الترفيه ومجالاته في المجتمعات الإنسانية المعاصرة

د. زينب محمد زقزوق
استاذ علم الاجتماع-جامعة قاريونس

تعريف الترفيه:

اختلف الباحثون والمهتمون في تحديدهم لمفهوم الترفيه، فمنهم من يعرّفه على أنه نشاط، بينما يعرّفه آخرون على أنه انفعال عاطفي، أو ردّ فعل شخصي للنشاط، أو الحالة النفسية التي عليها الفرد قبل أو أثناء وبعد ممارسة نشاط بنّاء يمارسه الفرد بدافع من نفسه وغرض في ذاته، أي للترفيه بنفسه.

حيث إنه بهذا المعنى يتطابق مع معنى الترويح، فالترفيه لا يعني فقط اشتراك في المباريات، أو حفلة سمر، وإنما يعني كل نشاط حركي، أو انفعالي، أو عاطفي، أو عقلي، متعدد في أشكاله، وليس له حدود، فهو

يختلف أيضا عند الفرد نفسه من وقت لآخر[1].

والترفيه بالمفهوم الاجتماعي يعني: نظاما من أنظمة المؤسسات الاجتماعية الموجودة في المجتمع، يهدف هذا النظام إلى رعاية الفرد والأسرة، وحماية المجتمع، وذلك عن طريق توفير وسائل الترفيه وإمكاناته، بقصد المحافظة على صحة الفرد الجسمية والنفسية، وعلى سلامة المجتمع، والمساعدة على الإنتاج والتنمية، وشغل أوقات الفراغ بأنشطة تحقق المتعة والفائدة، وتجنّب الأفراد والأسر مواطن الضياع والمشاكل النفسية والاجتماعية والصحية، ويتفق قاموس «ويبستر» مع إطار هذا المفهوم، حيث يحدده على أنه إنعاش للجسم والعقل بعد الفراغ من أوقات العمل، عن طريق اللعب والتسلية والاسترخاء والاستجمام.

انطلاقا من هذا التعريف نستطيع أن نقول إن الترفيه هو شعور قبل أن يكون نشاطًا، وهذا الشعور يعمل على تحديد الحالة العامة للفرد، سواء كانت جسمية أو عقلية أو اجتماعية أو وجدانية، وذلك بعد تمام مقابلة الحاجات الأساسية والمادية للفرد.

من هنا يمكننا أن نتعامل مع مفهوم الترفيه على أنه اتجاه وطريقة حياة، التي تؤدي بدورها إلى تنمية الشخص بشكل متّزن ومتكامل، ذلك على اعتبار أن الأنشطة الترفيهية هي أنشطة توفر الفرص للتعبير الابتكاري الوجداني للإنسان، فهي تلك الأنشطة التي تحقق وتقابل الحاجة والدافع للحركة، التي هي كامنة في التكوين الطبيعي للإنسان.

---

1) تهاني عبد السلام: الشباب والترويح والحياة، مكتبة الأنجلو المصرية، بدون تاريخ، ص 44-45.

هدف الترفيه وأهميته:

يتفق السواد الأعظم من الباحثين والمهتمين على أن الترفيه يهدف إلى السعادة الشخصية، وتجديد الحالة النفسية، وهو نشاط اختياري، وهدفه الأساسي هو السعادة الشخصية، يمارسه الفرد في وقت فراغه وبدافع شخصي، وهو، أي الترفيه، نشاط بنّاء يتوفر فيه الفرص للفرد للتعبير عن نفسه، والتجديد والخلق والإبداع الابتكاري.

ففي النشاط الترفيهي يعبر الفرد عن مشاعره وأحاسيسه، وينمّي ملَكَاته، ويبتكر ويتفهم وينتج وتنطلق طاقاته، وتظهر مواهبه، وتنمو معلوماته، وتتأثر اتجاهاته، ويتغير سلوكه في اتجاه سليم، وهذا في ذاته هدف التربية الترفيهية.

وهناك من الباحثين الذين يذهبون — في أهمية الترفيه — إلى أبعد من ذلك، حيث يرون في النشاط الترفيهي بأنه يوفر الفرص لتحقيق مطالبنا في الحياة، فإلى جانب معرفة الإنسان وتفهمه لنفسه، فإنه يطلب الصحة، سواء الصحة الجسمية، أو العقلية، أو الوجدانية، أو الاجتماعية، كذلك يوفر النشاطُ الترفيهيُّ الفرصَ للتعبير عن النفس والتذوق لمختلف الفنون، وتذوّق الطبيعة، ويعمل ذلك على تحسين الصحة النفسية.

