

حرکت

شماره ۶ - پاییز ۱۳۷۹

ص ص : ۲۳-۳۹

## بررسی چگونگی گذران اوقات فراغت جانبازان و معلولین (با تأکید بر نقش تربیت بدنی و ورزش)

دکتر محمدحسین علیزاده - دکتر رضا قراخانلو

استادیار دانشکده تربیت بدنی دانشگاه تهران

استادیار گروه تربیت بدنی دانشگاه تربیت مدرس

### چکیده

با توجه به اهمیت اوقات فراغت و کارکردهای بهداشتی، درمانی و فرهنگی آن، در تحقیق حاضر به بررسی پیرامون این موضوع پرداخته شده است. این مطالعه در مورد جانبازان و معلولینی به اجرا درآمده که از ویژگی‌های منحصر به فردی نظیر بالا بودن میزان ساعات فراغت، مشکلات جسمانی، حرکتی و روحی برخوردارند. بعد دیگری که مورد توجه قرار گرفته است، نقش تربیت بدنی و ورزش است که از توانمندی‌های فراوانی برای جهت‌دهی و غنی‌سازی اوقات فراغت انسان‌ها برخوردار می‌باشد. این تحقیق از نوع بررسی‌های موردی و زمینه‌ای است که در اجرای آن از پرسشنامه و مصاحبه استفاده شده است. تعداد ۴۰۴ جانباز و ۲۰۶ معلول که همگی مرد بودند در این تحقیق مورد مطالعه قرار گرفتند. در نمایش و تحلیل اطلاعات به ترتیب از آمار توصیفی و روش آماری Chi Square استفاده شده است. نتایج به دست آمده حاکی از آن است که شکل فعلی گذراندن اوقات فراغت مطلوب نیست و موجب نارضایتی قشر مورد مطالعه است. در این خصوص کمبود امکانات و وسایل و تنگناهای مالی و رواج روش‌های نامطلوب قابل توجه‌اند، همچنین کثرت ساعات فراغت جانبازان و معلولین نکته مهمی است. روش‌ها و وسایل مطلوبی که مورد توجه افراد مورد مطالعه‌اند عبارتند از: تماشای تلویزیون، پرداختن به ورزش، فعالیت‌های آموزشی و علمی و حضور در گردشگاه‌ها و طبیعت که باید طی یک برنامه هدفمند مورد بهره‌برداری قرار بگیرند. تحلیل روابط میان متغیرهایی نظیر جانباز یا معلول بودن، ورزشکار بودن، محل سکونت، تأهل و نحوه گذران اوقات فراغت نیز مبین یافته‌های قابل توجهی است که به بحث گذاشته شده است.

## واژه‌های کلیدی

جانباز، معلول، اوقات فراغت، تربیت‌بدنی و ورزش

### مقدمه

موضوع اوقات فراغت از دیرباز مورد توجه بشر بوده‌است و مطالعات به عمل آمده نشان می‌دهد که انسان به طور پیوسته در این باره در پی چاره‌جویی بوده‌است. در حال حاضر نیز این توجه و حساسیت نه تنها کاهش نیافته بلکه اهمیت آن بنا به دلایل متعددی افزایش نیز یافته‌است. بخشی از این دلایل عبارتند از: رشد و توسعه زندگی ماشینی، کاهش ساعات کار و فعالیت، ارتقای سطح آگاهی‌ها و دانش بشری و از همه مهمتر و مؤثرتر دگرگونی‌های فرهنگی و شکل‌گیری خاص تمایلات و علایق انسان‌ها است. بر این اساس، تصمیم‌گیری اجتماعی و فردی دربارهٔ ایام فراغت بخش قابل توجهی از زندگی بشر امروزی محسوب می‌شود و چشم‌پوشی از آن غیر ممکن است، به گونه‌ای که بسیاری از کشورهای جهان با استفاده از نتایج تحقیقات و مطالعات در پی یافتن الگوهای مناسب در جهت استفاده بهینه از اوقات فراغت جوامع خود می‌باشند.

با توجه به تحولات همه جانبه کشور، ضرورت بررسی و در صورت لزوم بازنگری الگوهای رایج گذران اوقات فراغت ضروری به نظر می‌رسد. اگر چه این بررسی برای کلیه اقشار و گروه‌های اجتماعی یک نیاز اساسی است، اما چگونگی گذران این اوقات در میان جانبازان و معلولین از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. تعداد جانبازان به دلیل حوادث و وقایع دوران انقلاب و بروز جنگ هشت ساله میان ایران و عراق از میزان قابل توجهی برخوردار است. این گروه با توجه به زمینه‌های اعتقادی و اختصاصات منحصر به فرد، بازوی توانمند جامعه محسوب می‌شوند و چنانچه کارکردهای مثبت و منفی این اوقات برای اقشار جانباز و معلول به خوبی معین شود، زمینه‌های لازم برای برنامه‌ریزی و بهره‌وری نحوهٔ گذران اوقات فراغت آنان به منظور دستیابی به یک الگوی مناسب، از جمله موارد مهم در جامعه اسلامی ما محسوب می‌شود. بنابراین هدف از اجرای این تحقیق شناخت چگونگی گذران اوقات فراغت جانبازان و معلولین از طریق مطالعه و بررسی وضع موجود و عوامل مؤثر در شکل‌دهی آن است.

## روش تحقیق

در این تحقیق تعداد افراد نمونه ۶۱۰ جانباز و معلول مرد بودند (۴۰۴ نفر جانباز و ۲۰۶ نفر معلول). جامعه تحقیق از میان جانبازان و معلولین شهرهای تهران، ورامین، دماوند، شمیران، کرج، رشت و شیراز بود؛ این شهرها تنها به دلیل سهولت در جمع‌آوری اطلاعات و اجرای تحقیق مورد توجه بودند. این تحقیق از نوع "موردی و زمینه‌ای" بود که با استفاده از نتایج پرسشنامه باز، یک پرسشنامه بسته تنظیم و اجرا گردید. به منظور نمایش اطلاعات از روش‌های آمار توصیفی استفاده شده است و با استفاده از روش آماری Chi Square رابطه میان متغیرهای مورد پرسش بررسی شده است.

