية لاختبار تفهم الموضوع TAT واختبار الإحباط المصور "لروزنفيج " تداعي الكلمات.

2-11-3- الطرق الموقفية : أو طرق قياس الاتجاه العملي و فيها يقاس الاتجاه باستخدام طرق الملاحظة المختلفة في مواقف معينة.

2-13- أهمية الاتجاهات:

تتجلى أهمية دراسة الاتجاهات من خلال ما تقدمه للفرد من مساعدة على التكيف الاجتماعي ،وذلك عن طريق قبول الفرد للاتجاهات التي تعتقها الجماعة، فيشاركهم فيها ومن ثم يشعر بالتجانس معهم.

والاتجاهات عموما تضي على حياة الفرد اليومية معنى ودلالة ومغزى حين يتفق سلوكه مع اتجاهاته ،ويشبع هذا السلوك تلك الاتجاهات، إذ تعمل الاتجاهات النفسية على إشباع الكثير من الدوافع والحاجات النفسية والاجتماعية ، ومن هذه الحاجات الحاجة إلى التقدير الاجتماعي والحاجة إلى الانتماء إلى جماعة معينة والحاجة إلى المشاركة الوجدانية ،وهنا يتقبل الفرد قيم الجماعة ومعاييرها، كما تعمل الاتجاهات على تسهيل استجابات الفرد في المواقف التي لديه اتجاهات خاصة نحوها، فلا يبحث عن سلوك جديد كل مرة يواجه فيها هذا الموقف.



- وتفيد في كثير من الميادين، ففي الميدان التربوي : تفيد معرفة الاتجاهات النفسية الإدارة التعليمية في معرفة اتجاهات التلاميذ نحو المراحل الدراسية المختلفة ،ونحو زملائهم والمواد الدراسية وكتبهم ومدرسيهم ،و تضم التعليم وأنواعه وطرق التدريس (عبد الرحمان العيسوي ، 1974 ).

- أما في الميدان الصناعي : تفيد معرفة الاتجاهات العمال نحو عملهم ،وتضم الإدارة في تحقيق سعادة العمال وتكيفهم وفي زيادة الإنتاج ،ورفع مستواه، وتقليل حوادث العمل وكذلك تفيد في اختيار الجماعة التي تتماشى واتجاه الفرد.

#### 2-14-14- علاقة الاتجاهات ببعض الظواهر النفسية الأخرى:

2-14-1- الاتجاه و العاطفة: إن للاتجاهات جوانب عقلية معرفية وإدراكية بخلاف العواطف التي تكون شخصية وذاتية و وجدانية فحسب، إن حب الأم لأطفالها مثلاً يغلب عليه الجانب الوجداني أو العاطفي بخلاف اتجاهها جانب إدراكي ومعرفي وعقلي وليس الجانب العاطفي وحده.

2-14-2- الاتجاه والتعصب: التعصب نوع من الاتجاه الذي لا يقوم على أساس منطقي، فهو مشحون بشحنة انفعالية زائدة تجعل التفكير بعيداً عن الموضوعية ، فتعصب الشخص لقومه يجعله يكره الناس وهو بذلك يعمل على عزل مجتمعه عن بقية المجتمعات الأخرى.

2-14-3- الاتجاه والرأي: الرأي فكرة يعتقد بها الشخص وقد تكون صائبة أو غير صائبة ،وهي لا تتعدى مجرد التعبير اللفظي ،أما الاتجاه فهو حالة من الاستعداد العقلي للاستجابة أو الميل نحو قبول موضوع ما أو رفضه، كما تكون على استعداد تام للقيام بعمل نملك نحوه إتجاهاً معيناً.

2-14-4- الاتجاه والميل: إن الميل يتعلق بما نحب في حين أن الاتجاه يرتبط بما نعتقد، وهناك فرق بين ما نحب وما نعتقد به ،ذلك أننا قد نحب شيئاً ما دون اعتقادنا



به أو معرفتنا له، فالميل إذن مجرد تعبير عن تفضيل لا دخل للاعتقاد فيه، أما الاتجاه فهو تعبير عن عقيدة الشخص وليس عن شعوره كما هو الحال بالنسبة للميل (أحمد أوزي ، 1986 ، صفحة 65).

2-14-5- الاتجاه والانفعال: الانفعال حالة نفسية مؤقتة وعابرة وطارئة ، أما الاتجاه فهو حالة عقلية وعصبية ثابتة ثبوتاً نسبياً أو دائمة دواماً نسبياً.

2-14-6- الاتجاه و السلوك : الاتجاه ليس هو السلوك " Comportement " لكنه عامل من العوامل الكامنة وراء السلوك، وقد يقوم الاتجاه أحياناً بدور الدافع المحرك له.

2-15- الخصائص النفسية للمرأة في المرحلة العمرية من 20-35 سنة:

تعد مرحلة الكبار مرحلة النضج واكتمال الشخصية وضعفها وانحدارها وهي ربيع العمر وخريفه وهي تتطور بالفرد من رعاية الأسرة إلى الاستقلال الذاتي وكسب الرزق والى مسؤولية تكوين أسرة جديدة ورعايتها والإشراف على توجيهها في مرحلة تصطدم أحلام المراهقة بالواقع.

2-15-1- مميزات طور الرشد:

تبدأ المرأة بالتأهل النفسي للقيام بدور الأم، وكيفية تكوين المنزل ويكون هذا هو التفكير الشاغر للمرأة.

عند التأخر في الزواج نلاحظ أن المرأة تعبر عن ذلك من خلال المشاعر ولكن بطريقة غير مباشرة ومعنى ذلك أنها غريزة .(قاسم ، 2011)

2-15-2- خصائص هذا الطور:

- انه طور الإنجاب: فعند معظم الراشدين تمثل الأمومة احد الأدوار الأكثر تعلماً في حياتهم وحين يتم الزواج تكون الوالدية هي الدور الشاغر لهذه الفئة خلال العشرينات والثلاثينات من العمر.

- انه طور الحل للمشكلات المستقلة : وفيها تواجه المرأة مشكلات عديدة وجديدة تختلف في جوهرها عن تلك التي كانت تواجهها في المراحل السابقة من حياتها وهي مطالبة بمواجهة





هذه المشاكل دون إشراف أو توجيه أو معاونة وتصبح المشكلة أكثر تعقيدا لها تقضي شبابها وجزء من الرشد في التعلم

- طور القرارات الهامة: تدرك أن أي قرار تتخذه له خطر على مسار حياتها ولهذا فقد تجد نفسها في قرار تحاول فيه اختيار الحلول المختلفة لمشكلة واحدة حتى تصل إلى أفضل الحلول وهذا في حد ذاته مصدر للتوتر والصراع.

### 2-15-3- الخصائص العامة لهذه المرحلة:

- يصل إنتاجها في هذه المرحلة إلى ذروته وتصل إلى تمام النضج وتعد هذه المرحلة مرحلة الكفاح والتنافس وإرساء قواعد الحياة على أسس ثابتة متينة.
- يؤثر مدى نجاحها أو فشلها في تحقيق مطالب النمو على مدى نجاحها أو فشلها في حياتها المقبلة.
- عندما يختلف النضج في أي ناحية من النواحي الجسمية أو العقلية أو المعرفية أو الانفعالية أو العاطفية أو الاجتماعية فإنها تجد صعوبة في تكيفها لمطالب البيئة وبالتالي تصبح حساسة وعدوانية نائرة ومدفوعة في اغلب مظاهر سلوكها.
- تتأثر عملية التوافق في هذه المرحلة بالاحتياجات الاجتماعية والعادات والتقاليد والتطور الاجتماعي للبيئة والهوايات.
- الاكتئاب والإحساس بالذنب فهي مشتتة الفكر ما بين أسرتها وعملها، وضرورة قيامها بواجباتها كاملة، وهذا ما ينعكس على تصرفاتها، إذ نجدها مكتئبة يائسة، وعرضة للإحساس بالذنب مترافقا مع بعض الأعراض الثانوية كفقدان الشهية، الأرق، وربما البكاء المتكرر وفي حال تفاقم الوضع، تتحول الأعراض الثانوية إلى مرض حقيقي، وتصبح المرأة عاجزة عن القيام بأي عمل.
- الانفعال إن المرأة العاملة غالباً ما تكون تحت ضغط حالة من التوتر والانفعال في المجالات كافة لتحملها المسؤولية كاملة، خصوصاً إذا كان لديها أطفال، فهي




مشتتة بين العمل ومشاكله، وما بين دور الحضانة والمنزل ومسؤولياته، إضافة إلى الأوضاع الاقتصادية التي تتأثر بها المرأة أكثر من غيرها باعتبارها المسؤولة عن تأمين مستلزمات الأسرة من طعام وملبس وغيره، وهذا ما يجعلها تعاني الغربة والضغط النفسي والإرهاق العملي الناتج عن تحملها ما يفوق طاقتها وقدراتها.

- القلق الناجم عن عدم التوافق في العمل نتيجة ظروف عملها ذاتها، كالتكيف مع الزملاء، وإثبات قدرتها وكفاءتها في العمل، الأمر الذي يؤدي لترك العمل أحياناً، وبالتالي حرمانها من المشاركة في عملية الإنتاج، ولأن القلق شكل من أشكال الاضطراب النفسي الذي يدفع للتوتر، أو الخوف الذاتي من حدوث شيء ما، لذا فإنه مسئول عن ظاهرة سوء التوافق على الصعيدين المهني والاجتماعي. (ونوس، 2015)

### ➤ الخلاصة

يعتبر موضوع الاتجاهات من بين الموضوعات الرئيسية التي يدرسها علم النفس الاجتماعي، كما تلعب دوراً هاماً في تأثيرها على نفسية الفرد، كونها تمثل القوة التي تحرك الفرد و تثيره لممارسة النشاط والاستمرار في ممارسته بصورة منتظمة، وبالتالي الارتقاء بهذا النوع من النشاط، ونظراً لأهمية الاتجاهات النفسية، ووجب من الضروري الاهتمام بها و العمل على إكساب المرأة اتجاهات إيجابية نحو استثمار الطاقات في نشاط هادف وبناء.

