

جامعة عبد الحميد ابن باديس - مستغانم

معهد التربية البدنية والرياضية

قسم: نشاط بدني مكيف

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في تخصص نشاط بدني مكيف

تحت عنوان

اتجاهات الطلبة الجامعيين نحو استثمار

أوقات الفراغ

بحث وصفي اجري على طلبة جامعة ابن خلدون-تيارت

من اعداد الطالبين

- سنوسي سيف عبد المجيد
- بوسكين جيلالي
- تحت اشراف
- د/ بن زيدان حسين

السنة الجامعية: 2017-2018

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

“وَلَا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ إِنَّ السَّمْعَ
وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَئِكَ كَانَ عَنْهُ

مَسْئُولًا”

صدق الله العظيم

"الآية 63 من سورة الإسراء"

الإهداء

- إلى منبع الحنان والعطف والحب أمي الحنون أطل الله في عمرها.
- إلى مثلي الأعلى في الصبر والعطاء والتضحية، إلى الذي زرع في أنبل الأطلاق والمبادئ أبي العزيز أطل الله في عمره.
- إلى كل أخواتي وإخوتي وخاصة يوسف الصديق
- إلى كل أصدقائي وزملائي
- إلى كل طالب العلم.
- إلى كل أساتذة معهد التربية البدنية والرياضية.

إليهم جميعاً أهدي ثمرة هذا العمل المتواضع

جيلالي

اهداء

- أهدي ثمرة هذا العمل المتواضع :
- إلى النفس الهادئة ، إلى من حملتني وهنا ووضعتني وهنا ، إلى من حمرتني بجانها 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 أزالته من أمامي أشواق الطريق ورسمت المستقبل بخطوط من الأمل والثقة ، إلى قائدي في
- درج 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 وخص بالذكر صديقي العزيز مبارك محمد، وسنوسي محمد
- إلى من أحبهم قلبي و لم يذكرهم اللسان
- إلى طلبة و أساتذة قسم النشاط الحركي المكيف.

سيف محمد المجيد

كلمة شكر

- قال الله تعالى:

(وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِن كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ)

- قال رسول الله صلى الله عليه وسلم:

(من لم يشكر الناس لم يشكر الله)

نشكر،

الله عز وجل الذي وفقنا لإنهاء هذا العمل المتواضع، كما أتقدم
بجزيل الشكر التقدير والاحترام الى الدكتور "بن زيدان حسين"
لتفضله بالإشراف على هذا البحث ونحن نكن له التقدير والاحترام لما
بذله من جهد من اجلنا، والذي اثار لنا الطريق بتعليماته المنهجية
وتوجيهاته القيمة في ميدان البحث العلمي والى كل الأساتذة الذين
لم يبخلوا علينا بالنصائح والارشادات، الى كل من ساهم من قريب او
من بعيد لإنجاز هذا البحث

محتوى البحث

الصفحة	الموضوع
أ	آية قرآنية
ب/ج	الاهداء
د	كلمة شكر
قائمة المحتويات	
هـ	قائمة الجداول
و	قائمة الاشكال
ي	ملخص البحث
التعريف بالبحث	
1	1-مقدمة
3	2-الإشكالية
4	3-فرضيات البحث
5	4-أهداف البحث
5	5-أهمية البحث
5	5-1-الجانب العلمي
5	5-2-الجانب العملي
6	6- مصطلحات البحث
6	6-1- الاتجاهات
6	6-2- وقت الفراغ
6	6-3- الاستثمار
7	6-4-الطلبة الجامعيين
8	7-الدراسات والبحوث
	المشابهة
8	7-1دراسة الاولى

9	7-2-الدراسة الثانية
10	7-3-الدراسة الثالثة
11	7-4- التعليق على الدراسات
12	7-5- نقد الدراسات
12	8- خلاصة

الباب الأول الدراسة النظرية

مدخل الباب الأول

الفصل الأول وقت الفراغ

16	تمهيد
17	1-1-تعريف وقت الفراغ
17	أ-الوقت TIME
17	ب-وقت الفراغ
23	ج- الوقت الحر
23	1-2-أهمية وقت الفراغ
34	1-3-خصائص وقت الفراغ
34	1-4-أنواع وقت الفراغ
35	1-5-العوامل المؤثرة
37	الخلاصة

الفصل الثاني الاتجاهات النفسية

39	تمهيد
40	2-1-مفهوم الاتجاهات
41	2-2- مكونات الاتجاهات
41	2-2-1-العنصر المعرفي

42	2-2-2- العنصر الوجداني والانفعالي
42	2-2-3- العنصر النزوعي
42	2-3- تكوين الاتجاهات
43	2-4- نمو الاتجاهات
44	2-5- مميزات الاتجاه
45	2-6- خصائص الاتجاهات
46	2-7- وظائف الاتجاه
48	2-8- أنواع الاتجاهات
52	2-9- مراحل تكوين الاتجاهات
52	2-10- عوامل تكوين
53	2-11- قياس الاتجاهات
54	2-12- أهمية الاتجاهات
55	2-13- علاقة الاتجاهات
57	الخلاصة

الباب الثاني الدراسة الميدانية

مدخل الباب الثاني

الفصل الاول

منهجية البحث والاجراءات الميدانية

61	تمهيد
62	1- منهج البحث
62	2- مجتمع البحث
62	2-1- عينة البحث

63	3- متغيرات البحث
63	4- مجالات البحث
63	5- أدوات البحث
66	6- الدراسة الاستطلاعية
67	7- الأسس العلمية
68	8- الدراسة الأساسية
69	9- الأساليب الإحصائية
70	خلاصة

الفصل الثاني

عرض و تحليل و مناقشة النتائج

	تمهيد
72	2-1- عرض و تحليل و مناقشة النتائج
72	1-1- عرض و تحليل النتائج الفرضية الأولى
79	1-2- عرض و تحليل النتائج الخاصة بالفرضية الثانية
85	2-2- الاستنتاجات
86	2-3- مناقشة و مقارنة الخلاصة العامة
88	الاقتراحات
88	خلاصة عامة
89	المصادر و المراجع
92	الملاحق
116	

الصفحة	قائمة الجداول	الرقم
62	يبين توزيع مجتمع و عينة البحث لطلبة جامعة ابن خلدون - تيارت-	1
64	يوضح العبارات الخاصة بكل بعد	2
65	يبين درجات المقياس للعبارات	3
65	يوضح تحديد المستويات	4
67	يوضح الدراسة الاستطلاعية	5
73	يمثل المقياس الكلي لاتجاهات الطلبة الجامعيين نحو وقت الفراغ	6
75	يمثل اتجاهات الطلبة الجامعيين نحو وقت الفراغ في البعد المعرفي	7
76	يمثل اتجاهات الطلبة الجامعيين نحو وقت الفراغ في البعد الانفعالي	8
77	يمثل اتجاهات الطلبة الجامعيين نحو وقت الفراغ في البعد السلوكي	9
79	يوضح مقارنة اتجاهات الطلبة نحو وقت الفراغ حسب المستوى العلمي	10
80	يوضح مقارنة اتجاهات الطلبة نحو وقت الفراغ حسب الجنس	11
83	يوضح مقارنة اتجاهات الطلبة نحو وقت الفراغ حسب التخصص	12

الصفحة	قائمة الأشكال	الرقم
79	أعمدة بيانية تبين مقارنة اتجاهات الطلبة نحو وقت الفراغ حسب المستوى العلمي	1
81	أعمدة بيانية تبين مقارنة اتجاهات الطلبة نحو وقت الفراغ حسب الجنس	2
84	أعمدة بيانية تبين مقارنة اتجاهات المرأة نحو وقت الفراغ حسب التخصص	3

ملخص الدراسة

هدفت الدراسة إلى التعرف على اتجاهات الطلبة نحو استثمار وقت الفراغ و معرفة درجة هذه الاتجاهات و كشف الفروق المتحصل عليها بين الطلبة حسب (المستوى العلمي، نوع الجنس، التخصص) و على هذا الأساس جاءت صياغتنا للفرضية العامة:

اتجاهات الطلبة ايجابية نحو استثمار أوقات الفراغ.

أما الفرضيات الفرعية فتتجلى فيما يلي :

- 1- درجة اتجاهات الطلبة نحو استثمار أوقات الفراغ كبيرة.
 - 2- تختلف درجة اتجاهات الطلبة نحو استثمار أوقات الفراغ حسب متغيرات (التخصص ، المستوى العلمي ، الجنس).
- و قد تم اختيار عينة البحث من جامعة ابن خلدون - تيارت - حيث بلغ العدد الكلي لأفراد العينة 1552 موزعين على تسعة كليات أي ما يعادل 5% من مجتمع الدراسة المقدر ب 31153 طالب، و قصد الإلمام بموضوع البحث و متغيراته اعتمدنا أساسا على مجموعة من المصادر و المراجع بالإضافة إلى جملة من البحوث و الدراسات التي تناولت بكيفية أو بأخرى احد جوانب هذه الدراسة.

بعد تفرغ النتائج و استعمال الأساليب الإحصائية المناسبة خلصنا إلى:

- اتجاهات الطلبة نحو استثمار وقت الفراغ ايجابية.
- لا يعد المستوى العلمي عاملا محددًا اتجاهات الطلبة نحو استثمار وقت الفراغ.
- نوع الجنس عامل من عوامل تحديد اتجاهات الطلبة نحو استثمار وقت الفراغ.
- هناك فروق ذات دلالة معنوية في اتجاهات الطلبة نحو استثمار وقت الفراغ حسب التخصص.

Résumé de l'étude

L'étude visait à identifier les attitudes des étudiants vis-à-vis de l'investissement dans les loisirs, à connaître le degré de ces tendances et à détecter les différences entre les élèves en fonction du niveau scientifique, du sexe et de la spécialisation.

Attitudes positives des étudiants vis-à-vis des investissements de loisirs.

Les sous-hypothèses sont les suivantes:

-1Le degré d'attitude des étudiants vis-à-vis de l'investissement dans les loisirs est excellent.

- 2Le degré d'attitude des étudiants vis-à-vis de l'investissement dans le loisir varie selon les variables (spécialisation, niveau scientifique, sexe.)

Et il a été l'échantillon de recherche choisi de l'Université d'Ibn Khaldoun - Tiaret - où le nombre total des membres de l'échantillon 1552 distribué neuf collèges équivalant à 5% de la population étudiée est estimée à 31 153 étudiants, afin de familiarité avec le sujet de la recherche et des variables principalement fondé sur diverses sources Et des références en plus d'une collection de recherches et d'études qui ont traité d'une manière ou d'une autre d'un aspect de cette étude.

Après avoir déchargé les résultats et utilisé les méthodes statistiques appropriées, nous avons conclu:

-Attitudes des étudiants vis-à-vis des investissements de loisirs positifs.

-Le niveau scientifique n'est pas un facteur déterminant dans l'attitude des étudiants vis-à-vis de l'investissement dans les loisirs.

-Le genre est un facteur déterminant des attitudes des étudiants vis-à-vis de l'investissement dans les loisirs.

-Il existe des différences significatives dans les attitudes vis-à-vis de l'investissement de loisirs par spécialisation.

Abstract

The study aimed to identify the students' attitudes towards leisure time investment, to know the degree of these trends, and to detect the differences obtained among the students according to the scientific level, gender, specialization.

Positive student attitudes towards leisure investment.

Sub-assumptions are as follows:

- 1- The degree of students' attitudes towards investing leisure time is great.
- 2 - The degree of attitudes of students towards investing leisure time varies according to the variables (specialization, level of science, gender).

The study sample was selected from Ibn Khaldun University - Tiaret. The total number of the sample was 1552 distributed among nine faculties, ie 5% of the study population estimated at 31153 students. In order to become acquainted with the research topic and its variables, And references in addition to a collection of research and studies that dealt in one way or another one aspect of this study.

After unloading the results and using the appropriate statistical methods, we concluded:

- Students' attitudes towards positive leisure investment.
- The scientific level is not a determining factor in the students' attitudes towards investing leisure time.
- Gender is a factor determining the attitudes of students towards investing leisure time.
- There are significant differences in attitudes towards leisure time investment by specialization.

التعريف بالبحث

المقدمة



1- مقدمة:

لقد أنعم الخالق - جل شأنه- على الإنسان بالوقت؛ ففاز من استغله في بناء حياته وسار على الطريق المستقيم، وخاب من هدمه، باختيار طريق لا يقبله الله ورسوله، ثم المجتمع.

ولقد ذكر ابن كثير - رحمه الله - أن الله إذا أقسم بشيء فهو دليل على عظمته فالله لم يقسم بتلك المخلوقات عبثاً، بل ليبين أهميتها وليلفت النظر إليها، ويؤكد على عظيم نفعها، وضرورة استثمارها بما يفيد، وعدم تركها تضيع سدى دونما فائدة ترتجى في الدنيا أو الآخرة. (ابن كثير، 1946م، صفحة 358)

فالفراغ يعد نعمة من نعم الله العظيمة على الإنسان، وبخاصة إذا اقترن مع وقت الفراغ الصحة في البدن، فلقد قال الرسول صلى الله عليه وسلم: « نعمتان مغبون فيهما كثير من الناس: الصحة والفراغ» (رواه البخاري)، ولكن وقت الفراغ قد يتحول إلى نقمة على صاحبه، ومن ثم على المجتمع بأكمله إذا لم يحسن الإنسان استغلاله واستثماره والاستفادة منه بشكل إيجابي " (الشثري، 1986م، صفحة 72)

فلا يمكن اعتبار وقت الفراغ في الوقت الحاضر من المسائل الثانوية غير المهمة، ولا يمكن التقليل من أهميته للإنسان والمجتمع بأي صورة من الصور، ولا يمكن إهماله وعدم التخطيط له بغية استثماره والاستفادة منه

لذلك اهتم المربون باستثمار وقت الفراغ منذ الطفولة حتى الشيخوخة؛ لبناء فرد صالح في أسرته ومجتمعه ووطنه فهو ملازم للفرد طوال حياته، ولكنه يتخذ في كل مرحلة أهمية خاصة ووضعاً معيناً 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 والمهيئة 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 .

فقد أصبح وقت الفراغ بالنسبة لعدد لا يستهان به من الأفراد والجماعات والشرائح الاجتماعية في أقطار ومجتمعات مختلفة حقيقة ملموسة وشيئا ظاهرا ومشكلة تحتاج إلى الدراسة والتفكير العميق والمعالجات الموضوعية

وتمثل مرحلة الشباب أكثر المراحل العمرية تأثراً بأوقات الفراغ لخصوصية هذه المرحلة التي تتميز بالحماسة والروح الثورية على الأوضاع السائدة وميلها الأكيد إلى التغيير نحو الأفضل مما يجعل هذه المرحلة أهم أدوات التغيير الاجتماعي والاقتصادي والفكري في المجتمعات كما أن ما تتميز به هذه المرحلة من حيوية و طاقة زائدة وتغيرات نفسية وبيولوجية واجتماعية مختلفة تزيد من تأثرها بوقت الفراغ. ولعل الأمر يزداد سوءاً إن اجتمع الشباب والفراغ والمال في آن واحد.

وان الاستفادة من وقت الفراغ لديهم تسهم في تكوين شخصية الشاب تكويناً سليماً معافى وبخاصة طلبة الجامعات فهذه الفترة غنية بفرص الاكتساب للمهارات والمعلومات والمعارف والنشاطات الأخرى.

من المفروض ان يستفيد الطالب من الفترة التي يقضيها في الجامعة ويستغلها أحسن استغلال فالوقت مورد لا يعوض فخمس سنوات في معايير هذا العصر مدة هائلة على الطالب ان يستفيد منها ويغتنمها من خلال تطوير نفسه وطاقته المعرفية كما ونوعاً فالجامعة هي عالم الطالب الجميل والمرحلة الجامعية الأولى (الانطلاقة الحقيقية) لمستقبل زاهر لحيات الشاب.

كما يعتبر الدور الذي تلعبه الجامعة في توجيه طلابها نحو استغلال أوقات الفراغ من الأمور الهامة



2- مشكلة البحث:

إن ظاهرة الفراغ ذات أبعاد لا يمكن تناولها من زاوية تخصص واحدة وعليه لابد من تضافر جهود الباحثين في تخصصات مختلفة لإعطاء هذه المشكلة حقها من الفحص والتمحيص. (الشثري، 1986م)

ويمثل أسلوب التعامل مع احد مكونات منظومة الوقت وقت العمل الضروري أو وقت الراحة أو وقت الفراغ تعبيراً عن مستوى تطور المجتمع انطلاقاً من جدلية العام (المجتمع) والخاص (احد مكونات الوقت) ؛ ولما كان التطور الاجتماعي يقوم على التلازم بين وقت العمل ووقت الفراغ سمة أساسية من سمات المجتمعات المتقدمة بحيث يمكن استثمار وقت الفراغ من اجل تنمية دوافع العمل ولا يجوز اعتبار وقت الفراغ مسألة ثانوية يمكن التقليل من أهميته وقيمه بالنسبة للإنسان والمجتمع ، فقد قال سقراط (إن وقت الفراغ لهو أثمن ما نملك) (محمد علي، 1985، صفحة 15) ولا يمكن في هذا العصر تصور الحياة عملاً متواصلًا لان ذلك يؤدي بعد مدة إلى الشعور بالتعب والملل، لذا أن تحقيق التوازن بين وقت العمل ووقت الفراغ أمر أساسي للإنسان فالترفيه الثقافي والروحي والجسدي ضرورة حيوية تمهد لحركة العمل والإبداع.

وتعتمد سياسة وقت الفراغ لدى طلبة الجامعة على مبدأ أنساني يطمح إلى تحويل وقت الفراغ إلى وقت ممارسة الأنشطة والفعاليات بما يناسب ميول الطالب واتجاهاته وقيمه وظروفه وثقافته وطبيعته الاجتماعية والنفسية، أي إن وقت الفراغ يعتمد على طبيعة النشاطات والفعاليات المتنوعة التي يمارسها الطالب في حياته اليومية ويختارها بإرادة حرة

إذ لاحظ الطالبان الباحثان من خلال اطلاعهما على دراسات متعددة (دراسة جمال مرزوقة و دراسة دغوب و دراسة عفاف عبد الفتاح) أن هناك فرقا كبيرا بين الجزائر ودول العالم في كيفية استثمار أوقات الفراغ لدى الشباب عامة وطلبة الجامعة خاصة نتيجة التقدم العلمي و(التكنولوجي) وثورة الاتصالات التي يشهدها عالم اليوم



والتي ستزداد مع عالم الغد، فعليها أن توجه طاقاتها وشبابها الذين هم أمل الأمة وغدها المشرق لاستثمار أوقات الفراغ من اجل أن تلحق بهذا التقدم، كذلك اغلب الأوقات لدى الطلبة داخل الجامعة يقضونها في مجالسة الأصدقاء، واستخدام الموبايل في الحديث مع الأصدقاء، ومعظم أوقات الفراغ لدى الطلبة خارج الجامعة (بعد انتهاء من المحاضرات) يقضونها في الجلوس مع الأسرة والجلوس مع الأقارب والأصدقاء ومشاهدة برامج الفضائيات والتدخين وارتياح المقاهي بهدف التسلية لذا جاءت هذه الدراسة لبحث اتجاهات طلبة الجامعة نحو وقت الفراغ ولذا تم طرح التساؤلات الآتية:

❖ ما اتجاهات الطلبة الجامعيين نحو استثمار وقت الفراغ؟

وهذا من خلال طرح التساؤلات التالية:

1- ما هي درجة اتجاهات الطلبة الجامعيين نحو استثمار وقت الفراغ؟

2- هل تختلف درجة اتجاهات الطلبة الجامعيين نحو استثمار وقت الفراغ حسب

متغيرات (التخصص، المستوى العلمي، الجنس)؟

3- فرضيات البحث:

يفترض الطالبان فرضية عامة تمثلت في:

❖ اتجاهات الطلبة ايجابية نحو استثمار أوقات الفراغ.