## یافته‌های تحقیق

### سطح تحصیلات و وضعیت تاهل افراد نمونه

بر اساس اطلاعات به دست آمده، میزان افراد بیسواد جامعه تحقیق ۷ درصد می‌باشد و ۰/۷۴ درصد افراد از تحصیلات بالاتر از لیسانس برخوردارند. چنانچه اخذ دیپلم متوسطه را به عنوان یک شاخص متوسط اجتماعی تلقی کنیم، ۸۵ درصد افراد دیپلم یا پایین‌ترند، در حالی که سهم افراد دارای دیپلم ۱۷ درصد است و اکثریت افراد هنوز به سطح دیپلم نرسیده‌اند. در این میان فقط ۱۴ درصد جانبازان و معلولین از سطح تحصیلات بالاتر از دیپلم برخوردارند. همچنین اطلاعات موجود حاکی از آن است که ۶۷ درصد افراد هنوز قادر به اخذ دیپلم نشده‌اند. استخراج نتایج پرسشنامه نشان داد که ۵۵ درصد افراد مجرد و ۴۴ درصد افراد متأهل بودند.

### میزان ساعات فراغت و وضعیت اشتغال افراد نمونه

میزان اوقات فراغت حکم شمشیر دو لبه را دارد. کمبود آن موجب خروج زندگی از مسیر طبیعی خود خواهد شد و بسیاری از مشکلات جسمی و روحی را باعث خواهد گردید. فراوانی و کثرت ساعات فراغت نیز هر چند که ابتدا به ساکن مثبت ارزیابی می‌شود، ولی چنانچه به شکل مطلوب مورد استفاده قرار نگیرد، بسیار خطرناک خواهد بود. با توجه به اطلاعات حاصله در تحقیق حاضر میزان ساعات فراغت جانبازان و معلولین مورد مطالعه بسیار بالاست. امر فوق با توجه به عدم تحرک این قشر منطقی به نظر می‌رسد. حدود ۲۴ درصد افراد اظهار داشته‌اند که در شبانه‌روز بین ۱۲ تا ۱۸ ساعت فرصت فراغت دارند. اگر دامنه را قدری وسیع‌تر در نظر آوریم، آنگاه ملاحظه می‌شود که حدود ۴۵

درصد گروه مورد مطالعه بیش از شش ساعت فرصت فراغت دارند. از سوی دیگر، نزدیک به ۳۰٪ نفرات با واژه غیر کمی ولی کاملاً قابل فهم "بیشتر اوقات بیکارم" پاسخ داده‌اند.

نتایج به دست آمده به شکل بارزی اهمیت و ضرورت غنی‌سازی ایام فراغت این گروه از اجتماع را گوشزد می‌کند. برای درک این اهمیت کافی است فردی را در نظر بگیریم که بین ۶ تا ۱۸ ساعت فرصت را نمی‌داند چگونه بگذرانند، آیا غیرطبیعی است که چنین فردی به هر فرک و عملی بپردازد؟!

اشتغال و فراغت در واقع دو روی سکه زندگی هستند و تأثیر این دو جنبه در یکدیگر قطعی و آشکار است. گذشته از تأثیر کمی (میزان ساعات) باید توجه داشت که کیفیت گذراندن اوقات فراغت نیز از اشتغال و چگونگی اشتغال تأثیر می‌پذیرد.

در خصوص جامعه مورد نظر این تحقیق اشتغال با استقلال مالی عیناً انطباق ندارد، زیرا برخی از افراد جانباز یا معلول بیکارند، ولی از نظر مالی حمایت می‌شوند. تمام حالات فوق موجب شکل دهی خاص به الگوی گذران اوقات فراغت می‌شوند. اطلاعات به دست آمده از جامعه تحقیق حاکی از بیکاری حدود ۳۷ درصد از افراد مورد مطالعه است که این وضعیت را باید بسیار حساس تلقی کرد. حدود ۲۵ درصد گروه به میزان متعارف اشتغال به کار دارند. ۱۶ درصد دیگر بیش از ۸ ساعت کار می‌کنند که الگوی فراغت اینان در معرض آسیب ناشی از اشتغال نامناسب است. حدود ۵ درصد گروه کمتر از ۵ ساعت کار می‌کنند که اگر مشکل اقتصادی نداشته باشند وضعیتی مطلوب دارند.

### نحوه گذران اوقات فراغت توسط جانبازان و معلولین مورد مطالعه

به نظر می‌رسد که در میان کلیه وسایل ارتباط جمعی، رادیو و تلویزیون خصوصاً تلویزیون اهمیت و جایگاه ویژه‌ای دارد، زیرا ۵۶ درصد جانبازان و معلولین در پاسخ به پرسش چگونگی گذران اوقات فراغت با توجه به وسایل و امکانات موجود به تماشای تلویزیون اشاره نموده‌اند. از آنجایی که حضور در اجتماع و جابه جایی آنان بدون در اختیار داشتن امکانات مناسب موجبات ناراحتی‌های شدید جسمانی و روانی را فراهم می‌آورد، بنابراین به نظر می‌رسد که یکی دیگر از علل استقبال آنان از تلویزیون علاوه بر جاذبه‌های آن، مشکلات ویژه این قشر باشد. به عبارت دیگر، تماشای تلویزیون برای جامعه تحقیق را نباید صرفاً به منزله علاقه و انتخاب آزاد آنان تلقی کرد، بلکه نیم نگاهی هم به عدم توانایی در استفاده از وسایل دیگر باید داشت.

تلویزیون وسیله‌ای است که براحتی می‌تواند در اختیار جامعه تحقیق باشد. البته جای بسی

تأسف است که با این علاقه‌ای که از جانب جامعه تحقیق ابراز می‌شود، سهم ناسچیزی از برنامه‌های تلویزیون به آنان اختصاص دارد. در حالی که رادیو و تلویزیون می‌تواند در این میان نقش کارسازی را ایفا کند و برخی از موانع و کمبودها را برطرف نماید و به کمک آنان برود. جالب توجه اینکه ۴۲ درصد افراد جامعه تحقیق بعد از تماشای تلویزیون نسبت به مطالعه مجله و روزنامه ابراز علاقه نموده‌اند که باز هم تأکید بر نقش رسانه‌های عمومی می‌کند.

