"دور التربية الترويحية في استثمار وقت الفراغ وعلاقته بإشباع الحاجات النفسية لدي الأطفال "

أ.م.د/ صديقة علي احمد يوسف

المقدمة ومشكلة البحث :

إتضـــح فى السنوات الأخيرة الإهتمام المتزايد نحو الطفولة إلى حد كبير، هذا الإهتمام يعكس تغييراً فى الاتجاهات نحو الطفولة وحقوقها، من منطلق أن طفل اليوم هو راشد الغد.

وقـــد أطلق على هذا العصر عدة مسميات من أهمها (عصر التكنولوجيا وعصر القلق، عصر الـــترويح) حيـــث ترتبط هذه المسميات بعلاقة وثيقة فيما بينها، فعصر التكنولوجيا قد تولد عنه القلق، وأصـــبح الترويح أحد متطلباته، لما له من تأثر فى الحد من المشاكل المترتبة على وقت الفراغ، ولقد إهـــتم الباحـــثون بدراسة هذه العلاقة (٢٩ : ٢٣)، وأدى التقدم العلمى، فى عصرنا الراهن إلي زيادة وقت الفراغ، ومع إزدياد معدلات وقت الفراغ يتزايد القلق حول كيفية إستخدامه، ويصبح خطراً عندما لا يـــدرك الأفـــراد كيف يستخدمونه، فوقت الفراغ إذا لم يحسن تنظيمه وإستثماره يوفر مناخاً مناسباً لممارســـات سلبيته خاطئة، فالفراغ فى أى شكل من أشكاله إذا لم يوجه نحو قيم تربوية يصبح مدعاة للفســـاد، ومن وجهة نظر علماء الترويح والتربية وعلماء الاجتماع أصبح وقت الفراغ مشكلة تتطلب المواجهـــة بأسلوب وخطة عملية متكاملة، حتى يتمكن كل مجتمع من الإستقرار وإستثمار هذا الوقت بصـــورة بناءه، وتجنب العواقب الوخيمـــة التى قد تحدث، واستثمار هذا الوقت فى الأنشطة التى تعود على الأفراد بالنفع (٣٣ : ١٥٢).

"وأصبحت المجتمعات المتقدمة تهتم بالترويح وأنشطة وقت الفراغ إيماناً بدورها المتعاظم فى بـــناء الشخصـــية الإنسانية، والمحافظة على الصحة والحيوية والروح المعنوية العالية، وكان لابد من التربـــية الترويحـــية كنظام يهدف إلى تطبيع أفراد المجتمع على مبادئ الترويح وقيمه، وتنشئتهم على مقـــررات الثقافة الترويحية" (٤٨: ١٣)، فقد أصبحت المجتمعات المتقدمة تعنى تربية النشئ فيما بين ساعات العمل وبعده كعنايتها بساعات الدرس والتحصيل وأيضاً أصبحت تعنى بإعداد الرائد الترويحى كعنايتها بإعداد المعلم (٢ : ١١، ١٢).

"وقـــررت الجمعـــية العمومـــية للأمم المتحدة Assemply General فى إجتماعها السنوى عام ١٩٩٨ بأن حقوق الإنسان تشمل حقه فى الترويح الذى يتضمن الرياضة والأنشطة الترويحية الأخرى (١٤ : ١٦) كمـــا يؤكد ذلك ميثاق الفراغ والترويح Charter of leisure Recreation والذى ينص عل "أن لكل فرد الحق فى تعلم وإكتساب التربية الترويحية للإستفادة منها فى استثمار أوقات الفراغ" (٣١ : ٢٧).

وتشـــير الجمعـــية الأمريكـــية للصحة والتربية البدنية والترويح American Association for Health, Physical Education and Recreation (AAHPER) إلى اسهامات الترويح فى حياة المجتمعات المعاصـــرة لكونـــه يحقق الحاجات الإنسانية للتعبير الخلاق عن الذات، كما يعمل على تطوير الصحة النفســـية والانفعالـــية والعقلية للفرد من خلال التحرر من الضغوط والتوتر العصبى المصاحب للحياة العصـــرية، وتوفير حياة شخصية وعائلية زاخرة بالسعادة والاستقراء كما يعمل على تنمية ودعم القيم الديمقراطية (٢٩ : ٥٦).

( ) أستاذ مساعد دكتور قسم تربية الطفل – بكلية البنات – جامعة عين شمس

وقد أشار تقرير نقابة الأطباء الأمريكية American Doctor Association إلى أن البرامج الترويحية تؤدى إلى الإقلال من حالات التوتر العصبى والملل، والاكتئاب النفسى والقلق، وكذلك تؤدى دوراً فى المساعدة على التخلص من الآثار النفسية المترتبة على حياة الميكنة التى يعانى منها الأفراد فى هذا العصر" (٨-٢٣).

"وقام تشارز بيوتشر Bucher بدراسة إحصائية لتحديد حجم وقت الفراغ وطول عمر الإنسان فى سنة ٢٠٠٠، وذكره إنه سيصبح متوسط عمره فى حدود ٧٥ سنة سيقضى (٢٧,١%) من عمره فى أوقات الفراغ بواقع (٢٥,٣٢) سنة (١٥ : ٢٣).

وبذلك تعتبر التربية الترويحية ذات أهمية وفاعلية ضرورية فى كل عصر، ومستمرة فى الزمن الماضى والحاضر، على إعتبار إنها تتيح قدراً كبيراً من الخبرات والقيم الاجتماعية والنفسية والجمالية التى تثرى حياة الفرد، وتضيف لها أبعاد البهجة المشرقة، والنظرة المتفائلة للحياة، وذلك لأنها تمد الفرد بوسائل وأساليب التكيف مع نفسه ومجتمعه، حيث أن المشاركة فى الأنشطة الترويحية تعمل على التنفيس عن المشاعر وتخفيف التوتر والشد العصبى التى أصبحت تلازمنا فى حياتنا اليومية.

ويعد الترويح هام فى حياة الأفراد وإلا أصبحت الحياة سقيمة، ولذا أصبح الترويح حاجة إنسانية ولها أهميتها، ولا يمكن تجاهلها أو كبتها، ومن ذلك يقول الرسول الكريم صلوات الله وسلامه عليه "روحوا القلوب ساعة بعد ساعة، فإن القلوب إذا كلت عمت".

كما يهتم علماء النفس بموضوع الحاجات الجسيمة والنفسية اهتماماً كبيراً، ويتضح ذلك فى دراسات علم النفس النمو لمطالب النمو، وحاجات كل مرحلة عمرية، "فمطالب الفرد وحاجاته النفسية والروحية لها دوراً أساسى فى تحقيق حالة نفسية مستقرة يشعر من خلالها بالأمن والطمأنينية والتوازن بين قوى نفسه الداخلية أو بين مطالب جسمه ونفسه وروحه وبين مصالحه الفردية ومصالح الجماعة (٢٨ : ٨) وتبرز هذه المطالب والحاجات فى فترة الطفولة المتأخرة بسبب تميزها بالحيوية والنشاط، فالحاجة إلى الطعام والشراب والنجاح والتقدير والانتماء وغير ذلك تكون واضحة فى هذه المرحلة (٢١ : ٣٠، ٣١).

ويرى علماء النفس أن تكوين الإنسان وعملياته الديناميكية يتطلب إشباع حاجات معينة ببعض أساليب نشاط معين، حتى ينشأ صحيحاً جسمياً ونفسياً، فالإنسان يعيش فى بيئة معينة هى المجتمع - يتطلب منه نوعاً من المعرفة وإسلوباً من المهارة، ومجموعة من العلاقات الوظيفية، وجميعها أمور ضرورية حتى يتمكن من التكيف مع بيئته ويتفاعل معها، ويتكون لدى الفرد مجموعة من الخبرات نتيجة إتصاله ببيئته الخارجية تتبلور حول حاجته للوصول إلى نمط من التنظيم النفسى، يوجه به خبراته المختلفة، ويجعل له هدفاً معيناً فى الحياة" (٣٦ : ٥٢).

ويرى ماسلو أن السلوك تنشطه الحاجات غير المشبعة، وذلك لأن أفعال وأنشطة الفرد تسعى لإنهاء حالة التوتر الناتجة عن الحاجات غير المشبعة، ومن ثم يمكن تفسير سلوك الفرد فى الحياة من خلال التعرف على الحاجات المشبعة لدى الفرد فى الوقت الذى يقوم فيه بالسلوك (٢٦ : ٢٧)

ويرى على السلمى أن " التعليم مصدر أساسى من مصادر اكتساب الحاجات وهناك نظرية تنادى بأن حاجات الإنسان ودوافعه كلها مكتسبه بفعل التعلم" (٢٣: ٢١٧)

وقد جاء فى السنة النبوية ما يدل على هذا المعنى "إنما العلم بالتعلم، وإنما الحلم بالتحلم، ومن يتحر الخير يعطيه، ومن يتق الشر يوقه"، مما سبق يتضح أهمية الدراسة فى التربية الترويحية وأهمية العمل على محو الأمية الترويحية، ولذا أصبح أمراً ضرورياً أن التصدى لمشكلة وقت الفراغ، ولما

كانت المرحلة الابتدائية والتى يطلق عليها علماء النفس مرحلة الطفولة المتأخرة مرحلة غير آمنة من حيث إنها تمثل نهاية مرحلة الطفولة وبداية مرحلة المراهقة، وأن من الأهمية بمكان الإهتمام بهذه المرحلة بما تتناسب مع حاجاتهم.

تحديد المشكلة :

وقد كشفت نتائج دراسات هدى حجازى (٤٣) ١٩٩١م، إيمان هدهودة (٨) ١٩٩٣م، مصطفى هاشم (٤١) ١٩٩٤م، طه عبد الرحيم (١٧) ١٩٩٥م، محمد عبد السلام (٣٢) ١٩٩٦م، وليد عبد الرازق (٤٥) ١٩٩٧م، هشام علام (٤٤) ١٩٩٨م عن أهمية سلوك استثمار وقت الفراغ والترويح والتربية الترويحية فى إحداث التوافق الشخصى والاجتماعى وبالتالى التوافق الدراسى للطلاب، وأن الأنشطة الترويحية تعمل على تجديد حيوية التلاميذ، والتخلص من الطاقة الزائدة ومن الميول العدوانية ورغم ذلك قد كشفت عن غياب واضح للتربية الترويحية فى مدارسنا وجامعاتنا، وعن وجود قصور فى رؤية كل من المعلمين وأولياء الأمور لوقت فراغ التلاميذ، وفى دور المدرسة والجامعة فى الاعداد لهذا الوقت، وأن أولياء الأمور لا زالوا ينظرون إلى الأنشطة الترويحية على إنها عامل معوق للدراسة ونضعها فى مكان جانبى من حياتنا ولا نعطيها من الأهمية شيئاً، بهذا فقد أصبحت حاجة ضرورية وملحة أن نتصدى لمعالجة المشكلة من أجل تقدم الأمم ورقيها، وذلك عن طريق تكوين إنسان يحسن استثمار وقت فراغه وبالتالى يشبع حاجاته النفسية ويعود عليه وعلى المجتمع بالفائدة، وإنه كلما كان نشاط الإنسان مشبع لحاجاته كلما كان العائد أفضل.

ولم يكن موضوع الحاجات النفسية وإشباعها هو المتغير الأساسى فى الدراسات التى اهتمت بوقت الفراغ والترويح، ووجهت تلك الدراسات إلى ندرة البحوث التربوية فى هذا المجال مما يستدعى معه القول بأن التربية الترويحية بُعد غائب فى تربية الإنسان، هذا ما دعى الباحثة إلى دراسة هذا البعد الغائب.

ومن ثم تظهر مدى الحاجة إلى دراسة وقت الفراغ والترويح ومستواه ومدى علاقته وإرتباطه بإشباع الحاجات النفسية، ولم تقف الباحثة على آية دراسة تبحث فى هذا الموضوع على حد علم الباحثة، فكانت مشكلة البحث.

أهمية البحث النظرية والتطبيقية :

أولاً : الأهمية النظرية :

١- التعرف على

أ - دور التربية الترويحية فى استثمار وقت الفراغ من خلال القاء الضوء على فلسفة الترويح (معنى - أهداف - أهمية).

ب - مكانة الترويح والتربية والترويحية فى بعض الفلسفات التربوية والإسلامية.

جـ- دور بعض المؤسسات التربوية فى التربية الترويحية لاستثمار وقت الفراغ (الأسرة - المدرسة - وسائل الإعلام).