وقد تبين من كل ما استعرضناه فيما يخص الاتجاهات، أهميتها في توجيه سلوك المرأة وإثارة دافعيته، حيث تشكل مكون هاماً من أجل المساهمة في تشكيل اتجاهات إيجابية.



الباب الثاني

الجانب التطبيقي

# الفصل الأول

منهجية البحث وإجراءاته الميدانية



- تمهيد:

بعد محاولتنا لتغطية الجوانب النظرية للبحث، سنحاول في هذا الجزء أن نحيط بالموضوع من الجانب التطبيقي من خلال تحليل جوانبه بدءاً من نوعية البحث الذي تعرفنا فيه للمنهج المتبع في البحث ثم انتقلنا إلى تحديد كيفية و اختيار العينة ثم انتقلنا إلى تحديد كيفية جمع البيانات و بعد ذلك انتقلنا إلى تحليل البيانات و ذلك باستعمال المقاييس الإحصائية المناسبة في تحويل الفرضيات إلى صيغتها الكيفية إلى تحليلها الميداني ، ثم الوقوف على أهم الاستنتاجات التي توصلنا إليها في هذا البحث.

#### 1-1- المنهج المتبع :

لقد تطرقنا في هذا البحث إلى استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملائمته مشكلة البحث.

#### 1-2- مجتمع البحث :

شمل مجتمع البحث أساتذة ( إناث ) من ثانويات مدينة فرندة البالغ عددهم 65 أستاذة وتم اختيار العينة بالطريقة العشوائية والمتمثلة في 30 أستاذة.

#### 1-2-1- العينة الإحصائية للبحث :

- الجدول رقم(01) يبين العينة الإحصائية.

البيانات	المجتمع الأصلي	النسبة المئوية	العينة	النسبة المئوية
ثانوية عقبة بن نافع	20	30.77%	10	15.38%
ثانوية طارق بن زياد	18	27.70%	09	13.84%
ثانوية شادلي قادة	08	12.30%	05	07.70%
الثانوية الجديدة	19	29.23%	11	16.92%
المجموع	65	100%	30	46.15%



3-1- متغيرات البحث:

1-3-1- المتغير المستقل : اتجاهات المرأة.

1-3-2- المتغير التابع : أوقات الفراغ

1-4- مجلات البحث:

1-4-1- المجال الزماني :

كانت بداية البحث بالنسبة للجانب النظري بداية شهر نوفمبر 2015 إلى غاية أواخر شهر مارس 2016 أما الجانب التطبيقي فقد كان بداية شهر جانفي 2016 والى غاية أواخر شهر ماي 2016.

1-4-2- المجال المكاني: تمت هذه الدراسة بثانويات مدينة فرندة بولاية تيارت.

1-4-3- المجال البشري: يتمثل الجانب البشري في أستاذات التعليم الثانوي بمدينة فرندة.

1-5- أدوات البحث

➤ -المصادر والمراجع

➤ -الدراسات السابقة

➤ -الانترنت

➤ -أداة البحث (مقياس الاتجاه نحو وقت الفراغ)

➤ -الوسائل الإحصائية.



### 1-6- أداة البحث (مقياس) :

يعتبر المقياس أحد أدوات المسح الهامة لتجميع البيانات المرتبطة بموضوع من خلال إعداد مجموعة من الأسئلة المكتوبة يقوم المبحوث بالإجابة عليها بنفسه، وفي بحثنا هذا استخدمنا مقياس نفسي مقنن على شكل استبيان قدم إلى مجموعة من أستاذات التعليم الثانوي. صممه كل من منير راغب و جاكوب بيرد من جامعة ولاية فلوريدا لقياس الاتجاه نحو وقت الفراغ مكون من 24 عبارة، ويتضمن الاختبار ثلاثة أبعاد هي:

- **البعد المعرفي:** ويقصد به المعارف العامة للفرد ومعتقداته عن وقت الفراغ وخصائصه وتنميته وأهميته وعلاقته بجوانب حياة الفرد المختلفة.
- **البعد الانفعالي:** وهو شعور الفرد نحو وقت فراغه ودرجة تقبله أو ميله نحو أنشطة وخبرات وقت الفراغ.
- **البعد السلوكي:** ويقصد به التعبير اللفظي عن السلوك الإيجابي نحو الممارسة الفعلية لأنشطة وقت الفراغ سواء في الحاضر أو في المستقبل.

- الجدول رقم(02) يوضح العبارات الخاصة بكل بعد

الأبعاد	أرقام العبارات لكل بعد	عدد العبارات
البعد المعرفي	1-4-7-10-13-16-19-22	8
البعد الانفعالي	2-5-8-11-14-17-20-23	8
البعد السلوكي	3-6-9-12-15-18-21-24	8

وتتم الاستجابة على عبارات الاختبار على مقياس خماسي التدرج (أوافق بدرجة كبيرة جداً، بدرجة كبيرة، بدرجة متوسطة، بدرجة قليلة، بدرجة قليلة جداً).



- الجدول رقم (03) يبين درجات المقياس للعبارات

تنطبق بدرجة				
كبيرة جدا	كبيرة	متوسطة	قليلة	قليلة جدا
5 درجات	4 درجات	3 درجات	2 درجتان	1 درجة

1-6-1 - طريقة التصحيح:

بعد اعتماد أداة البحث قام الطلبة بتوزيعها على عينة البحث، حيث طلب من كل فرد من أفراد العينة فهم التعليمات الخاصة بكيفية الإجابة عن العبارات بكل دقة والاستفسار عن أي فقرة غير واضحة لديه بوضع الإشارة (x) في المكان المناسب. وقد تم احتساب طول الفئة العددية للأوساط الحسابية الخاصة بالعبارات والأداة ككل بطرح مفتاح التصحيح الأصغر من مفتاح التصحيح الأكبر وقسمة الناتج على عدد

فئات الأداة فكانت قيمته 0.80

$$0.8 = 5/1-5$$

وذلك كما هو موضح في الجدول.

- جدول رقم (04) يوضح تحديد المستويات

مستوى الدرجات	كبيرة جدا	كبيرة	متوسطة	قليلة	قليلة جدا
المدى	5-4.20	3.40-4.19	2.60-3.39	1.80-2.59	01-1.79





### 1-7- الدراسة الاستطلاعية :

قبل الشروع في الجانب التطبيقي للبحث قمنا بإجراء استطلاع أولي بغية التعرف على عينة المجتمع الأصلي و ذلك من خلال الإطلاع الميداني على المؤسسات المعنية بالبحث ، وذلك بإجراء مقابلات و ملاحظات ميدانية.

قمنا في بحثنا هذا بتوزيع الاستمارات على 05 أستاذات من ثانويات مدينة فرندة في نفس اليوم وقد استغرقت مدة ملا الاستمارة حوالي عشر دقائق وبعد عشرة أيام قمنا بإعادة التوزيع لنفس العينة، وذلك من 05-12-2015 الى 15-12-2015.

### 1-7-1- أهداف الدراسة الاستطلاعية :

من خلال الدراسة الاستطلاعية نريد أن نحقق مجموعة من الأهداف تتمثل فيما يلي:

- محاولة التعرف أكثر على مجتمع الدراسة الميدانية
- اختيار الأداة الأكثر ملائمة للدراسة الميدانية مع تكييفه بحسب طبيعة العينة.
- تحديد الطريقة المناسبة لاختيار العينة.
- محاولة اكتشاف الصعوبات و العوائق التي يمكن أن تعترض الباحث قبل الشروع في الدراسة الميدانية.



1-8- الأسس العلمية

1-8-1- ثبات وصدق الأداة:

- الجدول رقم (05) يوضح الدراسة الاستطلاعية

البيانات	المتوسط الحسابي		الانحراف المعياري		معامل الصدق	معامل الثبات	الدلالة الإحصائية
	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي			
البعد المعرفي	3.30	4.20	0.37	0.57	0.96	0.98	دال
البعد الانفعالي	3.52	4.32	0.63	0.18	0.94	0.97	دال
البعد السلوكي	3.25	3.42	0.26	0.18	0.86	0.93	دال
المقياس الكلي	3.35	3.98	0.25	0.24	0.92	0.96	دال

نلاحظ من خلال الجدول رقم (03) أن قيم معامل الثبات في كل من البعد المعرفي والبعد الانفعالي والبعد السلوكي جاءت بين 0.9 و 0.98 أما المقياس الكلي يفوق 0.90 وهي اكبر من ر الجدولية (0.81) عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 04 وهذا يدل على أن أداة البحث تتمتع بدرجة ثبات عالية كما أن قيم معامل الصدق في كل من البعد المعرفي والبعد الانفعالي والبعد السلوكي جاءت بين 0.85 و 0.96 أما المقياس الكلي يفوق 0.90 وهي اكبر من ر الجدولية (0.81) عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 04 وهذا يدل على أن أداة البحث تتمتع بدرجة صدق عالية.



### 1-8-2- الموضوعية :

تم عرض أداة البحث (مقياس الاتجاه نحو وقت الفراغ) على مجموعة من الأساتذة والدكاترة بمعهد التربية البدنية والرياضية بجامعة مستغانم بغية إعطاء الآراء والملاحظات لإثراء البحث.

وعليه وافق جميع المحكمين على أداة البحث بدون تعديلات .

وبالارتكاز على العديد من الدراسات السابقة والبحوث المشابهة والمادة الخيرية تم التطرق إلى دراسة الأسس العلمية للأداة (معامل الثبات ومعامل الصدق).