أما الفرضيات الفرعية فنتجلى فيما يلي:

1- درجة اتجاهات الطلبة نحو استثمار أوقات الفراغ كبيرة.

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

(التخصص، المستوى العلمي، الجنس).



4- أهداف البحث:

يهدف هذا البحث إلى التعرف على الكيفية التي يستثمر بها الطلبة الجامعيين وقت فراغهم ومعرفة أبرز النشاطات التي يمارسونها وذلك من خلال ما يلي:

1- معرفة النشاطات الترويحية التي يمارسها الطلبة الجامعيين؟

2- معرفة اتجاهات الطلبة نحو وقت الفراغ

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

التخصص، المستوى العلمي، الجنس.

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

5-1- الجانب العلمي: تعتبر هذه الدراسة محاولة لإثراء المعرفة وتبسيط الضوء على

جوانب محددة لها تأثير عميق على الكيفية التي يستثمر فيها الطلبة الجامعيين أوقات

فراغهم، وفيما يستثمر هذا الوقت وكذلك علاقته بإبداعاتهم في مجالات شتى.

5-2- الجانب العملي: يمكن الاستفادة من نتائج الدراسة في معالجة بعض الصعوبات

والمشكلات التي ترتبط الطلبة الجامعيين وكيفية الاستفادة من استثمار أوقات فراغهم،

وكذلك الاستفادة منها تطبيقيا في تطوير وإثراء وتعزيز نوعية اتجاهاتهم وميولهم.



6- مصطلحات البحث:

6-1- الاتجاهات:

- اصطلاحاً: عرفه " أحمد عزت راجح " بأنه: استعداد وجداني مكتسب ثابت يحدد شعور الفرد وسلوكه 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 إجرائياً: هي تلك الاستعدادات أو الاستجابات المختلفة نحو مواضيع التربية البدنية والرياضية.

6-2- وقت الفراغ:

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

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

-تعريف إجرائي: الوقت الذي يبقى من طرح ساعات العمل الإجباري أو الدراسة الإجبارية للفرد ، وقت النوم ليلاً ، 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 أحد 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).

- إجراءات:

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.

4-6 الطلبة الجامعيين:

لغة: الطالب جمع طلبة وطلاب وطلب وطلب

اصطالحا: هي فترة من حياة الإنسان يتميز فيها بمجموعة من الخصائص تجعلها أهم فترات الحياة وأخصبها وأكثرها صالحية للتجاوب مع المتغيرات السريعة المتلاحقة التي يمر بها المجتمع الانساني المعاصرة وهي الفترة التي ينضم فيها الشباب إلى الجامعة وتكون أعمارهم من 17- 31 عاما.



7- الدراسات والبحوث المشابهة:

❖ 7-1- 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 الليبيون لا يوظفون أوقات فراغهم بصورة مناسبة ومرضية، كما أوضحت الدراسة الميدانية عدم مساهمة أغلب الأسر الليبية في توظيف أوقات فراغ أبنائها.



- إن الأنشطة التي يمارسها الشباب الليبيون في أوقات فراغهم جاءت بنسب متقاربة إلى حد ما وكانت الأنشطة الترفيهية في مقدمتها، تليها الأنشطة الرياضية.

❖ 7-2-دراسة دغوبوب عبد القادر وتقية يوسف (2014-2015م) بعنوان

دور الممارسة الرياضية في وقت الفراغ في تنمية التفاعل الاجتماعي لتلاميذ

المرحلة الثانوية

مشكلة البحث كانت كالآتي:

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 للتلميذ المراهق.

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

أما الفرضية العامة فقد جاءت كالآتي:

- 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 بثنوية مدينة خميس مليانة.

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

- تدعيم الوسط المدرسي بمختلف الوسائل والأساليب البيداغوجية الحديثة، وتنظيم

مختلف المسابقات والمهرجانات التي يفضلها 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.

❖ 7-3-دراسة 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 إثر 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 أبرز 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.

7-4- 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 يستنبط الطالبان 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 فتمثل 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.

7-5- نقد الدراسات:

يلاحظ الطالبان أن جميع الدراسات السابقة اهتمت بمجال استثمار وأهمية وقت الفراغ عند الشباب أما الحالية فتهتم 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 الطالبان 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 الطالبان الباحثان أن دراسة استثمار وقت الفراغ عند المرأة العاملة يسهل عليها تحديد نفسياتها من خلال اتجاهاتها وميولاتها لنوع النشاط المفضل للاستغلال.

الباب الأول

الدارسة النظرية

مدخل الباب الأول:

يعتبر هذا الباب الركيزة والمبدأ الأساسي للبحث حيث يتم فيه عرض الدراسة النظرية والتي تلم بمختلف جوانب البحث وسندرج ضمن فصول وسيتم تقسيم هذا الباب الى فصلين:

- الفصل الأول: وقت الفراغ

- الفصل الثاني: الاتجاهات النفسية

الفصل الأول

وقت الفراغ

تمهيد:

يحظى موضوع وقت الفراغ باهتمام الباحثين في كثير من مجالات المعرفة، ولاسيما أولئك الذين يعنون بقضايا الشباب، ودراسة مشكلاتهم المختلفة، فالباحث في مجال التربية يتناول هذا الموضوع من حيث أهمية استغلاله في أنشطة من شأنها أن تؤدي إلى تكامل الوظائف الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية

فالشباب حين يقضي أوقاته دون هدف ودون أن يشغل نفسه في نشاط يرغب فيه، ويقبل عليه، سواء أكان بقصد الترويح على النفس بواسطة برامج هادفة، أم بقصد أداء أعمال يقتنع بها وتعود عليه بالفائدة، فإن مثل هذا الشباب سيشعر بالفراغ النفسي مما ينتج عنه جمود في الشخصية وانحسار في الطاقات فتبقى مكبوتة لا مجال لها للانطلاق في مسارات صحيحة. وفي هذه الحالة يكون وقت الفراغ غير المستثمر بدايات لانحرافات سلوكية عديدة، وينتج عنه عدة مشكلات للفرد منها مشكلات مع الذات ومشكلات مع الأسرة ومشكلات مع المجتمع. (الحوات، 1998، الصفحات 372,373)

1-1-: تعريف وقت الفراغ

أ- الوقت TIME:

لغةً: مقدار من الزمان، والزمن والزمان اسم لقليل الوقت أو كثيره. والوقت في المعجم الوسيط هو: مقدار من الزمن قدر لأمر ما. والوقت عند المقري هو: مقدار من الزمن مفروض لأمر ما، وكل شيء قدرت له حيناً، فقد وقته توقيتاً، وكذلك ما قدرت له غاية، والجمع أوقات ومواقيت.

ويعرف الفيروز آبادي مصطلح الوقت: باعتباره المقدار من الدهر، وهو بهذا يشير إلى أن الوقت هو الكم المنقطع من الزمن سواء كان هذا الكم قصيراً أم طويلاً، وتقسيم الوقت وتوزيعه بما يسمح الاستفادة منه، يمثل أحد اهتمامات الإدارة الحديثة المعاصرة وبما يعرف الآن بمفهوم إدارة الوقت كما يعرف بعضهم الوقت بأنه تلك المساحة من الزمن التي تبدأ من حيث بدأنا نعي وتنتهي بانتهاء العمر المحدود. (سليمان س.، 2007، صفحة 19.20)

ب- وقت الفراغ:

وقت الفراغ هو ترجمة عربية للفظ الإنجليزي LICERE ويقابلها في الفرنسية كلمة LOISIR ويعني التحرر من قيود العمل أو من الارتباطات. (درويش، 2007م، صفحة 26)

ووقت الفراغ يتكون من شقين، فهو أولاً الوقت الحر الذي لا يرتبط بعملية تحصيل المعيشة عن طريق العمل، وهو ثانياً الشعور بالاستقلال وحرية الاختيار والابتعاد عن الفرض والإلزام والتبعية.

ومن أكثر التفسيرات الخاصة بوقت الفراغ شمولاً ما قدمه ويسكوف Weiskopf على أنه ذلك الوقت المتبقي بعد أن يقوم الأشخاص بإتمام حاجاتهم وأداء أعمالهم، وعُرف بأنه ذلك الوقت الذي يتصرف فيه الشخص كيفما شاء بعد إتمامه لواجباته الأساسية وبأن ساعات

الفراغ هي ذلك الوقت الذي يتميز بالحرية حيث يكون الشخص قادراً على زيادة قيمته كإنسان وكعضو منتج وفعال في مجتمعه. وقام عالم الاجتماع الفرنسي دومازدير Domazidair بتعريف وقت الفراغ على أنه ذلك الوقت الذي يتجه إليه الشخص برغبته من أجل الاسترخاء أو التسلية أو زيادة معلوماته، أو إقامة علاقات اجتماعية وتعزيزها وفق قدراته وطاقاته، ويحدث ذلك بمعزل عن الواجبات تجاه العمل والأسرة والمجتمع. (إبراهيم و حسن ، 1987م، صفحة 27)

ولقد اختلف المهتمون والاجتماعيون في تعريف وقت الفراغ؛ لذا توجد العديد من الطرائق التي تتناوله بالتعريف، حيث هناك أسلوبان مختلفان لدراسة موضوع الفراغ وتحليله يعتمد عليهما العلماء والمتخصصون في فهم مشكلات الفراغ التي تعترض الأفراد والجماعات في المجتمعات المتحضرة والراقية واستيعابها.

الأسلوب الأول يركز على دراسة الفوارق الأساسية بين أوقات العمل وأوقات الفراغ ووضع الخط الفاصل والواضح بينهما. فوقت العمل هو الوقت الذي يقضيه الإنسان في ممارسة حرفة أو مهنة معينة يستطيع بفضلها كسب عيشه وإشباع حاجاته الأساسية والثانوية وتطوير أنماط حياته الاجتماعية وتفرعاتها المادية وغير المادية المختلفة. بينما وقت الفراغ هو الوقت الذي يقضيه الإنسان في ممارسة نشاطات تقع خارج نطاق عمله الوظيفي الذي يعتمد عليه في معيشتة، وممارسة هذه النشاطات تكون اختيارية ومن محض إرادته الحرة وتكون منطبقة مع أحواله المعاشية والاجتماعية ومع أذواقه وقيمه ومواقفه وفتته العمرية والطبقية.

أما الأسلوب الثاني الذي يعتمد عليه العلماء والمتخصصون في دراسة مشكلات الفراغ فهو الأسلوب الذي يتجاوز تقسيم الوقت إلى قسمين رئيسيين وقت العمل ووقت الفراغ، ويتجه نحو دراسة وقت الإنسان دراسة شمولية لا تفصل بين وقت العمل ووقت الفراغ. وهذا هو المفهوم الحديث للفراغ، فنقسم الوقت طبقاً للمفهوم الحديث لا يعتمد على طبيعة المدة الزمنية التي

يقضيها الإنسان في العمل أو الراحة والاستجمام وإنما يعتمد على طبيعة النشاطات والفعاليات المتنوعة التي يمارسها في حياته اليومية.

فالفرد في المجتمع الصناعي المتطور، بغض النظر عن طبيعة النظام الاجتماعي والإيديولوجي الذي يتبناه، يخصص جزءاً من وقته لعمله الإنتاجي اليومي الذي يعيش عليه ويخصص جزءاً آخرًا للدراسة واكتساب الثقافة والمعرفة والجزء الآخر لتلبية متطلبات أسرته وأطفاله. وجزئاً لتلبية الواجبات والمهام الوطنية والقومية الملقاة على عاتقه وجزئاً للمشاركة في نشاطات الفراغ والترفيه والإبداع. وجميع هذه الفعاليات والنشاطات التي يمارسها الفرد في المجتمع الحديث ويخصص الأوقات المحددة لها لا يمكن فصل بعضها عن بعض فهي متصلة ومتشابكة ومتكاملة وتؤدي دورها الكبير في إقناع حاجاته الأساسية وتلبية طموحاته وأهدافه الحياتية التي يعيش من أجلها. (الحسن، 1986، الصفحات 10,11)

ويظل التضارب قائماً انطلاقاً من تعريفات علماء الاجتماع والفلاسفة لمفهوم الفراغ فيصف جوفردى مازدييه J. DUMAZEDIER في كتابه سوسيولوجية الفراغ أن الفراغ هو أسلوب للسلوك يمكن أن يكون متضمناً في أي نشاط يمارسه بعد عرضه لأنشطة العمل والالتزامات الأسرية والالتزامات الاجتماعية — الروحية والاجتماعية السياسية. ويوافقه في ذلك ريزمان RESMAN والذي يعدّ رائد هذه النظرية التي صاغها في عام 1948م والداعية إلى الخلط بين ممارسة العمل وممارسة بعض هوايات الفراغ أو الترويح.

وسار علماء الاجتماع الآخرون على هذا المنهج ومنهم كابلان KAPLAN وولينسكي WILENSKI ومؤدى تعريف جوفردى مازدييه J.DUMAZEDIER هو أن الفراغ ذلك الوقت الذي يستطيع فيه الفرد أن يحقق إشباعاً لأغراضه وإنجازاً لأهدافه الشخصية.

بينما يرى الفيلسوف ماركيز وأتباعه إنكار وجود نشاطات شخصية للفراغ ويرون أن الفراغ هو ضرب من الاغتراب ALIENATION ولهم في ذلك حجة أن إشباع الحاجات الشخصية التي يريد الفرد تحقيقها ما هي إلا حصيلة للقوى المؤثرة في الإنتاج والاستهلاك.

وعرف معجم مصطلحات العلوم الاجتماعية أوقات الفراغ بأنها نواحي النشاط التي يبذلها الفرد في أوقات فراغه، وقد تكون إيجابية 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 ". (أحمد زكي، 1982، صفحة 245)

ونلاحظ من هذا التعريف أنه ركز على نوعية النشاطات التي تمارس في أوقات الفراغ وأيضاً وضح العلاقة بين وقت الفراغ والمستوى الاقتصادي للفرد.

وعرف بأنه " الوقت الذي يقضيه الإنسان في ممارسة نشاطات تقع خارج نطاق عمله الوظيفي الذي يعتمد عليه في معيشتة وممارسة هذه النشاطات الاختيارية ومن محض إرادته الحرة، وتكون منطبقة مع أحواله المعاشية والاجتماعية ومع أذواقه وقيمه ومواقفه وفننه العمرية والطبقية". (محمد علي، 1985، صفحة 5)

وقد عرف أيضاً بأنه " الوقت الفائض بعد خصم الوقت المخصص للعمل والنوم والضروريات الأخرى من الأربع والعشرين ساعة ". (محمد عاطف، ب.ت، صفحة 207)

ويعرف وقت الفراغ بأنه " حصة الوقت في اليوم التي لا تستعمل في مقابلة الاحتياجات الملحة أو الضرورية لوجود الإنسان ". (سليمان س.، 2007، صفحة 27)

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

ويمكن تعريف وقت الفراغ بأنه " الوقت الحر الذي لا يستغل في العمل، بمعنى أنه وقت معزول لا عمل يؤدي أثناءه" (سليمان م.، 2002م، الصفحات 31,32)

ووقت الفراغ ولد مع بداية حياة الإنساني البدائي ولكن ربما لم تظهر فلسفته إلا في بداية القرن العشرين عصر الثورة التكنولوجية حيث فرض هذا العصر معادلة العمل ووقت الفراغ وفي دراسة عن وقت الفراغ قيل:

إنه عملية ديناميكية عفوية لها أربعة مكونات رئيسة متداخلة هي :-
الحالة Condition وهي ناتجة عن ظروف فردية ترجع إلي :- متغيرات الجنس , السن ,
المستوى الاقتصادي والاجتماعي , درجة التعليم , نوع العمل , الوقت المتاح عما ساعد عليه
وقت الفراغ Selection يتوقف على عدة عوامل داخلية وخارجية
العوامل الداخلية :- الميول , الاتجاهات , الدوافع.

العوامل الخارجية: حالة الجو - مواعيد العمل.

الوظيفة function وتتحدد وظيفة وقت الفراغ بواسطة تحديد أهداف وقت الفراغ التي تختلف وفقاً لفلسفة كل مجتمع .

المعنى Meaning ويقصد به فلسفة وقت الفراغ ونظرياته .

وتتلخص الطرائق الأساسية لتعريف وقت الفراغ

الأولى: تتمثل في حصر الأربع والعشرين ساعة التي يتكون منها اليوم ثم تطرح منها وقت العمل + وقت الطعام + إشباع الحاجات الفسيولوجية .

الثانية: وتهتم هذه الطريقة بالتأكيد على كيفية مشاركة الفرد في النشاط ومن ثم تؤكد الأهمية الكيفية وليست الكمية .

الثالثة: وهي تحاول الربط بين الطريقتين السابقتين؛ أي دمج الفائض في الوقت والأهمية الكي يرى الفيلسوف أرسطو طاليس أن الطريقة التي يصرف بها الناس أوقات فراغهم واستثمارهم لنشاطهم فيها جانبان هما:

الجانب الأول : وهو جانب العمل أو عندما يكون الإنسان في عمل ويبذل الجهد في إنجازه
مثل عمل المزارع أو الحرفي.
الجانب الثاني:

وهو الترويح في الوقت الذي يشترك فيه المرء بعد العمل أو أثناء أوقات العمل الرسمي؛ أي أن وقت الفراغ هو الحالة التي يكون فيها الإنسان متحرراً من ضروريات الحياة ويتميز بأداء نشاط

تعريف فيلن 1952 veblen

بأنه ذلك الوقت الذي لا ينتج فيه الإنسان ويعدّ العمل غير منتج في حالتين :-
الأولى :- عدم وجود عمل له قيمة .

والثانية - :خلو ذلك الوقت من العائد الذي يمنح القدرة على شراء مستلزمات الحياة .
تعريف ويس Weis

بأنه ذلك الجزء من اليوم الذي لا يستخدمه الإنسان في تدبير متطلبات الحياة .
ويشير حلمي إبراهيم إلى أنه لا توجد نظرية موحدة لوقت الفراغ ويمكن تعريفه في النقاط الآتية:

-الوقت غير المشغول بأي نشاط أو عمل ويحتاجه الفرد للشعور بوجوده وكيانه .
- صورة من صور الأنشطة الإنسانية التي لا تتعارض مع نشاط العمل .

ج- الوقت الحر **FREE TIME**: عرفته عطيات خطاب بأنه الوقت الذي ينفق في الارتفاع بالمستوى العلمي أو الذاتي، أو أنه الوقت الذي يقضيه الإنسان في النشاط الاجتماعي أو الرياضي أو الترفيه أو الترويح. (خطاب، 1990، صفحة 15)

ويعرفه بعضهم بأنه الوقت الخالي من الانشغال بأعباء العمل أو الوقت الذي نستطيع أن نفعل فيه ما يحقق لنا رغبة خاصة أو يشبع حاجة ذاتية، ويعرف إجرائياً بأنه الوقت الذي نستخدمه بالطريقة التي تحلو لنا ووفقاً لاختيارنا.