د - مستوى إشباع الحاجات النفسية للأطفال الذكور والإناث لممارسين وغير الممارسين، لأنشطة وقت الفراغ.

٢- تزيد من المعرفة العلمية بالخصائص النفسية للأطفال فى مرحلة الطفولة المتأخرة، حيث أن أغلب الدراسات التى تناولت هذه الحاجات على مجتمعات تختلف فى تكوينها وثقافتها عن مجتمعنا

اختلافاً كبيراً، مما يصعب تعميم نتائجها، خاصة أن الجوانب النفسية تتأثر وتتفاعل مع أنماط الثقافة.

٣- يؤكد البحث على أهمية إستثمار وقت الفراغ فى إشباع الحاجات النفسية للأطفال.

ثانياً : الأهمية التطبيقية :

١- الحاجة إلى بناء مقياس يسهم فى التعرف على مستوى استثمار وقت الفراغ لدى الأطفال فى ضوء مظاهره الأربعة الجسمية والعقلية والوجدانية والاجتماعية.

٢- الحاجة إلى بناء مقياس مستوى إشباع الحاجات النفسية لدى الأطفال لإيجاد الاستقرار النفسى لهم.

٣- يبصر القائمين على أمور الطفولة بالأساليب الترويحية الملائمة لحاجات الأطفال النفسية، حيث تفقد فاعليتها إذا لم تكن متناسبة مع الحاجات النفسية للأطفال المستهدفين من تلك البرامج.

٤- تساعد المدرسة على أن تضع ضمن أهدافها أشباع الحاجات النفسية للأطفال واستثمار وقت الفراغ.

٥- تفعيل دور الوسائل الإعلامية بتعريف المواطنين بماهية وأهمية الترويح، والمشاركة فى الأنشطة الترويحية، وإستثمار وقت الفراغ، والعمل على التخطيط العلمى لهذه الأنشطة.

أهداف البحث :

يتطلب هذا البحث تحقيق الأهداف التالية :

١- الكشف عن العلاقة بين مستوى استثمار وقت الفراغ ومستوى إشباع الحاجات النفسية للأطفال.

٢- الكشف عن العلاقة بين مستوى استثمار وقت الفراغ ومستوى إشباع كل حاجة من الحاجات النفسية لدى الأطفال.

٣- التعرف على الفروق فى مستوى إشباع الحاجات النفسية بين أطفال مرحلة الطفولة المتأخرة فى ضوء متغيرى الجنس والممارسة.

٤- تقديم رؤية مستقبلية للتربية الترويحية لاستثمار وقت الفراغ.

فروض البحث :

على ضوء كل من الإطار النظرى وأهداف البحث قامت الباحثة بصياغة الفروض التالية :

١- توجد علاقة موجبة دالة بين مستوى استثمار وقت الفراغ مستوى إشباع الحاجات النفسية لدى الأطفال.

٢- توجد علاقة موجبة دالة إحصائياً بين مستوى استثمار وقت الفراغ ومستوى إشباع كل حاجة من الحاجات النفسية لدى الأطفال.

٣- توجد فروق ذات دلالة احصائية فى مستوى إشباع الحاجات النفسية للأطفال وفقاً لمتغير الجنس (ذكور - أنثى) لصالح الذكور.

٤- توجد فروق ذات دلالة أحصائية فى مستوى إشباع الحاجات النفسية للأطفال وفقاً لنوع الممارسة (ممارس - غير ممارس) لصالح الأطفال الممارسين.

مصطلحات البحث :-

الـــدور Role :

"مجموعـــة من الأنشطة المرتبطة بالأطر السلوكية التى تحقق ما هو متوقع فى مواقف معينة، ويترتب عليه إمكانية التبؤ بسلوك الفرد فى المواقف المختلفة (٢٨ : ١٠٣).

التـــرويح Recreation :

رد فعل عاطفى تجاه نشاط بممارسة الفرد بدافع من نفسه، يهدف إلى السعادة الشخصية، بناء وهـــادف، ويتم فى أثناء وقت الفراغ، وتتفق ورغبات الفرد، ويميزها سمو الهدف، وتتوافر فيها حرية الاختيار (٩-١٢٢).

التربية الترويحية Education of Recreation :

الـــتعريف الإجـــرائى للباحثة : هى تلك العملية التى تمد الفرد بالمعلومات والمعارف وتنمية المهـــارات والقدرات التى يتم بموجبها إستثمار وقت الفراغ الاستثمار الأمثل، والذى يؤدى إلى تعديل سلوكه إلى سلوك أمثل من خلال ممارسة الانشطة المختلفة.

وقت الفراغ Leisure time :

"هـــو الوقـــت الحـــر أو الفائض بعد أداء العمل والواجبات الأخرى والذى يمكن استثماره فى أنشطة هادفة بناءة" (٢٢ :٣٥)

الحـــاجـــة Need :

إفتقار إلى شيئ ما إذا وجد حقق الاشباع والرضا والإرتياح للفرد (١٢: ١٠٣)

الحاجات النفسية Psychological needs :

الـــتعريف الإجرائى للباحثة : هى تلك الحاجات التى تشبع دوافع الفرد بما يؤدى إلى التوازن النفســـى لديـــه، ومـــن أهمها الحاجة إلى حب الاستطلاع، العبادة، الصداقة، الحرية والاستقلالية، فهم الذات، الجمال ....

الدراسات النظرية والبحوث المرتبطة

أولاً : الدراسات النظرية

نتناول فى هذا الجزء مفاهيم الدراسة :

أولاً : فلسفة الترويح (معنى – أهداف – أهمية)

معنى الترويح "الترويح كلمة مركبة من جزئين (Re) بمعنى إعادة creation بمعنى خلق أى أن المعـــنى الإجمـــالى للكلمـــة Recreations هـــو "إعادة الخلق" وهو معنى مجازى، ويقصد به التجديد والانتعاش كنواتج لممارسة الترويح" (٢٩-١١٧)

وبذكـــر عادل طاهر "أن الترويح نشاط تلقائى لذاته وليس بغرض الكسب المادى، ويزاول فى أوقات الفراغ لتنمية قدرات الفرد رياضيا" (١٨-١٤)

ويـــرى جـــراى وجريبـــن Gray and Greben أن "الـــترويح حالة إنفعالية تناسب الفرد نتيجة إحساســـه بـــالوجود الطيـــب فى الحياة وبالرضى، وأن الترويح يتصف بالمشاعر المرتبطة بالإجادة، الإنجاز، الإنتعـــاش، النجـــاح، القيـــم الذاتية، السرور، التدعيم الإيجابى لصورة الـــذات Self image (٣١: ٣٦)

فنجد منهم من إعتبر الترويح نشاط، ومنهم من إعتبر أكثر من نشاط، ومنهم من إعتبره ترويح عن النفس وشعور الفرد بالسعادة، وجميع المعانى تشترك فى أن الترويح مرتبط بوقت الفراغ – رغبة داخلية – حرية فى الاختيار، تحقيق البهجة والسعادة للفرد هادف وبناء.

"ويشير كمال درويش وآخرون : إلى أن "الترويح يلعب دوراً فعالاً فى تربية النشئ، فهو يهتم بـه مـن الناحية البدنية والنفسية والعقليـة والإجتماعيـة، وبالتـالـى يسهم فى تحقيق النمو المتزن للفرد. (٢٩ : ٢٥)

وتذكر نهائى عبد السلام أن "النشاط الترويحى محوره وهدفه الأساسى هو السعادة، كما تضيف أن بعـض المشـاعر والأحاسـيس التى يكتسبها الأفراد من خلال ممارستهم للترويح تتمثل فى تذوق الجمـال، وشعور الفرد بالمتعة والإسترخاء والسعادة عند خدمة الآخرين، بالإضافة إلى إتاحة الفرص للإبتكار والإبداع" (٩ : ١٠٦)

مما سبق يتضح أن بعض خبراء الترويح يرون أن الهدف من الترويح ذاتى شخصى والبعض الآخـر يجمع بين الأهداف الذاتية والإجتماعية، وتتفق الدراسة مع الرأى الأخير، فالترويح يهدف إلى النمو المتوازن للفرد وتحقيق السعادة الشخصية، وفى ذات الوقت يعمل على تماسك المجتمع وترابطه.

يحتل الترويح أهمية كبرى فى تنشئة النشئ والنهوض به إلى مستوى أفضل عن طريق الوان النشـاط الـتى يوفرها، لتصريف طاقاتهم بطريقة صحيحة تناسب ميولهم، فحين يمارس الطفل نشاطاً ترويحياً هادفاً محبباً إلى نفسه، يتعلم من خلاله أشياء من الصعب تعلمها فى الحياة العادية، فالطفل كما ترى ليلى يوسف عندما يلعب مع جماعة من الأطفال يتعلم الحق والإعتدال، ضبط النفس، الاخلاص، الأخوة، المحبة، الشجاعة، الثبات، الحذر وكذلك يتعود العطف والتسامح" (٣٠ : ١٩)

ويشير براتيبل وآخرون Brightbill إلى أن الأنشطة الترويحية تساعد على تحسين صحة الفرد العقلية والنفسية والبدنية، (٤٦ : ٣٢، ٣٥)، ويؤكد كراوس Kraus أن الترويح يساعد على مواجهة أو منع السلوكيات المدمرة للمجتمع أثناء وقت الفراغ، كما يؤدى الترويح إلى تشجيع أفراد المجتمع الواحد على التعاون مع بعضهم البعض فى مجموعات الأنشطة الترويحية المختلفة (٥٢ : ٦٧)

وبـناء علـى ذلك، ترى الباحثة أن عملية الترويح ليست مضيعة للوقت أو ترفاً أو عطلة من الحـياة، بل هى عملية جادة لازمة للتجديد، حيث يمكن للطاقات النشطة التى أخذت قدراً من الإشباع، أن تسـرع بكل قدراتها لتحريك قضايا العمل والإنتاج فى جميع قطاعات المجتمع، ومن ثم يتضح أن الترويح ذو أهمية بالغة لكل من الفرد والمجتمع.

ثانياً : مكانة الترويح والتربية الترويحية فى بعض الفلسفات التربوية والإسلامية :

١- مكانـة الـترويح من **الفلسفة المثالية** : يرى أفلاطون Platto، أن الترويح وأنشطة وقت الفراغ ضـرورة لحفـظ التوازن فى حياة الإنسان اليوم حتى تتاح الفرص للفرد أن ينمو فى مجتمعه، وبالـتالى توجـد ضرورة لان تشرف الدولة على المؤسسات التى تهيئ فرص الترويح والتربية الترويحية (٩ : ٤٢)

أمـا تشارلز براتيبل Charles Braightbill فإن يؤكد على عملية توفير الفرص التى تهيؤها التربـية الترويحية لحرية الاختيار النشاط الذى يمارسه الفرد أثناء وقت فراغه، ويرى أن ذلك يعمل على تنمية إصدار القرارات وتنمية تقدير الشخصيات (٤٦ : ٤١)

٢- وعن مكانة الترويح والتربية الترويحية فى الفلسفة التجريبية يرى براتراند براسل Bertrand Russel وهو أحد ممثلى الفلسفة التجريبية أن من أهداف التعليم بث وتنمية الإتجاهات التى يمكن لها أن تتيح للفرد إستخدام وقت فراغه بذكاء (٣٢: ١٨٩)

من العرض السابق يبين أن التربية لوقت الفراغ أو التربية الترويحية لها مكانتها فى كل من الفلسفات المثالية والتجريبية ويجمع على أهمية وضرورة التربية الترويحية لبناء شخصية الإنسان، وهذا ما تؤيده الدراسة الحالية وتدعو إليه.

كما أهتمت التربية الإسلامية بتحقيق النمو الشامل للمسلم، وذلك بالاهتمام بشخصيته من كل الجوانب البدنية، النفسية والعقلية والإجتماعية والخلقية والروحية، من خلال الأنشطة التربوية والإجتماعية، وفى ضوء ما تنص عليه مبادئ الدين، فالإسلام قد حث على إستغلال الوقت والإستفادة منه، فقد حذر الله الإنسان من إضاعة الوقت فيما لا يفيد، حتى لا يندم يوم القيامة على ما فاته قال تعالى : "أن تقول نفسى بحسرتى على ما فرطت فى جنب الله وإن كنت لمن الخسرين" (٥٦) أو تقول أن الله هدانى لكنت من المانقين (٥٧) أو تقول حين ترى العذاب لو أن لى كره فأكون من المحسنين الزمر (٥٦-٥٨)

وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم : "اغتم خمس قبل خمس، حياتك قبل موتك، وصحتك قبل سقمك، وفراغك قبل شغلك وشبابك قبل هرمك، وغزلك قبل فقرك (٥ : ١٢)

هذا بعض ما توضحه الدراسة عن مدى اهتمام الدين الإسلامى بالترويح لدى الفرد المسلم واستغلال الوقت والاستفادة منه بطريقة تعود على الفرد بالنفع، وإهتمامه بالعديد من أوجه النشاط البدنية التى يحرص على أن يؤديها المسلم، مسترشدة فى ذلك بالعديد من الوقائع والأحاديث الشريفة التى تؤكد على ضرورة اهتمام المسلم بهذه الأنشطة.