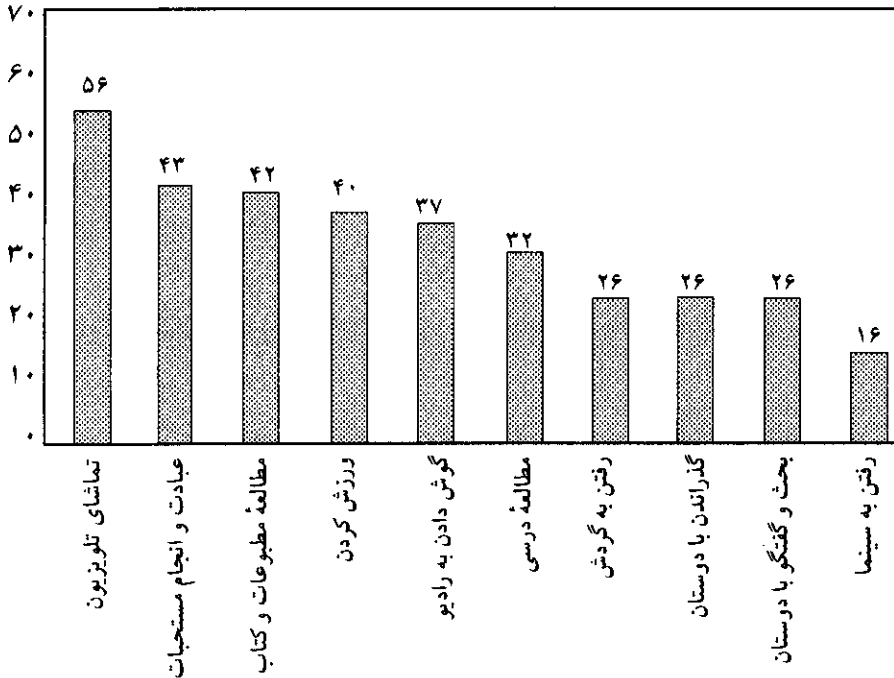
در بررسی نمودار شماره ۱، رفتن به سینما کمترین میزان را با ۱۶ درصد به دست می‌آورد. اگر در پاسخ به این سؤال که چرا میزان توجه به سینما کم است، بگوییم افراد جامعه تحقیق علاقه‌ای به سینما ندارند، احتمالاً پاسخ صحیحی نخواهد بود، زیرا باید به موضوعات دیگر از جمله موانع ساختمانی، مشکلات تردد و غیره توجه نمود.

عبادات و انجام مستحبات با کمیتی به میزان ۴۵ درصد بسیار قابل توجه است، زیرا این میزان حاکی از ارتباط قوی معنوی جامعه تحقیق با پروردگار یکتاست و توجه هر چه بیشتر به این عامل جانبازان و معلولین را در برخورد با معضلات جسمی و روحی تا حد زیادی مصون نگه می‌دارد.

عامل دیگری که مورد توجه بوده ورزش کردن است که ۴۰ درصد پاسخ‌ها را به خود اختصاص داده‌است. با آگاهی از عوامل دخیل و مؤثر در انجام فعالیت‌های جسمانی، شاید در وهله نخست انتظار این پاسخ نمی‌رفت. اما به نظر می‌رسد باید جایگاه خاصی را برای فعالیت ورزشی در نظر گرفت و در فراهم آوردن وسایل و اماکن ورزشی بیش از گذشته تلاش کرد. ورزش با ویژگی‌های خاص خود (۲۰ و ۲۱) به طرق گوناگون به کمک جامعه تحقیق رفته تا آنان را در کسب توانایی‌های بیشتر یاری دهد و زندگی با نشاط و مستقلی را به ارمغان آورد. در این خصوص نکات بیشتری به بحث گذاشته خواهد شد. چنانچه گزینه‌های رفتن به گردش (۲۶ درصد) و گذران اوقات با دوستان (۳۱ درصد) را تا حدودی در یک راستا تلقی کنیم، مشاهده می‌شود تفاوت چندانی به لحاظ شیوع این شیوه‌ها در میان افراد به چشم نمی‌خورد. مطالعه درسی نیز با ۳۲ درصد به گونه‌ای خاص جلب توجه می‌کند.

از میان کلیه اماکن مورد توجه جانبازان و معلولین که برای گذران اوقات فراغت گزینش شده‌است، افراد به گزینه خانه تمایل بیشتری نشان داده‌اند (۶۰ درصد) این انتخاب از این نظر موجب خوشحالی است که کانون گرم خانواده در جامعه مورد تحقیق نقش تعیین‌کننده‌ای دارد، حال آنکه این گونه به نظر می‌رسد که افراد جانباز و معلول به دلیل مشکلات جسمی و روحی علاقه کمتری به ماندن در محیط خانواده دارند و ترجیح می‌دهند کنار دوستان یا در محیط‌هایی که افراد هم‌درد خود را

### نمودار ۱ - نحوه گذران اوقات فراغت جانبازان و معلولین



داشته باشند حضور یابند. اما مشاهده می‌گردد تنها ۵ درصد افراد به گذران اوقات فراغت در آسایشگاه‌ها اظهار تمایل نموده‌اند. آمار موجود بیانگر آن است که باید سرمایه‌گذاری اساسی بر روی خانواده‌کرد و از بُعد غنی‌سازی اوقات فراغت، جهت‌گیری آینده را به سمت رفع مشکلات خانوادگی و کاهش تنش‌های موجود احتمالی سوق داد. از سوی دیگر، عدم تمایل به حضور در اماکن شلوغ و پر رفت و آمد (۶ درصد) و علاقه به اماکن طبیعی (۴۹ درصد) بخش مهم تصمیمات آینده را تعیین می‌بخشد. به نظر می‌رسد در اماکن طبیعی آرامش روانی سهل‌الحصول‌تر است و موجبات طیب خاطر معلولین و جانبازان را بدور از نگاه‌های کنجکاو فراهم می‌آورد.

بعد از خانواده و اماکن طبیعی، حضور در ورزشگاه گزینه مورد تمایل جامعه تحقیق با ۴۶ درصد است. ممکن است چنین به نظر آید افرادی که از حضور در اماکن شلوغ و پر رفت و آمد اظهار ناخشنودی می‌کردند، چرا در یک ورزشگاه که شباهت‌های زیادی با این گونه اماکن دارد و خود مصداقی برای آن تلقی می‌گردد شرکت می‌کنند. شاید بتوان پاسخ را در ماهیت مکانهای ورزشی یافت. اگر چه اماکن ورزشی و ورزشگاه‌ها شلوغ و پر رفت و آمد هستند، اما در آنجا تمام توجهات به سوی دیگر است و

افراد در کنار یکدیگر در تیر رس نگاه هم نیستند و به موضع واحد دیگری یعنی فعالیت ورزشی توجه دارند. در آخر آنکه شاید معلولین و جانبازان اشتراک فعالیت با سایرین را دارند (تماشاگر بودن)، زیرا در این موضع افراد حاضر در ورزشگاه "تماشاگرند" و هرگونه رقابت برای تماشاگران منتفی است و تنها فعالیت ممکن، گرایش روانی به تیم مورد علاقه است که در قالب ابراز احساسات آشکار می‌شود.