### 1-9- الدراسة الرئيسية:

طبق الباحث المقياس أداة البحث في صورة استمارات مطبوعة تم توزيعها على عينة البحث في وسط طبيعي يسمح باستخلاص النتائج كما يراها أصحابها دون التأثير عليهم و ذلك من 14-02-2016 إلى غاية 15-02-2016.

وقام الباحث بشرح هدف البحث و هو اتجاهات المرأة نحو استثمار أوقات الفراغ بدائرة فرنده ولاية تيارت لعينة البحث، بأسلوب مبسط وواضح و مختصر قبل توزيع الاستمارات ،كما تم شرح طريقة الإجابة و إلقاء الملاحظات و التوعية للعينة و ذلك بقراءة كل عبارة بدقة و تحديد وجهة النظر تجاه العبارة بدقة و صراحة و عدم ترك أي عبارة بدون إجابة أو وضع أكثر من إجابة للعبارة الواحدة و التأكيد على إن تقوم كل واحدة باستعمال البيانات الخاصة بها بكل دقة و بخط واضح .

و بعد إن قام الباحث بالرد على استفسارات بعض النساء قام بتوزيع استمارات الإجابة و الأسئلة على عينة البحث أي 30 أستاذة.

وقد تم تصنيف عينة البحث ثلاث مجالات ،حسب المستوى (ليسانس، ماستر)، حسب الخبرة المهنية إلى ثلاث فئات من (1-4 سنوات)، من (4-8 سنوات)، أكثر من



(8سنوات)، أما المجال الثالث فكان حسب نوع النشاط (رياضة، مطالعة، خياطة، سياحة)، وهذا من خلال استمارات الإجابة.

- الجدول رقم(06) يوضح عدد الأستاذات حسب المجالات

العدد	المجالات
12	الماستر
18	ليسانس
10	الخبرة المهنية من (1-4) سنوات
14	الخبرة المهنية من (4-8) سنوات
6	الخبرة المهنية أكثر من 8 سنوات
9	الرياضة
9	المطالعة
7	الخياطة
5	السياحة

من اجل انجاز البحث يجب على كل باحث أن يستعمل المعادلات المناسبة والصحيحة وقد تم استخدام المعادلات الإحصائية التالية :

10-1 - المعادلات الإحصائية:

- ❖ المتوسط الحسابي.
- ❖ الانحراف المعياري.
- ❖ معامل الارتباط البسيط برسون
- ❖ معامل الثبات
- ❖ ستيودنت T



### ❖ فيشر F

❖ استخدام برنامج أَل SPSS .

#### ➤ الخلاصة :

لقد تطرقنا في هذا الفصل إلى منهجية البحث وإجراءاته الميدانية التي تم القيام بها ، كما ذكرنا بعض الأدوات المستخدمة في الدراسة وكذا توزيع العينة وكيفية إجراء التوزيع على المؤسسات التعليمية، وتحديد مجالات البحث الزماني والمكاني، وأهم الوسائل الإحصائية في هذا البحث.

# الفصل الثاني

عرض وتحليل النتائج



## الفصل الثاني عرض وتحليل النتائج

تمهيد:

حيث سنقوم في هذا الفصل بتحليل نتائج استمارة المقياس الموزع على عينة البحث، وبعد تفريغ النتائج سنقوم بمقارنة النتائج المتحصل عليها مع مدى مطابقتها مع الجانب النظري وبعد توصلنا إلى نتائج الدراسة ومعرفة مدى تحقق فرضيات بحثنا حيث نقوم باستخلاص توصيات واقتراحات.

2-1- عرض وتحليل النتائج الخاصة بالفرضية الأولى:

- درجة اتجاهات المرأة نحو وقت الفراغ كبيرة.

2-1-1- توزيع نتائج المقياس الكلي :



## الفصل الثاني عرض وتحليل النتائج

-الجدول رقم (07) يمثل المقياس الكلي لاتجاهات المرأة نحو استثمار وقت الفراغ.

المجموع	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	تطبق بدرجة					العبارة
			قليلة جدا	قليلة	متوسطة	كبيرة	كثيرة	
112	1,34	3,73	2	10	12	28	60	1/ ممارسة الأنشطة في وقت الفراغ استخدام مفيد للوقت.
114	1,19	3,80	2	6	9	52	45	2/ عندما اشترك في أنشطة وقت الفراغ فان الوقت يمر بسرعة.
104	1,20	3,47	4	4	9	72	15	3/ أمارس أنشطة وقت الفراغ بصورة مستمرة
119	1,16	3,97	1	6	15	32	65	4/ أنشطة وقت الفراغ نافعة للفرد و للمجتمع.
110	1,27	3,67	1	14	9	36	50	5/ اشتركي في أنشطة وقت الفراغ تمنحني السعادة
103	1,33	3,43	5	4	9	60	25	6/ إذا أتاحت لي الفرصة فانه يمكنني زيادة كمية الوقت الذي أمارس فيه أنشطة وقت الفراغ
94	1,43	3,13	7	6	9	52	20	7/ يكتسب الفرد غالبا صداقات من خلال أنشطة وقت الفراغ.
116	1,17	3,87	2	6	3	60	45	8/ أتمتع بممارسة أنشطة وقت الفراغ.
109	1,27	3,63	2	10	12	40	45	9/ اشترى بعض الأدوات أو الملابس لكي استخدمها في نشاط وقت الفراغ بما تسمح به قدراتي المالية
101	1,44	3,37	4	12	12	28	45	10/ أنشطة وقت الفراغ تسهم في الارتقاء بصحة الإنسان.
108	1,40	3,6	3	12	3	40	50	11/ أنشطة وقت الفراغ تمنحني خبرات سارة
101	1,30	3,37	4	10	3	64	20	12/ استطيع أن أمارس المزيد من الأنشطة الجديدة في وقت الفراغ إذا أتيج لي المزيد من الوقت والإمكانات
102	1,28	3,40	2	16	6	48	30	13/ أنشطة وقت الفراغ هامة جدا للإنسان
106	1,25	3,53	3	8	9	56	30	14/ أنشطة وقت الفراغ تساعد على إحساسي بالانتعاش
107	1,38	3,57	4	10	15	28	50	15/ إذا كان لي أن اختار فإبني أفضل أن أعيش في بيئة أو مدينة بها إمكانيات أفضل لأنشطة وقت الفراغ
101	1,29	3,36	4	8	12	52	25	16/ أنشطة وقت الفراغ تساعد على قدرة الفرد على الإنتاج
118	1,14	3,93	1	6	15	36	60	17/ اشعر باتفاعلات سارة أثناء ممارسة وقت الفراغ
93	1,18	3,10	4	10	21	48	10	18/ أوافق على فكرة زيادة وقت فراغي لاستطيع ممارسة أنشطة أكثر في وقت الفراغ
105	1,38	3,50	3	12	9	36	45	19/ أنشطة وقت الفراغ تساعد الإنسان على الاسترخاء
91	1,40	3,03	6	10	18	32	25	20/ الأنشطة التي أمارسها في وقت الفراغ تستحوذ على كل اهتماماتي
81	1,44	2,70	8	16	9	28	20	21/ أمارس أنشطة وقت الفراغ حتى ولو كنت مشغولا في عملي
112	1,41	3,73	3	8	12	24	65	22/ أنشطة وقت الفراغ تعتبر بمثابة فرص جديدة للتعرف الاجتماعي.
108	1,22	3,60	1	12	18	32	45	23/ أميل إلى الأنشطة التي أمارسها في وقت الفراغ.
82	1,36	2,73	6	20	12	24	20	24/ أعطي وقت ممارسة أنشطة وقت الفراغ الأولوية على غيره من الأوقات الأخرى.
2497	0,44	3,47						





- بعد تفريغ نتائج المقياس الموزع على عينة البحث والمتمثلة في أستاذات التعليم الثانوي وحساب كل من المتوسط الحسابي والانحراف المعياري، والذي يتضح من خلال الجدول رقم (07) نلاحظ أن اتجاهات المرأة تكون بدرجة كبيرة وهذا من خلال المتوسط الحسابي (3,47) للعبارات الذي هو محصور في المجال من (3,4-4,2) ،حيث أن العبارات (1-2-3-4-5-6-8-9-11-13-14-15-17-19-22-23) كانت محصورة في المجال من (3,4-4,2) أي بدرجة كبيرة، والعبارات رقم (7-10-12-16-18-20-21-24) كانت محصورة في المجال من (3,4-2,6) أي بدرجة متوسطة.

وعلية نستنتج أن اتجاهات المرأة نحو أوقات الفراغ ايجابية وهذا لان معظم العبارات كان متوسطها الحسابي يفوق (3,4)، ومنه فان ممارسة الأنشطة الترويحية في وقت الفراغ تساهم بصفة ايجابية في الترويح عن النفس وتساعد على الاسترخاء. "ويرى الكثير من الخبراء ضرورة الاهتمام بتشكيل أنشطة وقت الفراغ بصورة تساهم في إكساب الفرد الخبرات السارة الايجابية ، وتساعد على نمو شخصيته وتكسبه العديد من الفوائد الخلقية والصحية والبدنية والنفسية" وهذا ما يتفق مع دراسة مرزاقه جمال (2012)، ودراسة عثمانى عبد القادر (2008) عن الاتجاهات الايجابية نحو أوقات الفراغ لدى مختلف فئات المجتمع.



2-1-2-2- توزيع نتائج المقياس حسب كل بعد:

2-1-2-1-2- نتائج اتجاهات المرأة في البعد المعرفي:

الجدول رقم (08) يمثل اتجاهات المرأة نحو وقت الفراغ في البعد المعرفي.