وقد إهتم الإسلام بالسباحة والرمى والفروسية، فقد روى البيهقى فى كتاب "الفرائض" وأن الرسول قال : "كل شيئ ليس من ذكر الله فهو لهو أو سهو إلا أربع خصال : مشى الرجل بين الغرضين للرمى، وتأديب فرسه، وملاعبه أهله وتعلمه السباحة"، وعن أبى رافع قال "قلت يا رسول الله أحق الولد علينا كحقنا عليهم، قال نعم حق الولد على الوالد أن يعلمه الكتابة والسباحة والرمى وأن يورثه طيبا" (٦ : ٢٦٢)

أما عن الجرى والعدو فقد كان الرسول يسابق السيدة عائشة رضى الله عنها، فعن أحمد وأبو داود "سابق الرسول الكريم عائشة فسبقته فى الأولى وتبعها فى الثانية، قالت سبقنى رسول الله صلى الله عليه وسلم فجعل يضحك وهو يقول هذه بتلك، وقول مأثور عن عمر بن الخطاب، "علموا أولادكم الرماية والسباحة وركوب الخيل" (٥-١٥).

وتأسيسا على ما سبق ترى الباحثة أن أهداف التربية الترويحية تتفق وأهداف التربية الإسلامية، كما أن فلسفة التربية الترويحية لا تتعارض مع تناول الفكر الإسلامى لوقت الفراغ واستخداماته".

ثالثاً : دور بعض المؤسسات التربوية فى التربية الترويحية لإستثمار وقت الفراغ :

والسؤال المطروح الآن هو : على من تقع مسئولية التربية الترويحية لاستثمار وقت الفراغ ؟

يمكن القول أن للمؤسسات التربوية دورا حيويا فى تقديم العديد من القيم والإتجاهات التى تؤدى إلى تعليم أهمية وكيفية إستثمار وقت الفراغ، فيجب أن تبدأ من المنزل، وأن تعطى درجة من الأهمية والمرونة لكل من المدرسة والمجتمع، وهذا يتطلب التنمية المبكرة للميول والمهارات والهوايات، وهى مسئولية الكثير من المؤسسات التربوية والاجتماعية والتى من أهمها : الأسرة والمدرسة ووسائل الأعلام

(*) الإمام الحافظ احمد بن حجر العسقلانى "فتح البارى بشرح صحيح البخارى"، كتاب الرقاق.

دور الأسرة : فى تكوين الاتجاه والعمل نحو الترويح فى أبنائها فيما يلى :-

- ضرورة توفير الوالدين لوسائل الترويح لمختلف الأطفال.
- ضرورة إعداد غرفة أو مكان مناسب للعب الأطفال.
- العمل على إكساب الطفل المهارات المرتبطة بطريقة تكوين الميل لديه نحو الأنشطة الترويحية المختلفة.
- تقديم الخبرات الترويحية للأطفال فى الوقت المناسب. (٩-٢٠٨ : ٢١٣)

وهكذا تتضح أهمية دور الأسرة فى تكوين الاتجاهات والميول نحو الترويح لدى أبنائها والعمل على تنمية داخل نفس الطفل، عن طريق تهيئة الجو البيئى المناسب له لممارسة الترويح.

دور المدرسة

يرى أرنولد جيز Arnold Gasell إن مسئولية المدرسة يجب أن تزداد ما دامت بعض الأسر فى الوقت الحاضر قد أصبحت غير قادرة على القيام بدورها نتيجة إنشغال الأم بالعمل، وسفر الأب سعياً وراء الرزق، فيكون العبئ الأكبر على المدرسة (٢٩ : ٨٦، ٨٧)

كما تنص المادة السادسة من ميثاق الفراغ والترويح :

Charter of Leisure and Recreation على أنه يجب على المدارس من خلال الفصول الدراسية ومقررات التعليم إعطاء الأطفال والمراهقين فرص تنمية المهارات والاتجاهات والقيم اللازمة لتعليم كيفية الإستمتاع بوقت الفراغ (٤٤ : ١٨٠، ١٨١)

ويتضح مما سبق أن المدرسة بيئة تربوية لتوفير الخبرات الترويحية لأبنائها فى نطاق البرنامج التربوى أو خارجه حيث يعلم كيف يقضى وقته الحر، وكيف يستثمر الوقت فى نشاط ممتع بناء، ومسئولية المدرسة لهذا النوع من التربية تسير جنباً إلى جنب مع مسئولياتها الشاملة فى تربية الطفل.

وسائل الإعلام

قد أظهرت نتائج عايدة عبد العزيز (١٩-٤٧، ٤٨) أن ملء وقت الفراغ بطريقة هادفة وبناءه هو الهدف الأساسى لوسائل الأعلام فى جمهورية مصر العربية وليس التشجيع على الممارسة والمشاركة فقط لمختلف الأنشطة الترويحية.

وتؤكد الباحثة على أهمية وسائل الإعلام سواء مرئية أو مسموعة أو مقروءة، حيث تعتبر من الوسائل الهامة فى إقناع أكبر عدد مكن من أفراد المجتمع بأهمية ممارسة الأنشطة الترويحية، والعائد من هذه الممارسة على الفرد والمجتمع.

ينبغى ترسيخ فلسفة الترويح، وتفعيل دور التربية الترويحية لاستثمار وقت الفراغ وذلك من خلال إهتمام المؤسسات التربوية والاجتماعية والإعلامية بتعريف المواطنين بماهية وأهمية الترويح والمشاركة فى الأنشطة الترويحية وإستثمار وقت الفراغ، وكذلك العمل على التخطيط العلمى لهذه الأنشطة، فلا نستطيع أن نتصور حياة بدون ترويح، وليس من الممكن أن يقضى الإنسان حياته فى عمل جاد، كذلك لا يستطيع أن يقضى كل الوقت فى الترويح، فالعمل والترويح لا يمكن الفصل بينهما، فكل منهما لازم لنجاح واستمرار الاخر، حتى يصبح المزج بين العمل والترويح من ضروريات الحياة، الأمر الذى يستدعى معه مزيدا من الإهتمام بالتربية الترويحية.

الحاجات النفسية :

هـناك تعـريفات مـتعددة للحاجة، فقد عرفها بعض العلماء على إنها عامل موجه بين المثير والسـلوك، ومنهم من يشير إلى أنها حالة من الافتقار أو النقص أو الفقد، إذا ما أشبعت تحقق الرضا والارتياح للفرد مثل حامد زهران ١٩٩٠م وعمر المفدى ١٤١٤هـ. ويـرى آخـرون أن الحاجـة حالة من التوتر وعدم الاتزان العضوى أو النفسى منهم "محمود أو النيل".

بيـنما فريق آخر يفرق بين الدافع والحاجة، ومنهم فؤاد أبو حطب (١٩٨٦) الذى يرى إنه من الأفضـل استخدام مصطلح حاجة بدلاً من دافع، لأن الدافع شرط أو حالة مؤقتة تتذبذب من حيث القوة تـبعاً لحالـة النقص والإشباع، بينما الحاجة مثل غيرها من السمات على درجة من الاستقراء النسبى والقوة النسبية.

ويرتبط موضوع إشباع الحاجات إرتباطاً وثيقاً بتكوين الشخصية، إذ أن حاجات الإنسان النابعة من كيانه وطريقة إشباعها يؤثران فى بناء شخصيته (عبد العزيز النعميش ١٤١٠هـ)، يقول الله تعالى : "من عمل صالحاً من ذكر أو أنثى وهو مؤمن فلنحنيبه حياة طيبة ولنجزينهم أجرهم بأحسن ما كانوا يعملون" (النحل ٩٧) ويذكر سيد خير الله ومحمد زيدان ١٤١٠هـ أن الشخصية لا يتحقق لها التوافق مع البيئة الخارجة إلا إذ شعر الإنسان بالإشباع الحقيقى لحاجاته". ويشير حامد زهران ١٩٩٠م ودوللى Dolly S, 1997 إلـى أن مرحلة الطفولة المتأخرة التى تمتد من (٩ : ١٢ سنة) ويطلق عليها مصطلح قـبل المـراهقة وهى إحدى مراحل النمو الهامة فى حياة الإنسان، وقد يصاحبها كثير من المشكلات الانفعالـية مـنها ضعف فى التركيز والتحصيل، نوبات غضب وميول عدوانية، ضعف فى العلاقات الاجتماعـية، مخـاوف مرضية قلق، إكتئاب، أحلام يقظة، وأزمات عصبية، وأفكار وسواسة، وتوهم المـرض، لـزوم الخجـل، والإنطواء والشعور بالغيرة والكراهية، بالإضافة إلى بعض الإضطرابات السيكوباتية، وهذا يتطلب تضافر الجهود لمواجهتها ومعرفة أسبابها وطرق علاجها، ومساعدة الأطفال علـى إجتيازها لتحقيق النمو النفسى والالتزام بالوسطية والإعتدال والتوازن فى إشباع الحاجات، وقال الله تعالى : "يا أيها الذين آمنوا أصبروا وصابروا ورابطوا وإتقوا الله لعلكم تفلحون" (آل عمران ٢٠٠)

وتعـتمد هـذه الضوابط من داخل الإنسان نفسه أولاً ثم بعد ذلك يكون فى حاجة إلى مساعدة خارجية ليتم لها النماء والنضج، وإلا بقيت ضامرة لا تؤدى وظيفتها الكاملة فى الحياة. (٣٤-٦٨)

ثانياً : الدراسات المرتبطة

فـيما يلـى عرض لبعض الدراسات العلمية التى أجريت فى مجال الترويح الرياضى والفراغ والحاجات النفسية ذات الصلة بموضوع الدراسة.

أولاً : الدراسات العربية :

١- نبيلة لبيب محمود ونادية حسن رسمى ١٩٨٤م

هدفـت الدراسـة إلـى التعرف على الدوافع الهامة التى من أجلها يمارس الطلبة والطالبات السـباحة، وأيضـا التعرف على تأثير الجنس والسن وسنوات الممارسة على دوافع الممارسة، لعينة عددها ٣٥ سباحا وسباحة من طلبة وطالبات المدارس المشاركين فى بطولة الجمهورية للسباحة.

وقـد استخلصا أن دوافع اللياقة البدنية أهم الدوافع لممارسة رياضة السباحة، وأن هناك تأثير لكل من السن والجنس وخبرة الممارسة على دوافع الممارسة. (٤٢)

٢- عواطف حسن ١٩٨٦م

قامت بدراسة مقارنة لبعض الحاجات النفسية لدى المراهقين والمراهقات فى الريف والحضر، وتكونت العينة من ١١٣ طالبا، ٥٤ طالبة من الريف ومن الحضر ٥٩ طالب، وكانوا من الصف الثانى الثانوى بمدرسة الزقازيق، واستخدمت الباحثة مقياس التفضيل الشخصى لقياس الحاجات النفسية، وأظهرت نتائج الدراسة وجود تفاعل بين متغيرى الجنس والبيئة على الحاجات النفسية الآتية : الخضوع والإستعراض والجنسية الغيرية، وفروق بين الجنسين فى الحاجة للنظام، الاستعراض، التأمل العاطفى والجنسية الغيرية مقابل عدم وجود فروق فى الحاجة للتحصين، الخضوع، الاستقلال، التواد، السيطرة، لوم الذات، التحمل، والعدوان، كما يوجد تفاعل بين متغير الجنس والبيئة (٢٥).

٣- هدى حجازى ١٩٩١م

قامت بدراسة للتعرف على مدى مساهمة مدارس التعليم الأساسى والأسرة المصرية فى الاعداد لوقت الفراغ، كما تتضح فى رؤية المعلمين وأولياء الأمور لوقت فراغ التلميذ وأنشطته.