ويتضح الفرق بينه وبين وقت الفراغ بأن الأخير أعم حيث يشمل الوقت الحر وكذلك الشعور بالاستقلال والحرية والتخلص من المسؤوليات.

1-2- أهمية وقت الفراغ

الوقت هو الحياة فبقدر استفادتنا من ذلك الوقت نحقق ذواتنا ونعيش حياتنا كاملة، ولقد أعطى الإسلام أهمية قصوى للوقت، وأكد الاهتمام به والعناية باستغلاله، فقد أقسم الله سبحانه وتعالى في كتابه الحكيم بمفردات الوقت، وبعض أجزائه كالليل والنهار والفجر والصبح والضحى والعصر، فقال تعالى:

﴿والليل إذا يغشى* والنهار إذا تجلى﴾. (سورة الليل: الآية (1، 2))

﴿والفجر* وليالٍ عشر﴾. (سورة الفجر: الآية (1، 2))

﴿والليل إذا عسعس* والصبح إذا تنفس﴾. (سورة التكوير: الآية (17، 18))

﴿والضحى* والليل إذا سجى﴾. (سورة الضحى: الآية (1، 2))

﴿والعصر* إن الإنسان لفي خسر﴾. (سورة العصر: الآية (1، 2))

ولقد ذكر ابن كثير أن الله سبحانه وتعالى إذا أقسم بشيء فهو دليل عظمته. (ابن كثير،

1968م، صفحة 297)

ومن هنا فالله لم يقسم بتلك المخلوقات عبثاً " فمن المعروف لدى المفسرين، وفي حس المسلمين أن الله إذا أقسم بشيء من خلقه، فذلك ليلفت أنظارهم إليه، وينبههم على جليل منفعتهم وآثاره". (القرضاوي، 1985م، صفحة 05)

كان الفرد في العصور الماضية قلما يجد وقتاً للفراغ نتيجة الانشغال بطلب الرزق والبحث عن لقمة العيش فلم يكن يملك وقت الفراغ في الغالب إلا الأغنياء والأثرياء الذين لا يعملون بأيديهم " فقد كانت العامة في معظم المجتمعات تعيش حياة الكفاف لا تؤمن احتياجاتها المادية الأساسية إلا بالعمل المتواصل، أما الخاصة فقد كانوا يعيشون في سعة وراحة مما جعلهم يتنافسون في تمضية أوقاتهم في الملذات والمسرات والترويح". (باقادر أحمد، 1987م، صفحة 91)

إلا أنه مع تقدم الإنسان في سلم الحضارة ودخول المكننة في جوانب كثيرة من حياته إضافة إلى تحديد ساعات العمل، وزيادة الإجازات الأسبوعية والسنوية، ازداد وقت الفراغ لديه حتى أطلق على عصرنا الذي نعيشه عصر الفراغ، وحضارة القرن الواحد والعشرين حضارة وقت الفراغ.

بل تطور إلى حد اعتبار ذلك الوقت مشكلة بعد أن كان مطلباً؛ فقد كان جورج سول Jorje soul يقول: "أول مرة في تاريخ الإنسان نجد عائقاً على الطريق، لا يتمثل في الحضارة ذاتها، ولكن في حضارة تتميز بوقت فراغ غير عادي" (علي محمد، 1981م، صفحة 74)

إن الوقت مشكلة عندما يتراكم ويصبح عبثاً على الفرد، ولا يحسن التصرف فيه أو توظيفه أو استثماره حيث يكون ذلك الوقت نقمة بدلاً من أن يكون نعمة، وينقلب بآثاره السيئة على صاحبه ابتداءً وعلى المجتمع نهايةً، فإن المتأمل للإنسان ليلحظ ببسر وسهولة أن أكثر الأوقات ضياعاً وتوتراً وخطورة في حياته هي التي يشعر فيها بالفراغ دون قدرة على توظيفه

أو استثماره أو ترشيده، إنه يكون أكثر استعداداً للانحراف. (السدحان، 1994م، صفحة 49.50)

وهناك العديد من العوامل التي تؤدي لهدر الوقت وضياعه منها عدم وجود خطة محددة للمهام والأعمال، وعدم التنظيم للوقت وفقاً للمهام المحددة، وكذلك عدم الالتزام بالخطة والتوقيتات للمهام، ولا يلتزم معظم الشباب بالمواعيد المخصصة، ولا يضعون أهداف مسبقة ليسعوا في تحقيقها، وهذا لجهلهم بالأولويات التي يجب أن يقوموا بها لتنظيم أوقات فراغهم وجل وقتهم في كل يوم. (الدسوقي، كيف تنظم وقتك وأعمالك؟ وتمتلك التميز وإدارة الوقت، 2007، صفحة 07)

كما يعدّ من المشكلات الهامة التي توليها المؤسسات والهيئات الاجتماعية القدر الكبير من العناية والاهتمام، هذا بالإضافة إلى أن استثمار وقت الشباب يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالعمل الاجتماعي والتربوي في المؤسسات التربوية للشباب كالمدارس والجامعات ومنظمات الشباب. يرى الكثير من المربين ضرورة الاهتمام بتكوين أنشطة وقت الفراغ بصورة تسهم في إكساب الفرد الخبرات السارة الإيجابية وفي الوقت نفسه تساعد على نمو شخصيته وتكسيبه العديد من الفوائد الخلقية والصحية والبدنية والفنية، كما يرى الكثير من المربين والرياضيين والكثير من علماء الطب الرياضي أن الممارسة الرياضية من حيث إنها عامل هام من عوامل الراحة الإيجابية النشطة، ينبغي أن ينظر إليها كمجال هام من أهم المجالات في تكوين وقت الفراغ لجميع الأفراد. فالممارسة الرياضية في وقت الفراغ من أهم العوامل التي تعمل على الارتقاء بالمستوى الصحي والبدني وتكسب القوام الجيد وتمنح الفرد السعادة والسرور والمرح والانفعالات الإيجابية السارة ويجعله قادراً على العمل والإنتاج والدفاع عن الوطن، وتعمل على الارتقاء بالمستوى الرياضي للفرد، ومن ناحية أخرى تسهم الممارسة الرياضية في إكساب النمو الشامل المتزن للفرد. (خطاب، 1990، صفحة 19)

إن من أهم خطوات تنظيم الوقت وإدارته التي يجب إتباعها تحديد طبيعة العمل ومسؤولياته والمهام التي يتطلبها هذا العمل، ووضع الخطة الزمنية لذلك العمل، وتنفيذ المهام وفقاً للخطة الزمنية المحددة لكي يستفاد من الوقت الفائض على أكمل وجه، وكذلك التقييم والمتابعة للتنفيذ وفقاً للخطة الزمنية، وهذا يجعل الفرد مرتباً ومنظماً في عمله وفي وقت فراغه. (الدسوقي، نقطة البداية، 2009م، صفحة 39)

وفي ظل ضغوط العمل التي يتعرض لها الجميع والتي تنبعث من اندفاعنا نحو إنجاز شيء ذي قيمة حقيقية، اضطر الجميع للعمل بجهد ونشاط أكثر مما سبق ففي كل صباح، نذهب إلى مكاتبنا مبكراً على عكس ما كان يحدث سابقاً ونظل نعمل حتى وقت متأخر في المساء لساعات إضافية ولا نفكر كيف نرتب وقتنا فأحياناً ننسى تناول الطعام وأحياناً أخرى ننسى القيام بواجب اجتماعي عند العودة من العمل وكل ذلك يحتاج إلى وقفة لتنظيم الوقت، سواء وقت العمل أم وقت الفراغ. (ألين، 2008م، صفحة 09)

إن أنشطة استثمار أوقات الفراغ والوظائف التي يحققها على مستوى الأفراد والجماعات تعدّ محور اهتمام المنظرين لأوقات الفراغ؛ وذلك لأن تحديد الوظائف الأساسية لأوقات الفراغ والأنشطة الترويحية التي تمارس أثناء أوقات الفراغ والتي تحقق عن طريقها وظائف تخدم كثيراً في فهم جوانب الفراغ ودوره الوظيفي في حياة الأفراد والجماعات والمجتمعات.

وتعدّ أنشطة أوقات الفراغ جانباً أساسياً للدراسة وهي تشمل الأنشطة الرياضية والثقافية والاجتماعية والاقتصادية وهي منصفة بصفة أساسية على الأنشطة التلقائية التي تقوم بها الأسرة والشباب بتلقائية، وتلك الأنشطة المنظمة التي توفرها الدولة للشباب لاستغلال أوقات فراغهم.

وهناك جانب وظيفي يتعلق بالأهمية التي يضيفها الشباب على الأنشطة الترويحية ووقت الفراغ من حيث التسلية والاستمتاع وزيادة المعلومات والاتصال والتفاعل الاجتماعي والاستفادة الاقتصادية، أما الجانب الثقافي فهو يظهر القيم التفصيلية للأنشطة المختلفة لاستثمار أوقات الفراغ، والجانب الاجتماعي يتمثل في مدى الميل لإيجاد التنظيمات والمؤسسات الاجتماعية الترويحية لإمكان شغل أوقات الفراغ أثناءها.

أما الجانب الشخصي لاستغلال أوقات الفراغ فهو يتمثل في اتجاهات الشباب نحو أنشطة أوقات الفراغ من حيث معرفة ما يناسبهم من تلك الأنشطة ومدى الأهمية التي يضيفها على تلك الأنشطة لأوقات فراغهم ثم الجانب الخاص بسلوكهم الفعلي ومدى ممارستهم لتلك الأنشطة في أوقات فراغهم. (الجولاني، 2004م، الصفحات 19,20)

ووقت الإنسان ليس هو وقت عمل فحسب بل هو وقت فراغ وترويح واستجمام أيضاً فساعات العمل محدودة؛ فهي ثمان ساعات في اليوم على الأغلب، وهناك ساعات أخرى ينبغي أن تركز للراحة والفراغ ورعاية أمور الأسرة والتفاعلات الاجتماعية الأخرى.

ولكي يستطيع الإنسان أن يؤدي عمله بصورة ناجحة فلا بد له من تطوير خبراته وتنمية مواهبه العلمية والفكرية والإبداعية. لكنه لا يستطيع تحقيق ذلك دون استثماره لوقت الفراغ بصورة تضمن تطوير شخصيته وتفتيح قدراته وإمكاناته وبعث روح الأمل والرضا والتفاؤل عنده. ذلك أن من الأمور الجوهرية التي يقاس بواسطتها تطور المجتمعات الشعور بأهمية الوقت وضرورة تقسيمه إلى وقت عمل ووقت فراغ وترويح. (الحسن، 1986، الصفحات 74,75)

هذا ويمكن أن نعرض هنا لعدة أسباب لظاهرة الفراغ منها، نقص اهتمام مؤسسات الدولة بإنشاء الأندية ومراكز الشباب لاستيعاب طاقاتهم وقدراتهم، وقصور تربية النشء فيما يتعلق بالأساليب المتنوعة والمفيدة لاستغلال وقت الفراغ سواء في هواية مفضلة أم عمل يدر دخلاً

إضافياً أم ممارسة رياضة من الرياضات المفيدة للجسم والعقل معاً أم المشاركة في الأعمال الاجتماعية، أم التردد على المتاحف والمكتبات. وكذلك قصور في دور الأسرة في تنمية وعي الشباب باستغلال أوقات الفراغ في أعمال مفيدة مثل ممارسة الرياضة، تعلم إحدى اللغات الأجنبية، تنظيم الرحلات والمعسكرات الرياضية.

وتركيزها على أدوات التسلية كالفديو والدش وشرائط الكاسيت.

وارتفاع رسوم الاشتراكات في غالبية الأندية بما لا يتناسب مع الدخول لغالبية فئات الشعب مما يعكس نوعاً آخرًا من أنواع التفاوت الطبقي المجتمعي بين الشباب في ممارسة أنواع متقدمة من الرياضة، واستخدام أحدث الأساليب في التدريب والاشتراك في المسابقات المحلية والدولية.

في ضوء ما سبق تنتشر ممارسات خاطئة بين الشباب لاستغلال أوقات الفراغ منها: مشاهدة الأفلام المخلة التي تتسابق نوادي الفيديو في ترويجها بين الشباب، أصدقاء السوء وتورط الشباب معهم في تعاطي المخدرات والإدمان، ممارسة رياضة كرة القدم في الشوارع مما يعرضهم للمخاطر ويزعج المواطنين، الوقوف في الشوارع ومعاكسة الفتيات وملاحقتهن بالألفاظ الجارحة، التورط في عمليات عنف وجرائم سرقة السيارات لمجرد التنزه.

وكذلك الوقوع تحت سيطرة الجماعات المتطرفة لنشر وبث الأفكار المشوشة بينهم. وتبين هذه الممارسات سلبية الاتجاهات نحو القضايا والمشكلات القومية للمجتمع لدى الشباب ويعرضهم ذلك إلى اتساع فجوة اللاتصديق بين ما يحلمون به وبين ما يفعلونه. (محمد م.، 2009، صفحة 52)

ويعدّ الترويج الجزء الحيوي المتم للشباب، وهو لا يقل أهمية عن تعليمهم وتدريبهم وعملهم وصحتهم وبيئتهم، وهو ما يزال يحتل مكانة يستحقها من بين اهتمامات الأسرة والمجتمع

لإتاحته أمام أبنائهما وشبابهما مجالاً خصباً لتنمية شخصية الشباب جسماً نفسياً ذهنياً واجتماعياً.

والمهمة الصعبة هنا في جعل الترويح ممكناً للشباب في مختلف فئاته الاجتماعية ومواقعه الجغرافية ومستوياته الاقتصادية، في حين أن الظروف الاجتماعية الاقتصادية تحدد من يشارك البرامج الترويحية، من يستفيد منها، وإلى أي حدود يمكن أن يتمتع بهذه الأنشطة والفرص.

إن ثمة معرقلات أمام الشباب تحول دون مشاركتهم الواسعة في البرامج الترويحية، تنصب معظمها على الكلفة.

ولو كانت كلفة الانتقال إلى مواقع الأداء الترويحي، أو رسوم الدخول للمشاركة فيه التي هي على الأسرة، على مسؤولية الحكومة، في الوقت الذي ينتظر الناس من الحكومة أن تتحمل المسؤولية الكاملة في ذلك؛ أي أنها تستكثر على نفسها تحمل نفقات تذاكر للنشاط الترويحي لأبنائها، هذا إذا ما كانت لديها القدرة على تحمل هذه النفقات أو جزء منها.

إن توفير البيئة المناسبة للترويح مسؤولية كبيرة ومعقدة لأنها لا تقتصر على مجال واحد أو مؤسسة واحدة أو جانب واحد، فهي مسؤولية جماعية مشتركة بين المؤسسات الأسرية التعليمية الثقافية التعليمية الإعلامية وحتى الدينية. ومطلوب منها كلها أن تعمل على توفير تلك البيئة المنتجة للفرص أمام الشباب لكي يمارسوا الترويح، لا لكي يضيعوا الوقت أو ليباعدوا عما يجري من حولهم، ولكن لكي لا يحملوا هموم الحياة ولا يفكروا بتعقيداتها الصعبة وتفصيلاتها التي يكون فيها الجانب غير المريح أو غير السار جانباً كبيراً على حساب الجانب السعيد المريح المفعم بالتناول والحبور. (بيضون، 2006، الصفحات 26,27)

أن تحقيق السعادة التي يتطلع إليها كل إنسان دون اعتبار للجنس أو للعنصر البشري أو للعقائد هو المحور الأساسي للترويح. (درويش، 2007م، الصفحات 56,57)

فهو يكتسب أهميته من الآثار المترتبة عليه، فمن الآثار التي تنتج منه تكوين الدوافع لدراسته والاهتمام به، فبقدر ما يحمل الترويح من آثار سلبية في بعض الأحيان، فإنه يقدم آثاراً إيجابية كثيرة جداً، ولكن بشرط أن يعمل على تحقيق هذه الآثار الإيجابية بصورة عملية، ويتعامل معها بمنظور إيجابي تفاعلي.

وهناك العديد من الآثار الإيجابية المصاحبة للعملية الترويحية بصورة عامة، وبشتى صورها ومختلف جوانبها، إلا أننا نجد أن لكل صورة من صور الأنشطة الترويحية المختلفة التي يمارسها الإنسان بمفرده أو مع آخرين فوائد محددة تختلف عن فوائد الأنشطة الأخرى، ومن هذه الآثار الإيجابية الآتي:

1- إشباع الحاجات الجسمية للفرد: ويحدث ذلك بممارسة الأنشطة الترويحية بصورة عملية وفعالة ومن ذلك على سبيل المثال ممارسة الرياضة البدنية، وليس مشاهدتها فقط كما يحدث بين نسبة كبيرة من أفراد المجتمع، حيث تؤدي ممارسة الرياضة إلى إزالة التوترات العضلية وتنشيط الدورة الدموية، وإكساب الجسم الحد الأدنى من اللياقة البدنية، وتحسين الأجهزة الرئيسية بالجسم: كالجهاز التنفسي والهضمي، إضافة إلى اكتساب مهارات حركية وقوام معتدل، ومظهر حسن.

إشباع الحاجات الاجتماعية للفرد: من المعلوم أن معظم الأنشطة الترويحية تحدث بصورة جماعية، وهذا يساعد الفرد - حين ممارستها على اكتساب الروح الجماعية والتعاون والانسجام والقدرة على التكيف مع الآخرين، كما تكسب الفرد مكانة اجتماعية مقبولة لنفسه، وذلك بواسطة تقبل نظم الجماعة وقواعدها التي يشاركها في الأنشطة الترويحية.

إشباع الحاجات العلمية والعقلية للفرد: وهذا يتأتى بفضل الأنشطة الترويحية الابتكارية التي يترتب عليها تفاعل إيجابي مع النشاط الترويحي الذي يمارسه الفرد سواء كان هذا التفاعل الإيجابي مع وسيلة الترويح، أم مع المشارك في ممارسة الترويح، أم مكان الترويح؛ إذ تؤدي مثل هذه البرامج الترويحية الابتكارية في الغالب إلى تنمية القدرات العقلية والذكاء والتفاعل الإيجابي مع المواقف المختلفة.

كما تساعد هذه النوعية من البرامج الترويحية الابتكارية على تطوير القدرة الإدراكية والاستيعابية للمواقف المختلفة، إضافة إلى أنه أثناء ممارسة تلك الأنشطة الترويحية في أوقات الفراغ يتمكن الفرد من تعلم الشيء الكثير جداً، ولاسيما إذا تصاحب مع تلك الممارسة الرغبة والإقبال من الفرد.

إشباع الحاجات الانفعالية للفرد: أو ما يسمى بالدوافع غير الشعورية أو الدوافع المكبوتة داخل النفس البشرية، وهذه الاحتياجات الانفعالية للإنسان قد تخرج في هيئة تصرفات شاذة عن قيم المجتمع، أو غير المقبولة لدى المجتمع في حالة كبتها أو عدم إخراجها بصورة منضبطة ومتوازنة.