المجموع	الإحراق المعياري	المتوسط الحسابي	تنطبق بدرجة					البعد المعرفي
			قابلة جدا	قابلة	متوسطة	كبيرة	صغيرة	
112	1,34	3,73	2	10	12	28	60	1/ ممارسة الأنشطة في وقت الفراغ استخدام مفيد للوقت.
119	1,16	3,97	1	6	15	32	65	4/ أنشطة وقت الفراغ نافعة للفرد و للمجتمع.
94	1,43	3,13	7	6	9	52	20	7/ يكتسب الفرد غالبا صداقات من خلال أنشطة وقت الفراغ.
101	1,44	3,37	4	12	12	28	45	10/ أنشطة وقت الفراغ تساهم في الارتقاء بصحة الإنسان.
102	1,28	3,40	2	16	6	48	30	13/ أنشطة وقت الفراغ هامة جدا للإنسان
101	1,29	3,36	4	8	12	52	25	16/ أنشطة وقت الفراغ تساعد على قدرة الفرد على الإنتاج
105	1,38	3,50	3	12	9	36	45	19/ أنشطة وقت الفراغ تساعد الإنسان على الاسترخاء
112	1,41	3,73	3	8	12	24	65	22/ أنشطة وقت الفراغ تعتبر بمثابة فرص جديدة للتعرف الاجتماعي.
846	0,65	3,52						

- من خلال الجدول رقم (08) نلاحظ أن اتجاهات المرأة في البعد المعرفي جاءت بدرجة متوسطة وهذا من خلال المتوسط الحسابي (3,52) المحصور في المجال من (4,2-3,4)، حيث أن كل من العبارات رقم (1-4-9-13-19-22) كانت ضمن المجال من (4,2-3,4) أي بدرجة كبيرة، أما العبارات رقم (7-16) فكانت بدرجة متوسطة، أي محصورة في المجال من (3,4-2,6).

ومنه نستنتج أن اتجاهات المرأة نحو أوقات الفراغ ايجابية، حيث أن لدى أفراد عينة البحث معرفة حول أهمية وقت الفراغ من خلال العبارات المطروحة في البعد المعرفي المرتبطة بممارسة الأنشطة الترويحية في حياة المرأة وذلك من خلال الارتقاء بالصحة والاسترخاء والقدرة على الإنتاج وتوطيد العلاقات الاجتماعية بتكوين الصداقات والتعارف. وهذا ما يتفق مع دراسة مرزاقه جمال)



2012/2011) التي تشير إلى الجوانب المعرفية لدى أفراد عينة البحث حول الأهمية الإيجابية نحو استثمار أوقات الفراغ.

2-2-1-2- نتائج اتجاهات المرأة في البعد الإنفعالي:

- الجدول رقم (09) يمثل اتجاهات المرأة نحو وقت الفراغ في البعد الإنفعالي.

المجموع	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	تطبيق بدرجة					البعد الإنفعالي
			قليلة جدا	قليلة	متوسطة	كبيرة	كبيرة جدا	
114	1,19	3,80	2	6	9	52	45	2/ عندما اشترك في أنشطة وقت الفراغ فإن الوقت يمر بسرعة.
110	1,27	3,67	1	14	9	36	50	5/ اشتركي في أنشطة وقت الفراغ تمنحني السعادة
116	1,17	3,87	2	6	3	60	45	8/ أتمتع بممارسة أنشطة وقت الفراغ.
108	1,40	3,6	3	12	3	40	50	11/ أنشطة وقت الفراغ تمنحني خبرات سارة
106	1,25	3,53	3	8	9	56	30	14/ أنشطة وقت الفراغ تساعد على إحساسي بالانتعاش
118	1,14	3,93	1	6	15	36	60	17/ اشعر بانفعالات سارة أثناء ممارسة وقت الفراغ
91	1,40	3,03	6	10	18	32	25	20/ الأنشطة التي أمارسها في وقت الفراغ تستحوذ على كل اهتماماتي
108	1,22	3,6	1	12	18	32	45	23/ أميل إلى الأنشطة التي أمارسها في وقت الفراغ.
871	0,56	3,62						

- نلاحظ من خلال الجدول رقم (09) أن اتجاهات المرأة نحو استثمار وقت الفراغ تكون بدرجة كبيرة في البعد الإنفعالي وهذا ما يبينه المتوسط الحسابي للعبارات (3,62) والمحصور ضمن المجال من (3,4-4,2)، حيث أن العبارة رقم (20)، كانت بدرجة متوسطة أما باقي العبارات فكانت بدرجة كبيرة .

- لقد استخلصنا أن درجة اتجاهات المرأة نحو أوقات الفراغ في البعد الإنفعالي إيجابية بدرجة كبيرة وهذا لأن معظم العبارات فاق متوسطها الحسابي (3,4)، حيث نلاحظ أنها تساعد أفراد عينة البحث في منح السعادة والانتعاش لدى المرأة وكذلك تساعد على تحسين بعض النواحي النفسية. وهذا ما يتفق مع دراسة محمد علي



## الفصل الثاني عرض وتحليل النتائج

محمد (1985م)، والتي تشير على أن الفراغ يتميز بالبحث عن حالة الإشباع، وهي حالة يتم البحث عنها كغاية في حد ذاتها، والأنشطة التي نمارسها خلال الترويح تهدف أساسا إلى تحقيق المتعة.

### 2-1-2-3- نتائج اتجاهات المرأة في البعد السلوكي :

- الجدول رقم (10) يمثل اتجاهات المرأة نحو وقت الفراغ في البعد السلوكي.

المجموع	الإحراف المعياري	المتوسط الحسابي	تطبق بدرجة					البعد السلوكي
			قليلة جدا	قليلة	متوسطة	كبيرة	كبيرة جدا	
104	1,20	3,47	4	4	9	72	15	3/ أمارس أنشطة وقت الفراغ بصورة مستمرة
103	1,33	3,43	5	4	9	60	25	6/ إذا أتاحت لي الفرصة فانه يمكنني زيادة كمية الوقت الذي أمارس فيه أنشطة وقت الفراغ
109	1,27	3,63	2	10	12	40	45	9/ اشترى بعض الأدوات أو الملابس لكي استخدمها في نشاط وقت الفراغ بما تسمح به قدراتي المالية
101	1,30	3,37	4	10	3	64	20	12/ استطعت أن أمارس المزيد من الأنشطة الجديدة في وقت الفراغ إذا أتيت لي المزيد من الوقت والإمكانات
107	1,38	3,57	4	10	15	28	50	15/ إذا كان لي أن اختار فإني أفضل أن أعيش في بيئة أو مدينة بها إمكانيات أفضل لأنشطة وقت الفراغ
93	1,18	3,10	4	10	21	48	10	18/ أوافق على فكرة زيادة وقت فراغي لكي أستطيع ممارسة أنشطة أكثر في وقت الفراغ.
81	1,44	2,70	8	16	9	28	20	21/ أمارس أنشطة وقت الفراغ حتى ولو كنت مشغولا في عملي
82	1,36	2,73	6	20	12	24	20	24/ أعطي وقت ممارسة أنشطة وقت الفراغ الأولوية على غيره من الأوقات الأخرى.
780	0,50	3,25						

- نلاحظ من خلال الجدول رقم (10) أن كل من العبارة رقم (3-6-9-15) كانت محصورة في المجال من (4,2-3,4) أي بدرجة كبيرة ، أما بالنسبة للعبارات رقم (12-18-21-24) ، فكانت محصورة في المجال من (3,4-2,6) أي بدرجة متوسطة والمتوسط الحسابي الكلي للبعد السلوكي كان (3,25) أي محصور في



## الفصل الثاني عرض وتحليل النتائج

المجال من (2,6-3,4) وهذا ما يدل على أن اتجاهات المرأة نحو استثمار وقت الفراغ تكون بدرجة متوسطة في البعد السلوكي.

لقد توصلنا في البعد السلوكي، إلى أن اتجاهات المرأة ايجابية نحو أوقات الفراغ بدرجة متوسطة، وهذا لان معظم العبارات كان متوسطها الحسابي اكبر من (2,6). ومنه نستنتج أن استثمار وقت الفراغ لدى المرأة يتميز بطابع جدي وبشكل مستمر فهو ضروري جدا في حياتها كما أنها تفضل زيادة وقت فراغها لاستثماره في الأنشطة الترويحية.

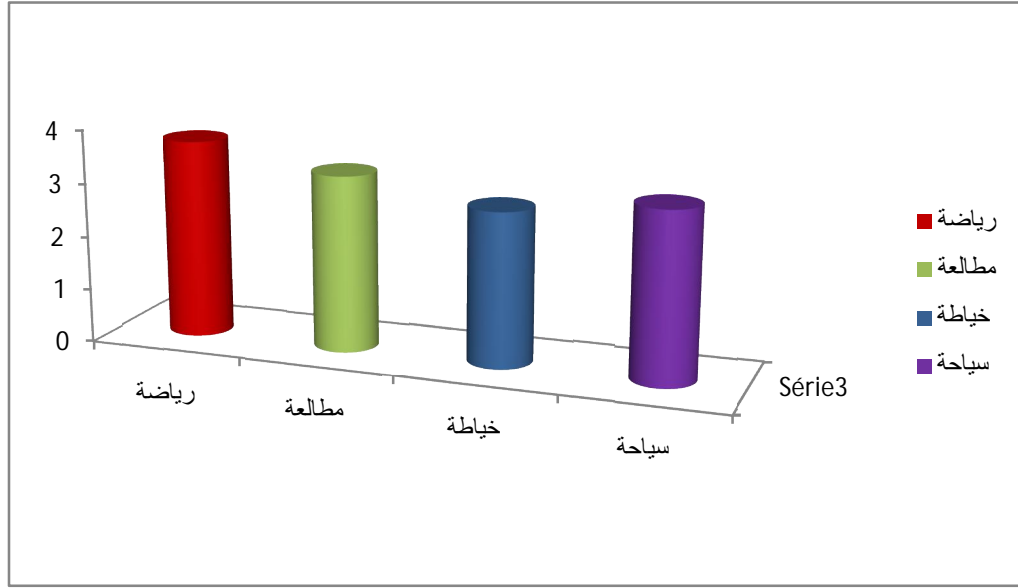
### 2-2- عرض وتحليل النتائج الخاصة بالفرضية الثانية:

- تختلف درجة اتجاهات المرأة نحو وقت الفراغ حسب متغيرات (المستوى العلمي، الخبرة المهنية، نوع النشاط)

2-2-1- تحليل نتائج المقارنة بين اتجاهات المرأة نحو استثمار وقت الفراغ حسب نوع النشاط بمعامل فيشر :

- الجدول رقم (11) يوضح مقارنة اتجاهات المرأة نحو استثمار وقت الفراغ حسب نوع النشاط.