وكان من أهم النتائج وجود قصور فى رؤية كل من المعلمين وأولياء الأمور لوقت فراغ التلميذ، وكذلك وجود قصور فى رؤية المعلمين وأولياء الأمور لدور المدرسة فى إعداد التلميذ لوقت الفراغ، وقد أوصت بضرورة التعاون بين مؤسسات المجتمع الثقافية والاجتماعية والتعليمية من أجل توفير الأنشطة الترويحية لوقت الفراغ. (٤٣)

٤- إيمان هدهودة ١٩٩٣م

قامت بدراسة للتعرف على سلوك شغل وقت الفراغ والترويح، وعلاقته بالتوافق النفسى لطلاب كليات جامعة الاسكندرية ونتائج الدراسة فى مجملها تؤكد على أهمية سلوك شغل وقت الفراغ والترويح فى المجالات المختلفة لطلاب الجامعة، نظراً لأن هذا السلوك يساعدهم عل التوافق الشخصى والاجتماعى الذى ينعكس بالضرورة على توافقهم الدراسى والعام، وقد أوصت الدراسة بضرورة الإهتمام بتوعية الطلاب بمفهوم الفراغ والترويح وأنشطته المختلفة وذلك من خلال إضافة مقرر أكاديمى لدراسة فلسفة الفراغ والترويح أو مقررات اختيارية للأنشطة الترويحية المختلفة (٨)

٥- مصطفى هاشم عمر ١٩٩٤م

قام بدراسة للتعرف على طبيعة السلوك الترويحى لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسى والعوامل المؤثرة على السلوك الترويحى للتلاميذ، ومن النتائج التى توصلت إليها الدراسة أن الترويح يجعل الفرد فى صحة ونشاط. وأن تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسى لم يكتسبوا آية مهارة ترويحية منذ الصغر، وأوصت الدراسة بضرورة وجود الأنشطة الترويحية فى برنامج كل مدرسة، وأن تكون اختيارية للتلاميذ وأن توفر المدرسة أماكن وإمكانات لممارسة تلك الأنشطة. (٤١)

٦- سامى عبد القوى على ومحمد أحمد عويضة ١٩٩٤م

قاما بدراسة الحاجات النفسية لدى طلاب الجامعة (دراسة مقارنة) تكونت العينة من (١٦٠) طالبا، (١٦٠) طالبة من جامعة عين شمس طبق عليهم اختبار تكملة الجمل للحاجات النفسية الكامنة، من "إعداد محمد الطيب" وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق دالة احصائياً لصالح الذكور فى الحاجة إلى العدوان، ولصالح الإناث فى الحاجة إلى الاستعراض، ولا توجد فروق فى بقية الحاجات، كما توصلت الدراسة إلى وجود فروق دالة احصائيا لصالح الكليات العملية فى الحاجة إلى المعرفة والحاجة إلى السيطرة، ولصالح طلاب الكليات النظرية فى الحاجة إلى العدوان، وبينما لا توجد فروق فى الحاجات الأخرى. (١٦)

٧- طه عبد الرحيم طه ١٩٩٥م

قام بدراسة تهدف إلى التعرف على الأسباب التى تحول دون ممارسة تلميذات المرحلة الثانوية بمحافظة الجيزة للأنشطة الترويحية من وجهة نظر التلميذات أنفسهم، وقد توصلت الدراسة إلى الأسباب الآتية : المقررات الدراسية تحول دون ممارسة التلميذات للأنشطة الترويحية، لا توجد برامج معينة لممارسة الأنشطة الترويحية بالمدرسة، إدارة المدرسة لا تشجع على ممارسة تلك الأنشطة، لا يزال أولياء الأمور ينظرون إلى ممارسة الأنشطة الترويحية على أنها عامل معوق للدراسة، وقد أوصت الدراسة بضرورة العمل على تخطيط برامج ترويحية مدرسية فى ضوء ميول التلميذات ورغباتهن، والاهتمام بدور المدرسة والأسرة تجاه الترويح والتربية الترويحية وتشجيع الأبناء على ممارسة الأنشطة الترويحية فى أوقات فراغهم (١٧).

٨- محمد عبد السلام ١٩٩٦م

قام بدراسة للتعرف على أهم معوقات ممارسة الأنشطة لدى طلاب جامعة قناة السويس، ودلت النتائج على أن أهم هذه المعوقات هو أن نظام الدراسة الحالى – الفصلين الدراسيين – لا يساعد على ممارسة الأنشطة الترويحية بالكليات، وعدم توفير الكلية لمصادر المعرفة الترويحية، وقد أوصت الدراسة بضرورة الإستفادة من وسائل الإعلام ونشر الوعى الترويحى بتوضيح ماهية الأنشطة الترويحية وأهميتها، والفوائد التى تعود من خلال ممارستها على الفرد والمجتمع. (٣٢)

٩- وليد عبد الرازق ١٩٩٧م

قام بدراسة للتعرف على المشكلات التى تواجه التربية الترويحية لدى معلمى المرحلة الابتدائية بالقاهرة ومن النتائج التى توصلت إليها، عدم وضوح مفهوم وأهداف التربية الترويحية لدى المعلمين، وعدم قيام المعلم بالتعرف على ميول وإتجاهات ودوافع التلاميذ حتى يمكن أن يوجههم إلى نوع النشاط الملائم لكل منهم، وأوصت الدراسة بضرورة إهتمام الإدارة التعليمية بنشر مفهوم التربية الترويحية لدى معلمى المرحلة الابتدائية، وضرورة التعاون بين المدرسة ومراكز الشباب والرياضة لإستخدام منشآت وإمكانات مراكز الشباب لممارسة الأنشطة الترويحية. (٤٥)

١٠- هشام علام ١٩٩٨م

قام بدراسة الوضع الحالى للترويح المدرسى لتلاميذ المرحلة الثانوية بمحافظة الشرقية، من حيث معرفة مدى تفهم كل من موجهى ومعلمى الأنشطة الترويحية لفلسفة الترويح، وقد أسفرت النتائج عن إجماع كل من الموجهين والمعلمين على أن النشاط الترويحى يحقق السعادة، والتوازن النفسى، ويعمل على تجديد حيوية ونشاط التلميذ، والتخلص من الطاقة الزائدة، والميول العدوانية، وأوصت الدراسة بضرورة اهتمام الدولة بتوفير سبل ممارسة الأنشطة الترويحية للتلاميذ، وأن يقوم المسئولون بتبصير أولياء الأمور بأهمية ممارسة أبنائهم لهذه الأنشطة، كما أوضحت بضرورة أهتمام وسائل الأعلام بإبراز الدور الحيوى لممارسة الأنشطة الترويحية بالنسبة للفرد والمجتمع. (٤٤)

١١- رائد أحمد رمضان ومحمد متولى عفيفى ١٩٩٩م

قام بدراسة للكشف عن الدوافع التى تقود الفتاة المصرية نحو ممارسة كرة القدم، وقد اختارت عينة بلغت (١٦) لاعبة من فريق الدورى ١٩٩٨/١٩٩٩، واستخدما مقياس دوافع الممارسة الرياضية فى مسابقة كرة القدم وهى كالاتى : أريد أن أستمر فى حالة بدنية عالية، أريد أن أستمر لائقه بدنياً، أريد أن أتخلص من الطاقة الزائدة، أرغب فى أن أكون عضوا فى فريق رياضى وأرغب أن أكون مع أصدقائى (١٥)

١٢- جمال السيد تفاحة ٢٠٠٠م

قام بدراسة بهدف التعرف على ماهية العلاقة بين الحاجات النفسية ومشاعر القلق والاكتئاب، وما إذا كانت هذه العلاقة تختلف بين الجنسين أم لا، واستخدم الباحث المنهج الوصفى القائم على دراسة العلاقات المتبادلة لعينة مكونة من (١١٠) تلميذاً وتلميذة من أطفال البدو، وإستخدم الباحث مقاييس للإكتئاب والقلق، واختبار تكملة الجمل للحاجات النفسية. ودلت النتائج على أن الحاجات النفسية تنظم وفق ترتيب يبدأ بالإستعراض ولوم الذات والعدوان لدى الإناث، والاستعراض، السيطرة، لوم الذات والعدوان لدى الذكور، ونتائج الفروق بين الجنسين غير دالة فى القلق، والدرجة الكلية للإكتئاب فى اتجاه الإناث (١١)

١٣- محمد مجدى محمد البدرى ٢٠٠٠م

قام بها بهدف إعداد مجموعة من الألعاب الترويحية الرياضية لتلاميذ المرحلة الإعدادية، والتعرف على تأثير هذه الألعاب على اللياقة البدنية والحركية وبعض المتغيرات الفسيولوجية بالنوادى الصيفية المدرسية بعدد (٥٠ تلميذا) وقد أوضحت النتائج تحسن اللياقة البدنية والحركة للتلاميذ، وبطء معدل النبض ومعدل التنفس فى الدقيقة، وزيادة السعة الحيوية للرئتين (٣٥)

١٤- محمود اسماعيل طلبة ٢٠٠٠م

قام بها بهدف التعرف على نسب وترتب حاجات ودوافع الفراغ لطلبة وطالبات جامعة المنيا بين الريف والحضر والفروق بينهم، إستخدم الباحث المنهج الوصفى بالأسلوب المسحى بعدد (٥٠٠) طالب وطالبة نصفهم من المدينة والآخر من قرى المحافظة، إستخدم مقياس "دوافع الفراغ" وتوصلت النتائج إلى اختلاف العوامل البيئية، وأوجدت اختلافاً واضحاً فى نسب وترتيب حاجات ودوافع الفراغ (٣٨)

ثانياً الدراسات الأجنبية :

١- فولنج أندى Furlong Andy ١٩٩٠م :

قام بدراسة بهدف التعرف على مدى تأثير الوضع الاجتماعى على أشكال وقت الفراغ لدى البالغين بعد السادسة عشر عاماً، وقد أشارت النتائج إلى أن العاملين بالوظائف المختلفة سجلوا أعلى نسبة فى النشاط الترفيهى، أما الطلاب فقد سجلوا نسبة عالية من المشاركة الرياضية والقراءة والذهاب إلى السينما والمسارح والمعارض والمتاحف والخروج لتناول الطعام، أما الذين لا عمل لهم فيقضون أوقات فراغهم فى الإستماع إلى المسجلات، والقيام بأعمال منزلية وزيارة الأصدقاء أو الأقارب (٤٩)

٢- كراوس وريتشارد Kraws Richard ١٩٩٤م :

قام بدراسة بهدف التعرف على التحديات التى سوف تواجه خدمات وقت الفراغ منها : تعدد الثقافات، القلق البيئى، التربية لوقت الفراغ وقيم توجيه اللعب. ومن أهم توصيات الدراسة إستخدام الترويح للإرتقاء بالصحة، وتنمية العلاقات مع الجماعات والحفاظ على البيئة، وأن التربية لوقت الفرغ ليست قاصرة على الأطفال، ولكنها تشمل جميع الأعمار، كما أوصت بأهمية دور المدرسة كمركز ترويحى، وبضرورة الإهتمام بوقت الفراغ نظراً لإنتشار التقنية فى القرن الحالى. (٥٣)

٣- روجيك Rojece ١٩٩٥م

قام بدراسة بهدف التعرف على الفراغ وحاجة الإنسان، ويكشف البحث عن صدق نظرية "فيلبن" للفراغ وعلاقتها بالإنسان، ومفهوم الفراغ كحاجة ضرورية للإنسان، وتوصل الباحث إلى أن النظرية تعتبر وسيلة حيوية وفعالة فى الكشف عن الأنماط والصور المعاصرة للفراغ. (٥٤)

٤- براجنت جوديت Brgand Judith وآخرون ١٩٩٥

قامت بدراسة بهدف قياس فعالية برامج الترويح على الطلاب، وقد توصلت الدراسة إلى أهمية البرامج الترويحية والأنشطة الجامعية فى اتخاذ الطلاب لقرار الإستمرار والمداومة على الدراسة فى الجامعات والمعاهد، وأوصت الدراسة بضرورة إهتمام الجامعات بالبرامج والأنشطة الترويحية للطلاب. (٤٧)

٥- بام جوين Giunn, B ١٩٩٩م

قامت بدراسة بهدف مناقشة العلاقة بين الفروق الفردية فى توجيه دوافع سلوك الفراغ الأساسية ورضا الحياة عند المتقاعدين، وقد أوضحت النتائج وجود علاقة ايجابية دالة بين الرضا عن الحياة وتنظم الدوافع الحقيقية (تحقيق الذات – الكفاءة – الالتزام – التحدى) (٥١)

وفى ضوء ما سبق نجد أن النشئ فى حاجة إلى التوجيه بكيفية إستثمار أوقات فراغهم، وفى حاجة إلى ممارسة الأنشطة الترويحية فى المؤسسات التربوية المختلفة بدءاً من الطفولة فى الأسرة والمدرسة إلى سن التقاعد، وقد أظهرت الدراسات فى مجال الحاجات النفسية اختلافات فى ترتيب ونوعية وأهمية الحاجات، قد يكون هذا الاختلاف بسبب عوامل ثقافية كما فى دراسة عواطف حسين ١٩٨٦م، وعوامل نفسية كما فى دراسة سامى وعويضة ١٩٩٤م، وعوامل إجتماعية كما فى دراسة طه عبد الرحيم طه ١٩٩٥م، وعوامل بيئية كما فى دراسة محمود اسماعيل طلبة ٢٠٠٠م، وعامل العمر كما فى دراسة نبيلة لبيب، ونادية رسمى ١٩٨٤م، وعوامل اقتصادية كما فى دراسة وليد عبد الرازق ١٩٩٧م، وعامل الجنس كما فى دراسة عواطف حسين ١٩٩٦م، وقد كشفت الدراسات عن نوعية الحاجات النفسية وترتيبها وأهميتها.