در این میان، تعلقات مذهبی جامعه تحقیق در قالب شرکت در مراسم مذهبی با ۳۷ درصد و علاقه به حضور در زیارتگاه‌ها ۳۸ درصد ظاهر می‌شود که باید به دیده عمیق به آن نگریست و نسبت به فراهم آوردن امکانات حضور آنان این‌گونه اماکن بیش از پیش تلاش کرد. اماکن آموزشی و فرهنگی نیز با ۲۴ درصد از اهمیت خاصی برخوردارند.

در جدول ۲ از وسایل و امکاناتی که برای گذراندن اوقات فراغت مورد استفاده قرار می‌گیرند پرسش به عمل آمده است که تلویزیون و رادیو به ترتیب اولویت اول و دوم را به خود اختصاص داده‌اند (تلویزیون ۶۵ درصد و رادیو ۵۲ درصد). در تفسیر این نکته که چرا مطالعه مجله و روزنامه به رتبه بعدی تنزل یافته است، پاسخ‌های گوناگونی به ذهن می‌رسد. از جمله اینکه استفاده از تلویزیون و رادیو با توجه به عدم تمکن مالی بسیار مقرون به صرفه است و یک بار برای همیشه تهیه می‌شود و در دسترس قرار می‌گیرد، در حالی که مطبوعات به غیر از مشکل انتخاب و تهیه آن هزینه مستمری را نیاز دارد. استفاده از وسایل ورزشی با ۲۷ درصد، از جمله یافته‌هایی است که با تفسیر مشابه مواجه می‌شود، زیرا هزینه‌های سنگین تهیه این‌گونه وسایل رغبت کمتری را به دنبال خواهد آورد. استفاده از ویدئو از استقبال کمی (۹ درصد) برخوردار است. شاید هزینه خرید فیلم را بتوان عامل عدم دسترسی به این وسیله در نظر گرفت. وسیله نقلیه با همه اهمیت و ضرورتی که در زندگی جانبازان و معلولین دارد، تنها ۱۵ درصد از پاسخ‌های جامعه تحقیق را در بر می‌گیرد. شاید علت آن عدم در اختیار داشتن وسیله نقلیه و دور از دسترس فرض نمودن آن باشد.

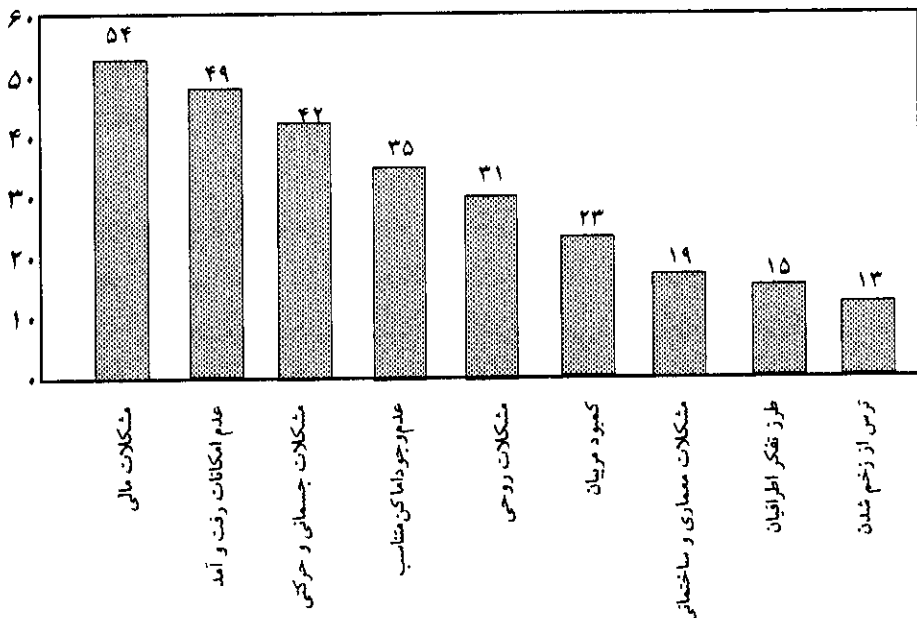
ظاهراً جانبازان و معلولین با بودن در فضای معنوی بیشتر احساس آرامش می‌کنند. از همین رو ۳۴ درصد آنان نسبت به شرکت در نماز جمعه و مراسم دعا ابراز نظر مثبت کرده‌اند. انتخاب این گزینه در بین جانبازان بیشتر به چشم می‌خورد. کتابخانه با ۱۴ درصد و امکانات آموزشی و درسی با ۱۶ درصد از درجه اهمیت کمتری برخوردارند.

### موانع و مشکلات موجود در گذران اوقات فراغت افراد مورد مطالعه

نمودار ۲ از موانع و مشکلات گذران این اوقات خبر می‌دهد. از ارقام موجود چنین برمی‌آید که کماکان مشکلات مالی مهمترین مانع بوده و استفاده از این اوقات را با خطر جدی مواجه ساخته است. به عبارت دیگر، بیش از نیمی از جامعه تحقیق یعنی ۵۴ درصد مشکل مالی را یک عامل بازدارنده معرفی کرده‌اند، به گونه‌ای که اهمیت آن حتی بیش از امکانات رفت و آمد بیان گشته‌است.

بر مبنای رتبه عوامل مانع، چنین استنباط می‌شود که جامعه تحقیق بسیاری از معضلات خود از جمله رفت و آمد، مشکلات جسمانی و حرکتی و مشکلات معماری را به عنوان مانع اصلی معرفی کرده‌اند. عدم دسترسی به امکانات برای این قشر به مفهوم عدم تحرک و فعالیت و عدم انگیزه و به بیان دیگر مرگ اوقات فراغت است.

نمودار ۲ - موانع و مشکلات گذراندن اوقات فراغت جانبازان و معلولین ... درصد



نقش وسایل و امکانات در گذراندن مطلوب اوقات فراغت بسیار اساسی است. بدون تردید با وسایل و تجهیزات مکفی و مناسب است که می‌توان ایام مورد بحث را با کارکردهای تربیتی، سیاسی و فرهنگی و اجتماعی، اقتصادی، آموزشی و غیره همراه ساخت. این امر درباره کلیه اقشار و در تمام سنین مصداق دارد. جدول ۱ نظر گروه مورد مطالعه در زمینه وسایل و تجهیزات و حتی روش‌های پیشنهادی



را نمایش می‌دهد. تهیه وسایل ورزشی و فراهم ساختن امکان پرداختن به ورزش رتبه اول را به خود اختصاص داده‌است. این پدیده جالب و عامه پسند را واقعاً باید یکی از راه حل‌های مناسب برای حل مشکل اوقات فراغت کلیه اقشار دانست، زیرا به دلیل نزدیکی فراوان به فطرت انسان‌ها و همچنین کم هزینه بودن آن (کم هزینه در مقایسه با سایر وسایل)، بسیار مورد توجه است. در عین حال، آثار عمیق و وسیع بهداشتی، تربیتی و اجتماعی را نیز بر جای می‌گذارد. به هر شکل حدود ۲۵ درصد درخواست خود را در این زمینه اعلام کردند.