نوع الدلالة	F الجدولية	F المحسوبة	السياحة		الخيطة		المطالعة		الرياضة		البيانات
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
دال	2.97	16.86	0.11	1.08	0.13	0.90	0.11	1.06	0.16	1.37	البعد المعرفي
دال		3.78	0.13	1.16	0.20	1	0.16	1.19	0.19	1.30	البعد الانفعالي
دال		3.47	0.06	0.98	0.08	0.95	0.13	1	0.06	1.09	البعد السلوكي
دال		8.33	0.14	3.16	0.38	2.87	0.21	3.28	0.46	3.71	المقياس ككل



الشكل رقم: (01) أعمدة بيانية تبين مقارنة اتجاهات المرأة نحو وقت الفراغ حسب نوع النشاط.

- من خلال الجدول رقم (11) يتضح لنا أن (ف) المحسوبة في كل من النشاط الترويحي (الرياضة،المطالعة،الخياطة،السياحة) اكبر من (ف) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة حرية (3-26) وهذا يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في اختلاف في اتجاهات المرأة نحو وقت الفراغ في كل الأبعاد من حيث نوع النشاط، ويتجه أفراد عينة البحث نحو نشاط الرياضي بشكل كبير كما هو موضح في الشكل رقم (01)، باعتبارها النشاط الأكثر حيوية والذي يتميز بخاصية التفاعل وكسر الروتين، فالرياضة نشاط محبوب ذو طابع مشوق وهذا ما يغنيه عن باقي النشاطات، ويعكس ميزة المرأة في حبها للتشويق والتفاعل. وهذا ما يتشابه مع دراسة **علي وطفة،ومها زحلق (1992)** حول توظيف وقت الفراغ عند الشباب في سوريا ودراسة كل من الطالبين **دغوب عبد القادر،وتقية يوسف(2015)** حول دور الممارسة الرياضية في وقت الفراغ في تنمية التفاعل الاجتماعي، التي تؤكد أهمية استغلال وقت الفراغ في ممارسة أنشطة الترويح الرياضي لدى فئات المجتمع.

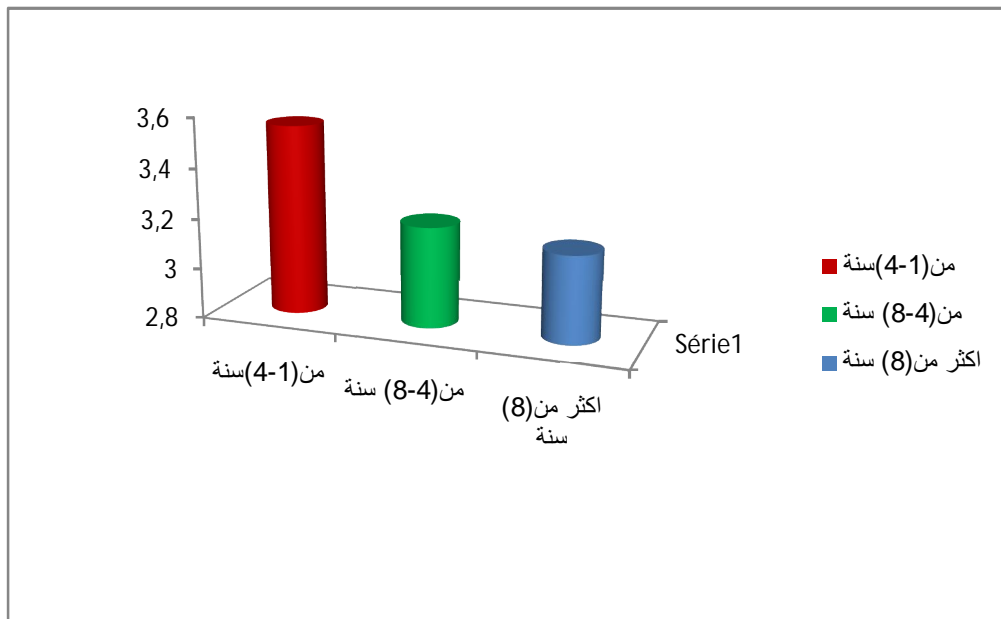


## الفصل الثاني عرض وتحليل النتائج

2-2-2- تحليل نتائج المقارنة بين اتجاهات المرأة نحو استثمار وقت الفراغ حسب الخبرة المهنية بمعامل فيشر :

- الجدول رقم (12) يبين مقارنة نتائج اتجاهات المرأة نحو وقت الفراغ حسب الخبرة المهنية.

نوع الدلالة	F الجدولية	F المحسوبة	الخبرة المهنية أكثر من (8) سنوات		الخبرة المهنية من (4) - (8) سنوات		الخبرة المهنية من (1) - (4) سنوات		البيانات
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
غير دال	3.35	3.14	0.07	1.05	0.17	1.06	0.28	1.25	البعد المعرفي
غير دال		1.46	0.15	1.15	0.20	1.12	0.20	1.26	البعد الانفعالي
غير دال		0.47	0.20	0.95	0.13	1.08	0.14	0.99	البعد السلوكي
غير دال		2.40	0.25	3.14	0.41	3.19	0.54	3.56	المقياس ككل





## الفصل الثاني معرض وتحليل النتائج

الشكل رقم: (02) أعمدة بيانية تبين مقارنة نتائج اتجاهات المرأة نحو وقت الفراغ حسب الخبرة المهنية.

- نلاحظ منه خلال الجدول رقم (12) أن (ف) المحسوبة في كل من الخبرة المهنية من (1-4) سنوات، و(4-8) وأكثر من 8 سنوات اصغر من (ف) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة حرية (2-27) ومنه فلا يوجد هناك اختلاف في اتجاهات المرأة نحو استثمار وقت الفراغ حسب الخبرة المهنية عند كل من البعد المعرفي، والبعد الانفعالي، والبعد السلوكي، والمقياس ككل، وهذا ما يوضحه الشكل رقم (02). ومنه نستنتج أن الخبرة المهنية لا تؤثر بدورها في تحديد اتجاهات المرأة نحو وقت الفراغ، وذلك بحكم أن أصحاب هذه الفترة يتميزون بالنشاط والحيوية ولا يتأثرون بفارق الخبرة المهنية لان الاتجاهات في حقيقة الأمر، هي مجموعة الاستعدادات المرتبطة بشخصية كل فرد أو جماعة أو فريق والتي تظهر على شكل آراء، وجهات نظر، مواقف و سلوكيات تعبر عن ميولات الشخص ونزعتة إزاء موضوع ما أو قضية من القضايا التي تهمة. وهذا ما يتشابه مع ما توصل إليه **سعيد مصطفى** (2008) في دراسته اتجاهات مديري المتوسطات والثانويات نحو التربية البدنية والرياضية والتي توصلت إلى انه لا توجد فروق في اتجاهات مديري الثانويات تعزى لمتغير سنوات الخبرة المهنية في المنصب.





## الفصل الثاني عرض وتحليل النتائج

2-2-3- تحليل نتائج المقارنة بين اتجاهات المرأة نحو استثمار وقت الفراغ حسب المستوى العلمي بمعامل ت ستيودنت :

- الجدول رقم (13) يبين مقارنة نتائج اتجاهات المرأة نحو وقت الفراغ حسب المستوى العلمي

نوع الدلالة	مستوى الدلالة	T الجدولية	T المحسوبة	الماستر		ليسانس		البيانات
				الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
غير دال	0.05	1.74	521.	0.29	1.20	140.	61.0	البعد المعرفي
غير دال			0.18	0.25	1.18	0.16	1.17	البعد الانفعالي
غير دال			0.36	0.11	1.01	0.14	1.02	البعد السلوكي
غير دال			0.75	0.57	3.39	0.34	3.25	المقياس ككل



الشكل رقم: (03) اعمدة بيانية تبين مقارنة نتائج اتجاهات المرأة نحو وقت الفراغ حسب المستوى العلمي



يتضح لنا من خلال الجدول رقم (13) أن (ت) المحسوبة في كل من المستوى العلمي، (ليسانس، ماستر) اصغر من (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية (28)، وهذا يدل على انه لا يوجد اختلاف في اتجاهات المرأة نحو استثمار وقت الفراغ حسب المستوى العلمي لكن حسب المتوسطات الحسابية هناك ميل للماستر كما هو موضح في الشكل رقم (03). وهذا لان المستوى العلمي ليس له اثر كبير على اتجاهات المرأة وهذا ما يدل على أن حاملي شهادة ليسانس والماستر لا يوجد بينهما اختلاف من حيث الاتجاهات، مما يعني أن الاتجاهات تتحدد من خلال التنشئة الاجتماعية للمرأة وميولها الشخصي قبل ميولها المعرفي، فالتنشئة الاجتماعية هي العملية المسؤولة عن تكوين الاتجاهات و تنميتها و تأكيدها أو محوها أو إزالتها أو تغييرها. وهذا ما يتماشى مع دراسة **فاتح احمد وسي عبد الهادي بن داود (2012)** التي تؤكد أن الاتجاهات تتحدد حسب ميول الفرد الشخصي وتنشئته الاجتماعية، ودراسة **سعيدى مصطفى (2008)** التي تبين أن الاتجاهات لا تتحدد وفق المؤهل العلمي.