كما إعتمدت كثير من الدراسات على مقياس "التفضل الشخصى لادواردز" (جابر عبد الحميد) فى قياس الحاجات النفسية، ولذلك جاءت مفاهيم بعض الحاجات مخالفة تبعاً لتعاليم ديننا وتقالدينا.

خطة وإجراءات الدراسة :

يتضمن هذا الجانب منهج البحث، مجتمع وعينة البحث، وأدوات البحث والخطوات التنفيذية للبحث وأخيراً المعالجة الإحصائية.

١- **منهج البحث:** استخدمت الباحثة المنهج الوصفى بالإسلوب المسحى بخطواته وإجراءاته.

٢- **مجتمع البحث** : أطفال مرحلة الطفولة المتأخرة بالقاهرة وتمثل منطقتين تعليميتين مصر الجديدة ومدينة نصر من ثمانية مدارس هى : مدرسة عبد العزيز آل سعود – الزهرات – قومية عبد الناصر، القومية المشتركة – الصديق – خالد بن الوليد – طلائع المستقبل وعباس العقاد، بلغ العدد الكلى ١٣٢٠ تلميذ وتلميذة وذلك للعام الدراسى ٢٠٠٣-٢٠٠٤م.

عينة البحث : تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية العمدية.

وتكونت العينة من ٤٠٠ تلميذ وتلميذة بعد استبعاد الحالات التى تنطبق عليها الشروط التالية :-

١- المستوى التعليمى : جميع أفراد العينة بالصف الثانى الاعدادى من مدارس تجريبية.

٢- الحى السكنى : من سكان مصر الجديدة ومدينة نصر.

٣- المستوى الثقافى الإقتصادى والاجتماعى : جميع المدارس تجريبية لغات.

٤- نمط الحياة الأسرية : جميع أفراد العينة يعيشون مع أسرهم الطبيعية.

مما سبق يتضح أن العينة ممثلة بنسبة ٣٣% من المجتمع الأصلى :

والجـدول التالى يوضح كيفية توزيع العينة وفقاً للجنس والممارسة الترويحية (ممارس – غير ممارس)

جدول (١)

توزيع أفراد العينة وفقاً للجنس والممارسة الترويحية

الجنس / الممارسة	ذكور	إناث	المجموع
ممارس	١٠٠	١٠٠	٢٠٠
غير ممارس	١٠٠	١٠٠	٢٠٠
	٢٠٠	٢٠٠	٤٠٠

أدوات جمع البيانات :

استعانت الباحثة فى جمع بيانات هذا البحث بالوسائل الآتية :

١- تحليل المراجع العلمية فى مجال الترويح والتربية وعلم النفس.

٢- تحليل الدراسات والبحوث التى تناولت التربية الترويحية والحاجات والنفسية.

٣- المقـابلات الشخصية لأساتذة علم النفس والترويح والتربية البدنية للذين عملوا فى مجال التربية الترويحية والحاجات النفسية.

٤- اسـتطلاع رأى الخـبراء، وقـد استعانت الباحثة بعشرة خبراء من أساتذة التربية وعلم النفس، والطفولة والترويح وعلم النفس الرياضى بكليات التربية الرياضية*.

الخطوات التنفيذية للبحث :

لتحقيق أهداف البحث قامت الباحثة بالآتى :

١ـ مقياس استثمار وقت الفراغ

وصـف المقـياس : يتكون من ٥٦ عبارة (فقرة) **، تهدف إلى التعرف على مستوى استثمار وقت الفراغ لدى الأطفال فى ضوء مظاهره الأربعة : الجسمية، العقلية، الوجدانية والاجتماعية.

وقد قامت الباحثة بإتباع الخطوات التالية :

١- الصورة المبدئية للمقياس :

تحديد المحاور الأساسية للمقياس

- توصلت الباحثة إلى تحديد المحاور الأربعة التالية من خلال :

١- الجسمية ٢- العقلية ٣- الوجدانية ٤- الاجتماعية

- المراجع العلمية فى مجال التربية والترويح وعلم النفس وعلم النفس الرياضى وتربية الطفل.
- المراجع العلمية للمقياس النفسى والتربوى.

الدراسات والبحوث فى مجال التربية الترويحية

---

* ملحق (١)

** ملحق (٢)

كمـــا توصـــلت لعـــدد من المفردات وعددها ١٤ مفردة لكل محور من محاوره الأربعة قامت الباحثة بعرض المقياس فى صورته المبدئية على عشرة خبراء ملحق (١) وذلك فى المدة من ٢٠٠٣/١٢/٢ إلـــى ٢٠٠٣/١٢/٢٠ وذلـــك بهدف التعرف على مدى مناسبة المحاور ومدى كفايتها، وكذلك تحديد مدى علاقة المفردات بالمحاور الأربعة المقترحة من حيث :

- مدى مناسبة المفردات وإرتباطها بالمحاور الأربعة.
- كفاية المفردات تحت كل محور بالحذف أو بإضافة مفردات أخرى.
- مدى مناسبة الزمن المخصص للمقياس.

وقد جاءت نتائج الخبراء على النحو التالى :

- موافقة الخبراء على مناسبة المحاور وكفايتها بنسبة ١٠٠% لتحديد محاور استثمار وقت الفراغ.
- تحديد الأهمية النسبية لهذه المحاور.

جدول (٢)

النسبة المئوية لآراء الخبراء فى محاور المقياس فى صورته المبدئية (ن = ١٠)

المحاور	جسمية	عقلية	وجدانية	اجتماعية	المجموع
النسبة المئوية للموافقة	١٠٠	١٠٠	١٠٠	١٠٠	%١٠٠
الأهمية النسبة للمحاور	٢٥	٢٥	٢٥	٢٥	

من جدول (٢) يتضح أن النسبة المئوية لموافقة الخبراء على المحاور ١٠٠%.

تـــم تطبيق الصـــورة المعـــدلة للمقيـــاس علـــى عينـــة الدراسة الاستطلاعية وقوامها (٤٠) تلميذاً من عينة البحث بغـــرض استخراج المعاملات الاحصائيـــة فـــى الفتـــرة من ٢٠٠٤/٣/٢٠ : ٢٠٠٤/٣/٣٠.

٢- حساب المعاملات الإحصائية للمقياس للتوصل إلى الصورة النهائية كما يلى :

صدق المقياس :

استعانت الباحثة بطريقتين لحساب صدق المقياس هما :-

١- صدق المحكمين :

قامـــت الباحـــثة بعرض المقياس فى صورته المبدئية على عشرة خبراء ملحق (١) من خلال عـــدد مـــن المقـــابلات الشخصية للأساتذة الذين لديهم خبرة فى المجال وقد أسفر العرض على تعديل صياغة بعض المفردات، وتعديل زمن أداء المقياس إلى ٣٠ دقيقة.

٢- صدق التجانس الداخلى :

تم حساب معامل الارتباط بين المكونات الفرعية لمقياس استثمار وقت الفراغ ودرجة المقياس ككل وهو كما يوضح جدول رقم (٢).

جدول (٣)

يوضح معاملات صدق المكونات الفرعية لمقياس استثمار وقت الفراغ والدرجة الكلية للمقياس

الأبعاد	معامل الارتباط	الدلالة	ف (التباين الداخلى)
الجسمية	٠,٩٦	٠,٠١	١٩,١
العقلية	٠,٩٠	٠,٠١	١١,١
الوجدانية	٠,٩٥	٠,٠١	١٦,٩
الاجتماعية	٠,٩٢	٠,٠١	١٢,٣

د ح (ن – ٢) عند ٠,٠١ ٠,٤٦

بالنظر إلى الجدول السابق نجد أن قيمة معاملات الارتباط لأبعاد المقياس وهى مرتفعة ودالة عند مستوى (٠,٠١)

ثبات المقياس :

تم حساب معاملات ثبات المقاييس الفرعية بطريقة إعادة تطبيق المقياس بفاصل زمنى قدره إسبوعين على مدرستين متجاورتين لكل منهم، هما مدرسة يحيى الرافعى، ومدرسة المستقبل، وتم استخراج معامل الارتباط بين التطبيقين بإستخدام (معادلة بيرسون) فكانت كما يلى ٠,٨٦، ٠,٠٧٨، ٠,٩٢، ٠,٨٢ ولمحاوره الأربعة مما يشير إلى أن المقياس يتميز بثبات عالى.

٢ـ مقياس مستوى إشباع الحاجات النفسية *

وصف المقياس : قامت الباحثة بحصر المقاييس التى عنيت بالحاجات النفسية، وقد إستعانت الباحثة بمقياس "حاجات الشباب النفسية" لعمر المفدى ١٤١٤هـ، واستبيان "الحاجات النفسية للشباب" للشرقاوى ١٩٨٩م، ومقياس التفضيل الشخصى "لأدواردز" ترجمة جابر عبد الحميد ١٩٧٣م، وقائمة موراى للدوافع ترجمة أحمد سلامة ومقياس الحاجات للأطفال لبيكل Paykel ١٩٩٨م.

وقد قامت الباحثة بإعداد فقرات المقياس مستفيدة من المكونات والنظريات والتصنيفات الخاصة بالحاجات النفسية، وتم عرض المقياس بصورته الأولية على مجموعة من المحكمين من أساتذة علم النفس العام وعلم النفس الرياضى وعلى مجموعة من الأطفال بلغ عددهم ١٠٠ تلميذ وتلميذة، وفى ضوء آراء المحكمين وإستجابات الأطفال تم الصياغة النهائية للمقياس بحيث إشتمل على (١٢) حاجة نفسية بمعدل (٥-٦) فقرات لكل حاجة، ثم تم عرض المقياس على العشر محكمين السابقين لإبداء آرائهم حول أبعاد الحاجات النفسية والمقصود بها وفقرات كل حاجة، وفى النهاية إستقرت الباحثة بعد دراسة آراء المحكمين ومدى التوافق فى الآراء بينهم إلى أن المقياس أصبح فى صورته النهائية يحتوى على (٦٠) فقرة لتقيس (١٢) حاجة نفسية.

* ملحق (٣)

خطوات تقنين المقياس :

ـ صدق المقياس

صدق المحكمين :

تم عرض المقياس على عشرة محكمين فى مجال التربية والتربية البدنية وعلم النفس والطفولة الوارد أسمائهم فى الملاحق من السادة المحكمين وقد طلب منهم الآتى :

- الحكم على صياغة العبارات.
- مدى انتمائها للمكون الوارد أسفله.
- إضافة أو حذف العبارات التى من شأنها إثراء المقياس.

وتم حساب نسبة الاتفاق على النحو التالى :

العبارة الأولى $= \frac{\text{عدد المتفقين عليها}}{\text{العدد الكلى للمحكمين}} \times ١٠٠$

وقد تراوحت نسبة الاتفاق بين (٠,٨٤، ١٠٠,٠) مما يشير أن المقياس يتميز بدرجة صدق عالية.

ثبات المقياس :

أستعانت الباحثة بإيجاد ثبات المقياس باستخدام معامل الفا كرونباخ، جدول (٤).