تهیه وسیله نقلیه، مورد درخواست حدود ۱۱ درصد از افراد نمونه است. وسیله نقلیه که می‌تواند تا حدود زیادی بر تحرک فرد جانباز و معلول بیفزاید، نقش ارزنده‌ای در تطبیق فرد با شرایط ویژه‌اش خواهد داشت. تنها حدود ۲ درصد افراد عنوان کرده‌اند که امکانات فعلی کافی است.

### جدول ۱ - اظهار نظر جانبازان و معلولین درباره وسایل و امکاناتی که برای گذراندن

اوقات فراغت باید تهیه شود (۶۱۰ نفر)

ردیف	شرح	درصد	ردیف	شرح	درصد
۱	وسایل ورزشی	۲۳/۸۱	۱۱	مطالعه	۰/۵۸
۲	ویدئو و سینما	۳/۸۸	۱۲	تسهیلات مالی	۳/۲۹
۳	تلویزیون (با اصلاح برنامه)	۲/۴۷	۱۳	مسکن	۰/۲۳
۴	وسیله نقلیه	۱۱	۱۴	امکانات کافی است	۱/۶۴
۵	تشکیل کلاس‌های آموزشی	۱۳	۱۵	امکانات ازدواج فراهم شود	۰/۴۷
۶	مسافرت خانوادگی، زیارتی و اردویی	۴/۳۵	۱۶	امکانات بیشتر	۰/۹۴
۷	امکانات تفریحی	۴/۳۴	۱۷	زیارت و مراسم مذهبی	۱/۶۴
۸	کتابخانه	۱۷	۱۸	اردو	۱/۰۵
۹	تشکیل کلاس‌های هنری	۲/۷	۱۹	تهیه امکانات درمانی	۰/۸۲
۱۰	شغل مناسب	۵/۴۵	۲۰	اماکن مناسب	۱/۲۹

وقوع جنگ تحمیلی در چند سال گذشته بسیاری از مشکلات را بر جامعه تحمیل کرد. از جمله معضلاتی که بسیاری از اقشار جامعه را در بر دارد مشکل مالی است. در این راستا، جانبازان و معلولین

نیز از آثار زیانبار آن مصون نماندند. به همین لحاظ، ۵۷ درصد جامعه تحقیق از وضع مالی خود ناراحت و نگرانند و آن را با اولویت اول نام برده‌اند.

عدم تمکن مالی الگوی نحوه گذران اوقات فراغت را تغییر می‌دهد و در بسیاری از موارد موجب حذف آن از زندگی می‌گردد. چنانچه درصدد یافتن علل دیگر برآییم، به نظر می‌رسد میزان کمک دستگاه‌های ذریبط (بنیاد جانبازان و سازمان بهزیستی و ...) که در این خصوص مسئولیت مستقیم بر عهده دارند، کفایت نمی‌کند و نیاز به تجدید نظر اساسی دارد. شاید با توجه به امکانات عظیمی که در اختیار بخش‌های دولتی است، دستیابی به اماکن و وسایل خاص گذران اوقات فراغت با یک برنامه‌ریزی صحیح امکان‌پذیر گردد، به گونه‌ای که نیازی به صرف هزینه‌های هنگفت نداشته باشد.

اوقات فراغت را می‌توان به شکل نامناسب و با استفاده از روش‌های نامطلوب نیز سپری کرد. این تحقیق در پی علت‌یابی آن نیست، بلکه فقط می‌خواهد میزان شیوع این شیوه‌های ناپسند را مورد توجه قرار دهد. ائتلاف وقت این گوه‌گرانها در بین ۳۶ درصد از افراد مورد مطالعه مشاهده شده‌است. این امر می‌تواند پیامدهای سیاسی، اخلاقی، تربیتی و اقتصادی تأسّف باری داشته‌باشد. جنبه مثبت آن نیز واقعاً مهم است، اگر نیمی از جانبازان و معلولین گرانقدر به جای ائتلاف اوقات به تولید اقتصادی، رشد اخلاقی و فرهنگی، ارائه خدمات اجتماعی، سالم‌سازی جسمی و تفریح و سایر امور مفید بپردازند، نتیجه بسیار ارزشمندی خواهد داشت. کشیدن سیگار، این اعتیاد مجاز ولی مخالف علم و عقل، در میان حدود ۲۲ درصد از جانبازان و معلولین شیوع دارد. این امر زیان‌های جسمی و مالی دارد و قطعاً باید جایگزین مناسبی برای آن جستجو کرد.

## بحث و بررسی

در بخش قبلی تا حدودی در مورد نتایج تجزیه و تحلیل و بحث به عمل آمد. با توجه به تأکید این تحقیق بر تربیت بدنی و ورزش در گذران اوقات فراغت جانبازان و معلولین و در بخش حاضر یافته‌های مربوط به این موضوع به همراه نتایج مربوط به مشکلات روحی جامعه مورد مطالعه و تفاوت‌های موجود میان دیدگاه‌های جانبازان و معلولین به بحث گذاشته می‌شود.