### 2-3- الاستنتاجات:

من الاستنتاجات التي توصلنا إليها:

- 1- اتجاهات المرأة نحو وقت الفراغ ايجابية وهذا لأنها تفضل شغل أوقات فراغها فيما هو مفيد .
- 2- توجد اختلافات في اتجاهات المرأة نحو وقت الفراغ حسب متغير النشاط الترويحي الممارس.
- 3- لا توجد اختلافات في اتجاهات المرأة نحو وقت الفراغ حسب متغير الخبرة المهنية.



4- لا توجد اختلافات في اتجاهات المرأة نحو وقت الفراغ حسب متغير المستوى التعليمي.

### 2-4- مناقشة ومقارنة الفرضيات بالنتائج:

في ضوء نتائج البحث وأهدافه وإجراءاته، واستنادا للعرض السابق في دراستنا لمدى صحة فرضيات الدراسة من خلال نتائج التحليل الإحصائي، نسعى إلى تفسير النتائج المتحصل عليها ومناقشتها ومقارنتها بالدراسات السابقة لمعرفة مدى انفاقها أو تعارضها معها، وفيما يلي مناقشة فرضيات دراسة اتجاهات المرأة نحو استثمار أوقات الفراغ.

### 2-4-1- مقارنة النتائج بالفرضية الأولى:

تنص الفرضية الجزئية الأولى على "أن درجة اتجاهات المرأة نحو وقت الفراغ كبيرة".

ومن خلال إجراء التحليل الإحصائي وتحليلنا لنتائج الجدول رقم (7-8-9-10)، والتي تبين بوضوح نتائج درجة اتجاهات المرأة بالنسبة لكل بعد من أبعاد المقياس وتؤكد بوضوح صحة هذه النتيجة المتوقعة حيث جاءت نتائج كل من البعد المعرفي والبعد الانفعالي والمقياس ككل لصالح الدرجة الكبيرة أما البعد السلوكي فقد جاء لصالح الدرجة المتوسطة، وهذا ما يؤكد أن ميول المرأة نحو أوقات الفراغ جاء ايجابيا بدرجة كبيرة، ومن خلال هذه النتائج نلاحظ أن الفرضية المطروحة قد تحققت بنسبة كبيرة.

و هذا ما يبين إدراك أفراد عينة البحث أهمية المشاركة في الأنشطة الترويحية مهما كان نوعها أو شكلها . المهم هو الترويح عن النفس وإشباع الحاجات والميول والرغبات وهذا ما يتفق مع دراسة عفاف عبد الفتاح علي أبو القاسم (2013) حول توظيف أوقات الفراغ والترويح عند الشباب في ضوء الأنشطة الممارسة.



### 2-4-2- مقارنة النتائج بالفرضية الثانية:

أما فيما يتعلق بالفرضية الجزئية الثانية فقد جاءت كالأتي "تختلف درجة اتجاهات المرأة نحو أوقات الفراغ حسب متغيرات (الخبرة المهنية، المستوى العلمي، نوع النشاط).

ومن خلال إجراء التحليل الإحصائي وتحليل نتائج الجدول رقم (11-12-13)، نلاحظ انه حسب النشاط (ف) المحسوبة كانت اكبر من (ف) الجدولية مما يبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية ولصالح النشاط الرياضي باعتباره النشاط الأكثر حيوية والذي يتميز بخاصية التفاعل وكسر الروتين، فالرياضة نشاط محبب ذو طابع مشوق وهذا ما يغنيه عن باقي النشاطات، ويعكس ميزة المرأة في حبها للتشويق والتفاعل. وهذا ما يتفق مع دراسة جمال مرزاق (2011-2012) بعنوان أهمية استثمار أوقات الفراغ من خلال مناشط الترويح الرياضي وأثره في الوقاية من السلوك الانحرافي لدى طلاب المرحلة الثانوية بالجزائر ودراسة كل من الطالبين دغوب عبد القادر، وتقية يوسف (2014-2015) ودراسة رجاء محمد حسن (1996) حول اتجاهات الشباب في سوريا نحو تنظيم وقت الفراغ، والتي تؤكد أهمية استغلال وقت الفراغ في ممارسة أنشطة الترويح الرياضي لدى فئات المجتمع. أما فيما يخص الخبرة المهنية فقد جاءت (ف) المحسوبة اصغر من (ف) الجدولية، وبالنسبة للمستوى العلمي أيضا فقد جاءت (ت) المحسوبة اصغر من (ت) الجدولية وهذا ما يبين انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية ومنه فان درجة اتجاهات المرأة لا تختلف حسب الخبرة المهنية والمستوى العلمي، لان الاتجاهات في حقيقة الأمر، هي مجموعة الاستعدادات المرتبطة بشخصية كل فرد أو جماعة أو فريق والتي تظهر على شكل آراء، وجهات نظر، مواقف و سلوكيات تعبر عن ميولات الشخص ونزعتة إزاء موضوع ما أو قضية من القضايا التي تهمة، كما أن



## الفصل الثاني عرض وتحليل النتائج

المستوى العلمي ليس له اثر كبير على اتجاهات المرأة وهذا ما يدل على أن حاملي شهادة ليسانس والماستر لا يوجد بينهما اختلاف من حيث الاتجاهات، مما يعني أن الاتجاهات تتحدد من خلال التنشئة الاجتماعية للمرأة وميولها الشخصي قبل ميولها المعرفي، فالتنشئة الاجتماعية هي العملية المسؤولة عن تكوين الاتجاهات و تنميتها و تأكيدها أو محوها أو إزالتها أو تغييرها.

ومن خلال هذه النتائج نلاحظ أن الفرضية المطروحة تحققت فيما يخص نوع النشاط ولم تتحقق فيما يتعلق بالخبرة المهنية والمستوى العلمي، أي أنها تحققت بنسبة قليلة.  
خلاصة:

تناولنا في هذا الفصل تحليل ومناقشة نتائج البحث المتمثل في مقياس وقت الفراغ موزع على أستاذات بمرحلة التعليم الثانوي فتوصلنا إلى أن اتجاهات المرأة نحو وقت الفراغ ايجابية كما أن درجة اتجاهاتها لا تتأثر حسب الخبرة المهنية والمستوى العلمي بينما تتأثر وفق النشاط الترويحي الممارس.  
وهذا بين أن اختيار نوع الأنشطة الترويحية من خلال معرفة درجة أهميتها وفوائدها الايجابية على الفرد والمجتمع يكون اتجاهات ايجابية نحو الممارسة الدائمة لمناشط الترويح كالترويح الرياضي، الترويح الخلوي...



### - الاقتراحات والتوصيات:

- تعديل الاتجاهات نحو أوقات الفراغ لدى المرأة على النحو الايجابي
- تنمية الاتجاهات لدى المرأة حول أوقات الفراغ.
- تسطير برنامج تروحي خاص بهذه الفئة والذي يجب أن يراعي خصوصياتها مع التخطيط الجيد تخص استثمار وقت الفراغ.
- الحث على الاهتمام بالبحوث العلمية التي تخص المرأة وإعطائها أهمية كبرى في دراسة الجوانب المختلفة لهذه الفئة.
- العمل على توفير الإمكانيات المادية والبشرية تخص المرأة لاستغلال أوقات الفراغ.
- تكوين إطارات متخصصة في التربية التروحية والترويح الرياضي للعمل في مجال التخصص.
- عقد الندوات والأيام التحسيسية لرصد مختلف المشاكل التي تواجه المرأة العاملة في حياتها اليومية.
- ضرورة التنسيق بين وزارة التربية الوطنية و وزارة الشباب والرياضة للنهوض بقطاع الرياضة وتشجيع الممارسة التروحية لدى المرأة لاستغلال وقت الفراغ.

### - بحوث مستقبلية

- الدراسة حول اتجاهات الطالبات في الإقامة الجامعية نحو وقت الفراغ .
- الدراسة حول كيفية شغل أوقات الفراغ لدى المرأة الماكثة في البيت .
- البحث في طبيعة الاتجاهات نحو استثمار وقت الفراغ لدى المرأة العاملة وفقا لمتغيرات أخرى كالسن والجنس والمنطقة.

# الخطبة



- الخاتمة:

لقد بدأنا بحثنا وها نحن الآن ننهي هذا العمل المتواضع بما هو معلوم، وبدأنا بما هو غامض وها نحن الآن ننهيه بما هو واضح، وبدأنا بإشكال وافتراضات وها نحن الآن ننهيه بحلول ونتائج، حيث أن لكل بداية نهاية ولكل منطلق هدف مسطر ومقصود، وها نحن الآن نخط اسطر خاتمة بحثنا التي سنحاول من خلالها تقديم زبدة الموضوع ومدى تحقيق الهدف المرجو من ذلك وتقديم افتراضات مستقبلية تساعد الباحثين على مواصلة البحث أو إعادة دراسته من جوانب أخرى، حيث انطلقنا من تعاريف ومصطلحات، وجسدت بجمع المعلومات ومعالجتها وتحليلها معتمدين في ذلك على العمل المنهجي الذي لا يخلو من الضوابط والالتزامات المنهجية المطلوبة، حيث وضعنا في مقدمة أهدافنا إزالة الغموض والالتباس الذي لمسناه أثناء بداية هذا الموضوع، لهذا كانت من أهم الخطوات المعتمدة لتنظيم العمل في إطار علمي ومنهجي.

من خلال البحث حاولنا الكشف عن اتجاهات المرأة نحو وقت الفراغ، ومعرفة أهم النشاطات الترويحية التي تمارسها بالإضافة إلى كشف الفروق الحاصلة بين اتجاهات المرأة نحو أوقات الفراغ حسب متغير (الخبرة المهنية، المستوى العلمي، نوع النشاط).