وأثناء ممارسة الفرد لمختلف أنواع الأنشطة الترفيهية تتوفر الفرص للتعليم، فالنشاط الترفيهي طريق لتربية الفرد من الناحية البدنية والعقلية والاجتماعية والوجدانية والفنية، حيث يكتسب الفرد معلومات وخبرات ومهارات في هذا المجال، ويساعد في تكوين اتجاهات معيّنة بغرض التأثير الطيب في سلوك الفرد.

بالإضافة إلى ذلك فالترفيه هو صمّام الأمان، والمصل الواقي – كما يقال – من الملل والضيق، والطريق نحو شعور الفرد بالسعادة والغبطة، فهو الوسيلة الوحيدة – كما تقول الدكتورة «هماني عبد السلام»، في كتاب «الشباب والترويح والحياة»-: «التي يهرب بها الإنسان من مشاكله وحياته الروتينية، وفي نفس الوقت فهروبه منها مؤقت ليعود إليها ثانية، ولكن يعود الفرد في هذه الحالة وهو سعيد لعودته إلى الحياة العادية وإلى عمله أكثر نشاطًا وحيوية وإنتاجًا»[2].

والشعور بالغبطة والحيوية والسعادة التي تغمر النفس قبل وبعد ممارسة الفرد لنشاط ترفيهي تبعًا لرغبته، يعطي الحياة طعمًا، ويحفظ للفرد شبابه.

خصائص النشاط الترفيهي:

1) أن يتم في وقت غير وقت العمل الروتيني.
2) يعتمد الترفيه أساسًا على الدافع لتأديته، وهو الشعور بالسعادة الشخصية.
3) يتوفر في النشاط الترفيهي الحرية الشخصية في الاختيار، فهو نشاط من أهم خصائصه حرية اختيار نوعيته أو مجاله.
4) النشاط الترفيهي نشاط ينبغي أن يؤديه جميع أفراد المجتمع على مختلف أعمارهم وأجناسهم ومستواهم الاقتصادي والاجتماعي والعلمي والمهني ... إلخ.
5) النشاط الترفيهي نشاط هادف، وغرضه في ذاته، وليس لقيمته المادية،

2) د. هماني عبد السلام، نفس المرجع، ص 44-52.

فقد يصرف الفرد مبالغ كبيرة من المال لممارسة نشاط ترفيهي، مثل حضور سهرة غنائية معينة، أو الذهاب في رحلة سياحية، أو شراء أداة ترفيهية، أو لعبة معيّنة، أو قد لا يتكلف شيئا على الإطلاق، مثل ملاحظته شروق الشمس وغروبها، وتذوّق جمال الطبيعة.

6) يتميّز الترفيه بخاصية فرصة تدريب الفرد على معرفة الحياة وفهمها، وعلى التفكير وممارسة القدرة على أخذ القرارات، والحكم السليم المناسب في الوقت المناسب، على سبيل المثال عندما يأخذ الوالدَيْن طفلهما إلى أحد مراكز الترفيه ليشتري أو يقتني لعبة مّا، فيحاول الطفل أن يختار لعبة مّا يميل إليها لسبب من الأسباب، إمّا لشكلها أو لونها أو وظيفتها، أو لمحاكاة أحد زملائه ... إلخ

ويبدأ التحاور مع والديه حول هذه اللعبة، من حيث إمكانية اقتنائها، ومناسبتها له (الطفل) ولظروفه مثلا، إذا كانت هذه اللعبة لعبة كبيرة وليس هناك متسع في بيتهم.

وإذا كانت لعبة كهربائية وليس هناك استعداد في البيت لاستقبالها، أو أنها تحتاج إلى أكثر من طفل للعب بها، ولا يوجد في البيت أحد غيره، أو العكس، أو يتحدث مع والديه (الطفل) حول غلاء هذه اللعبة وهما لا يستطيعان دفع ثمنها، أو أنها لعبة لا تتناسب مع المناسبة التي يحاول اقتناءها من أجلها، أو أشياء أخرى، مثلا يتحدث الوالدين مع طفلهما حول صلاحية هذه اللعبة من عدمه لظروف الطفل والأسرة معا.

إذن نستطلع من هذه التجربة محاولة الوالدين إطلاع الطفل بطريقة

غير مباشرة، وبطريقة تربوية حول خبراتهم في الحياة، وينقلها الوالدين له عبر هذه التجربة، حيث تساهم هذه العملية، التي يعتبرها البعض بسيطة كأداة من أدوات التربية، التي تعلمه كيفية التعامل مع الواقع الذي من حوله.