جدول (٤)

معامل الارتباط بين محاور المقياس باستخدام معامل ألفا

ن = ٤٠

م	المحاور	عدد المفردات	تباين الدرجات ع^{٢}	مجموع تباين درجات الأفراد مج ع^{٢}	معامل ألفا
١	الحاجة إلى حب الاستطلاع	٥	١٦,٠٨	٧٦,١٢	٠,٦١*
٢	العبادة	٥	١٢,٦	٦٧,٤	٠,٥٨*
٣	الحريّة والاستقلالية	٥	١٨,٢٤	٩٦,٤	٠,٦٢*
٤	الحرية والاستقلالية	٥	١٠,٠٩	٧٣,٨	٠,٥٣*
٥	فهم الذات	٥	١٢,١٤	٥٤,١٤	٠,٦٨*
٦	الانجاز	٥	١٨,١	٦٦,٧	٠,٦٤*
٧	المسئولية الاجتماعية	٥	١٥,٢٢	٩٢,٨	٠,٧٥*
٨	الجمال	٥	١٧,٨	٨٤,٦	٠,٦٥*
٩	الحب	٥	١٦,٧	٩٩,٢	٠,٦٨*
١٠	اللعب	٥	١٤,٢	٧٨,١٤	٠,٥٦*
١١	العودة إلى الطبيعة والخلاء	٥	١٢,٦	٨٦,٤	٠,٥٥*
١٢	الشعور بالسعادة	٥	١٠,٤	٧٤,٦	٠,٥٤*
	الدرجة الكلية	٦٠	٩٨,٢	٣٩٥,٢	٠,٨٥*

* دالة احصائية عند مستوى (٠,٠١).

من جدول (٤) يتضح :

أن هـناك ارتباط دال احصائياً عند مستوى معنوية ٠,٠١ من كل محور من محاور المقياس والتى تراوحت ما بين (٠,٠٥٤ ، ٠,٧٥) وكانت الدرجة الكلية للمقياس ٠,٨٥ وهو معامل ارتباط عال مما يدل على أن المقياس يتميز بدرجة مرتفعة من الاتساق الداخلى ومن ثم يتصف بالثبات.

تصحيح المقياس :

روعـى عند تصحيح المقياس وضع بعض العبارات فى الاتجاه الايجابى، أى أن الاختبارات الـثلاث المـتاحة (موافـق - إلى حد ما - غير موافق) تأخذ أرقام (٣، ٢، ١) على الترتيب، بينما وضعت العبارات الأخرى فى الاتجاه السلبى، أى أن الاختبارات الثلاث تعطى أرقام (١، ٢، ٣) على الترتيب، وبناء على مفتاح التصحيح الدرجة المرتفعة تشير إلى إشباع الحاجات النفسية، بينما الدرجة المنخفضـة تشير إلى عدم إشباع الحاجات النفسية، فيما يلى بيان بقائمة الحاجات النفسية، والعبارات التى تنتمى إليها.

جدول (٥)

قائمة الحاجات النفسية وأرقام العبارات التى تنتمى إليها

الحاجات النفسية	أرقام العبارات	العدد
١- الحاجة إلى حب الاستطلاع	١، ١٣، ٢٥، ٣٧، ٤٩	٥
٢- العبادة	٢، ١٤، ٢٦، ٣٨، ٥٠	٥
٣- الصداقة	٣، ١٥، ٢٧، ٣٩، ٥١	٥
٤- الحرية والاستقلالية	٤، ١٦، ٢٨، ٤٠، ٥٢	٥
٥- فهم الذات	٥، ١٧، ٢٩، ٤١، ٥٣	٥
٦- الانجاز	٦، ١٨، ٣٠، ٤٢، ٥٤	٥
٧- المسئولية الاجتماعية	٧، ١٩، ٣١، ٤٣، ٥٥	٥
٨- الجمال	٨، ٢٠، ٣٢، ٤٤، ٥٦	٥
٩- الحب	٩، ٢١، ٣٣، ٤٥، ٥٧	٥
١٠- اللعب	١٠، ٢٢، ٣٤، ٤٦، ٥٨	٥
١١- العودة إلى الطبيعة والخلاء	١١، ٢٣، ٣٥، ٤٧، ٥٩	٥
١٢- الشعور بالسعادة	١٢، ٢٤، ٣٦، ٤٨، ٦٠	٥
مجموع عبارات المقياس		٦٠

٣- إجراءات التطبيق :

١- أعدت الباحثة المقاييس المستخدمة فى الدراسة وهما :

أ - مقياس استثمار وقت الفراغ.

ب - مقياس الحاجات النفسية.

٢- تـم تطبيق المقاييس على العينة بصورة جماعية بمعرفة الباحثة نفسها على عينة الدراسة والتى وصل عددها إلى (٣٨٥) تلميذ وتلميذة وقد استغرق التطبيق من ٢٠٠٤/٤/٢ إلى ٢٠٠٤/٥/٥.

٣- اسـتبعدت الباحـثة المقاييس التى لم تستكمل إجابتها وقد بلغت عشر حالات من الذكور وخمس حالات من الإناث.

٤- تـم تصحيح المقاييس، وتدوين النتائج فى كشوف تم تفريغها، وتم إدخال البيانات إلى الحاسوب، ومعالجتها احصائيا.

٥- استخدمت الباحثة الأساليب الإحصائية التالية :

أ - معامل ارتباط (بيرسون) لقياس ثبات مقياس مستوى استثمار وقت الفراغ ومستوى إشباع الحاجات النفسية وكذلك صدق المقاييس، وللتحقق من صحة الفروض الارتباطية.

ب - اختبار (ت) للعينات غير المتساوية للتحقق من صحة الفروض التى تقوم على الفروق بين المتغيرات.

جـ- استخدام معامل "الفا كرونباخ" لثبات مقياس اشباع الحاجات النفسية.

نتائج البحث وتفسيرها :

يتم من خلال مرحلتين متمايزتين عن بعضهما البعض، الأولى مرحلة النتائج، الثانية مرحلة تفسير النتائج وإضفاء المعنى عليها وتحويلها إلى معان وعبارات توضح مشكلة البحث.

المرحلة الأولى نتائج الدراسة :

تم عرض النتائج على أساس فروض الدراسة :

الفرض الأول :

توجد علاقة موجبة دالة بين استثمار وقت الفراغ وبين مستوى اشباع الحاجات النفسية لدى الأطفال.

وقد تم حساب معامل الارتباط بين مستوى استثمار وقت الفراغ ومستوى اشباع الحاجات النفسية والجدول التالى يوضح ذلك.

جدول رقم (٦)

معاملات الارتباط بين مستوى استثمار وقت الفراغ ومستوى اشباع الحاجات النفسية

مستوى استثمار وقت الفراغ	قيمة معامل الارتباط	ن	الدلالة
	٠,٧٢	٣٨٥	٠,٠١

وقد جاءت قيمة معامل الارتباط (ن = ٣٨٥) موجبة وقدرها (٠,٧٢) وهى دالة احصائياً عن مستوى (٠,٠١).

أشارت النتائج إلى **وجود علاقة موجبة دالة احصائياً** وهذه النتيجة تتفق مع نتائج الدراسات السابقة مثل دراسة إيمان هدهودة ١٩٩٣م، مصطفى هاشم ١٩٩٤م.

حيث أكدت هذه الدراسات على دور التربية الترويحية فى استثمار وقت الفراغ وعلاقته بالصحة النفسية المرتبطة بتلبية حاجات ومطالب الطفل، ووجد أن استثمار وقت الفراغ يرتبط ايجابياً مع الحاجات النفسية (الشعور بالسعادة، اللعب، حب الاستطلاع، الحرية والاستقلالية) بينما اختلفت نتائج هذا الفرض مع دراسة إيمان هدهودة ١٩٨٣م وجوين Gunn ١٩٩٩م.

حيث ذهب كل منهما إلا أنه لا يوجد علاقة بين استثمار وقت الفراغ وبين الدافعية للانجاز وفهم الذات وأن العلاقة بين استثمار وقت الفراغ والصداقة ضعيفة وربما يكون ذلك راجع إلى المقاييس المستخدمة فى هذه الدراسات والمرحلة السنية التى طبقت عليها هذه المقاييس. ويذكر محمد زيدان أن الشخصية لا يتحقق لها التوافق مع البيئة الخارجية إلا إذا شعر الإنسان بالإشباع الحقيقى لحاجاته (٣٦ : ٥٢)

ولا شك أن استثمار وقت الفراغ له أثراً طيباً فى تلبية حاجات الإنسان وإشباعها، كما يشير محمود عطا إلى أن اشباع الحاجات بطريقة سليمة تشير إلى توافق الفرد ونموه بطريقة سليمة، وإتباعها بطريقة غير مقبولة مصدر للإضطرابات واختلال التوازن، فهناك ارتباط بين اشباع الحاجات والصحة النفسية للفرد (٤٠ : ٢٠٨)

وهذه النتائج تحقق صحة الفرض الأول.

الفرض الثانى :

توجد علاقة ذات دلالة بين مستوى استثمار وقت الفراغ ومستوى اشباع كل حاجة من الحاجات النفسية لدى الأطفال عينة البحث.

تم حساب معاملات الارتباط بين مستوى إستثمار وقت الفراغ ومستوى إشباع كل حاجة من الحاجات النفسية، والجدول التالى يوضح هذه المعاملات.

جدول رقم (٧)

معاملات الارتباط بين مستوى استثمار وقت الفراغ ومستوى اشباع كل حاجة من الحاجات النفسية

ن = ٣٨٥

م	الحاجة	قيمة معامل الارتباط	م	الحاجة	قيمة معامل الارتباط
١	حب الاستطلاع	٠,٥٥	٧	المسئولية الاجتماعية	٠,٤٨
٢	العبادة	٠,٦٨	٨	الجمال	٠,٥٠
٣	الصداقة	٠,٨٥	٩	الحب	٠,٧٨
٤	الحرية والاستقلالية	٠,٦٢	١٠	اللعب	٠,٦٥
٥	فهم الذات	٠,٥٣	١١	العودة إلى الطبيعة والخلاء	٠,٥٧
٦	الانجاز	٠,٦٤	١٢	الشعور بالسعادة	٠,٦٦

يتضح من الجدول السابق أن قيم معاملات الارتباط تراوحت بين (٠,٤٨-٠,٨٥) وهى دالة عند مستوى ٠,٠١.

وجاء ترتيب مستوى اشباع كل الحاجات النفسية فى وقت الفراغ كالآتى :-

١- الصداقة
٢- الحب
٣- العبادة
٤- الشعور السعادة
٥- اللعب
٦- الانجاز
٧- الحرية والاستقلالية
٨- العودة إلى الطبيعة والخلاء
٩- حب الاستطلاع
١٠- فهم الذات
١١- الجمال
١٢- المسئولية الاجتماعية

(١) جاءت معاملات الارتباط بين استغلال وقت الفراغ ومستوى إشباع كل حاجة من الحاجات النفسية دالة إحصائيا، مما يدل على وجود علاقة بين إستغلال وقت الفراغ ومستوى إشباع الحاجات النفسية، وقد تصدرت بعض الحاجات قائمة أكثر الحاجات النفسية ارتباطاً باستغلال وقت الفراغ، وقد تم ترتيبها على النحو السابق ذكره حيث جاءت الحاجة إلى الصداقة، الحاجة إلى الحب، الحاجة إلى العبادة، الحاجة إلى الشعور بالسعادة، ثم اللعب وهكذا...

(٢) تتفق هذه النتائج مع دراسة رائد ومحمد متولى ١٩٩٩م ومحمود اسماعيل طلبة ١٩٩٩م ودراسة رائد ومحمد متولى ٢٠٠٠م فيما يختص بالصداقة والحاجة إلى الحرية والاستقلالية وتختلف هذه النتائج مع دراسة هشام علام ١٩٩٨م.

وقد يعود هذا الاختلاف إلى استخدام أدوات القياس المستخدمة فى هذه الدراسات والعينات التى تم التطبيق عليها.

ويلاحظ هنا أن أثر استغلال وقت الفراغ يبرز فى تحقيق الاشباع للحاجات، وكانت الحاجة للصداقة من أهم الحاجات التى يتطلع إليها الأطفال فى مرحلة الطفولة المتأخرة.

وهذه النتائج تحقق صحة الفرض الثانى.

الفرض الثالث :

توجد فروق ذات دلالة احصائية فى اشباع الحاجات النفسية فى وقت الفراغ للأطفال وفقاً لمتغير الجنس لصالح الذكور.

للتحقق من هذا الفرض تم حساب المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى وقيمة "ت" لكل حاجة من الحاجات النفسية فى وقت الفراغ موضوع البحث وذلك وفقا لمتغير الجنس (ذكور وإناث).