ومن أبرز هذه الحاجات الانفعالية التي يمكن إشباعها أثناء الترويح: الحاجة للإبداع والإنجاز والتكوين. وعلى ذلك فإن ممارسة الأنشطة الترويحية تساعد على تحقيق هذه الإشباعات لدى الفرد بصورة عملية ومنضبطة ومتوازنة. (منصور، 1991م، صفحة 166)

5- تساعد الأنشطة الترويحية على التكيف والاستقرار النفسي والرضا الذاتي وتنمية هوية الفرد الذاتية، وانخفاض مستوى القلق، وذلك كله يؤدي إلى صحة نفسية سليمة وتكيف نفسي سوي ومتوازن، وهناك من الدراسات التي تؤكد وجود علاقة بين الاشتراك في الأنشطة الترويحية ونمو الشخصية بصورة متزنة. (محمد و إبراهيم، 1990م، صفحة 380)

للترويح في الجانب الثقافي، في حياة الفرد فوائد عدة، منها زيادة الوعي بين أفراد المجتمع ورفع المستوى الثقافي بصورة متوازنة، فإن للترويح آثاراً واضحة في نقل الثقافة بين المشاركين في الأنشطة الترويحية، ولاسيما ما يتعلق بالأعراف والتقاليد السائدة في المجتمع. وربما أصبحت النشاطات الترويحية التي يمارسها أفراد المجتمع أداة فعالة لتقارب الثقافات في المجتمع الواحد، وتفهمها من قبل الآخرين.

تساعد الأنشطة الترويحية التي يمارسها الفرد في وقت الفراغ على إحداث مزيد من الترابط الأسري بين أفراد الأسرة الواحدة، وذلك مرهون بممارسة أفراد الأسرة البرامج الترويحية في وقت الفراغ بصورة جماعية تضم جميع أفراد الأسرة أو غالبيتهم، شريطة أن تكون تلك الأنشطة ذات صبغة إيجابية تفاعلية.

أما إذا كانت البرامج الترويحية التي تمارسها الأسرة ذات طابع سلبي فلن يتحقق ذلك الترابط الأسري المطلوب. (إبراهيم .، 1991م، صفحة 98)

تلك الآثار المترتبة على الترويح الإيجابي منها أم السلبى تتضافر عدة جهات في صنعها في حياة الأفراد. فلكل من الأسرة والمجتمع بصورة عامة دور في هذه الآثار، فنجد أن من مهام الأسرة التربوية والرعاية لأفرادها تعليم أبنائها كيفية الاستفادة من أوقات الفراغ في حياتهم اليومية بصورة عامة، فنجد أن من مهام الأسرة التربوية والرعاية لأفرادها تعليم أبنائها كيفية الاستفادة من أوقات الفراغ في حياتهم اليومية تعليمًا إيجابيًا فعّالاً، والعمل على استثماره الاستثمار الصحيح واستغلاله في الأنشطة الترويحية الإيجابية والابتكارية.

لقد أصبحت مشكلة عدم استغلال وقت الفراغ تهدد الأفراد والجماعات، مما جعلها ترى أن السيطرة على وقت الفراغ شرط أساسي لتحقيق السلام والأمن الاجتماعيين وسلامة شبكة علاقاتها الاجتماعية، فبدأ الاهتمام الدولي بالفراغ. ومما يشير إلى ذلك قيام العديد من المعاهد المتخصصة لدعم البحوث في هذا الميدان وتشجيعها، إضافةً إلى قيام الاتحاد

الدولي لأوقات الفراغ ومقره نيويورك بالتعاون مع الجامعات والمنظمات الدولية بتنظيم المؤتمرات وإجراء الدراسات والبحوث العلمية.

ونظراً لأهمية الوقت وخطورته في آن واحد نجد دول العالم تنفطن إلى كيفية استغلاله، فأنشئت الوزارات لرعاية الشباب والمعاهد الخاصة لدراسة كيفية ضبط الاستغلال الأمثل لأوقات الفراغ وتحقيقه وعقد الاتفاقيات والمواثيق الدولية لهذا الأمر، إضافةً لهذا الزخم الهائل من المؤلفات والبحوث في هذا الميدان، وما ذلك إلا لأن وقت الفراغ إذا لم يملأ وفق تخطيط جيد فإنه سيملاً حتماً بطرائق عشوائية لا فائدة من ورائها. (السدحان، 1994م، صفحة 53.54)

وتأتي أهمية وقت الفراغ لأن:

1- الوقت أغلى ما يملك الإنسان: إن الوقت أغلى النعم التي منحها الله تعالى للإنسان ورغم ذلك نهمل كثيراً في استخدامه بفاعلية وكفاءة.

2- الوقت مورد محدود: إن الوقت مورد محدود ولا يمكن تعويضه بأي حال فيقول: - الحسن البصري رضي الله عنه يا بن آدم أنت أيام معدودة كلما ذهب يوم ذهب بعضك ويوشك إذا ذهب البعض أن يذهب الكل.

3- الوقت لا يمكن تعويضه: فكل يوم يمضي وكل ساعة تنقضي وكل لحظة تمر لا يمكن استعادتها.

4- الوقت يمضي سريعاً: كلنا يدرك أن الوقت يمضي سريعاً ولكننا لا نشعر به إنه يمر دون أن نشعر ترى كم نقضي من عمرنا في أنشطتنا اليومية؟

5- استغلال الوقت يزيد من قيمته: إن المهام العظام يمكن إنجازها حين يستغل المرء وقته بكفاءة أن مقياس تقدم الأمم وازدهارها هو حسن استغلالها لوقت أفرادها وإدارتهم له الاهتمام الدولي بوقت الفراغ .

1-3- خصائص وقت الفراغ

- من الخصائص الهامة لوقت الفراغ والتي يمكن التعرف عليها الآتية:

- 1- التحرر من الواجبات والالتزامات التنظيمية ذات الصبغة التعاقدية مثل العمل والدراسة، وكذلك التحرر من الالتزامات الرئيسية في الأسرة.
- 2- يخلو وقت الفراغ من المنفعة المادية أو الإيديولوجية وينبغي ألا يتخذ وقت الفراغ وسيلة لأي منفعة، وإلا فقد إحدى خواصه الأساسية.
- 3- تعد المتعة واللذة صفة لازمة لأنشطة وقت الفراغ بل هي هدف من أهدافه وخاصية أساسية فيه.
- 4- يغلب على الفراغ الصفة الشخصية دون اعتبار للالتزامات المجتمعية. (سليمان س.، 2007، صفحة 143).

1-4- أنواع وقت الفراغ

يقسم المتخصصون وقت الفراغ إلى ثلاثة أنواع: .

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

- 1- طلبة المرحلة الأساسية (الابتدائية) حتى مرحلة الجامعة.
- 2- العاملون المدنيون في الدولة فليديهم إجازاتهم العادية السنوية وعودتهم إلى أعمالهم
- 3- رجال القضاء لديهم إجازاتهم السنوية التي تعقب السنة القضائية.
- 4- الفنيون والعاملون في الأعمال الخطرة.

ثانياً: - الفراغ المؤقت جداً: هو الفراغ الذي ينطبق على حالات الإجازات العارضة.

ثالثاً: - الفراغ الدائم: هو الفراغ الذي يعقبه فراغ وراحة تامة مثل المحالين على

المعاش (عبد الغني محمد، عبد الغني، 1993، صفحة 256)

1-5-العوامل المؤثرة على الاستفادة من الوقت:

ترتبط أنماط الحياة الاجتماعية بالتوزيع الزمني للأنشطة البشرية ، أي بمدى انتظام توقيت هذه الأنشطة ، وبالمدد التي تستغرقها، وبتكرارها على المستويين الفردي والجماعي وبترتيبها في الزمن (الفرجاني، 1988، صفحة 132)

وتشير دراسة Lewis & Rose في تخصيص الوقت إلى أن تصورات الأفراد تجاه الوقت يتوقف إلى حد كبير على تركيب الجماعة ووظائفها، هذا بالإضافة إلى أنها تكون جزءاً متمماً لقيم المجتمع ومرتبطة بتوجه الأفراد نحو وظائفهم في الحاضر وتجاه المستقبل. (طه ، 1996م، صفحة 89)

ويرجع الاختلاف للنظرة إلى الوقت إلى العوامل الآتية:

1- العوامل الشخصية: وتشمل الاختلافات الفردية من شخص لآخر في الناحية البيولوجية والإمكانات والقدرات والسن والحالة الاجتماعية والجنس أو النوع، ومن الطبيعي أن يترتب على هذه الاختلافات اختلاف الاهتمامات والطموحات والسلوكيات والأهداف.

2- العوامل الاقتصادية: وتشمل الاختلافات الجوهرية في دخول الأفراد والأسر وتؤدي العوامل الاقتصادية إلى اختلافات واضحة في توزيع الأفراد ذو مستويات الدخل العليا أو الوسطى أو المنخفضة لوقتهم الخاص.

3- العوامل التعليمية والثقافية: وتشمل الاختلافات بين الأفراد في المستويات التعليمية والثقافية، فمن الطبيعي أن يخصص الشخص المتعلم وقتاً للقراءة والمطالعة أطول مما يخصصه الشخص ذو المستوى الأقل في التعليم.

4- العوامل الاجتماعية: وتشمل الاختلافات الجوهرية في العادات والتقاليد والمعتقدات التي تسود المجتمع الذي يعيش فيه الفرد، ويؤثر النظام الاجتماعي على كيفية توزيع واستغلال الوقت الخاص وخاصة في مجال العلاقات الاجتماعية.

5- الزيارات الشخصية والمناسبات الرسمية وغير الرسمية.

6- العوامل الفنية: وتشمل الخصائص الفردية بطبيعة التخصص الأكاديمي أو الفني، علاوة على نوعية العمل الذي يمارسه الفرد.

7- العوامل البيئية : وتشمل اختلاف البيئات العامة التي يعيش فيها الأفراد بعضها عن بعض ، وما يترتب على ذلك من اختلافات في توزيع واستغلال الوقت الخاص ، كتوفر الأندية والمراكز الشبابية والمراكز الترفيهية ، ويمكن ملاحظة هذا بوضوح إذا ما حاولنا مقارنة سلوكيات الأفراد الذين يعيشون في المجتمع الحضري بالأفراد في المجتمع الريفي (سلامة، 1988م، صفحة 298)

الخلاصة:

وإذا نظرنا إلى الفراغ في صلته بالأوضاع الطبقيّة في البلاد النامية، فسند 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 مسألة ثقافية إلى جانب كونه مسألة 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 تعبير عن اللامبالاة أو عن الإهتمام نحو موضوع ما، ومن هنا كانت دراسة الإتجاهات عنصراً أساسياً في تغيير السلوك الحالي والتنبؤ 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 الاتجاهات، ولكن يتفقون بإجماع تقريباً على أن الاتجاهات 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 والمتراكمة في مراحل عدة من حياة الفرد.

ويشير في هذا الصدد كورب ين 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. ويعتبر هيرت "« 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).

والاتجاه 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 الاتجاه النفسي.

كما عرفه "روكيتش Rockuiche" أنه تنظيم مكتسب له صفة الاستمرار النفسي للمعتقدات التي يعنقد 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 وسلوكات تعبر عن ميولات الشخص ونزعتة إزاء موضوع ما أو قضية من القضايا التي تهتمه.

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 والإيمان 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 والكراهية 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.

2-2-3- 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 اتجاهًا تقبلية نحو العمل المدرسي يساهم في النشاطات المدرسية المختلفة ويتأثر على أدائها بشكل جدي وفعال (عبد المجيد نشواتي ، 1993 ، صفحة 472).

2-3- 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، وعندما يكون الاتجاه ناشئاً بهذه الطريقة يمر أثناء تكوينه في ثلاث مراحل أساسية وهي:

2-3-1- 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.

2-3-2- 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.

2-3-3- 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 والتعلم الاجتماعي أو التنشئة الاجتماعية هي العملية المسؤولة عن تكوين الاتجاهات وتتميتها وتأكيدا 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 بالأحرى 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- مميزات الاتجاه: تتميز الاتجاهات من عدة عناصر تتمثل فيما 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 تماماً عن ممارستها والاهتمام بنشاطاتها ومن معرفة نجومها.

2-5-2- الشدة: تختلف الاتجاهات من حيث الشدة، إذ نجد لشخص معين اتجاهًا ضعيفاً نحو موضوع ما، بينما نجد اتجاهًا قويًا 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 قاضيًا معينًا ليس محايدًا (مقدم عبد الحفيظ ، 1993 ، صفحة 244).

2-5-4- الانتشار: ويطلق عليه أيضا المدى، حيث نجد تلميذًا لا يحب أو يكره بشدة جانبًا واحدًا 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 نمطًا من ردود الأفعال، تنطلق 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 موقفًا وسطًا حياديًا ويحدث هذا غالبًا في مختلف المناقشات.

2-6-3- الاتجاه العدائي: وهو أخطر الخصائص التي يحملها الاتجاه مثل اتجاه الأمريكيين ضد الزوج حيث يكسب للطفل هذا الاتجاه منذ ولادته، حيث يستمد

عناصره من سلوك أسرته ومقومات حضارية ومن ثم يكره بدوره الزوج ويكون على استعداد دائم لإظهار هذا العدا في كل وقت.

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

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

2-7- 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 كازت 1960 Denial Katz 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 إيجابية 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 وميزوناف 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 فستنجر 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 وابرمام 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- الوظيفة 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 إلا حيل تسمح للفرد لحماية أناة (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 فالإتجاه العام أو الخاص، يرتبط بموضوع الإتجاه نفسه، فإن كان موضوع عامًا يسمى إتجاهًا عامًا وإن كان موضوع خاص يسمى إتجاهًا خاصًا.

2-8-2- الاتجاهات على أساس الأفراد:

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

أما الإتجاهات 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 ثباتًا واستقرار، مثل الإتجاهات نحو الكتب السماوية فهي اتجاهات جماعية .

2-8-3- الاتجاهات على أساس الموضوع:

اتجاهات علنية واتجاهات سرية: الإتجاهات العلنية هي الإتجاهات التي يجهرها الفرد دون شعور بجرح أو انزعاج من ناحية التعبير اللفظي والممارسة العملية، كما قد تكون تلك الإتجاهات 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، فالاتجاهات 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 فالالاتجاهات التي أساسها الرفض هي اتجاهات سلبية، أما الاتجاهات في إيجابيتها وسلبيتها قد تتخذ شكلاً 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 والرصيد 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 وتنوع 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 بألية 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 "بلاير Blair" في دراسة أجريت لبحث العلاقة بين صفات الشخصية الخاصة كالانطواء والانبساط 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 "أرنو 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 الأخرى فإن قياس مثل هذه الاتجاهات يساعد المربي الرياضي على تشجيع الاتجاهات الرياضية الإيجابية، كما

يساهم في محاولة تعديل أو تغيير الاتجاهات السلبية والتمهيدية لتنمية اتجاهات جديدة وإكسابها 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 وطريقة ليكرت وطريقة 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 وفيها يقاس الاتجاه باستخدام طرق الملاحظة المختلفة في مواقف معينة.

2-12- 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 تضيء 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.

- تنفيذ في كثير من الميادين، ففي الميدان التربوي : تنفيذ 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 :تنفيذ معرفة الاتجاهات العمال نحو عملهم، وتضم الإدارة في تحقيق سعادة العمال وتكيفهم وفي زيادة الإنتاج، ورفع مستواه، وتقليل حوادث العمل وكذلك تنفيذ في اختيار الجماعة التي تتماشى واتجاه الفرد.

2-13- علاقة الاتجاهات ببعض الظواهر النفسية الأخرى:

2-13-1- الاتجاه والعاطفة: إن للاتجاهات جوانب عقلية معرفية وإدراكية بخلاف العواطف التي تكون شخصية وذاتية ووجدانية فحسب، إن حب الأم لأطفالها مثلاً يغلب عليه الجانب الوجداني أو العاطفي بخلاف اتجاهها جانب إدراكي ومعرفي وعقلي وليس الجانب العاطفي وحده.

2-13-2- 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.

2-13-3- 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.

2-13-4- 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).

2-13-5- الاتجاه والانفعال: الانفعال حالة نفسية مؤقتة وعابرة وطارئة، أما الاتجاه فهو حالة عقلية وعصبية ثابتة ثبوتاً نسبياً أو دائمة دواماً نسبياً.

2-13-6- الاتجاه و السلوك : الاتجاه ليس هو السلوك " Comportement " لكنه عامل من العوامل الكامنة وراء السلوك، وقد يقوم الاتجاه أحياناً بدور الدافع المحرك له.

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 وتثيره لممارسة النشاط والاستمرار في ممارسته بصورة منتظمة، وبالتالي الارتقاء بهذا النوع من النشاط، ونظراً لأهمية الاتجاهات النفسية، وجب من الضروري الاهتمام بها والعمل 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

الدارسة الميدانية

مدخل الباب الثاني:

يعتبر هذا الباب جوهر العمل العلمي لما يحتويه من وسائل وطرق منهجية يسير عليها الطالب للوصول الى الغاية المرجوة ضمن الخطة الموضوعية، كما يتضمن مختلف الإجراءات الميدانية والدراسات الاحصائية ويتضمن هذا فصلين:

- الفصل الأول: منهجية البحث والاجراءات الميدانية

- الفصل الثاني: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

الفصل الأول

منهجية البحث والاجراءات

الميدانية

تمهيد:

مهما كانت البحوث العلمية في اتجاهاتها و أنواعها فهي تحتاج إلى منهجية علمية للوصول إلى أهم نتائج البحث قصد الدراسة و بالتالي تقديم و تزويد المعرفة العلمية بأشياء جديدة و هامة، و طبيعة إشكالية البحث هي التي تحدد لنا المنهجية العلمية التي تساعدنا في معالجتها، و موضوع البحث الذي نحن بصدد معالجته يحتاج إلى كثير من الدقة و الوضوح في عملية تنظيم و إعداد خطوات إجرائية ميدانية للخوض في تجربة البحث الرئيسية، و بالتالي الوقوف على أهم الخطوات التي من مفادها التقليل من الأخطاء و استغلال أكثر الوقت و الجهد، انطلاقا من اختيار المنهج الملائم لمشكلة البحث و طرق اختيار عينة البحث و انتقاء الوسائل و الأدوات المتصلة بطبيعة تجربة البحث.

1- منهج البحث:

استخدم الطالبان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي و هذا لمناسبته لطبيعة الدراسة.

2- مجتمع البحث:

تمثل مجتمع البحث في طلبة جامعة ابن خلدون - تيارت- موزعين على تسعة كليات و البالغ عددهم 3153 طالب.

1-2- عينة البحث:

لقد تم اختيار 5% من كل كلية و اختيروا بالطريقة العشوائية كما هو موضح في الجدول الآتي:

جدول رقم (01) يبين توزيع مجتمع و عينة البحث لطلبة جامعة ابن خلدون - تيارت-

الكليات	رقم الكلية	المجتمع الأصلي	العينة (5%)	طلبة الليسانس	طلبة الماستر	ذكور	إناث
كلية العلوم التطبيقية	01	3072	153	78	75	49	104
كلية علوم المادة	02	859	42	22	20	15	27
كلية الرياضيات و الإعلام الآلي	03	2025	101	78	23	28	73
كلية علوم الطبيعة و الحياة	04	3597	179	105	74	53	126
علوم الأرض و الكون	05	258	12	8	04	07	05
كلية العلوم الاقتصادية و العلوم التجارية و علوم التسيير	06	3747	187	83	104	63	124
كلية الحقوق و العلوم السياسية	07	3701	185	116	69	36	149
كلية الآداب و اللغات	08	6635	331	220	111	91	240
كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية	09	7259	362	277	85	77	285
المجموع		31153	1552	987	565	419	1133

3- متغيرات البحث:

3-1- المتغير المستقل: اتجاهات الطلبة.