7) ومن خصائص الترفيه أيضا أنه يساعد الإنسان على اكتشاف ومعرفة كيفية الاستفادة من مواهبه ومميزاته ومهاراته، لجلب الرضا والسعادة النفسية لنفسه.

8) النشاط الترفيهي هو النشاط الوحيد الذي يوجه الاهتمام نحو التوازن بين المظاهر الأساسية الأربعة عند الإنسان، وهي: تكامل الجسم، والرُّوح، والنفس (أي الناحية الاجتماعية)، والعقل.

الترفيه ووقت الفراغ:

حاول الكثير من الباحثين والمهتمين بدراسة الترفيه أو الترويح — الربط بين الترفيه ووقت الفراغ، حيث اعتبر البعض منهم الترفيه علاج لوقت الفراغ، أي الطريقة الوحيدة التي تشغل الناس في أوقات فراغهم.

هذا وبالرغم من أنه يمكن أن تكون هذه الحقيقة صحيحة، فإنني أميل إلى اعتبار أن الترفيه حاجة من حاجات الإنسان الضرورية، فإذا كان الغذاء هدفه تنمية الجسم، فإن الترفيه يعمل على تنمية الوجدان والعقل والجسم معًا، بالإضافة إلى أنه يعطي الإنسان فرصة أشمل للتفاعل وتبادل المعرفة مع غيره من الناس، والتعرّف على خبرات الثقافة الإنسانية وإنتاجها، وذلك نتيجة تعامل الفرد مع مراكز الترفيه في المجتمع.

حقيقة إن لكل إنسان وفرد دوافع ورغبات يحتاج إلى التعبير عنها وإشباعها، فهي جزء أساسي من شخصيته، والنشاط الترفيهي هو الأداة أو

العامل الوحيد الذي يعمل على سدِّ حاجات الإنسان الانفعالية والإبداعية، والتعبير عن دوافعه ورغباته، في صورة هوايات وأعمال يدوية وفكرية وجسمية، ومناشط اجتماعية مفيدة ومرضية للفرد والجماعة.

هذا وبالرغم من أن البعض يميل إلى تحديد وقت الفراغ على أنه الوقت الحر الذي يتحرر فيه الفرد من المهام الملزم بأدائها بشكل مباشر أو غير مباشر، ويتجه بإرادته إلى ممارسة نشاطات أخرى مرغوب فيها وترضي ميولاً، وتضفي على حياته تنوعًا، وتجعل لها معنى، وتجلب في النهاية السعادة والسرور[3].

إن وقت الفراغ هو عدد الساعات والدقائق الزائدة على الزمن اللازم للقيام بأعمال اليوم الرتيبة، المطلوب من كل فرد القيام بها، فوقت الفراغ عند الكبار يتمثل في الساعات التي تتوفر لديهم خارج العمل أو المصنع أو المنشأة ...إلخ، التي يتمكنون فيها من القيام بما يرغبون فيه ويميلون إليه، أما وقت الفراغ للطالب فهو المدة التي تبقى له بعد انتهاء اليوم المدرسي، والقيام بأداء الواجبات المدرسية والمنْزلية وتناول الطعام[3]، ووقت الفراغ عند ربة البيت هو المدة التي تبقى لها بعد الانتهاء من الأعمال المنْزلية، مثل الطبخ وغسل الملابس والأواني، ورعاية الأطفال، وما شابه ذلك.

بدأ الاهتمام بوقت الفراغ من بعض العلماء نتيجة لأنه الوقت الذي يستطيع به الإنسان ممارسة الترفيه، خاصة بعد أن أصبح في المجتمعات المعاصرة حدٌّ قاطع بين وقت الفراغ من ناحية، ووقت العمل، أي ما يُسمَّى

---

3) د. عبد المنعم محمد بدر: مشكلاتنا الاجتماعية، مشكلة أوقات الفراغ، اتجاهات الترويح، المكتب الجامعي الحديث 1985، ص 43.

بوقت الفراغ، وعلى هذا الأساس فإن وقت الفراغ في حياة الشباب – مثلا – لا يقل أهمية عن أوقات العمل والدراسة، والترفيه أصبح عاملا من عوامل شغل وقت الفراغ لدى الشباب.