والجدول التالى يوضح هذه القيم ومستوى الدلالة على ذلك :

جدول رقم (٨)

المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى وقيمة ت لكل حاجة من الحاجات النفسية لكل من الذكور والإناث

الحاجات النفسية	الجنس	عدد أفراد العينة	المتوسط	الانحراف المعيارى	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
حب الاستطلاع	ذكور	١٩٠	٢٢,٣٤	٤,٢٠	٠,٩٨	غير دالة
	إناث	١٩٥	٢١,٩٠	٤,١٥		
العبادة	ذكور	١٩٠	٢٢,٨٦	٤,١٣	٣,٢٤	٠,٠١
	إناث	١٩٥	٢٤,٢٥	٤,٢٦		
الصداقة	ذكور	١٩٠	٢٢,٥٣	٤,٢٢	١,٤٣	غير دالة
	إناث	١٩٥	٢١,٩٢	٤,١٣		
الحرية والاستقلالية	ذكور	١٩٠	٢٤,٣٢	٤,١١	١,٠٥	غير دالة
	إناث	١٩٥	٢٤,٧٦	٤,٠٨		
فهم الذات	ذكور	١٩٠	٢٥,٣٥	٣,٩٦	١,١٩	غير دالة
	إناث	١٩٥	٢٤,٨٥	٤,٢٦		
الانجاز	ذكور	١٩٠	٢٢,٢٤	٤,٠٧	٠,٧٧	غير دالة
	إناث	١٩٥	٢١,٩٢	٤,٠٤		
المسئولية الاجتماعية	ذكور	١٩٠	٢٢,٨٥	٤,٦٤	٣,٤٨	٠,٠١
	إناث	١٩٥	٢١,٢٧	٤,٢٥		
الجمال	ذكور	١٩٠	٢١,٣٦	٤,٣٨	٣,٧١	٠,٠١
	إناث	١٩٥	٢٦,٧٢	٤,١٥		
الحب	ذكور	١٩٠	٢٥,٦٥	٤,٩٠	١,٤٧	غير دالة
	إناث	١٩٥	٢٤,٩٢	٤,٨٢		
اللعب	ذكور	١٩٠	٢٤,١٤	٤,٤٢	٥,٨٢	٠,٠١
	إناث	١٩٥	٢١,٥٦	٤,٢٥		
العودة إلى الطبيعة والخلاء	ذكور	١٩٠	٢٣,٢٨	٤,٢٢	٣,٠٥	٠,٠١
	إناث	١٩٥	٢١,٩٧	٤,١٩		
الشعور بالسعادة	ذكور	١٩٠	٢٢,٢٥	٤,٠٧	٠,٧٧	غير دالة
	إناث	١٩٥	٢١,٩٣	٤,٠٥		

تشـــير نـــتائج جدول (٧) إلى وجود فـــروق ذات دلالة احصائيـــة عند مستوى (٠,٠١) بين الذكـــور والإناث فى مستوى اشباع كل حاجة من الحاجات النفسية فى وقت الفراغ موضوع الدراسة لصالح الذكور فى الحاجات الآتية المسئولية الاجتماعية واللعب، العودة إلى الطبيعة والخلاء، واللعب، ولصـــالح الأنـــاث فـــى الحاجـــة إلى العبادة والجمال، بينما لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعتين (الذكور والإناث) فى بقية الحاجات النفسية موضوع الدراسة.

وتتفق بعض هذه النتائج مع نتائج عواطف حسين ١٩٨٦م فقد دلت نتائج الدراسة على وجود فـــروق ذات دلالـــة احصائية لصالح الذكور، وتتفقَ أيضاً مع بعض نتائج سامى عبد القوى ومحمود عويضة ١٩٩٤م فقد دلت نتائج الدراسة على وجود فروق ذات دلالة احصائية لصالح الذكور.

وهذه النتائج تحقق صحة الفرض الثالث.

وتتفق والإطار النظرى، حيث أن مرحلة الطفولة المتأخرة يكون الطفل أكثر ميلاً للعب، العودة إلى الطبيعة، المسئولية الاجتماعية، من خلال استغلال وقت الفراغ.

وكـــل ذلـــك يساعد الفرد فى إشباع حاجاته النفسية، ويذكر مصطفى هاشم ١٩٩٤ أن بعض الدراسات وجدت أن لدى الأطفال ميلاً لأن تكون الحاجة إلى العودة إلى الطبيعة عالية نسبياً بالمقارنة بغيرها من المراحل.

كمـــا لوحـــظ مـــن خـــلال النتائج التى أظهرها البحث، أن هذه الفروق جاءت لطبيعة الذكور والإنـــاث عضوياً ونفسياً، كما إنها جاءت أيضاً لتتفق مع طبيعة الطفل فى ممارسة اللعب والعودة إلى الطبيعة.

ولعـــل فـــى ذلك ما يؤكد **تفاوت الأطفال فيما بينهم فى الحاجات بينهم وفقاً لمدى استثمارهم لوقت الفراغ.**

الفرض الرابع :

"توجـــد فروق ذات دلالة إحصائية فى إشباع الحاجات النفسية للأطفال وفقاً لممارسة الأنشطة الترويحية (ممارس – غير ممارس)، لصالح الممارسين.

وللـــتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى وقيمة "ت" لكـــل حاجة من الحاجات النفسية موضوع البحث وفقاً لمتغير ممارسة الأنشطة الترويحية (ممارس – غير ممارس).

والجدول التالى (٨) يوضح هذه النتائج.

جدول (٩)

المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى وقيمة "ت" ومستوى الدلالة لكل حاجة من الحاجات النفسية وفقا للممارسة الأنشطة الترويحية (ممارس – غير ممارس)

الحاجات النفسية	الجنس	عدد أفراد العينة	المتوسط	الانحراف المعيارى	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
حب الاستطلاع	ممارس	١٩٠	٢٢,٨٥	٤,٦٤	٣,٤٨	٠,٠١
	غير ممارس	١٩٥	٢١,٢٧	٤,٢٥		
العبادة	ممارس	١٩٠	٢٢,٥٣	٤,٢٢	١,٤٣	غير دالة
	غير ممارس	١٩٥	٢١,٩٢	٤,١٣		
الصداقة	ممارس	١٩٠	٢١,٢٥	٣,١٥	٤,٣٢	٠,٠١
	غير ممارس	١٩٥	١٩,٨٢	٣,٣٢		
الحرية والاستقلالية	ممارس	١٩٠	٢٣,٤٧	٣,٨٧	٤,٣٢	٠,٠١
	غير ممارس	١٩٥	٢١,٢٥	٣,١٥		
فهم الذات	ممارس	١٩٠	٢٤,٣٥	٤,٣٢	٣,٣٦	٠,٠١
	غير ممارس	١٩٥	٢٢,٨٥	٤,٤٣		
الانجاز	ممارس	١٩٠	٢٣,٨٦	٤,٣٤	٤,٤١	٠,٠١
	غير ممارس	١٩٥	٢١,٩٥	٤,١٣		
المسئولية الاجتماعية	ممارس	١٩٠	٢٤,٧٥	٤,١١	٢,١٧	٠,٠٥
	غير ممارس	١٩٥	٢٣,٨٢	٤,٢٨		
الجمال	ممارس	١٩٠	٢٧,٠٥	٤,١٩	٢,٦١	٠,٠١
	غير ممارس	١٩٥	٢٥,٣٩	٤,٢٨		
الحب	ممارس	١٩٠	٢٢,٧٤	٤,٣٢	٠,٢٥	غير دالة
	غير ممارس	١٩٥	٢٢,٨٥	٤,١٥		
اللعب	ممارس	١٩٠	٢٣,٣٥	٤,٧٥	٠,٩٧	غير دالة
	غير ممارس	١٩٥	٢٢,٨٦	٤,٨٨		
العودة للطبيعة والخلاء	ممارس	١٩٠	٢٢,٤٨	٤,٢٥	١,٧٤	غير دالة
	غير ممارس	١٩٥	٢١,٧٣	٤,١٨		
الشعور بالسعادة	ممارس	١٩٠	٢٠,٤٣	٣,٢٢	٢,٦٢	٠,٠١
	غير ممارس	١٩٥	٢٠,٣٥	٣,٦٥		

تشير نتائج الجدول (٨) إلى وجود فروق دالة احصائياً فى الحاجات حب الاستطلاع، والصداقة، والحرية والاستقلال، فهم الذات، الانجاز، والمسئولية الاجتماعية، والجمال والشعور بالسعادة وفقا لنوع الممارسة (ممارسة – غير ممارس) وهى جميعا لصالح الممارسة.

وهذه النتائج تحقق صحة الفرض الرابع.

وترى الباحثة أن هناك بعض النتائج متوقعة مثل الحاجة إلى الجمال، حيث يغلب على الممارسين وجود التلميذات، وهن يملن بطبيعة الحاجة إلى الطبيعة والخلاء، حيث أن استغلال وقت الفراغ يكون بممارسة الترويح الرياضى لدى التلاميذ وهذا لا يعنى عدم وجودها لدى التلاميذ والتلميذات الغير ممارسين لأنشطة الفراغ، ولكنها تزداد إلى حد ما لدى الممارسين لوقت الفراغ.

كمـــا أن ممارسة الأنشطة الترويحية لها أهميتها ودورها الفعال فى حياة الأطفال، حيث تسهم فـــى تنمـــية المهـــارات الاجتماعية وتحقيق السعادة والرضا النفسى الذى يتطلع إليه عند إشباع ميوله وحاجاته النفسية، بما يحقق له التوازن النفسى والتواءم مع نفسه ومع الآخرين.

هـــذا يـــتفق مـــع مـــا أشارت إليه الدراسات فى المجال الترويحى مثل إيمان هدهودة ١٩٨٣م، مصـــطفى هيـــثم ١٩٩٤م وكراوس ريتشارد Krous Rechard ١٩٩٤م وطه عبد الرحيم طه ١٩٩٥م وروجيك Rojeet ١٩٩٥م، ومحمد البدرى ٢٠٠٠م.

ويشـــير محمود عطا ١٩٩٦م إلى أن فهم الحاجات وأسلوب إشباعها يفسر سلوكيات الأفراد، وإشـــباع الحاجـــات بطريقة سليمة تشير إلى توافق الفرد ونموه بطريقة سليمة، وإشباعها بطريقة غير مقبولة مصدر للاضطرابات واختلال التوازن فهناك ارتباط بين اشباع الحاجات والصحة النفسية للفرد (٤٠ : ٢٠٨)

وتـــرى الباحـــثة أن التعرف على حاجات الأطفال النفيسة يسهل تحديد أى من نشاطات وقت الفراغ هى الأكثر شيوعاً لهم، وكلما كان نشاط الإنسان مشبع لحاجاته كلما كان العائد أفضل، لذا يجب أن تـــراعى إلـــى جانب ميوله واتجاهات المشاركين فى الأنشطة الترويحية حاجاتهم النفسية ودوافعهم وخلق دوافع جديدة كذلك.

تقديم رؤية مستقبلية مقترحة لتفعيل دور التربية الترويحية فى استثمار وقت الفراغ وإشباع الحاجات النفسية للأطفال ملحق (٥).

الاستنتاجات :

١- مســـتوى استثمار وقت الفراغ يرتبط ايجابياً بمستوى بإشباع الحاجات النفسية لأطفال مرحلة الطفولة المتأخرة.

٢- تصـــدرت قائمـــة أكـــثر الحاجات النفسية ارتباطاً بإستغلال وقت الفراغ الحاجة إلى الصداقة والحب وهى من أهم الحاجات التى يتطلع إليها الأطفال فى هذه المرحلة.

٣- وجود فروق بين الذكور والإناث فى مستوى إشباع حاجات وقت الفراغ فى كل من المسئولية الاجتماعـــية والعـــودة إلـــى الطبيعة والخلاء واللعب لصالح الذكور، وفى الحاجة إلى الجمال والعـــبادة لصالح الإناث، بينما لا توجد فروق بينهما فى بقية الحاجات النفسية فى وقت الفراغ موضوع الدراسة.

٤- وجـــود فـــروق فى مستوى اشباع الحاجات النفسية فى الحاجة للاستطلاع، الصداقة والحرية والاســـتقلالية، فهـــم الذات، الانجاز، المسئولية الاجتماعية، والجمال والشعور بالسعادة وهى جميعها لصالح الممارسين للأنشطة الترويحية.

٥- إن وقـــت الفـــراغ جزءاً أساسياً من الحضارة الإنسانية، وأن الترويح له أهمية بالغة لكل من الفرد والمجتمع.

٦- تفعيل دور التربية الترويحية لاستثمار وقت الفراغ من خلال المؤسسات التربوية والاعلامية.

٧- مراعاة متطلبات النمو الإنسانى فى ضوء متطلبات العصر.