بعد تحليل وإثراء متغيرات البحث نظرياً، وإعداد أداة لجمع البيانات وتطبيقها على عينة مكونة من 30 أستاذة ومن مختلف سنوات الخبرة ومختلف المؤهلات العلمية، يعملون بمختلف المؤسسات التربوية المتمثلة في ثانويات مدينة فرندة بولاية تيارت، وبعد جمع البيانات ومعالجتها إحصائياً وعرضها وتحليلها وتفسيرها ومناقشتها بالاعتماد على تناول النظري، الذي شمل فصلين انصبا في موضوع الدراسة حيث تناول الفصل الأول وقت الفراغ والفصل الثاني الاتجاهات





النفسية، واعتمادا على ما توفر من دراسات سابقة أو مشابهة خلصت دراستنا إلى مايلي:

➤ اتجاهات المرأة نحو وقت الفراغ ايجابية وهذا لأنها تفضل شغل أوقات فراغها فيما هو مفيد .

➤ توجد اختلافات اتجاهات المرأة نحو وقت الفراغ حسب متغير النشاط الترويحي الممارس.

➤ لا توجد اختلافات اتجاهات المرأة نحو وقت الفراغ حسب متغير الخبرة المهنية.

➤ لا توجد اختلافات اتجاهات المرأة نحو وقت الفراغ حسب متغير المستوى التعليمي.

وفي الأخير نتمنى أن يكون بحثنا المتواضع بابا واسعا وانطلاقة جديدة لبحوث أخرى في ميدان التخصص وخاصة في دراسة مشكل وقت الفراغ.

# المصادر والمراجع

أ- المراجع باللغة العربية :

القران الكريم :

- الآية 78 من سورة النحل.

- الآية (1-2) من سورة الفجر.

- الآية (1-2) من سورة العصر.

- الآية (1-2) من سورة الليل.

- 1) ابو شيخة، نادر احمد .(1991). *ادارة الوقت*. دار المجدلاوي للنشر :عمان.
- 2) أحمد الخالق .( 1983 ). *علم النفس الاجتماعي*. بيروت -لبنان :دار  
الجامعية.
- 3) أحمد أوزي .(1986). *سيكولوجية المراهق*. الدار البيضاء المغرب :دار  
الفرقان /الطبعة الأولى.
- 4) امجد قاسم. (02 02, 2011). *التربية والثقافة*. تم الاسترداد من افاق علمية  
وتربوية.
- 5) ايمان احمد ونوس. (26 04, 2015). *الحوار المتمدن*. تم الاسترداد من  
سيكولوجية المرأة.
- 6) أرنوف وتيج .( 1994 ). *مقدمة في علم النفس*. الجزائر :ديوان المطبوعات  
الجامعية.
- 7) الحسن , ا. م .(1986). *الفراغ ومشكلات ودراسة ومقارنة في علم اجتماع  
الفراغ*. بيروت :دار الطليعة العربية.

- (8) الحسن، احسان محمد . (2005). علم اجتماع الفراغ . داروائل للنشر والتوزيع :عمان،الادرن.
- (9) الحماحمي،ك د . (1997). رؤية عصرية للترويج واوقات الفراغ .مصر : مركز الكتاب للنشر.
- (10) الحماحمي،محمد محمد ومصطفى،عايدة عبد العزيز، . (2007). الترويج بين النظرية والتطبيق .القاهرة :مركز الكتاب للنشر.
- (11) الخطاب،ع م .النشاط الترويجي وبرامجه .مصر، :القاهرة الحديثة.
- (12) العلاوي،م ح . (1986). علم النفس الرياضي .القاهرة :دار المعارف.
- (13) السيد خير الله . (1984). مفهوم الذات .مصر :دار النهضة العربية.
- (14) بدوي،احمد زكي .معجم مصطلحات العلوم الاجتماعية .
- (15) حامد عبد السلام زهران . (1985). علم النفس الاجتماعي .القاهرة : عالم الكتب -الطبعة 05.
- (16) حلمي المليجي . (1982). علم النفس المعاصر .مصر :دار النهضة العربية - -الطبعة الثانية.
- (17) خطاب،عطيات محمد . (1990). اوقات الفراغ والترويج .القاهرة : دار المعارف.

- (18) خاطر .أحمد مصطفى (1989): أنشطة إستثمار وقت الفراغ ودعم الانتمائية في المجتمع .المجلة العربية للعلوم الإنسانية ،جامعة الكويت ،العدد السادس والثلاثون ،المجلد التاسع .كلية الآداب جامعة الملك سعود.
- (19) درويش كمال،محمد محمد الحماحي .(1997) .رؤية عصرية للترويج واوقات الفراغ .القاهرة :مركز الكتاب للنشر.
- (20) درويش زين العابدين و آخرون .(1993) .علم النفس الاجتماعي أسسه وتطبيقاته .القاهرة :مطابع زمزم.
- (21) رابح ،ا .ع .(1996) .اصول علم النفس .الاسكندرية،مصر :المكتب المصري الحديث للطباعة والنشر.
- (22) زيدان عبد الباقي .( 1974) .وسائل و أساليب الاتصال .دار الكتب المصرية الطبعة الأولى.
- (23) سليمان،محمود صادق .(2002) .مشكلات الشباب :الدوافع والمتغيرلت .ابو ظبي :مركز الامارات للدراسات والبحوث الاستراتيجية.
- (24) سعد عبد الرحمان .( 1983) .السلوك الإنساني .الكويت :مكتبة الفلاح.
- (25) سعد جلال .( 1992) .القياس النفسي و الاختبارات النفسية .مصر : دار المعارف.
- (26) سورة البقرة الاية 185.

- (27) صالح ,ا. ز. (1971). علم النفس التربوي .مصر :مكتبة النهضة المصرية.
- (28) عبد الغني محمد،عبد الغني (1993). كيف تستثمر وقت فراغك،الفراغ والانسان .دار الفكر العربي.
- (29) علاوي،محمد حسن (1975). علم النفس الرياضي .القاهرة :دار المعارف.
- (30) عباس محمود عوض ( 1980 ). علم النفس الاجتماعي .بيروت : دار النهضة العربية.
- (31) عبد الرحمان محمد عيسوي ( 1988 ). اتجاهات حديثة في علم النفس الحديث .بيروت :دار النهضة العربية.ط1.
- (32) عبد المجيد نشواتي ( 1993 ). علم النفس التربوي .الأردن :دار الفرقان مؤسسة الرسالة .
- (33) عطوف ياسين محمود ( 1989 ). مدخل إلى علم النفس الاجتماعي . بيروت :دار العلم للملايين.
- (34) عبد الرحمان محمد العيسوي ( 1992 ). علم النفس الاجتماعي .دار النهضة العربية.ط2.
- (35) عطوف ياسين محمود ( 1989 ). مدخل إلى علم النفس الاجتماعي . بيروت :دار العلم للملايين.

- (36) عباس محمود عوض . ( 1990 ) . في علم النفس الاجتماعي . لبنان :  
دار النهضة العربية. ط2.
- (37) عبد الرحمان محمد العيسوي . ( 1992 ) . علم النفس الاجتماعي . دار  
النهضة العربية.
- (38) عباس محمود عوض . ( 1980 ) . علم النفس الاجتماعي . بيروت :  
دار النهضة العربية. ط1
- (39) عبد الرحمان العيسوي . ( 1974 ) . دراسات في علم النفس  
الاجتماعي . بيروت : دار النهضة العربية للطباعة و النشر الطبعة الثانية.
- (40) فخرو. حصة عبد الرحمن (2005): مستويات إدارة الوقت لدى  
طالبات جامعة قطر وتخصصهن الجامعي في علاقتهما بالتحصيل الأكاديمي  
والرضا عن الحياة.
- (41) كمال درويش، محمد محمد الحماحي . (1997). رؤية عصرية  
للترويج واوقات الفراغ . مصر : مركز الكتاب للنشر .
- (42) كامل محمد عويضة . ( 1996 ) . علم النفس الاجتماعي . دار الكتاب  
العلمية .
- (43) لقصير ، ع . ا . ( 1999 ) . الاسرة المتغيرة في مجتمع المدينة العربية .  
بيروت : دار النهضة العربية.
- (44) لبيب . عبد العزيز ( 1993 ) : " الاتجاهات الوالدية وعلاقتها باتجاهات  
الأبناء نحو النشاط الرياضي وسلوكهم في وقت الفراغ " ، رسالة ماجستير  
،كلية التربية الرياضية للبنين ،جامعة حلوان

- (45) محمد محمد الحماحي. كمال درويش. (1997). رؤية عصرية للترويج واوقات الفراغ. مصر: مركز الكتاب للنشر.
- (46) محمد م. ع. (1985). وقت الفراغ في المجتمع الحديث. بيروت: دار النهضة العربية للنشر والتوزيع.
- (47) محمد،تهاني عبد السلام. (1975). علم النفس الرياضي. القاهرة: دار المعارف.
- (48) محمد،محمد علي. (1985). وقت الفراغ في المجتمع الحديث. بيروت: دار النهضة العربية.
- (49) منصور،عبد المجيد،سيد احمد والشربيني،زكرياء. (2005). الشباب بين صراع الاجيال المعاصر والهدى الاسلامي:المشكلات-القضايا-مهارات الحياة. القاهرة: دار الفكر العربي.
- (50) موسى،ع. ا. (1998). التنشئة الاجتماعية. مصر: المكتب العلمي للنشر والتوزيع الاسكندرية.
- (51) محمد حسن علاوي. (1994). علم النفس الرياضي. دار المعارف،ط.9
- (52) مقدم عبد الحفيظ. (1993). الإحصاء و القياس النفسي و التربوي. ديوان المطبوعات الجامعية.
- (53) محمد مصطفى زيدان. (1987). علم النفس الاجتماعي. دار الشرق.