محققان باور دارند که ورزش و شرکت در فعالیت‌های اوقات فراغت ممکن است نتایج سودمندی مانند ارتقای خود باوری و پذیرش اجتماعی برای معلولین داشته باشد. Hlemstette, Dattilo, 1994; Reynilds. (1992; Reynders & Staur, 1995; Smith, 1993); Peck,

(Giangreco, 1994; Lindstorm, 1993) اذعان داشته‌اند. هنگامی که حق انتخاب به جوانان معلول داده می‌شود، آنها می‌خواهند تا در ورزش‌ها و فعالیت‌های اوقات فراغت مدرسه‌شان و کمیته‌های مربوطه شرکت کنند، زیرا این گونه فعالیت‌ها و مشارکت‌ها موجب ارتقای درک پذیرش اجتماعی آنان می‌شود. Little (۱۹۹۰) نیز اظهار می‌دارد ورزش بدان سبب مورد توجه است که بر توانایی‌های افراد معلول تأکید می‌کند تا ناتوانایی‌های آنان و همین تأکید منجر به نتایج مثبت، حساس و عملی برای شرکت کنندگان می‌شود. Custer و Osguthorpe (۱۹۸۳) و Algercht و همکاران وی Walker و Levy در سال ۱۹۸۲ بیان داشته‌اند معلولینی که ورزش می‌کنند، موفق به کسب مهارت می‌شوند و احتمال پذیرش معلولین ماهر در فعالیت‌های گروهی هدفمند بسیار بیشتر از افرادی است که از این فعالیت‌ها دوری می‌جویند. همین‌طور Blinde & McClung (۱۹۹۶) در تحقیقی که پیرامون چگونگی ارتقای درک جسمانی بود نشان دادند که شرکت در فعالیت‌هایی چون اسب سواری، تنیس، پیاده‌روی، وزنه برداری و شنا موجب بروز تجربیات جدید از وضعیت بدن و افزایش اعتماد به نفس شرکت کنندگان می‌شود.

در راستای دستیابی به یک سیمای روشن از راه‌های مقابله با مشکلات روحی، رابطه میان مشکلات روحی و ورزشکار بودن یا نبودن جامعه مورد تحقیق مورد بررسی قرار گرفت. زمینه این مطالعه از آنجا ناشی می‌شود که نتایج تحقیقات انجام شده حاکی از آن است که تربیت بدنی و ورزش ابزاری توانمند در کاهش فشارهای روحی است. برای مثال، در تحقیقی که در زمینه مشکلات روانی و اجتماعی معلولین جسمی توسط Adedoja (۱۹۹۷) انجام شد، مشخص شد که نیم‌رخ روانی مشکلات معلولین ناشی از فقدان تحرک کافی، تصور ضعیف یا منفی از بدن (Body image) تأثیر مخرب معلولیت بر روی خودباوری، رشد جسمی و حس اجتماعی است. بر همین اساس، Adedoja دو دسته عملکرد برای تربیت بدنی معلولین برمی‌شمارد. نخست عملکردهایی که منجر به فراهم ساختن فرصت‌های مناسب برای یادگیری و مشارکت در فعالیت‌های مختلف جسمانی و ورزشی می‌شود و در مرحله بعد نتایجی که حاصل شرکت در فعالیت‌های موفق ورزشی است که از آن جمله ارتقای حس ارزشمند بودن خود است. این حس از طریق شرکت در فعالیت‌های موفق ورزشی جهت‌دار و هدفمند به دست می‌آید. در همین مورد Clarke در سال ۱۹۸۶ در مقاله‌ای تحت عنوان دور نمای ورزش معلولین در آینده می‌نویسد که ورزش برای افراد دارای ارزش می‌باشد و افراد معلول شایستگی آن را دارند تا از همان فرصت‌ها که به افراد سالم داده می‌شود بهره‌مند شوند تا هر چه بیشتر به ارزش‌های ورزش واقف

گردند.

با توجه به یافته‌های تحقیقات جاری که متفقاً به آثار مثبت ورزش و کاهش مشکلات روحی و جسمی اشاره دارند، برای شناسایی تفاوت میزان مشکلات روحی در میان ورزشکاران و غیرورزشکاران معلول و جانباز، آزمون  $K^2$  در سطح ۹۵ درصد اطمینان انجام شد. نتیجه بین آزمون نشان می‌دهد که میان جانبازان و معلولین ورزشکار و غیرورزشکار به لحاظ انتخاب "مشکل روحی" به مثابه یک "مانع گذران اوقات فراغت" تفاوت معنی‌داری وجود دارد. ارقام و نسبت‌های حاصله نشان می‌دهند که ورزشکاران با اکثریت قاطعی اظهار داشته‌اند که چنین مشکل و مانعی را ندارند؟ این نتیجه بیانگر آن است که ورزش می‌تواند علاوه بر تأثیرات جسمانی، تأثیرات روحی خاصی را نیز به ارمغان آورد. یافته‌های تحقیق حاضر نتایج به دست آمده توسط Blind & McClung (۱۹۹۶) را که بیانگر فواید سودمند شرکت معلولین در فعالیت‌های ورزش در اوقات فراغت است تأیید می‌کند.

پرداختن به ورزش یکی از شیوه‌های گذران اوقات فراغت است که بدون شک انتخاب آن از سوی جانباز یا معلول بنا به دلایل متفاوتی است. نتایج تحقیق Traser Goldenberg, Mushett, Wilihite (۱۹۹۷) بیانگر آن است که ورزش کردن سرگرمی محبوب یا فعالیت آرام بخش ۷۶ درصد دانش‌آموزان معلول است. جالب آن که از میان ۷۰۴ شرکت‌کننده معلول و غیرمعلول در این تحقیق، ۸۸/۴ درصد در فعالیت‌های ورزشی شرکت داشتند. از سوی دیگر دانش‌آموزان معلول بر این باور بودند که قطع کردن این گونه فعالیت‌های ورزشی موجب کاهش حس کنترل آنان بر اعمال خود و حتی تعمیم آن به سایر جنبه‌های زندگی می‌شود. جالب است که بدانیس یافته‌های سایر تحقیقات نیز Blind & Taub (۱۹۹۶)، Patric & Bignall (۱۹۸۴) تأکید بر آن دارند که شرکت در ورزش و فعالیت‌های جسمانی موجب ارتقای کیفیت‌های عملکرد معلولین می‌شود.

شاید یکی از دلایلی که موجب شده‌است تا پدیده‌ای به نام ورزش شمول و عمومیتی برخوردار شود که در بین بسیاری از افراد مقبولیت داشته باشد، محدود نشدن آن در مرزهای جغرافیایی باشد. با این وجود، یکی از سئوالات تحقیق حاضر، تأثیر زندگی در شهرهای مختلف ایران و پرداختن به ورزش بود. با بررسی‌های به عمل آمده و بر اساس نتایج حاصل از آزمون  $K^2$  مشاهده می‌شود که میان جانبازان و معلولین شهرستان‌های قم و شمیرانات از نظر پرداختن به ورزش تفاوتی وجود ندارد. در صورتی که با توجه به بافت مذهبی شهر قم و از سویی اختصاصات ویژه شمیرانات، بخصوص مجاورت آن با تهران، چنین به نظر می‌رسد که افراد شمیرانی باید استقبال بیشتری از ورزش کنند. حال آنکه نتایج، بیانگر

استقبال افراد جامعه تحقیق از ورزش است و این استقبال محدود به موقعیت‌های جغرافیایی نمی‌گردد. تحلیل این مسئله که توجه کمتر جانبازان و معلولین ورزشکار مورد پرسش در این تحقیق به تلویزیون مثبت است یا منفی، قدری دشوار است و بی‌تردید با عوامل دیگری در ارتباط است، ولی حداقل یک برداشت را می‌توان داشت، بدین معنی که یا جاذبه فعالیت‌های ورزشی برای افراد مورد مطالعه خیلی قوی است و یا اینکه برنامه‌های تلویزیون از جاذبه کافی نزد آنان برخوردار نیست. البته جاذبه ورزش در میان اقشار مختلف که مورد بررسی قرار گرفته‌اند، قبلاً نیز نشان داده شده است (۵ و ۴).