التوصيـــات :

فى ضوء النتائج تم التوصل إليها توصى الباحثة بالآتى :

١- الإهـــتمام بإشباع الحاجات النفسية للأطفال، وإستغلال وقت الفراغ، من خلال الأنشطة المختلفة ووسائط التربية مثل (الأسرة والمدرسة والجامعة ووسائل الإعلام المرئية والمسموعة وغيرها).

٢- أن يخصص للنشاط وقت مناسب لجميع الأطفال، لتمكين التلميذ أو التلميذة من اختيار ما يتناسب مع حاجاتهم، وأن يراعى ذلك فى اليوم الدراسى.

٣- إنشـــاء مراكز للتربية الترويحية داخل المدارس لتلبية جانباً من إشباع الحاجات النفسية للأطفال اللازمة فى هذه المرحلة.

٤- الاهـــتمام بالأنشطة الترويحية وتشجيع الأطفال على ممارستها، وتوجيه هذه الأنشطة نحو إشباع الحاجات النفسية لديهم.

٥- تطوير برامج كليات التربية الرياضية بحيث تشتمل على برامج إعداد أخصائى الترويح للأطفال.

٦- تدريـــب المتخصصين على برامج الترويح الحديثة التى تراعى الحاجات النفسية للأطفال، حتى يمكن تحقيق الإستغلال الأمثل لوقت الفراغ.

٧- توعـــية أســـر الأطفـــال بأهمية ممارسة الأنشطة الترويحية الهادفة، للعمل على إشباع حاجاتهم النفسية، وذلك من خلال البرامج الإذاعية والتليفزيونية.

٨- الإكـــثار مـــن الدراســـات المرتبطة بتوجيه الأطفال وشغل وقت فراغهم، وأساليب التأثير على اتجاهاتهم.

المراجـــع

أولاً : المراجع العربية :

١- إبراهيم عبد المقصود : "السياحة والرياضة"، دار الفكرى العربى، القاهرة ١٩٩٦م.

٢- إدواردز إلـــن : "مقـــياس التفضـــيل الشخصى"، ترجمة جابر عبد الحميد، دار النهضة العربية، القاهرة (د.ت).

٣- ادوارد مـــورای : "الدافعـــية والانفعال"، ترجمة أحمد عبد العزيز سلامة، القاهرة، بيروت دار الشروق.

٤- الإمـــام الحافظ أحمد بن حجر العسقلانى: "فتحى البارى يشرح صحيح البخارى"، ج(١١) كتاب الرفاق، دار الحديث، القاهرة ١٩٩٨م.

٥- الحـــاكم البســـايورى : "المســـتدرك فى الصحيحين"، ح(٤) كتاب الرفاق، دار المعرفة، بيروت (د.ت).

٦- أميـــن أنـــور الخولـــى : "أصول التربية الرياضية، المدخل التاريخ"، الفلسفة دار الفكر العربى، القاهرة ١٩٩٩م.

٧- أنور محمد الشرقاوى : "استبيان الحاجات النفسية للشباب (كراسة الأسئلة، طـــ٣، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية ١٩٨٩م.

٨- ايـــان محمـــد هدهـــودة : "الفراغ والترويح وعلاقته بالتوافق النفسى" – دراسة نفسية اجتماعية لطـــلاب جامعـــة الاسكدرية، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة الاسكندرية ١٩٩٣م.

٩- تهانى عبد السلام محمد : " الترويح والتربية الترويحية"، القاهرة، دار الفكر العربى، ٢٠٠١م.

١٠- جابـــر عـــبد الحمـــيد جابر : "كراسة تعليمات مقياس التفضيل الشخصى"، القاهرة، دار النهضة العربية ١٩٧٣م.

١١- جمال السيد تفاحه : "الحاجات النفسية وعلاقتها بمشاعر القلق والإكتئاب لدى أطفال البدو، دراسة عاملة"، المؤتمر العلمى السنوى، معاً من أجل مستقبل أفضل لأطفالنا، ٢٠٠٠م.

١٢- حامد عبد السلام زهـــران : "علم النفس الاجتماعى"، القاهرة، طـــ٥، عالم الكتب، ١٩٨٤م.

١٣- ـــــــــــــــــ : "علم نفس النمو الطفولة والمراهقة"، طـــ٥، القاهرة، عالم الكتب ١٩٩٠ م.

١٤- حلمى إبراهيم، ليلى فرحات : "التربية الرياضية والترويح للمعاقين"، دار الفكرى العربى، القاهرة ١٩٩٨م.

١٥- رائـــد أحمـــد رمضان ومحمد متولى عفيفى: "دوافع ممارسة الفتاة المصرية للعبة كرة القدم فى مصـــر"، المؤتمـــر العلمى الدولى الثالث للرياضة والمرأة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الاسكندرية، ١٩٩٩م.

١٦- ســـامى عبد القوى على ومحمد أحمد عويضة : "الحاجات النفسية لدى طلاب الجامعة" (دراسة نفسية مقارنة) مجلة علم النفس، السنة الثامنة (٣٢) ١٩٩٤م.

١٧- طـــه عـــبد الرحيم طه : "دراسة التربية الترويحية لتلميذات المرحلة الثانوية بمحافظة البحيرة، المجلة العلمية، نظريات وتطبيقات، العدد (٢٤) كلية التربية الرياضية، جامعة الاسكندرية ١٩٩٥م.

١٨- عادل طاهر : "الشباب ماضيه، حاضرة ومستقبله"، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة ١٩٩٣م.
١٩- عـايدة عبد العزيز : "الترويح وأوقات الفراغ لدى مسئولى الإعلام فى ج.م.ع" صحيفة التربية، السنة الأربعون العدد الثالث، ١٩٨٩م.
٢٠- عبد السلام عبد الغفار : "مقدمة فى الصحة النفسية"، دار النهضة العربية، القاهرة ١٩٩٦م.
٢١- عـبد العزيز محمد النغيمشى : "الإرشاد النفسى، خطواته وكيفيته"، بحث غير منشور، مقدم فى اللقاء السنوى للجمعية السعودية للعلوم التربوية والنفسية، الرياض ١٤١٠هـ.
٢٢- عطيات محمد خطاب : "أوقات الفراغ والترويح" طـ٣، دار المعارف، القاهرة، ١٩٨٢.
٢٣- على السلمى : "تحليل النظم السلوكية"، مكتبة غريب، القاهرة (د.ت).
٢٤- عمـر عـبد الرحمن المفدى : "الحاجات النفسية للشباب ودور التربية فى تلبيتها"، مكتبة التربية العربى لدول الخليج، الرياض ١٤١٤هـ.
٢٥- عواطـف حسين صالح : "دراسة مقارنة لبعض الحاجات النفسية لدى المراهقين والمراهقات فى الريف والحضر"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب، جامعة الزقازيق ١٩٨٦م.
٢٦- غـزوى سليمان الفضيلى : "الحاجات والمشكلات النفسية لدى التلميذات المتفوقات عقلياً"، بحث غـير منشـور لاسـتكمال متطلـبات درجة الماجستير، كلية التربية جامعة الملك سعود، الرياض ١٤١٠هـ.
٢٧- فؤاد عبد اللطيف أبو حطب : "القدرات العقلية"، مكتبة الأنجلـو المصرية، القاهرة ١٩٨٦م.
٢٨- كمـال إبراهـيم مرسى : "المدخل إلى علم الصحة النفسية"، الكويت، دار العلم للنشر والتوزيع، ١٤٠٩هـ.
٢٩- كمـال درويـش، ومحمـد الحماحمى : "رؤية عصرية للترويح وأوقات الفراغ"، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، ١٩٩٧م.
٣٠- ليلى يوسف : "سيكولوجية اللعب والتربية الرياضية"، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة، ١٩٨٥م.
٣١- محمـد الحماحمى، عايدة عبد العزيز : "الترويح بين النظرية والتطبيق" (طـ٢)، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، ١٩٩٨م.
٣٢- محمد عبد السلام : "معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية لدى طلاب جامعة قناة السويس"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، بورسعيد، جامعة قناة السويس ١٩٩٦م.
٣٣- محمد على محمد : "أوقات الفراغ فى المجتمع الحديث"، دار النهضة العربية، بيروت ١٩٨٥م.
٣٤- محمد قطب : "دراسات فى النفس الإنسانية" طـ٧ ، القاهرة، بيروت، دار الشروق ١٤٠٧هـ.
٣٥- محمـد مجـدى محمـد البدرى : "تأثير الألعاب الترويحية على اللياقة البدنية والحركية وبعض المتغـيرات الفسـيولوجية لتلامـيذ المرحلة الاعدادية بالنوادى الصيفية المدرسية"، المجلد الثالـث، لبحوث المؤتمر العلمى الثالث، الاستثمار والتنمية البشرية فى الوطن العربى من منظور رياضى ١٧: ١٩، أكتوبر ٢٠٠٠م.
٣٦- محمد مصطفى زيدان : "النمو النفسى للطفل والمراهق ونظريات الشخصية طـ٤، دار الشروق، ١٩٩٤م.
٣٧- محمد منير مرسى : "الإدارة التعليمية، أصولها وتطبيقاتها، عالم الكتب، القاهرة (د.ت).

٣٨- محمـــود اسماعيل طلبة ابراهيم : "حاجات ودوافع الفراغ لطلبة وطالبات جامعة المنيا فى الريف والحضـــر (دراســـة مقارنـــة)، المجلـــد الخامس لبحوث المؤتمر العمى الثالث، الاستثمار والتنمـــية البشـــرية فى الوطن العربى من منظور رياضى، كلية التربية الرياضية للبنات، بالجزيرة، القاهرة ٢٠٠٠م.

٣٩- محمـــود الســـيد أبو النيل : "علم النفس الاجتماعى، دراسات عربية وعالمية طـــ٤، لبنان، دار النهضة العربية للطباعة والنشر (د.ت).

٤٠- محمـــود عطا حسن : "النمو الإنسانى (الطفولة والمراهقة) طـــ٣ دار الخرنجى للنشر والتوزيع ١٩٩٦م.

٤١- مصطفى هاشم : "بعض العوامل المؤثرة على السلوك الترويحى لتلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الاساســـى بمحافظة أسيوط"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية – جامعة أسيوط ١٩٩٤م.

٤٢- نبـــيلة لبيـــب، ونادية رسمى : "الدوافع الهامة لممارسة السباحة لدى تلاميذ وتلميذات المدارس، مؤتمـــر الرياضـــة للجميع، المجلد الأول كلية التربية الرياضيـــة للبنين بالقاهرة، جامعة حلوان، ١٩٨٤م.

٤٣- هـــدى عـــبد السميع حجازى : رؤية المعلمين وأولياء الأمور لوقت فراغ التلميذ ودور المدرسة تجاهـــه، المؤتمر السنوى الرابع للطفل المصرى (الطفل المصرى وتحديات القرن الحادى والعشرين)، جامعة عين شمس المجلد الثالث ١٩٩١م.

٤٤- هشـــام حســـن عـــلام : "دراسة تحليلية للأنشطة الترويحية لتلاميذ المرحلة الأعدادية بمحافظة الشرقية، رسالة دكتوراه غير منشورة كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا ١٩٩٨م.

٤٥- ولـــيد أحمـــد عبد الرازق : مشكلات التربية الترويحية بالمرحلة الابتدائية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان ١٩٩٧م.

ثانياً : المراجع الأجنبية :

46- Brightbill, C, Meyer H., Sessons, D : : Community Recreation, A Guide to its Organization, Englwood cliffs, prentice Hall, N.J. 1989.

47- Bruond, Judrth, Ast, Al : Assessment Provides in Sight into the Impact and Effectiveness of Gampus Recreation Programs NASPA Journal. V 3202. 1995.

48- Dooley, S : The effect of Father, mother absence on psychojogical problems. J of clin and child psych. Vol. 18 N3-1997.

49- Fuslony, Andy et al., : "The effects of Past" 16 Experience and Social class the leisure Patterns of Young Aduls" EF. Spon 2nd, University of Strathclyde Glassgow University of liver Pool, London 1990.

50- Godley, G. Parker, S., Leisure Studies and Services, An over View London, Samanders 1976.

51- Guinn, B, Leisure behavior motivation and the life satisfaction of retired person "Journal of Activities, adaptation, again (Bing hosmton, N.Y) 23 (4) 1999.

52- Kraus, G, Rachard : Recreational Program Planning to day Scott, Foresman and Company G beniview, Illinois, 1985 London.

53- _____ : Tomorrow's Leisure Meeting the challenges, journal of Physical Education Recreation and Dance V. 64, N4 1924.

54- Rajece C : "Vablen leisure and human need" Journal of Leisure studies (London) 14(2) Apr. 1995.