(54) محمد حسن ظاظا و سماح رافع . (1993) . علم النفس العام . مصر : دار القومية العربية للطباعة .

(55) محمود عبد الحليم منسي . علم النفس التربوي للمعلمين . القاهرة : دار المعرفة الجامعية الطبعة الأولى .

ب- المراجع باللغة الاجنبية :

1. Dumazedier, J. (1972). *vers une civilisation loisir*. paris: Puf.
2. Robrts. (1970). *loisir*. London

# العلم حقا

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم -  
قسم النشاط الحركي المكيف

استبيان حول  
اتجاهات المرأة نحو استثمار أوقات الفراغ

**أختي الفاضلة:**

نرجو منك الإجابة بموضوعية واهتمام وذلك لان إجابتك ستساهم في إخراج موضوع البحث تحت عنوان "اتجاهات المرأة نحو استثمار أوقات الفراغ"

**التعليمات:** اقرئي كل عبارة جيدا وارسمي دائرة حول أي رقم على يسار العبارة بحيث يشير إلى مدى انطباق العبارة على حالتك مع ملاحظة أن:  
الرقم (5) يشير إلى أن العبارة تنطبق عليك بدرجة كبيرة جدا، والرقم (4) يشير إلى أن العبارة تنطبق عليك بدرجة كبيرة، والرقم (3) يشير إلى أن العبارة تنطبق عليك بدرجة متوسطة، والرقم (2) يشير إلى أن العبارة تنطبق عليك بدرجة قليلة، والرقم (1) يشير إلى أن العبارة تنطبق عليك بدرجة قليلة جدا.

**إعداد الطلبة:**

- سنوسي سيف عبد المجيد
- ثنية محمد عبد الرحمان
- بن ساحة محمد أمين

**تحت إشراف:**

د/بن زيدان حسين

..... المهنة:

..... السن:

..... مكان العمل:

..... المنطقة:

..... المستوى العلمي:

..... الخبرة المهنية:

..... نوع النشاط:

..... تمارسي نشاط ترويحي:

الدرجات					العبارات
تنطبق بدرجة قليلة جدا	تنطبق بدرجة قليلة	تنطبق بدرجة متوسطة	تنطبق بدرجة كبيرة	تنطبق بدرجة كبيرة جدا	
					1/ ممارسة الأنشطة في وقت الفراغ استخدام مفيد للوقت.
					2/ عندما اشترك في أنشطة وقت الفراغ فان الوقت يمر بسرعة.
					3/ أمارس أنشطة وقت الفراغ بصورة مستمرة.
					4/ أنشطة وقت الفراغ نافعة للفرد و للمجتمع.
					5/ اشترافي في أنشطة وقت الفراغ تمنحني السعادة.
					6/ إذا أتاحت لي الفرصة فانه يمكنني زيادة كمية الوقت الذي أمارس فيه أنشطة وقت الفراغ.
					7/ يكتسب الفرد غالبا صداقات من خلال أنشطة وقت الفراغ.
					8/ أتمتع بممارسة أنشطة وقت الفراغ.

					9/ اشترى بعض الأدوات أو الملابس لكي استخدمها في نشاط وقت الفراغ بما تسمح به قدراتي المالية.
					10/ أنشطة وقت الفراغ تسهم في الارتقاء بصحة الإنسان.
					11/ أنشطة وقت الفراغ تمنحني خبرات سارة.
					12/ استطيت أن أمارس المزيد من الأنشطة الجديدة في وقت الفراغ إذا أتيحت لي المزيد من الوقت والإمكانات.
					13/ أنشطة وقت الفراغ هامة جدا للإنسان.
					14/ أنشطة وقت الفراغ تساعد على إحساسي بالانتعاش.
					15/ إذا كان لي أن أختار فإنني أفضل أن أعيش في بيئة أو مدينة بها إمكانيات أفضل لأنشطة وقت الفراغ.
					16/ أنشطة وقت الفراغ تساعد على قدرة الفرد على الإنتاج.
					17/ اشعر بانفعالات سارة أثناء ممارسة وقت الفراغ.
					18/ أوافق على فكرة زيادة وقت فراغي لكي أستطيع ممارسة أنشطة أكثر في وقت الفراغ.
					19/ أنشطة وقت الفراغ تساعد الإنسان على الاسترخاء.
					20/ الأنشطة التي أمارسها في وقت الفراغ تستحوذ على كل اهتماماتي.
					21/ أمارس أنشطة وقت الفراغ حتى ولو كنت مشغولا في عملي.

					22/ أنشطة وقت الفراغ تعتبر بمثابة فرص جديدة للتعرف الاجتماعي.
					23/ أميل إلى الأنشطة التي أمارسها في وقت الفراغ.
					24/ أعطي وقت ممارسة أنشطة وقت الفراغ الأولوية على غيره من الأوقات الأخرى.

## ملخص الدراسة

عنوان الدراسة: "اتجاهات المرأة نحو استثمار وقت الفراغ".

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على اتجاهات المرأة نحو وقت الفراغ ومعرفة درجة هذه الاتجاهات، وكذلك إلى كشف الفروق الحاصلة بين اتجاهات المرأة نحو وقت الفراغ حسب متغير (الخبرة المهنية، المستوى العلمي، نوع النشاط)، وعلى هذا الأساس افترض الباحثون فرضية عامة:

- اتجاهات المرأة ايجابية نحو استثمار وقت الفراغ

وفرضيات فرعية جاءت كالتالي:

1- درجة اتجاهات المرأة نحو استثمار وقت الفراغ كبيرة

2- تختلف درجة اتجاهات المرأة نحو استثمار وقت الفراغ حسب متغير (الخبرة المهنية، المستوى العلمي، نوع النشاط).

وقد تم اختيار عينة البحث من بعض ثانويات مدينة فرندة بولاية تيارت حيث بلغ العدد 30 استاذة أي ما يعادل 46,15 % من المجتمع الأصلي الذي بلغ عدده 65 أستاذة، وقصد الإلمام بموضوع البحث ومتغيراته اعتمدنا أساساً على مجموعة من المصادر والمراجع بالإضافة إلى جملة من البحوث والدراسات التي تناولت بكيفية أو بأخرى احد جوانب دراستنا هذه، وانطلاقاً من طبيعة الدراسة ولأجل اختبار فرضيات البحث والوقوف على مدى تحققها، ومن أجل تحقيق أهداف البحث قمنا بتطبيق مقياس

الاتجاه نحو وقت الفراغ الذي صممه كل من منير راغب و جاكوب بيرد، ومن أهم الاستنتاجات التي خلص إليها الباحثون:

- اتجاهات المرأة نحو وقت الفراغ ايجابية وهذا لأنها تفضل شغل وقت فراغها فيما هو مفيد
- توجد اختلافات في اتجاهات المرأة نحو وقت الفراغ حسب متغير النشاط الترويحي الممارس.
- لا توجد اختلافات في اتجاهات المرأة نحو وقت الفراغ حسب متغير الخبرة المهنية.
- لا توجد اختلافات في اتجاهات المرأة نحو وقت الفراغ حسب متغير المستوى العلمي.

وعلى ضوء النتائج المتوصل إليها قدم الباحثون جملة من التوصيات والاقتراحات أهمها:

- ✓ الحث على الاهتمام بالبحوث العلمية التي تخص المرأة وإعطائها أهمية كبرى في دراسة الجوانب المختلفة لهذه الفئة.
- ✓ العمل على توفير الإمكانيات المادية والبشرية التي تخص المرأة لاستغلال أوقات الفراغ.
- ✓ الدراسة حول اتجاهات الطالبات في الإقامة الجامعية نحو وقت الفراغ.
- ✓ الدراسة حول كيفية شغل أوقات الفراغ لدى المرأة الماكثة في البيت.



## Résumé de l'étude

**Titre de l'étude** : Exploitation du temps libre par les femmes.

Le but de cette étude consiste à connaître les orientations des femmes pendant le temps libre et le degré de ces orientations ainsi que la différence entre ces orientations vers le temps libre en fonction des variables suivantes : -L'expérience professionnelle, le niveau d'études et le types d'activités.

Les chercheurs ont mis une hypothèse générale qui suppose que les orientations de la femme envers le temps libre sont positives, et des hypothèses secondaires suivantes :

- 1-Le degré de l'orientation de la femme vers l'exploitation du temps libre est grand.
- 2-Les orientations de la femme dans l'exploitation du temps libre varie selon l'expérience professionnelle, le niveau d'étude et le type d'activité.

Pour cela nous avons choisi un échantillon de 30 femmes professeurs ce qui représente 46,16% parmi un nombre total de 65 femmes professeurs exerçants dans les lycées de Freanda dans la wilaya de Tiaret.

Pour prendre en charge tous les côtés de cette étude, nous nous sommes basés sur plusieurs ressources et recherches qui traitent d'une façon ou d'une autre l'un des cotés de notre étude.

A partir de la nature de cette étude et pour tester les hypothèses et vérifier leurs réalisations ainsi que leurs buts, nous avons appliqué le module de l'orientation vers le temps libre de « Mounir Ragheb » et « Jacob Bird ».

Les déductions importantes des chercheurs sont :

- La femme s'oriente vers le temps libre positivement parce qu'elle veut profiter de ce temps pour réaliser des choses bénéfiques.
- Il existe des différences dans l'orientation de la femme vers l'exploitation du temps libre d'après l'activité de loisir pratiquée.
- Il n'y a pas de différences dans ces orientations d'après l'expérience professionnelle.
- Il n'y a non plus des différences selon le niveau d'études.

D'après les résultats obtenus, les chercheurs ont suggéré de :

- Inciter à donner de l'importance aux recherches scientifiques concernant la femme et son temps libre.
- Faire des recherches sur les orientations des étudiantes dans l'exploitation de leur temps libre dans les cités universitaires.
- Faire une étude sur la façon d'occuper le temps libre par la femme au foyer.