3-1- المتغير التابع: أوقات الفراغ.

4- مجالات البحث:

4-1- المجال الزمني:

كانت بداية الجانب النظري من بداية شهر نوفمبر 2017 إلى غاية شهر فيفري 2018، أما الجانب التطبيقي من بداية شهر جانفي 2018 إلى غاية أواخر جوان 2018.

4-2- المجال المكاني: أجريت الدراسة على مستوى جامعة بن خلدون - تيارت -

4-3- المجال البشري: أجريت الدراسة على طلبة جامعة ابن خلدون - تيارت -

5- أدوات البحث:

- المصادر و المراجع.

- الدراسات السابقة.

- الاستبيان (مقياس الاتجاه نحو وقت الفراغ).

- الوسائل الإحصائية.

5-1- مقياس الاتجاه نحو وقت الفراغ:

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

- البعد المعرفي: و يقصد به المعارف العامة للفرد و معتقداته عن وقت الفراغ و خصائصه و تنميته و أهميته و علاقته بجوانب حياة الفرد المختلفة.
- البعد الانفعالي: و هو شعور الفرد نحو وقت فراغه و درجة تقبله أو ميله نحو أنشطة و خبرات وقت الفراغ.
- البعد السلوكي: و يقصد به التعبير اللفظي عن السلوك الايجابي نحو الممارسة الفعلية لأنشطة وقت الفراغ سواء في الحاضر أو في المستقبل.

جدول رقم (02) يبين العبارات الخاصة بكل بعد

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

الفصل الأول منهجية البحث و إجراءاته الميدانية

و يتم الإجابة على عبارات الاختبار على مقياس خماسي التدرج (أوافق بدرجة كبيرة جداً، بدرجة كبيرة، بدرجة متوسطة، بدرجة قليلة، بدرجة قليلة جداً).

جدول رقم (03) يبين درجات المقياس للعبارات

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

5-1-1- طريقة التصحيح:

بعد اعتماد أداة البحث قام الطالبان بتوزيعها على عينة البحث، حيث طلب كل فرد من أفراد العينة فهم التعليمات الخاصة بكيفية الإجابة عن العبارات بكل دقة و الاستفسار عن أي فقرة غير واضحة لديه بوضع الإشارة (X) في المكان المناسب. و قد تم احتساب طول الفئة العددية للأوساط الحسابية الخاصة بالعبارات و الأداة ككل بطرح مفتاح التصحيح الأصغر من مفتاح التصحيح الأكبر و قسمة الناتج على عدد فئات الأداة فكانت قيمته 0.80

$$0.8 = 5/1-5$$

جدول رقم (04) يوضح تحديد المستويات

مستوى الدرجات	كبيرة جداً	كبيرة	متوسطة	قليلة	قليلة جداً
المدى	5-4.2	9 4.1-3.40	3.39-2.60	2.59-1.8	1.79 - 01

6- الدراسة الاستطلاعية:

إن الهدف من الدراسة الاستطلاعية هو التأكد من ملائمة مكان الدراسة للبحث، و مدى صلاحية الأداة المستعملة لجمع المعلومات حول موضوع البحث لذلك قمنا بزيارة ميدانية للكليات المعنية بالدراسة من اجل الملاحظة و المقابلات.

و بما أن موضوع بحثنا جاء حول الطلبة قمنا باختيار 10 طلبة من جامعة ابن خلدون - تيارت - استبعدوا من الدراسة الأساسية أجابوا على المقياس و ذلك يوم 06 ديسمبر 2017 و قمنا بإعادة طرحها عليهم يوم 13 ديسمبر 2017.

تتمثل الأهداف التي من نسعى من خلالها في:

- التعرف على مجتمع الدراسة الميدانية.
- اختيار الأداة الملائمة للدراسة الميدانية الملائمة لعينة لطبيعة العينة.
- تحديد كيفية اختيار عينة الدراسة.
- اكتشاف الصعوبات التي يواجهها الطالبان قبل الشروع في الدراسة الميدانية.

7- الأسس العلمية

7-1- ثبات و صدق الأداة:

جدول رقم (05) يبين نتائج الدراسة الاستطلاعية

الأبعاد	النتائج القبليّة		النتائج البعديّة		معامل الصدق	معامل الثبات	الدلالة الإحصائية
	ع	س	ع	س			
البعد المعرفي	1,17	3,46	1,53	3,74	0,81	0,90	دال
البعد الانفعالي	1,48	3,66	1,92	3,98	0,83	0,91	دال
البعد السلوكي	1,18	3,39	1,27	3,50	0,92	0,96	دال
المقياس الكلي	1,28	3,50	1,57	3,74	0,84	0,92	دال

من خلال الجدول رقم (05) نلاحظ أن قيم معامل الثبات للأبعاد (البعد المعرفي،

البعد الانفعالي، البعد السلوكي) جاءت محصورة بين (0.9 و 0.96) و القيمة

الكليّة للمقياس هي (0.92) و هي أكبر من الجدولية (0.81) عند مستوى دلالة

0.05 و درجة حرية 09 و هذا ما يدل على أن هناك ارتباط قوي بين النتائج القبليّة

و البعديّة و أن أداة البحث تتمتع بدرجة عالية من الثبات.

7-2- الموضوعية:

تم طرح هذه الأداة (مقياس الاتجاه نحو وقت الفراغ) على مجموعة من الأساتذة و

الدكاترة بمعهد التربية البدنية و الرياضية بجامعة مستغانم بغية إعطاء الآراء و

الملاحظات لإثراء البحث.

الفصل الأول منهجية البحث و إجراءاته الميدانية

و بالارتكاز على العديد من الدراسات السابقة و البحوث المشابهة و المادة الخبرية تم التطرق إلى دراسة الأسس العلمية للأداة.

8- الدراسة الأساسية:

تم تطبيق المقياس المستخدم في الدراسة في صورة استمارات مطبوعة و تم توزيعها على عينة البحث في وسط عادي و ذلك خلال الفترة الممتدة من 2018/1/14 إلى غاية 2018/02/18

و قام الطالبان بشرح هدف البحث بأسلوب مبسط داخل أوساط الكليات لعينة البحث و التأكيد على أن يقوم كل طالب بملء كامل الاستمارة.

تمثل مجموع عينة البحث الذي اجري عليه هذه الدراسة في 1552 طالب.

و قد تم تصنيف عينة البحث إلى ثلاث مجالات متمثلة في:

- حسب المستوى (ليسانس - ماستر)
- حسب الجنس (ذكر - أنثى)
- حسب التخصص (كلية 1 - كلية 2 - كلية 3 - - كلية 9).

9- الأساليب الإحصائية:

- المتوسط الحسابي (س)
- الانحراف المعياري (ع)
- معامل الارتباط بيرسون (ر)
- معامل الثبات
- (ت) ستيودنت
- فيشر (ف)
- استخدام برنامج spss version 20

خلاصة:

لقد تضمن هذا الفصل منهجية البحث و إجراءاته الميدانية لأنه ذا أهمية كبيرة لأي بحث علمي كما يتميز بالتنظيم الدقيق، و يهدف للوصول إلى معلومات ونتائج جيدة، وأن اختيار منهج البحث الملائم أو لطريقة الإحصائية الصحيحة السليمة ، وعينة البحث المناسبة بالإضافة إلى تحقيق الهدف المنشود أو لمسطر من طرفنا، كما حرصنا نحن الباحثان على مجموعة من الشروط لضمان دقة نتائج الاستبيان وهي منع حدوث نقل بين الإجابات وبين أفراد العينة مما يعطينا انطباعات مختلفة وتنوع في الإجابة.

الفصل الثاني

عرض وتحليل ومناقشة

النتائج

تمهيد:

طبيعة البحث ومنهجيته تقتضي على الطالب تخصيص هذا الفصل الذي يتناول عرض وتحليل ومناقشة النتائج المتحصل عليها ومن أجل معرفة درجة اتجاهات الطلبة نحو استثمار وقت الفراغ من خلال الاستبيان المقدم لعينة البحث.

وعليه يعرض الطالبان في هذا الفصل نتائج الاستبيان المتحصل عليها وتحليلها ومناقشتها بصدق وموضوعية مستعينين بالوسائل الإحصائية التي تم التطرق إليها سابقا.

1- عرض و تحليل و مناقشة النتائج :

1-1- عرض و تحليل النتائج الخاصة بالفرضية الأولى

- درجة اتجاهات الطلبة نحو استثمار أوقات الفراغ كبيرة.

1-1-1- عرض و تحليل نتائج المقياس الكلي:

جدول رقم (06) يبين المقياس الكلي لاتجاهات الطلبة نحو استثمار وقت الفراغ

المجموع	الاحتراف المعياري	المتوسط الحسابي	تنطبق بدرجة					العبارات
			قليلة جدا	قليلة	متوسطة	كبيرة	كبيرة جدا	
6205	0.74	4,00	101	220	564	1780	3540	1/ ممارسة الأنشطة في وقت الفراغ استخدام مفيد للوقت.
6113	0.76	3,94	119	274	486	1744	3490	2/ عندما اشترك في أنشطة وقت الفراغ فان الوقت يمر بسرعة.
6099	0.83	3,93	76	286	693	1864	3180	3/ أمارس أنشطة وقت الفراغ بصورة مستمرة.
6219	0.56	4,01	86	246	621	1656	3610	4/ أنشطة وقت الفراغ نافعة للفرد و للمجتمع.
6136	0.57	3,95	110	220	762	1384	3660	5/ اشتركي في أنشطة وقت الفراغ تمنحني السعادة.
6083	0.59	3,92	68	280	843	1692	3200	6/ إذا أتيت لي الفرصة فانه يمكنني زيادة كمية الوقت الذي أمارس فيه أنشطة وقت الفراغ.
6109	1.03	3,94	97	224	675	1908	3205	7/ يكتسب الفرد غالبا صداقات من خلال أنشطة وقت الفراغ.
6138	1.05	3,95	89	236	651	1912	3250	8/ أتمتع بممارسة أنشطة وقت الفراغ.
5963	1.09	3,84	93	274	831	1840	2925	9/ اشترى بعض الأدوات أو الملابس لكي استخدمها في نشاط وقت الفراغ بما تسمح به قدراتي المالية.
6191	0.07	3,99	103	206	615	1752	3515	10/ أنشطة وقت الفراغ تسهم في الارتقاء بصحة الإنسان.
6199	0.08	3,99	95	200	690	1684	3530	11/ أنشطة وقت الفراغ تمنحني خبرات سارة.
5945	1.03	3,83	88	296	924	1612	3025	12/ أستطيع أن أمارس المزيد من الأنشطة الجديدة في وقت الفراغ إذا أتيت لي المزيد من الوقت والإمكانات.
6090	1.07	3,92	94	210	717	2004	3065	13/ أنشطة وقت الفراغ هامة جدا للإنسان.
5930	1.06	3,82	89	394	699	1668	3080	14/ أنشطة وقت الفراغ تساعد على إحساسي بالانتعاش.
6111	0.05	3,94	72	246	642	2256	2895	15/ إذا كان لي أن اختار فإنني أفضل أن أعيش في بيئة أو مدينة بها إمكانيات أفضل لأنشطة وقت الفراغ.
6234	1.14	4,02	71	206	621	2076	3260	16/ أنشطة وقت الفراغ تساعد على قدرة الفرد على الإنتاج.
6238	1.12	4,02	64	196	639	2184	3155	17/ اشعر بانفعالات سارة أثناء ممارسة وقت الفراغ.
6169	1.09	3,97	73	256	615	2020	3205	18/ أوافق على فكرة زيادة وقت فراغي لكي أستطيع ممارسة أنشطة أكثر في وقت الفراغ.
6350	2.42	4,09	65	186	666	1708	3725	19/ أنشطة وقت الفراغ تساعد الإنسان على الاسترخاء.
6281	2.31	4,05	72	196	609	1964	3440	20/ الأنشطة التي أمارسها في وقت الفراغ تستحوذ على كل اهتماماتي.
6246	2.40	4,02	79	260	432	2080	3395	21/ أمارس أنشطة وقت الفراغ حتى ولو كنت مشغولا في عملي.
6354	1.95	4,09	63	206	588	1812	3685	22/ أنشطة وقت الفراغ تعتبر بمثابة فرص جديدة للتعرف الاجتماعي.
6358	1.95	4,10	76	198	510	1844	3730	23/ أميل إلى الأنشطة التي أمارسها في وقت الفراغ.
6217	1.83	4,01	98	240	447	1972	3460	24/ أعطي وقت ممارسة أنشطة وقت الفراغ الأولوية على غيره من الأوقات الأخرى.
147978		3,97						

من خلال الجدول رقم (06) يتضح لنا أن المتوسط الحسابي لاتجاهات الطلبة نحو استثمار وقت الفراغ قدر ب (3.97) و أن كل متوسط عبارات المقياس الكلي محصورة ما بين (3.82) و (4.10) أي أن اتجاهات الطلبة كانت بدرجة كبيرة.

نستج من خلال نتائج القياس الكلي أن اتجاهات الطلبة نحو أوقات الفراغ ايجابية لان كل العبارات يفوق متوسطها (3.4)، الأمر الذي يسمح لنا بالقرار بان الأنشطة الترويحية تساهم بصفة ايجابية في الترويح عن النفس في وقت الفراغ و تساعد على الاسترخاء حيث يؤكد الكثير من ذوي الاختصاص و الخبراء على ضرورة الاهتمام بتشكيل أنشطة وقت الفراغ بصورة تساهم في إكساب الفرد الخبرات السارة الايجابية و تساعد على نمو شخصيته و تكسبه العديد من الفوائد الخلقية و الصحية و البدنية و النفسية وقد ورد هذا في دراسة كل من دراسة عفاف عبد الفتاح علي أبو القاسم (2013م) و دراسة د.غوبوب عبد القادر وتقية يوسف (2014-2015م) عن الاتجاهات الايجابية نحو استثمار أوقات الفراغ لدى مختلف فئات المجتمع.

الفصل الثاني عرض و تحليل و مناقشة النتائج

1-1-2- عرض و تحليل النتائج حسب الأبعاد:

1-1-2-1- عرض و تحليل نتائج اتجاهات الطلبة حسب البعد المعرفي:

جدول رقم (07) يبين نتائج اتجاهات الطلبة نحو وقت الفراغ حسب البعد المعرفي

المجموع	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	تنطبق بدرجة					البعد المعرفي
			قليلة جدا	قليلة	متوسطة	كبيرة	كبيرة جدا	
6205	0.74	4,00	101	220	564	1780	3540	1/ ممارسة الأنشطة في وقت الفراغ استخدام مفيد للوقت.
6219	0.56	4,01	86	246	621	1656	3610	4/ أنشطة وقت الفراغ نافعة للفرد و للمجتمع.
6109	1.03	3,94	97	224	675	1908	3205	7/ يكتسب الفرد غالبا صداقات من خلال أنشطة وقت الفراغ.
6191	0.07	3,99	103	206	615	1752	3515	10/ أنشطة وقت الفراغ تسهم في الارتقاء بصحة الإنسان.
6090	1.07	3,92	94	210	717	2004	3065	13/ أنشطة وقت الفراغ هامة جدا للإنسان.
6234	1.14	4,02	71	206	621	2076	3260	16/ أنشطة وقت الفراغ تساعد على قدرة الفرد على الإنتاج.
6350	2.42	4,09	65	186	666	1708	3725	19/ أنشطة وقت الفراغ تساعد الإنسان على الاسترخاء.
6354	1.95	4,09	63	206	588	1812	3685	22/ أنشطة وقت الفراغ تعتبر بمثابة فرص جديدة للتعرف الاجتماعي.
49752		4.01						

يتح لنا من خلال الجدول رقم (07) أن اتجاهات الطلبة نحو استثمار وقت الفراغ حسب

البعد المعرفي جاءت بدرجة كبيرة حيث قدر المتوسط الحسابي ب (4.01) و أن كل من

العبارات (1-4-7-10-13-16-19-22) كانت محصورة بين المجال (3.92-4.09)

من خلال النتائج المتحصل عليها نستنتج أن اتجاهات الطلبة نحو استثمار وقت الفراغ

ايجابية حيث أن لدى أفراد عينة البحث دراية حول أهمية وقت الفراغ و هذا من خلال

العبارات الخاصة بالبعد المعرفي و المرتبطة بممارسة الأنشطة الترويحية في حياة الطالب و

ذلك من خلال الارتقاء بالصحة و الاسترخاء و القدرة على الإنتاج و توطيد العلاقات

الفصل الثاني عرض و تحليل و مناقشة النتائج

الاجتماعية بتكوين الصداقات و التعارف و قد أكد هذا النتائج من قبل دراسة جمال مرازقة (2012) التي تشير إلى الجوانب المعرفية لدى أفراد عينة البحث حول الأهمية الايجابية نحو استثمار أوقات الفراغ.

1-1-2-2-عرض و تحليل نتائج اتجاهات الطلبة حسب البعد الانفعالي:

جدول رقم (08) يبين نتائج اتجاهات الطلبة نحو وقت الفراغ حسب البعد الانفعالي

المجموع	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	تنطبق بدرجة					البعد الانفعالي
			قليلة جدا	قليلة	متوسطة	كبيرة	كبيرة جدا	
6113	0.76	3,94	119	274	486	1744	3490	2/ عندما اشترك في أنشطة وقت الفراغ فان الوقت يمر بسرعة.
6136	0.57	3,95	110	220	762	1384	3660	5/ اشتركي في أنشطة وقت الفراغ تمنحني السعادة.
6138	1.05	3,95	89	236	651	1912	3250	8/ أتمتع بممارسة أنشطة وقت الفراغ.
6199	0.08	3,99	95	200	690	1684	3530	11/ أنشطة وقت الفراغ تمنحني خبرات سارة.
5930	1.06	3,82	89	394	699	1668	3080	14/ أنشطة وقت الفراغ تساعد على إحساسي بالانتعاش.
6238	1.12	4,02	64	196	639	2184	3155	17/ اشعر بانفعالات سارة أثناء ممارسة وقت الفراغ.
6281	2.31	4,05	72	196	609	1964	3440	20/ الأنشطة التي أمارسها في وقت الفراغ تستحوذ على كل اهتماماتي.
6358	1.95	4,10	76	198	510	1844	3730	23/ أميل إلى الأنشطة التي أمارسها في وقت الفراغ.
49393		3,98						

من خلال الجدول رقم (08) يتضح لنا أن المتوسط الحسابي لاتجاهات الطلبة نحو استثمار وقت الفراغ حسب البعد الانفعالي هو (3.98) بمعنى كانت النتائج بدرجة كبيرة و كانت متوسطات العبارات (2-5-8-11-14-17-20) محصورة ما بين (3.82-4.10) .