یکی از اندیشه‌های جاری این است که میان جانبازان و معلولین تفاوت‌هایی وجود دارد و جانبازان به دلیل برخورداری از پشتوانه‌های اعتقادی دیدگاه‌های مشترکی با معلولین ندارند و در نتیجه رفتارها و نیازهای اوقات فراغت آنان نیز متفاوت است. همچنین به دلیل اعتقاد به وجود تفاوت، این گونه به نظر می‌رسد که میان جانبازان و معلولین تفاوت‌های آشکاری در خصوص مشکلات روحی وجود دارد و اصولاً جانبازان از مشکلات روحی کمتری نسبت به معلولین برخوردارند. نتایج آزمون  $K^2$  بیانگر آن است که میان این دو گروه تفاوت معنی‌داری مشاهده نمی‌شود. به بیان دیگر مشکلات روحی هر دو قشر معلولین و جانبازان را در برمی‌گیرد و از این نظر باید مشکلات روحی را به عنوان یک مانع فراگیر و مشترک میان این دو قشر در گذراندن اوقات فراغت تلقی کرد که نیازمند توجه خاص می‌باشد. اگر چه ممکن است تنوع مشکلات روحی راه حل‌های متفاوتی را طلب کند که این امر مستلزم بررسی‌های بعدی است. برای مثال، یکی از مشکلات روحی که روند عادی زندگی معلولین و جانبازان را می‌تواند تحت تأثیر خود قرار دهد، طرز تفکر اطرافیان نسبت به این پدیده یعنی معلولیت است. زندگی در اجتماع ایجاب می‌کند که انسان درباره دیگران به قضاوت بنشیند و متقابلاً در انتظار ارزیابی اعمال خویش از دیدگاه دیگران نیز بماند. روابط اجتماعی نیز بر اساس همین قضاوت‌ها شکل می‌گیرد. بنابراین بسیار طبیعی است که طرز تفکر اطرافیان ما که سرچشمه ارزش‌گذاری آنهاست بسیار مهم تلقی شود. ایام فراغت نیز بخشی از زندگی هستند، بنابراین از چشمان ناظرین دور نخواهد ماند. در بررسی نظرات افراد مورد مطالعه این نکته آشکار می‌گردد که میزان قابل توجهی از آنان طرز تفکر اطرافیان خود را یک مشکل تلقی کرده‌اند که مانع گذراندن اوقات فراغت آنان است. در مرحله بعد، هنگامی که تفاوت میان جانبازان و معلولین را از نظر میزان رنج بردن از این گونه نگرش بررسی کردیم، نتایج آزمون  $K^2$  نشان داد که این مشکل یعنی طرز تفکر اطرافیان برای معلولین شدیدتر از جانبازان بوده است. از این رو اگر چه مشکلات روحی یک مشکل شایع در میان جامعه مورد نظر است، اما برخی از این مشکلات با

درجات متفاوتی از شدت و ضعف در این دو گروه نمایان می‌شود.

برای آشکار ساختن هر چه بیشتر اهمیت مشکلات روحی و تنوع راه‌های مقابله با آن، می‌توان به عامل عبادت اشاره کرد. می‌دانیم که یکی از راه‌های قابل توصیه برای مقابله با مشکلات روحی، پرداختن به عبادت است. اما به نظر می‌رسد که تأثیر استفاده از عبادت به عنوان یک روش مناسب برای افراد جامعه به ویژه افراد جامعه مورد مطالعه یکسان نیست، زیرا جانبازان بر اساس یک اعتقاد و ایمان پا به عرصه مبارزه گذاشته و بخشی از سرمایه وجودی خود را هدیه کرده‌اند، اما معلولین از هنگام تولد یا در اثر برخی شرایط ناخواسته بعد از تولد مبتلا به وضعیت‌های نابهنجار جسمانی شده‌اند. نتایج آزمون  $K^2$  در سطح ۹۹ درصد نشان می‌دهد میان معلول و جانباز بودن و گزینش عبادت به منزله یکی از راه‌های گذران اوقات فراغت تفاوت معنی‌داری به چشم می‌خورد. این تفاوت لزوم توجه هر چه بیشتر را به جانبازان در خصوص تقویت و اشاعه عبادت گوشزد می‌کند. در مقابل، یافتن سایر روش‌های مناسب برای مواجهه با مشکلات روحی به ویژه روش‌هایی که معلولین به آن علاقه‌مندند یک ضرورت غیرقابل آشکار است.

درباره وسعت و دامنه تأثیر تنگناهای مالی بر روی گذران اوقات فراغت، مرور اجمالی به عمل آمد. تأثیر منفی تنگناهای مالی برگذران اوقات فراغت که گاهی در قالب کمبود وسایل و اماکن ورزشی نیز ظاهر می‌شود، در تحقیقات دیگران نیز مورد توجه بوده است (۸ و ۷). حال از زاویه دیگری به آن توجه می‌کنیم. آیا جانبازان و معلولین نسبت به این مشکل از دیدگاه مشترک و یکسانی برخوردارند؟ پاسخ به این سؤال مستلزم توجه به دو نکته است: اول اینکه عموم افراد مورد مطالعه (چه جانباز و چه معلول) در اشاره به تنگناهای مالی به عنوان یک مشکل، اتفاق نظر دارند و آن را مانع گذران مطلوب اوقات فراغت می‌دانند، ولی نکته دیگر اینکه از نظر ارزیابی میزان تأثیر و کارایی این مانع در تخریب الگوی گذران ایام فراغت، بین جانبازان و معلولین تفاوت وجود دارد که این تفاوت معنی‌دار از طریق آزمون  $K^2$  و با ۹۵ درصد اطمینان آشکار می‌شود. جالب اینکه با مراجعه به نسبت‌های عددی مشاهده می‌شود که جانبازان بیش از معلولین از این معضل اظهار نارضایتی می‌کنند. بدیهی است تجزیه و تحلیل عمیق‌تر این دیدگاه مستلزم انجام تحقیقات ویژه‌ای است.