الفصل الثاني عرض و تحليل و مناقشة النتائج

مما سبق نستنتج أن اتجاهات الطلبة نحو استثمار وقت الفراغ حسب البعد الانفعالي ايجابية

بحيث أن كل العبارات الخاصة بالبعد الانفعالي كانت محصورة ما بين المجال

(3.4-4.2)، بمعنى أنها تساعد أفراد عينة البحث في منح السعادة والانتعاش لدى الطلبة و

كذلك تساعد على تحسين بعض النواحي النفسية و تتفق النتائج المتحصل عليها مع دراسة

دغوب عبد القادر وتقية يوسف (2014-2015م) و التي أشارت إلى أنها تشجعهم على

التعبير عن قدراتهم و حاجاتهم النفسية مما يجسد مظاهر التفاعل الاجتماعي للأفراد.

1-1-2-3- عرض و تحليل نتائج اتجاهات الطلبة حسب البعد السلوكي:

المجموع	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	تنطبق بدرجة					البعد السلوكي
			قليلة جدا	قليلة	متوسطة	كبيرة	كبيرة جدا	
6099	0.83	3,93	76	286	693	1864	3180	3/أمارس أنشطة وقت الفراغ بصورة مستمرة.
6083	0.59	3,92	68	280	843	1692	3200	6/ إذا أتاحت لي الفرصة فانه يمكنني زيادة كمية الوقت الذي أمارس فيه أنشطة وقت الفراغ.
5963	1.09	3,84	93	274	831	1840	2925	9/ اشتري بعض الأدوات أو الملابس لكي استخدمها في نشاط وقت الفراغ بما تسمح به قدراتي المالية.
5945	1.03	3,83	88	296	924	1612	3025	12/ أستطيع أن أمارس المزيد من الأنشطة الجديدة في وقت الفراغ إذا أتيج لي المزيد من الوقت والإمكانات.
6111	0.05	3,94	72	246	642	2256	2895	15/ إذا كان لي أن اختار فإنني أفضل أن أعيش في بيئة أو مدينة بها إمكانيات أفضل لأنشطة وقت الفراغ.
6169	1.09	3,97	73	256	615	2020	3205	18/ أوافق على فكرة زيادة وقت فراغي لكي أستطيع ممارسة أنشطة أكثر في وقت الفراغ.
6246	2.40	4,02	79	260	432	2080	3395	21/ أمارس أنشطة وقت الفراغ حتى ولو كنت مشغولا في عملي.
6217	1.83	4,01	98	240	447	1972	3460	24/ أعطي وقت ممارسة أنشطة وقت الفراغ الأولوية على غيره من الأوقات الأخرى.
48833		3,93						

جدول رقم (09) يبين نتائج اتجاهات الطلبة نحو وقت الفراغ حسب البعد السلوكي

من خلال الجدول رقم (09) يتبين لنا أن المتوسط الحسابي لاتجاهات الطلبة نحو

استثمار وقت الفراغ قدر ب (3.93) و أن متوسطات العبارات (3-6-9-12-15-18-

21-24) الخاصة بالبعد السلوكي كانت محصورة ما بين (02.4-3.83) أي بدرجة كبيرة.

نستنتج مما سبق أن اتجاهات الطلبة نحو استثمار وقت الفراغ حسب البعد السلوكي ايجابية

كونه يتميز بطابع جدي و بشكل مستمر فهو ضروري جدا في حياتهم كما أنهم يفضلون

زيادة وقت الفراغ لتوظيفه في الأنشطة الترويحية و هذا ما ورد في دراسة جمال مرارقة

(2012) كون استثمار وقت الفراغ من خلال ممارسة الأنشطة الترويحية عامل مهم في

الوقاية من مظاهر السلوك الانفعالي بكل أشكاله.

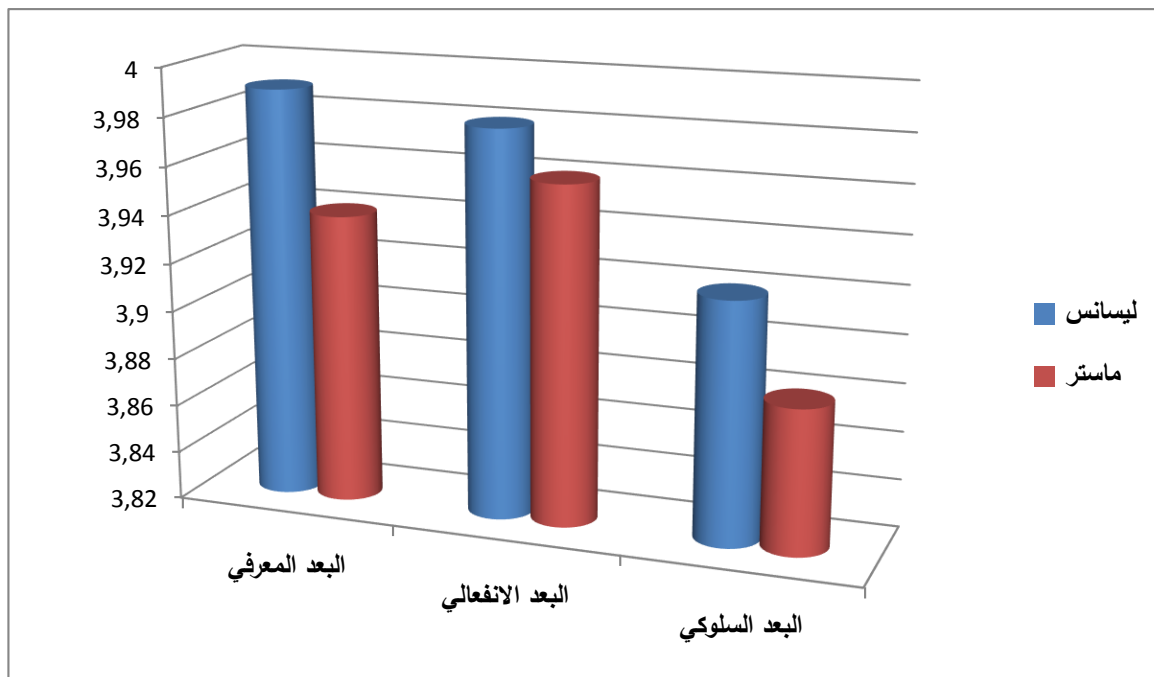
1-2- عرض و تحليل النتائج الخاصة بالفرضية الثانية:

- تختلف درجة اتجاهات الطلبة نحو استثمار أوقات الفراغ حسب متغيرات (التخصص، المستوى العلمي ، الجنس).

1-2-1- عرض و تحليل النتائج حسب المستوى العلمي:

جدول رقم (10) يبين نتائج اتجاهات الطلبة نحو استثمار وقت الفراغ حسب المستوى العلمي

الأبعاد	ليسانس		ماستر		T المحسوبة	T الجدولية	مستوى الدلالة	نوع الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري				
البعد المعرفي	3.99	0.07	3.94	0.08	1.29	1.98	0.05	غير دال
البعد الانفعالي	3.98	0.05	3.96	0.08	0.90			غير دال
البعد السلوكي	3.92	0.03	3.88	0.06	1.11			غير دال
المقياس ككل	3.97	0.05	3.93	0.07	1.91			غير دال



شكل رقم (01) يوضح نتائج اتجاهات الطلبة نحو استثمار وقت الفراغ حسب المستوى العلمي

من خلال الجدول رقم (10) نلاحظ أن قيمة (ت) المحسوبة لكل من البعد المعرفي (1.29)، البعد الانفعالي (0.90)، البعد السلوكي (1.11) و المقياس ككل (1.91).

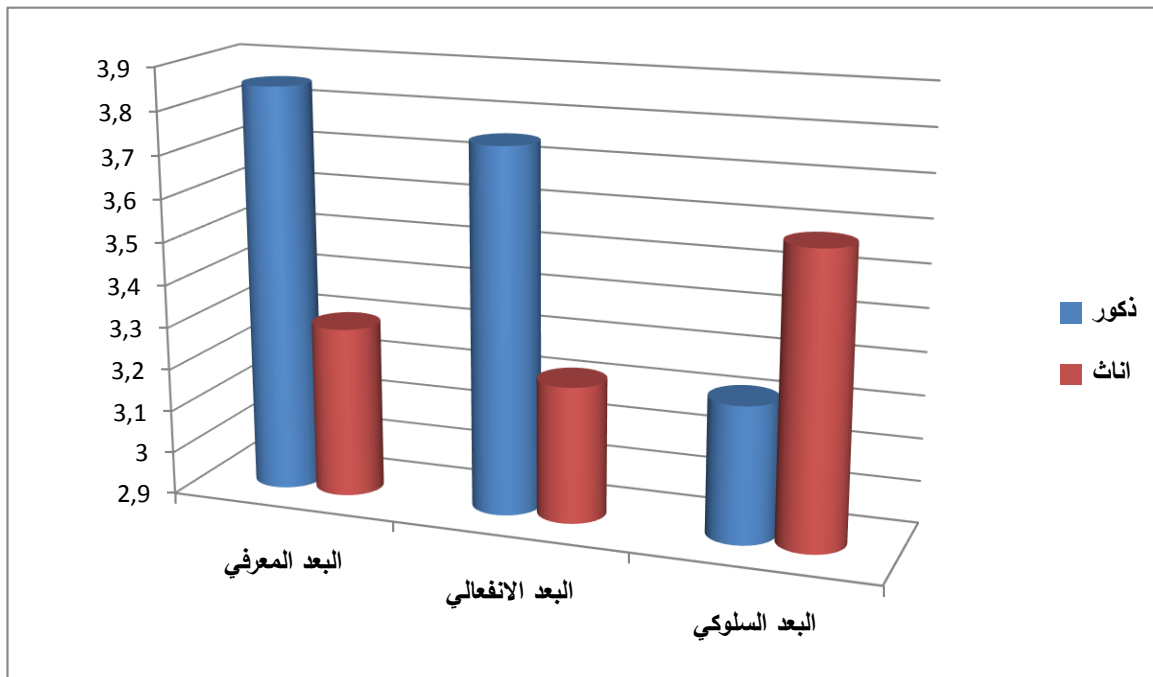
بالمقارنة مع (ت) الجدولية المقدره ب (1.98) و عند مستوى دلالة 0.05 فهي أصغر و بالتالي لا توجد فروق معنوية بين العينتين فيما يخص اتجاهات الطلبة نحو استثمار وقت الفراغ حسب المستوى العلمي.

نستنتج أن المستوى العلمي لا يعد عاملا في تحديد اتجاهات الطلبة نحو استثمار وقت الفراغ و ذلك من خلال أن طلبة الليسانس و الماستر يتميزون بالنشاط و الحيوية و لا يتأثرون بالمستوى العلمي و قد توصلت دراسة **سعيدى مصطفى (2008)** إلى ذلك من خلال دراسة اتجاهات مدراء المتوسطات و الثانويات نحو التربية البدنية و الرياضية و توصل إلى انه لا توجد فروق معنوية في ذلك.

1-2-1- عرض و تحليل النتائج حسب الجنس:

جدول رقم (11) يبين نتائج اتجاهات الطلبة نحو استثمار وقت الفراغ حسب الجنس

نوع الدلالة	مستوى الدلالة	T الجدولية	T المحسوبة	إناث		ذكور		الأبعاد
				الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
دال	0.05	1.98	13.25	0.07	3.30	0.06	3.85	البعد المعرفي
دال			10.49	0.09	3.22	0.09	3.75	البعد الانفعالي
دال			7.16	0.10	3.58	0.09	3.22	البعد السلوكي
دال			17.97	0.07	3.24	0.09	3.73	المقياس ككل



شكل رقم (02) يوضح نتائج اتجاهات الطلبة نحو استثمار وقت الفراغ حسب الجنس

الفصل الثاني عرض و تحليل و مناقشة النتائج

من خلال الجدول رقم (11) نلاحظ أن قيمة (ت) المحسوبة لكل من البعد المعرفي (13.25)، البعد الانفعالي (10.49)، البعد السلوكي (7.16) و المقياس ككل (17.97).

و بالمقارنة مع قيمة (ت) الجدولية المقدره ب (1.98) و عند مستوى دلالة 0.05 فهي أكبر بمعنى انه توجد فروق ذات دلالة معنوية بين العينتين فيما يخص اتجاهات الطلبة نحو استثمار وقت الفراغ حسب نوع الجنس.

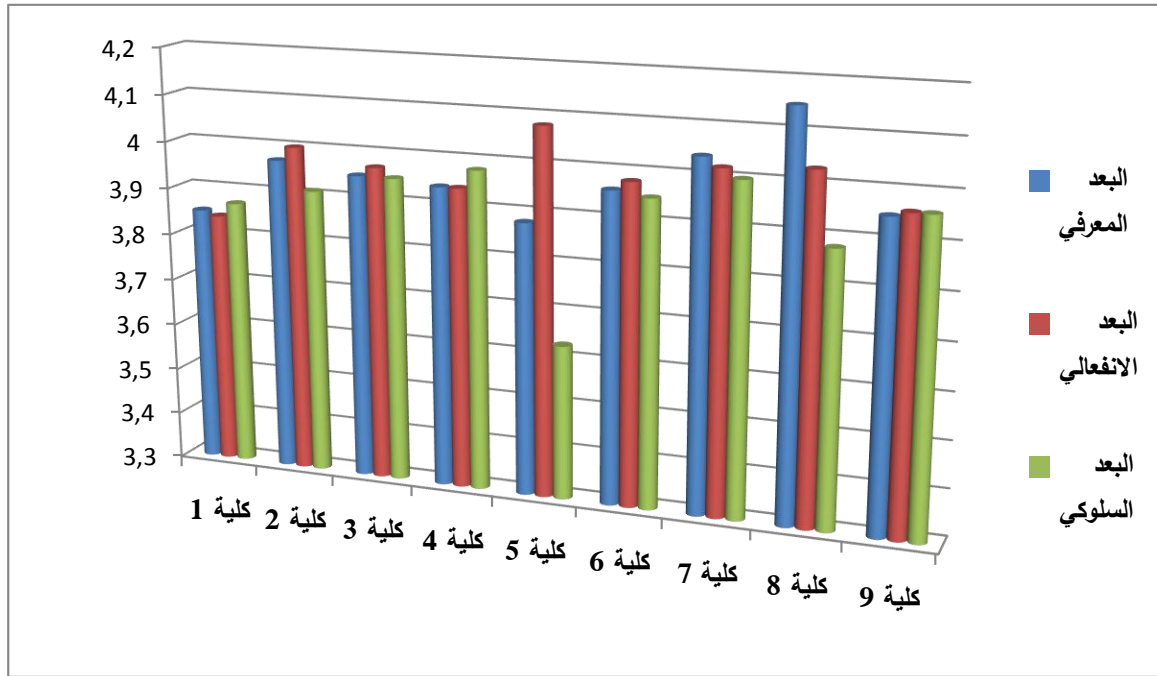
نستنتج أن نوع الجنس يعتبر عاملا أو مؤشرا في تحديد اتجاهات الطلبة نحو استثمار وقت الفراغ بالرغم من أن كلا الجنسين يتميزان بدرجة كبيرة وكل منهما يستغل استثمار وقت الفراغ في ممارسة أنشطة ترويحية مختلفة.

1-2-3- عرض و تحليل النتائج حسب التخصص:

جدول رقم (12) يبين نتائج اتجاهات الطلبة نحو استثمار وقت الفراغ حسب التخصص

كلية 6		كلية 5		كلية 4		كلية 3		كلية 2		كلية 1		الأبعاد
6ع	6س	5ع	5س	4ع	4س	3ع	3س	2ع	2س	1ع	1س	
0.06	3.96	0.28	3.88	0.04	3.94	0.04	3.95	0.03	3.97	0.73	3.85	البعد المعرفي
0.02	3.98	0.07	4.08	0.01	3.94	0.01	3.97	0.05	4.00	0.05	3.84	البعد الانفعالي
0.02	3.95	0.06	3.63	0.01	3.98	0.02	3.95	0.03	3.91	0.01	3.87	البعد السلوكي
0.02	3.96	0.10	3.86	0.01	3.96	0.01	3.96	0.03	3.96	0.03	3.86	المقياس ككل

نوع الدلالة	F الجدولية	F المحسوبة	كلية 9		كلية 8		كلية 7		الأبعاد
			9ع	9س	8ع	8س	7ع	7س	
دال	2.09	2.30	0.04	3.95	0.07	4.15	0.04	4.04	البعد المعرفي
دال		2.15	0.02	3.96	0.01	4.03	0.02	4.02	البعد الانفعالي
دال		4.18	0.02	3.96	0.03	3.88	0.01	4.00	البعد السلوكي
دال		2.69	0.02	3.95	0.03	4.02	0.02	4.02	المقياس ككل



شكل رقم (03) يوضح نتائج اتجاهات الطلبة نحو استثمار وقت الفراغ حسب التخصص

يتضح لنا من خلال الجدول رقم (12) أن قيم (ف) المحسوبة لاتجاهات الطلبة نحو استثمار وقت الفراغ حسب التخصص للبعد المعرفي هي (2.30)، البعد الانفعالي (2.15)، البعد السلوكي (4.18)، المقياس ككل (2.69) و هي قيم اكبر من قيمة (ف) الجدولية المقدره ب (2.09).

إن هناك فروق ذات دلالة معنوية لاتجاهات الطلبة نحو استثمار وقت الفراغ حسب التخصص.

نستنتج أن التخصص يعتبر عاملا من العوامل المحددة لاستثمار وقت الفراغ إذ بالرغم من أن اتجاهات الطلبة كانت كلها ايجابية حسب الأبعاد و قد ورد هذا الأخير في دراسة كل من دغوب عبد القادر وتقية يوسف (2014-2015م) و دراسة عفاف عبد الفتاح علي أبو القاسم (2013م).

2- الاستنتاجات:

من خلال المعطيات النظرية و المصادر والمراجع و ربطها بالدراسة الميدانية و النتائج المتحصل عليها نستنتج ما يلي:

- اتجاهات الطلبة نحو استثمار وقت الفراغ ايجابية.
- لا توجد فروق ذات دلالة معنوية في اتجاهات الطلبة نحو استثمار وقت الفراغ حسب المستوى العلمي.
- لا يعد المستوى العلمي عاملا محددًا لاتجاهات الطلبة نحو استثمار وقت الفراغ.
- هناك فروق ذات دلالة معنوية في اتجاهات الطلبة نحو استثمار وقت الفراغ حسب نوع الجنس.
- نوع الجنس عامل من عوامل تحديد اتجاهات الطلبة نحو استثمار وقت الفراغ.
- هناك فروق ذات دلالة معنوية في اتجاهات الطلبة نحو استثمار وقت الفراغ حسب التخصص.
- يعد التخصص عامل محدد في اتجاهات الطلبة نحو استثمار وقت الفراغ.

3- مناقشة و مقارنة الفرضيات بالنتائج:

على ضوء نتائج البحث و أهدافه و إجراءاته، واستنادا إلى النتائج المتحصل عليها في دراستنا لمدى صحة الفرضيات المقترحة، و التي نسعى إلى مناقشتها من اجل معرفة توافقها من عدمها يلي مناقشة فرضيات دراسة اتجاهات الطلبة نحو استثمار وقت الفراغ:

3-1- مقارنة النتائج بالفرضية الأولى:

نصت الفرضية الأولى على أن درجة اتجاهات الطلبة ايجابية نحو استثمار وقت الفراغ كبيرة.

و من خلال المعالجة الإحصائية و مناقشة النتائج المتحصل عليها في الجداول رقم (06 - 07 - 08 - 09) و التي تبين نتائج درجة اتجاهات الطلبة نحو استثمار وقت الفراغ للمقياس كله و حسب كل بعد من أبعاد المقياس و كانت كلها ايجابية بدرجة كبيرة يمكن القول أن الفرضية المطروحة قد تحققت.

و قد توصلت دراسة كل من عفاف عبد الفتاح علي أبو القاسم (2013م) و دراسة دغوبوب عبد القادر و تنقية يوسف (2014-2015م) و دراسة دراسة جمال مرزوقة (2012) إلى أهمية استثمار الوقت في المشاركة في الأنشطة الترويحية مهما كان نوعها أو شكلها.

3-2- مناقشة النتائج بالفرضية الثانية:

نصت الفرضية الثانية على أنه تختلف درجة اتجاهات الطلبة نحو استثمار أوقات الفراغ حسب متغيرات (التخصص ، المستوى العلمي ، الجنس).

و من خلال التحليل الإحصائي و مناقشة النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم (10)

و الذي يبين انه لا توجد فروق معنوية في نتائج درجة اتجاهات الطلبة نحو استثمار وقت

الفراغ حسب المستوى العلمي أي أن المستوى العلمي ليس معياراً لتحديد ذلك، 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

و من خلال الجداول رقم (11 - 12) اللذان يبينان انه توجد فروق معنوية في نتائج

درجة اتجاهات الطلبة نحو استثمار وقت الفراغ حسب نوع الجنس، و حسب التخصص

بمعنى كلا المتغيرين لهما أثر في تحديد ذلك.

يمكن القول انه تختلف درجة اتجاهات الطلبة نحو استثمار أوقات الفراغ حسب متغيرات (

التخصص ،الجنس) فقط دون (المستوى العلمي). ومن خلال هذه النتائج نلاحظ أن

الفرضية المطروحة تحققت فيما يخص التخصص والجنس ولم تتحقق فيما يتعلق بالمستوى

العلمي، أي أنها تحققت بنسبة قليلة.

خلاصة:

تناولنا في هذا الفصل تحليل و مناقشة نتائج البحث في مقياس وقت الفراغ موزع على طلبة جامعة ابن خلدون - تيارت - و توصلنا إلى أن اتجاهات الطلبة نحو استثمار أوقات الفراغ ايجابية بينما تختلف درجة اتجاهات الطلبة نحو استثمار أوقات الفراغ حسب متغيرات (التخصص، الجنس) و لا يوجد اختلاف في ذلك حسب (المستوى العلمي). و هذا يبين أن أفراد البحث على دراية بأهمية استثمار وقت الفراغ في أنشطة ترويقية لمعرفة أهميتها و أثرها الايجابي على الفرد خاصة و المجتمع عامة.

الاقتراحات:

- تسطير برامج ترويقية خاصة بهذه الفئة مع مراعاة الخصوصية لكل فئة.
- تنمية اتجاهات الطلبة نحو استثمار وقت الفراغ.
- عقد الندوات و الأيام التحسيسية بمدى أهمية استثمار وقت الفراغ.
- إجراء دراسات أخرى بمتغيرات مختلفة.
- الحث على الاهتمام بالبحوث العلمية التي تخص الطلبة و إعطائها أهمية كبرى في دراسة الجوانب المختلفة لهذه الفئة.

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 وافتراسات 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 تنظيم العمل في إطار علمي ومنهجي.

من خلال البحث حاولنا الكشف عن اتجاهات الطلبة الجامعيين نحو وقت الفراغ، ومعرفة أهم النشاطات الترويحية التي يمارسها بالإضافة إلى كشف الفروق الحاصلة بين اتجاهات الطلبة الجامعيين نحو أوقات الفراغ حسب متغير (التخصص، المستوى العلمي، الجنس).

بعد تحليل وإثراء متغيرات البحث نظرياً، وإعداد أداة لجمع البيانات وتطبيقها على عينة مكونة من 1552 طالب جامعي ومن مختلف الكليات ومختلف المؤهلات العلمية، يزاولون دراستهم بجامعة ابن خلدون لولاية تيارت، وبعد جمع البيانات ومعالجتها إحصائياً وعرضها وتحليلها وتفسيرها ومناقشتها بالاعتماد على التناول النظري، الذي شمل فصلين انصبا في موضوع الدراسة حيث تناول الفصل الأول وقت الفراغ والفصل الثاني الاتجاهات النفسية، واعتماداً على ما توفر من دراسات سابقة أو مشابهة خلصت دراستنا إلى مايلي:

- اتجاهات الطلبة نحو استثمار وقت الفراغ ايجابية.
 - لا توجد فروق ذات دلالة معنوية في اتجاهات الطلبة نحو استثمار وقت الفراغ حسب المستوى العلمي.
 - لا يعد المستوى العلمي عاملا محددًا لاتجاهات الطلبة نحو استثمار وقت الفراغ.
 - هناك فروق ذات دلالة معنوية في اتجاهات الطلبة نحو استثمار وقت الفراغ حسب نوع الجنس.
 - نوع الجنس عامل من عوامل تحديد اتجاهات الطلبة نحو استثمار وقت الفراغ.
 - هناك فروق ذات دلالة معنوية في اتجاهات الطلبة نحو استثمار وقت الفراغ حسب التخصص.
 - يعد التخصص عامل محدد في اتجاهات الطلبة نحو استثمار وقت الفراغ.
- وفي الأخير نتمنى أن يكون بحثنا المتواضع بابا واسعا وانطلاقة جديدة لبحوث أخرى في ميدان التخصص وخاصة في دراسة مشكل وقت الفراغ.

المصادر

والمراجع

المراجع

1. سورة البقرة الآية 185. (بلا تاريخ).
2. سورة التكويد: الآية (17، 18). (بلا تاريخ).
3. سورة الضحى: الآية (1، 2). (بلا تاريخ).
4. سورة العصر: الآية (1، 2). (بلا تاريخ).
5. سورة الفجر: الآية (1، 2). (بلا تاريخ).
6. سورة الليل: الآية (1، 2). (بلا تاريخ).
7. حسن عبد الجواد. (1982). كرة السلة. دار العلم للملايين، ط5.
8. عباس محمود عوض . (1980). علم النفس الاجتماعي. بيروت : دار النهضة العربية.
9. عبد العزيز النمر ، مدحت صالح . (2000). كرة السلة.
10. علي البيك ، شعبان إبراهيم. (بلا تاريخ). تخطيط التدريب في كرة السلة. الاسكندرية ، مصر: منشأة المعارف بالإسكندرية.
11. مدحت صالح سيد . (2004). البرامج التعليمية والتدريبية في كرة السلة.
12. مصطفى زيدان. (1417هـ - 1997 م). موسوعة تدريب كرة السلة (برنامج التدريب البدني والمهاري والخططي والنفسي والعقلي). دار الفكر العربي، ط1.

13. وليد مارديني و زياد الكردي . (2001). المهارات الأساسية في كرة السلة وبيوميكانيكية اللعب . دار الكندي للنشر والتوزيع .
14. ابن منظور . (ب،ت). لسان العرب ج:2. بيروت: دار صادر.
15. أبو العلاء احمد عبد الفتاح . (1994). تدريب المستويات العليا . القاهرة ، مصر: دار الفكر العربي ، القاهرة، ط1.
16. أبو بكر باقادر أحمد . (1987م). ظاهرة الفراغ عند الشباب ومعالجتها . الرياض: المركز العربي للدراسات الأمنية والتدريب.
17. ابو شيخة،نادر احمد . (1991). ادارة الوقت . دار المجدلاوي للنشر: عمان.
18. إحسان محمد الحسن . (1986). الفراغ ومشكلات استثماره (الإصدار ط1). بيروت: دار الطليعة.
19. احسان محمد الحسن . (1986). الفراغ ومشكلات ودراسة ومقارنة في علم اجتماع الفراغ. بيروت: دار الطليعة العربية.
20. احسان محمد الحسين . (1990). اسس علم الاجتماع الرياضي . بغداد: جامعة بغداد.
21. أحمد الخالق . (1983) . علم النفس الاجتماعي . بيروت - لبنان: دار الجامعية.
22. أحمد أوزي . (1986). سيكولوجية المراهق . الدار البيضاء المغرب : دار الفرقان / الطبعة الأولى.

23. أحمد عبد الخالق . (1983) . علم النفس الاجتماعي . لبنان : دار
الجامعية .
24. أحمد عبد العزيز أبو سمك . (ب،ت) . التربية الترويقية في الإسلام
أحكامها وضوابطها الشرعية (الإصدار ب،ط،) . دار النفائس الأردن .
25. احمد عزت رايح . (1996) . اصول علم النفس . الاسكندرية، مصر :
المكتب المصري الحديث للطباعة والنشر .
26. أحمد كامل حسين مهدي . (1994) . كرة السلة .
27. أحمد، علي فؤاد . (1966) . مشكلات المجتمع الريفي : العالم العربي
(الإصدار د.ط) . بيروت : دار النهضة العربية .
28. إدريس فرج الله . (بلا تاريخ) . التشكيل اللوني في الطباعة .
29. أنوف وتيج . (1994) . مقدمة في علم النفس . الجزائر : ديوان
المطبوعات الجامعية .
30. أسعد . (2004) .
31. إسماعيل ابن كثير . (1968م) . تفسير القرآن الكريم، ج4، (الإصدار
د.ط،) . بيروت : دار إحياء التراث العربي .
32. الحسن، احسان محمد . (2005) . علم اجتماع الفراغ . داروائل للنشر
والتوزيع : عمان، الاردن .
33. الحماحمي، محمد محمد ومصطفى، عايدة عبد العزيز، . (2007) .
الترويق بين النظرية والتطبيق . القاهرة : مركز الكتاب للنشر .

34. الدكتور حسين عمر . (1994). *التنمية والتخطيط الاقتصادي*. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية .
35. السيد خير الله . (1984) . *مفهوم الذات*. مصر: دار النهضة العربية.
36. الطاهر سعد الله. (1991). *علاقة القدرة على التفكير الابتكاري بالتحصيل الدراسي*. ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.
37. أمين الخولي - محمود عدنان . (1988). *المعرفة الرياضية* . مصر : دار الفكر العربي.
38. امين انور الخولي ،جمال الدين الشافعي. (2000). *منهاج التربية المدنية المعاصرة*. القاهرة: ط1، دار الفكر العربي.
39. اياد عبد الكريم العزاوي و مروان عبد المجيد ابراهيم. (2005). *الابعاد النفسية للاداء الرياضي، علم النفس الرياضي*. الوراق للنشر والتوزيع، ط1.
40. بدوي أحمد زكي. (1982). *معجم مصطلحات العلوم الإجتماعية* . مكتبة لبنان.
41. بدوي، احمد زكي . (بلا تاريخ). *معجم مصطلحات العلوم الاجتماعية*.
42. بن برنو عثمان . (2007). *تحديد درجات معيارية من خلال بطارية اختبارات لتقويم بعض المهارات الأساسية في الألعاب الجماعية*. رسالة دكتوراه، جامعة الجزائر: رسالة دكتوراه، جامعة الجزائر.
43. بوداود عبد اليامين. (1989). *أثر الوسائل السمعية البصرية في تعلم المهارات التكتيكية في كرة القدم* ، رسالة ماجستير . الجزائر: رسالة ماجستير ، معهد التربية البدنية والرياضية جامعة الجزائر.

44. تركي رابح. (1990). اصول التربية والتعليم. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية الجزائرية.
45. حامد عبد السلام زهران . (1977). علم النفس الاجتماعي. القاهرة : عالم الكتب - الطبعة الرابعة.
46. حامد عبد السلام زهران . (1985). علم النفس الاجتماعي. القاهرة: عالم الكتب- الطبعة 05.
47. حامد عبد السلام زهران. (1995). عالم النفس نمو الطفولة والمرافقة. ط5، عالم الكتاب.
48. حسن حسين قاسم، و منصور العنبي جميل. (1989). اللياقة البدنية وطرق تحقيقها. بغداد ، العراق: مطبعة التعليم العالي، بغداد ، العراق.
49. حسن سيد معروف . (2003). كرة السلة للجميع . دار الفكر العربي، ط7 .
50. حسن سيد معوض. (1994). كرة السلة للجميع. الطبعة 06.
51. حسن سيد معوض. (2003). كرة السلة للجميع. الطبعة 07، دار الفكر العربي.
52. حسن عبد الجواد. (بلا تاريخ). الط.
53. حسن عبد الجواد. (بلا تاريخ). كرة السلة. الطبعة 06.
54. حلمي المليجي . (1982). علم النفس المعاصر. مصر: دار النهضة العربية- - الطبعة الثانية.

55. حمدي عبد المنعم . (1983). بناء اختبار معرفي . عمان، الأردن:
دار الفكر.
56. حنفي محمود مختار. (1990). التطبيق العلمي في تدريب كرة القدم .
مصر: دار الفكر العربي ، الطبعة الأولى .
57. خطاب، عطيات محمد. (1990). اوقات الفراغ والترويح. القاهرة: دار
المعارف.
58. درويش زين العابدين و آخرون. (1993). علم النفس الاجتماعي أسسه
وتطبيقاته. القاهرة : مطابع زمزم.
59. درويش كمال، محمد محمد الحماحي. (1997). رؤية عصرية للترويح
واوقات الفراغ. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
60. رعد جابر الرشيد، كمال عازف الطاهر. (1988). المهارات الفنية في
كرة السلة. بغداد: مطبعة التعليم العالي.
61. رعد جابر باقي الراشيد ، كمال عارف طاهر. (1987). بغداد، العراق:
مطبعة التعليم العالي ، بغداد، العراق .
62. ريسان خريبط مجيد. (1989). موسوعة الاختبارات والقياسات في
التربية البدنية والرياضية. البصرة: مطابع التعليم العالي، البصرة، ج1.
63. ريسان مجيد، مؤيد عبد الجاسم الديوجي. (1990). التمارين الفردية في
كرة السلة.
64. زرف محمد . (2006). ثر تحديد مركز تناظر الحلق من موقف الحرة
على التآزر الحركي البصري ودقة التصويب المباشر من الثبات في كرة السلة.
جامعة مستغانم: ماجيستر في التدريب الرياضي ،جامعة مستغانم.

65. زرف محمد. (2006). ثر تحديد مركز تناظر الحلق من موقف الحرة على التآزر الحركي البصري ودقة التصويب المباشر من الثبات في كرة السلة. مستغانم، الجزائر: معهد التربية البدنية والرياضية، مستغانم، الجزائر.
66. زيدان عبد الباقي . (1974). وسائل و أساليب الاتصال. دار الكتب المصرية الطبعة الأولى.
67. زين العابدين درويش . (1993). علم النفس الاجتماعي . القاهرة: مطابع زمزم/ الطبعة الأولى.
68. سعد جلال . (1992). القياس النفسي و الاختبارات النفسية. مصر : دار المعارف.
69. سعد جلال . (1992). القياس النفسي و الاختبارات النفسية . مصر: دار المعارف.
70. سعد عبد الرحمان . (1983). السلوك الإنساني. الكويت: مكتبة الفلاح.
71. سعد عبد الرحمان . (1983). السلوك الإنساني. الكويت: مكتبة الفلاح.
72. سليمان، سناء محمد. (بلا تاريخ).
73. سليمان، محمود صادق. (2002). مشكلات الشباب: الدوافع والمتغيرلت . ابو ظبي: مركز الامارات للدراسات والبحوث الاستراتيجية.
74. سناء محمد سليمان. (2007). نكيفية تنظيم الوقت وشغل أوقات الفراغ بين الواقع والواجب (الإصدار ط1). القاهرة: عالم الكتب.

75. سيد خير الله. (1973). علم النفس التعليمي "أسسه النظرية والتجريبية". علم الكتب.
76. شتا السيد علي. (2003). الترويح واستثمار أوقات الفراغ في المجتمع العربي (الإصدار ب.ط). القاهرة: المكتبة المصرية للطباعة والنشر.
77. عباس محمود عوض . (1980). علم النفس الاجتماعي. بيروت: دار النهضة العربية.
78. عباس محمود عوض. (1990). في علم النفس الاجتماعي. لبنان: دار النهضة العربية.
79. عبد الحميد حسن الحارث . (2007). اللغة السيكولوجية في العمارة مدل في علم النفس المهاري. دار صفحات للدراسات والنشر، سورية: دار صفحات للدراسات والنشر، سورية.
80. عبد الرحمان العيسوي . (1974). دراسات في علم النفس الاجتماعي. بيروت : دار النهضة العربية للطباعة و النشر الطبعة الثانية.
81. عبد الرحمان عيساوي . (1992). سيكولوجية النمو - دراسة النمو النفسي الاجتماعي نحو الطفل المراهق . بيروت: دار النهضة العربية ب ط ،بيروت.
82. عبد الرحمان محمد العيسوي . (1992). علم النفس الاجتماعي. دار النهضة العربية.
83. عبد الرحمان محمد عيسوي. (198). اتجاهات حديثة في علم النفس الحديث. بيروت: دار النهضة العربية.

84. عبد الرحمن فخرو حصة. (2005). مستويات ادارة الوقت لدى طالبات جامعة قطر وتخصصهن الجامعي في علاقتهما باتحصيل الاكاديمي والرضا عن الحياة. جامعة قطر.
85. عبد العزيز النمر ، مدحت صالح. (2000). كرة السلة. الهرم، القاهرة، مصر: الطبعة 02.
86. عبد الغني محمد، عبد الغني. (1993). كيف تستثمر وقت فراغك، الفراغ والانسان. دار الفكر العربي.
87. عبد الفتاح تركي موسى. (1998). التنشئة الاجتماعية. مصر: المكتب العلمي للنشر والتوزيع الاسكندرية.
88. عبد القادر لقصير. (1999). الاسرة المتغيرة في مجتمع المدينة العربية. بيروت: دار النهضة العربية.
89. عبد القادر لقصير. (بلا تاريخ). مرجع سبق ذكره.
90. عبد القادر هاشم نهلة طه . (1996م). تطوير الإدارة المدرسية بمرحلة التعليم الأساسي في ضوء مفهوم إدارة الوقت، رسالة دكتوراه غير منشورة. القاهرة: كلية التربية ،جامعة عين شمس.
91. عبد الله بن ناصر السدحان. (1994م). وقت الفراغ وأثره في الشباب - دراسة وصفية بمدينة الرياض (الإصدار ط1). الرياض: مكتبة العبيكان.
92. عبد المجيد ابراهيم. (بلا تاريخ).
93. عبد المجيد سيد أحمد منصور. (1991م). توجيه الشباب المسلم نحو قضاء وقت الفراغ، (الإصدار د.ط). مكة المكرمة: رابطة العالم الإسلامي.