اینکه آیا مابین افراد معلول و جانباز از نظر پرداختن به ورزش به عنوان یکی از شیوه‌های گذران اوقات فراغت تفاوت معنی‌داری وجود دارد یا خیر، موجب شد تا اقدام به انجام آزمون  $K^2$  شود. نتیجه حاصل از این آزمون در سطح ۹۵ درصد از اطمینان آماری، حاکی از عدم تفاوت بود. به بیان دیگر، میان

جانبازان و معلولین تفاوت در گرایش به ورزش مشاهده نمی‌شود. این امر حکایت از ضرورت توسعه ورزش برای آحاد جانبازان و معلولین دارد.

## نتیجه‌گیری

- ۱- با توجه به حساسیت‌های خاص قشر مورد مطالعه و به ویژه جوان بودن اینان، باید گذراندن اوقات فراغت این گروه را بسیار با اهمیت و جدی تلقی کرد و این نکته را در نظر داشت که عدم توجه به آن عواقب فرهنگی - اجتماعی و انتقادی قابل توجهی را در بر خواهد داشت.
- ۲- کثرت ساعات فراغت جامعه تحقیق به حدی است که گذشتن از آن به سادگی میسر نیست. به نظر می‌رسد جانبازان و معلولین نسبت به کارایی روش موجود خوش‌بین نیستند و نسبت به اصلاح شرایط حاکم بر ایام فراغت خود در آینده نیز اطمینانی ندارند.
- ۳- تصویر به دست آمده از الگوی گذران اوقات فراغت جامعه مورد نظر لزوم تدوین یک برنامه جدید و تجدید نظر و بازنگری در برنامه‌های جاری را به منظور هماهنگی بیشتر ضروری جلوه می‌دهد.

## منابع و مأخذ

۱. اشرفی، منصور. "ارزش‌های ورزشی و ورزش"، انتشارات اداره کل تربیت‌بدنی وزارت آموزش و پرورش.
۲. "بررسی جایگاه تربیت‌بدنی و ورزش در گذران اوقات فراغت دانشجویان دختر دانشگاه تهران"، پایان‌نامه دوره کارشناسی ارشد، کتابخانه دانشکده تربیت‌بدنی دانشگاه تهران، ۱۳۷۷.
۳. "بررسی چگونگی گذران اوقات فراغت دانش‌آموزان بروجرد"، دانشکده علوم اجتماعی، دانشگاه علامه طباطبایی، ۱۳۵۶.
۴. "بررسی چگونگی گذران اوقات فراغت نوجوانان (دانش‌آموزان دبیرستان دخترانه صدیق اعلم)"، دانشکده علوم اجتماعی دانشگاه علامه طباطبایی، ۱۳۵۷.
۵. "تحقیقی در گذران اوقات فراغت دانشجویان دانشگاه تهران"، دانشکده علوم اجتماعی، ۱۳۴۶.
۶. "رابطه گذران اوقات فراغت با بزهکاری نوجوانان کانون اصلاح تربیت تهران"، دانشکده خدمات اجتماعی، ۱۳۵۷.

۷. صاحب الزمانی. "جوانی پررنج"، ص ۱۸۹.
۸. قراخانلو، رضا. "بررسی نحوه گذران اوقات فراغت دانش‌آموزان پسر دوره متوسطه تهرانی"، سازمان تربیت‌بدنی و جهاد دانشگاهی مرکز، ۱۳۶۷.
۹. نشریه فرهنگ و زندگی، شماره ۱۰، ۱۳۵۱.
۱۰. "نحوه گذران اوقات فراغت دانشجویان دانشگاه‌های کشور"، پایان‌نامه دوره دکترا، دانشکده تربیت‌بدنی و علوم ورزشی دانشگاه تهران، ۱۳۷۷.

11. Adedaja, T.A., "Psychological and Socia Problems of Physical Disability State of the Art and Relevance to Physical Education". In, Berridge, M.E. and Ward. G.R. (eds). International Perspectives on Adapted Physical Activity, Champaign, I11., Human Kinetics, c 1987, P. 25-31 Refs : 41.

12. Blinde, E.M., a Taub, D.E "Personal Empowement Through Sport and Physical Fitness Acitiviy : Perpectives from College Students with Physical and Sensory Disabilities". Manuscript Submitted for publication, Southern Illinios University at Carbondate, 1996.

13. Blinde. E.M., Mcclurg. L.R., "Enhancing the Physical and Social self Throught Recreation Activity: Accounts of individuals with Physical Disabilities". Adapted Physical Activity Quartery, 1997,(14), P. 327-344.

14. Clarke, K,S., "Perspectives for the Future of the Disabled in Sport", 1987. Adapted Physical Activity Quarterly (Chapmaign, I11), 1987. 3(2), P 152-155.

15. Dattilo, J. "Inclusive leisure Service : Responding to the Rights of People with Disabilites". State College. PA : Venture. Helmstetter, E. Peck, C.A., & Giangreco, M.F. (1994) "Outcmes of interactions with peers with moderate or devere Disabilities : A Statewide Survey of high School Students". Journal of the Association for Persons with Server Handicaps, 1994. (19), P 263-276.

16. David. C. Nieman : " Exercise . Infection and Immunity". Int. J. Sports Med. 1994, 15 : S131-S141.



17. Little, M.T. "Acceptance and Acces by Accentuation of Ability", In G. Foll-Tepper. C. Dahms, B. Doll, & H. Vonselza (Des), Adapted Physical Activity: An Interdicip, Inary Approach 1990, PP. 136-143. Berlin, Germany , Sppringer-Verlag.

18. Mitchell M. Kanter : "Free Radicals, Exercise and Autioxidant Supplementation". Int. J. Sports Nutrition, 1994, 4: 205-220.

19. Rynders, J. E., & Staure, N.A "Inclustionary community Leisure Services, In S. J. Schleien, L.H. Meyer. L. A. Heyne, & B. B Brandt, Lifelong Leisure Skills and Life Styles for Persons with Developmental Disabilities ,1995. PP 147-160. Baltimor : Brokes.

20. Smith, R.W. "Sport and Physical Activity for People with Physical Disabilities", Parks and Recreation 1993, 28(2) P 21-27.

21. Wilhite, B., Mushett, C.A., Goldenberg, I., Trader, B.R., "Promting Inclusive Sport and Leisure Participation: Evaluation of the Paralympic day in the Scool Model". Adapted Physical Activity Quarterly, 1997 .(14), P 131-146.