94. عبد المجيد نشواتي . (1993) . علم النفس التربوي . الأردن : دار الفرقان مؤسسة الرسالة .
95. عبد كيوان . (1985). أصول الرسم والتلوين . دار ومكتبة الهلال للطباعة والنشر ،بيروت، ط1: دار ومكتبة الهلال للطباعة والنشر ،بيروت، ط1.
96. عبد كيوان . (1985). أصول الرسم والتلوين . دار ومكتبة الهلال للطباعة والنشر ، بيروت، الطبعة الأولى: دار ومكتبة الهلال للطباعة والنشر، بيروت، الطبعة الأولى.
97. عزة شرارة بيضون . (2006). الشباب العربي ورؤى المستقبل: سلسلة كتب المستقبل العربي48. بيروت: مركز دراسات الوحدة العربية.
98. عصام الدين عباس الدياسطي . (1993). كرة السلة تطبيقات علمية.
99. عطوف محمد ياسين . (1986) . علم النفس العيادي . لبنان : دار الملايين - الطبعة الأولى.
100. عطوف ياسين محمود . (1989) . مدخل إلى علم النفس الاجتماعي . بيروت : دار العلم للملايين.
101. عطيات محمد الخطاب . (بلا تاريخ). النشاط الترويحي وبرامجه . مصر،: القاهرة الحديثة.
102. عطيات محمد خطاب . (1990). أوقات الفراغ والترويح (الإصدار ط3). القاهرة: دار المعارف.
103. علاوي،محمد حسن . (1975). علم النفس الرياضي . القاهرة: دار المعارف.

104. علي الحوات. (1998). *دراسات في المشكلات الاجتماعية* (الإصدار د.ط). طرابلس: د.م.ن.
105. علي نصيف - قاسم حسن حسين. (1980). *مبادئ التعلم الرياضي*. بغداد ، العراق : ط1، دار المعرفة ، بغداد.
106. عيسوي عبد الرحمن . (1984). *معالم علم النفس* . بيروت ، لبنان : دار النهضة العربية للطباعة والنشر .
107. غيث محمد عاطف. (ب.ت). *قاموس علم الاجتماع*. الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية الإسكندرية.
108. فاديه عمر الجولاني. (2004م). *اتجاهات طالبات الجامعة نحو أساليب الترويج في المجتمع العربي* (الإصدار ب.ط). القاهرة: المكتبة المصرية.
109. فايز منها. (1987). *التربية الرياضية الحديثة*. ط2، دار طلاس للدراسات والترجمة والنشر.
110. فرج حسين بيومي. (1986). *بناء اختبارات معرفية في كرة القدم*. عمان ، الأردن: دار الفكر.
111. فهد سهيل سلامة. (1988م). *إدارة الوقت منهج متطور للنجاح*. عمان، الأردن: المنظمة العربية الإدارية.
112. قاسم حسن حسين. (1988). *علم التدريب الرياضي* . عمان، الأردن: دار الفكر.
113. قاسم حسن حسين. (1998). *أسس التدريب الرياضي*. الاردن: ط1، دار الفكر العربي.

114. قدور محمد، بن علاش محمد. (2010). تحديد درجات معيارية من خلال اقتراح بطارية اختبارات لتقييم المهارات الهجومية في كرة السلة. مستغانم، الجزائر: معهد التربية البدنية والرياضية، مستغانم، الجزائر.
115. كامل محمد عويضة . (1996). علم النفس الاجتماعي . دار الكتاب العلمية .
116. كبار جلال ،حمشريف امين. (2009). اثر استخدام التعليم المبرمج الخطي في تعلم بعض المهارات الاساسية وتنمية الصفات البدنية في كرة السلة . مستغانم، الجزائر: جامعة عبد الحميد بن باديس ، مستغانم.
117. كمال درويش، محمد محمد الحماحي. (1997). رؤية عصرية للترويج واوقات الفراغ. مصر: مركز الكتاب للنشر.
118. كمال درويش، محمد محمد الحماحي. (1997). رؤية عصرية للترويج واوقات الفراغ. مصر: مركز الكتاب للنشر.
119. كمال درويش، محمد محمد الحماحي. (1997). رؤية معاصرة للترويج واوقات الفراغ. مصر: مركز الكتاب للنشر.
120. كمال درويش، محمد محمد الحماحي. (1997). رؤية معاصرة للترويج واوقات الفراغ . مصر: مركز الكتاب للنشر.
121. كمال درويش، محمد محمد الحماحي. (بلا تاريخ). مرجع سبق ذكره.
122. كمال طاهر عارف. (1987). المهارة الفنية في كرة السلة. بغداد ، العراق.
123. كمال، الحمامي، محمد درويش. (2007م). رؤية عصرية للترويج وأوقات الفراغ (الإصدار ط3). القاهرة: مركز الكتاب للنشر.

124. لبيب. (1993).
125. لميريلا كيران. (1993). *التربية الاجتماعية*. القاهرة ، مصر : دار الفكر العربي، القاهرة.
126. م.ر، ألين. (2008م). *إدارة الوقت - قسم الترجمة بدار الفاروق* (الإصدار ط2). القاهرة: دار الفاروق.
127. محمد السيد البدوي الدسوقي. (2007). *كيف تنظم وقتك وأعمالك؟ وتمتلك التميز وإدارة الوقت* (الإصدار ط1). الإسكندرية: مركز الإسكندرية للكتاب.
128. محمد السيد البدوي الدسوقي. (2009م). *نقطة البداية* (الإصدار ط1). الإسكندرية: مركز الإسكندرية للكتاب.
129. محمد حسن العلاوي. (1986). *علم النفس الرياضي*. القاهرة: دار المعارف.
130. محمد حسن ظاظا و سماح رافع . (1993). *علم النفس العام*. مصر : دار القومية العربية للطباعة.
131. محمد حسن عبد الجواد. (1987). *كرة السلة*. دار العلم للملايين، ط7.
132. محمد حسن علاوي . (199) . *موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين*. مركز الكتاب للنشر - الطبعة الأولى.
133. محمد حسن علاوي . (1994). *علم النفس الرياضي* . دار المعارف، ط9.

134. محمد حسن علاوي. (1991). علم النفس الرياضي. القاهرة: ط7، دار المعرفة، القاهرة.
135. محمد حسن علاوي، اسامة كمال راتب . (1999). البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي.
136. محمد سلمي آدم - توفيق حداد. (1973). علم النفس الطفل . الجزائر: المديرية الفرعية للتكوين ، ط 1 ، الجزائر.
137. محمد صبحي حسانين . (1995). القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية. القاهرة ، مصر: دار الفكر العربي ، القاهرة.
138. محمد عادل خطاب. (بلا تاريخ). النشاط الترويحي وبرامجه . مصر: القاهرة الحديثة، دون التاريخ.
139. محمد عاطف الأبحر ومحمد سعد عبد الله. (1984). اللياقة البدنية وعناصرها، تنميتها قياسها. : دار الإصلاح.
140. محمد عبد الرحيم اسماعيل. (1995). الهجوم في كرة السلة . الإسكندرية ، مصر: منشآت المعارف بالاسكندرية .
141. محمد عبد الرحيم اسماعيل. (2003). الاساسيات المهارية والخطية في كرة السلة.
142. محمد عبد الرحيم إسماعيل. (بلا تاريخ). الدفاع في كرة السلة، أساسيات حركية إستراتيجية دفاعية تدريبات. مطبعة الانتصار لطباعة الاوفست.
143. محمد علي محمد. (1981م). وقت الفراغ في المجتمع الحديث (الإصدار ط1). الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.

144. محمد علي محمد. (1985). *وقت الفراغ في المجتمع الحديث*. بيروت: دار النهضة العربية للنشر والتوزيع.
145. محمد عوض البيسوني. (1992). *نظريات وطرق التربية البدنية*. الجزائر: ط2، ديوان المطبوعات الجامعية-الجزائر.
146. محمد محسن علاوي . (بلا تاريخ). *علم النفس الرياضي*. مصر: دار المعارف.
147. محمد محمد الحماحي. كمال درويش. (1997). *رؤية عصرية للترويح واوقات الفراغ*. مصر: مركز الكتاب للنشر.
148. محمد مصطفى زيدان . (1987). *علم النفس الاجتماعي*. دار الشرق.
149. محمد،تهاني عبد السلام. (1975). *علم النفس الرياضي*. القاهرة: دار المعارف.
150. محمد،محمد علي . (1985). *وقت الفراغ في المجتمع الحديث* . بيروت : دار النهضة العربية.
151. محمود صادق سليمان. (2002م). *مشكلات الشباب:الدوافع والمتغيرات*، أبو ظبي: مركز الإمارات للدراسات والبحوث الإستراتيجية.
152. محمود عبد الحليم منسي . (بلا تاريخ). *علم النفس التربوي للمعلمين*. القاهرة: دار المعرفة الجامعية الطبعة الأولى.
153. مختار سالم. (1971). *كرة السلة*. بيروت: مؤسسة المعارف للنشر والتوزيع.

154. مختار سالم. (1991). *كرة السلة*. بيروت،: مؤسسة المعارف للنشر والتوزيع، بيروت.
155. مروان عبد المجيد إبراهيم. (2002). *النمو البدني والتعلم الحركي*. عمان، الأردن: دار الثقافة، عمان، الأردن.
156. مصطفى صادق. (بلا تاريخ). *اطفال الخليج التآزر الحركي البصري*. htm.
157. مصطفى فهمي. (1974). *سيكولوجية الطفولة والمراهقة*. مصر: مكتبة مصر، الطبعة الأولى .
158. مصطفى محمد زيدان . (1988). *كرة السلة للمدرس والمدرّب*.
159. مفتي إبراهيم حمادة. (1996). *التدريب الرياضي للجنسين*. دار الفكر العربي ، القاهرة، ط1: دار الفكر العربي ، القاهرة، ط1.
160. مقدم عبد الحفيظ . (1993). *الإحصاء و القياس النفسي و التربوي*. ديوان المطبوعات الجامعية.
161. منصور، عبد المجيد، سيد احمد والشربيني، زكرياء. (2005). *الشباب بين صراع الاجيال المعاصر والهدى الاسلامي: المشكلات-القضايا-مهارات الحياة*. القاهرة: دار الفكر العربي.
162. مهدي، نجم يوسف البازي. (1987). *مهدي، نجميوسف البازي ك المبادئ الاساسية في كرة السلة* .
163. موسى أحمد محمد. (2009). *الشباب بين التهميش والتشخيص (رؤية إنسانية)* (الإصدار ط1). المنصورة: المكتبة العصرية.

164. مؤيد عبد الله جاسم الديوجي، فاتر بشير . (1994). كرة السلة .
165. نادر الفرجاني. (1988). سعي وراء الرزق دراسة ميدانية عن هجرة المصريين للعمل في الأقطار العربية. بيروت: مركز دراسات الوحدة العربية.
166. نور حافظ . (1990). المراهق. بيروت ، لبنان: ط2 .
167. وديع فرج الين. (1996). خبرات في الألعاب للصغار والكبار. الاسكندرية ، مصر: منشأة المعارف.
168. وزرماس إبراهيم ، و الحياي حسن . (1987م). أساسيات في الترويح وأوقات الفراغ (الإصدار ط1). أريد: دار الأمل للنشر.
169. وليد مارديني، زياد الكردي. (2001). المهارات الأساسية في كرة السلة وبيوميكانيكية اللعبة. الأردن: دار الكندي للنشر والتوزيع، الأردن.
170. يوسف القرضاوي. (1985م). الوقت في حياة المسلم (الإصدار ط3). بيروت: مؤسسة الرسالة.

مجلات

1. طلعت منصور. (1989). تنشيط نمو الطفل. الكويت: مجلة علم الفكر ، الكويت - المجلد العاشر ، عدد 8.
2. عايد حمدان وآخرون . (2009). اثر اختلاف إستراتيجية التلوين في برمجة تعليمية في التحصيل المباشر لتلاميذ الصف الثالث الأساسي في مادة العلوم . مجلة جامعة دمشق، المجلد 25، العدد (3+4): مجلة جامعة دمشق، المجلد 25، العدد (3+4).

3. قاسم خليل ومسلم المياح. (2006). دراسة اثر الألوان في دقة التصويب بكرة اليد. جامعة تشرين للدراسات والبحوث ، المجلد 28 ، العدد 01: جامعة تشرين للدراسات والبحوث ، المجلد 28 ، العدد 01.
4. م.د.نوفل فاضل رشيد. (2010). انتقال اثر تعلم مهارة التمريرة بأنواعها في التهديف القريب والبعيد في لعب كرة القدم. مجلة الرافدين للعلوم الرياضية ،مجلد 16، عدد 54: مجلة الرافدين للعلوم الرياضية ،مجلد 16، عدد 54 .
5. م.م. تحرير علوان حسون. (2009). جامعة ديالي عدد 40: مجلة الفتح،جامعة ديالي عدد 40.
6. م.م. سحر حر مجيد. (2009). تأثير استخدام وسيلتين مساعدتين وكرات متنوعة على تطوير بعض المهارات الأساسية للناشئين بكرة السلة. جامعة ديالي ، مجلة الفتح، عدد 41: كلية التربية الرياضية ،جامعة ديالي ، مجلة الفتح، عدد 41.
7. العبيدي إبراهيم. (1991م). أثر الأسرة في الوقاية من المخدرات - مجلة الأمن ع3. الرياض: الإدارة العامة للعلاقات والتوجيه، وزارة الداخلية.
8. بوداوود عبد اليامين. (2000). اثر انتقال ومعالجة المعلومات في المهارات الرياضية. الجزائر: المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية ،جامعة الجزائر.
9. خاطر، احمد مصطفى. (1989). أنشطة استثمار وقت الفراغ ودعم الانتمائية في المجتمع. الكويت: المجلة العربية للعلوم الانسانية.
10. سلامة عبد العزيز. (1992). تأثير الرؤية المزدوجة ذات البعد الثالث على دقة التصويب في كرة السلة. جامعة حلوان : المجلة العلمية للتربية البدنية،جامعة حلوان.

11. وجيه محمد ، و الشناوي إبراهيم . (1990م). أنشطة أوقات الفراغ لدى الشباب الجامعي وعلاقتها ببعض جوانب الصحة النفسية - مجلة جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية ع2. الرياض.

رسائل ماجستير

1. داود عبد الحق. (بلا تاريخ). رسالة ماجستير غير منشورة .
2. يوسف، نغم فيصل. (2000). اثر خصائص اللون في تحفيز الشعور بالانتماء إلى الفضاء الداخلي في الوحدة السكنية. رسالة ماجستير مقدمة إلى الجامعة التكنولوجية، قسم الهندسة المعمارية، بحث غير منشور : رسالة ماجستير مقدمة إلى الجامعة التكنولوجية، قسم الهندسة المعمارية، بحث غير منشور .
3. أمحمد نقازي. (1991). علاقة الاتجاهات النفسية بدوافع العمل في إطار نظرية ماسلو. جامعة الجزائر: معهد علم النفس و علوم التربية رسالة ماجستير.
4. عبد العزيز حمود الشثري. (1986م). وقت الفراغ وشغله في مدينة الرياض، رسالة ماجستير غير منشورة. الرياض: كلية العلوم الاجتماعية ، جامعة الإمام محمد سعود الإسلامية.
5. ماهر رزاق ، كاظم الحقاقي. (بلا تاريخ). رسالة ماجستير غير منشورة.

مواقع

1. امجد قاسم. (02 02, 2011). التربية والثقافة. تم الاسترداد من افاق علمية وتربوية: <http://al3loom.com/?p=563>

2. امجد قاسم. (02 02, 2011). *التربية والثقافة*. تم الاسترداد من افاق علمية وتربوية: <http://al3loom.com/?p=563>

3. ايمان احمد ونوس. (26 04, 2015). *الحوار المتمدن*. تم الاسترداد من سيكولوجية المرأة:

<http://www.ahewar.org/debat/show.art.asp?aid=96242>

مصادر باللغة الفرنسية

1. Gerard bosc. (1987). *le basket jeux et sport simple*.

2. La dislave,H. (1984). *entraînement de foot balle*. : Lyon, France: édition groupe ESC , Lyon.

3. A.P.Laptev. (بلا تاريخ). *Etude des caractéristiques des exercices spécifiques gardian de but différent niveau*. . édition Vigot, Paris Paris, France:

4. Alexink Eles. (1968). *Social structure and Child*. .4 edition al-Bostion- usa: *socialisation" by Jhon Chausen*. litle brown.

5. autongaidos. (1983). *préparation et entrainement à la gymnastique sportive*.

6. G.crèvecoeur M.lechien .P.redouté . (2000). *basket ball*. .6 paris,france: édition amphora s.a paris.

- Genesis of the self and social" in "* .(1997) George Mead. .7
 Postonm, USA : , *scort the sociological perspective* .
 . edition Little brown –co, Postonm, USA .
- des clés pour le* .(1996) GERAD Bosc et Theyry poulin. .8
basket–ball.
- édition *le basket jeu et sport simple.* .(1985) Gérard bosc. .9
 evronet.
- Guide pratique du basket.* .(بلا تاريخ) GERARD THILL. .10
- science Biologiques et* .(1985) J.M Balau. .11
 Paris, France: édition doin, Paris. *Engmement sportif.*
- Une pédagogie* .(1986) Jean Pierre Bonnet et Vers. .12
 . Edition vigot, Paris Paris, France : . *de l'arte moleur*
- vers une civilisation loisir.* .(1972) Joffer Dumazedier. .13
 paris: Puf.
- IPID* . .(بلا تاريخ) Jurgen Weineck. .14
- paris, *Biologie du sport.* .(1997) Jurgen weineck. .15
 édition vigot . France:
- paris, France: *sport de compétition* . .(1997) Korte. .16
 édition vigot , paris.

- édition de *cours de basket* . .(1994) M.Giardani. .17
vecchi .
- dictionnaire de psychologie*. .(1983) Norbert.S. .18
bordas: édition K. bordas.
- exercices et jeux de basket 1000* .(2000) Peter vary. .19
paris;france: édition vigo. *ball*.
- london. *loisir*. .(1970) Robrts. .20
- apprentissage moteur et* .(1990) Simonet,P. .21
paris, , édition vigot *processus et procédé d'acquisition*.
paris, France., France: édition vigot
- Manuelle du "* .(1987) Taill Tomas – R et Caja. .22
Paris, . *l'indication sportif" préparation au brevet a l'état*
. édition Vigot : France
- manuel d'entrainement* . .(1986) weineck jurgoin. .23
edition vigot.
- Paris, *Biologie du sports*. .(1985) Weinek Jurgen. .24
. France: édition amphora, 2eme édition, Paris.

الملاحق

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

استبيان حول

اتجاهات الطلبة الجامعيين نحو استثمار أوقات الفراغ

أخي الفاضل:

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

التعليمات: اقرأ كل عبارة جيدا وارسم 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.

تحت إشراف:

د/بن زيدان حسين

إعداد الطلبة:

- سنوسي سيف عبد المجيد
- بوسكين الجيلالي

السنة الجامعية: 2018/2017

المستوى العلمي.....

السن.....

التخصص:.....

الجنس:.....

نوع النشاط:.....

تمارس نشاط ترويجي:.....

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/ اشترائي 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/ أستطيع أن أمارس المزيد من الأنشطة الجديدة في وقت الفراغ إذا أتيت 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 اختار 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 للتعارف الاجتماعي.
					23/ أميل إلى الأنشطة التي أمارسها في وقت الفراغ.
					24/ أعطي وقت ممارسة أنشطة وقت الفراغ الأولوية على غيره من الأوقات الأخرى.