ومن هنا فإن الاهتمام الكبير من قِبَل مؤسسات المجتمع لتوفير أدوات الترفيه، مما يؤدي إلى إدماج الشباب في المجتمع، من أجل إعداد تنمية المواهب الفنية والأدبية والرياضية والعقلية.

ومن هنا أصبح وقت الفراغ وسيلة هامة للتنفيس عن انفعالات المراهق، وخصوصًا في حالة توفير مراكز الترفيه المنظمة؛ من نوادٍ ومكتبات ومتاحف وغيرها، وينبه الكثير من الباحثين إلى خطورة مشاكل وقت الفراغ، على أساس أنها ظاهرة من ظواهر حياة المجتمعات الإنسانية المعاصرة، حيث ينبغي الحدّ من خطورتها، عن طريق وسائل الترفيه في المجتمع.

يقول أحد الباحثين في هذا الشأن: إن مشكلة وقت الفراغ — سواء رضينا أم لم نرض — وفي مجتمعنا الإنساني اليوم اندفاع الشباب، وملل الكبار، ويأس الشيوخ، وضجر النساء، والحوادث المختلفة من سرقة ونَهْب واعتداء، وعدم الاستقرار العاطفي، وضعف المستوى الصحي ...إلخ.

وكل هذه العوامل تدعونا إلى ضرورة النظر إلى:

1) ارتباط أوقات الفراغ بالتقدم العلمي في مجال التكنولوجيا الصناعية وبين أداء العمل، فالمكسب الذي يتحقق في العمل ينعكس مباشرة على أوقات الفراغ، وإن التقدم الصناعي بدوره مرتبط بارتفاع مستوى المعيشة.

2) يؤدّي التقدّم الطبّي – شأنه شأن التقدم الصناعي التكنولوجي – إلى زيادة أوقات الفراغ.

3) من المشكلات المتصلة بأوقات الفراغ وأكثرها حدَّة هو المَلَلُ، وهناك حكمة وهي «أن تشعر بالملل هو أن تَقْبَل الموت»، ولكن ما يجب أن نعمله هو الترشيد بكيفية استثمار الوقت بوصفه علاجا ناجحًا للملل.

ويرى د. أحمد ظاهر مشكلة أوقات الفراغ على أنها قضية تعاني منها المجتمعات النامية، وفئة الشباب هي أكثر الفئات تضررا من مشكلة أوقات الفراغ، فما ينتج عنها من مشاكل اجتماعية قد يؤدي بعضها إلى الانحراف والشذوذ.

ويؤدي وقت الفراغ الذي لا يُستَغَلّ بوجه صحيح إلى انخفاض المستوى الحضاري والفكري للمجتمع[4].

من خلال ما تقدم نجد أن هناك فارقًا كبيرًا بين وقت الفراغ وبين الترفيه، فالأول معناه الوقت الذي يكون الفرد حرًّا فيه بعد قيامه بأعباء اليوم المطلوبة، وهو وقت الاختيار، يتمتع فيه الفرد بحرية اختيار نوع النشاط الذي يرغب في ممارسته، فقد يقضيه في محادثات هاتفية مع غيره، أو في الغيبة والنميمة، أو في الاسترخاء وعدم القيام بأي عمل من الأعمال.

أما الترفيه فهو الطريقة الإيجابية لقضاء وقت الفراغ، فالترفيه يتمثل في القيام ببعض الأعمال التي تنمّي المهارات، أو التعرّف على أفراد جدد، أو

4) د. أحمد الظاهر: الشباب العربي، دراسة ميدانية لنموذج من شباب الأردن، مجلة المستقبل العربي، مركز دراسات الوحدة العربية، 1986، العدد 91.

تعلّم أشياء جديدة، ومنا هنا تدخل الهوايات والألعاب والفنون والأشغال اليدوية وغيرها من وسائل التسلية تحت كلمة الترفيه.

فالترفيه شيء فردي ذاتي، حيث إنه الفارق بين النشاط أو العمل، واللعب إنما هو في الكيفية التي ينظر بها المرء إلى نفسه وإلى النشاط الذي يقوم به، وليس في النشاط ذاته.

فالطبيب يلعب عندما يقوم بنشاط التصوير، والمصوّر يلعب عندما يمارس هوايته في اللعب على جهاز الحاسب الآلي، وهكذا.

وعموما فإن الشيء الذي ينبغي على المربّين وأولياء الأمور والمسؤولين عن مؤسسات الترفيه في المجتمع معرفته — هو أن يتوفّر للإنسان في عالمنا الآن فائض من الوقت (وقت اختياري)، أي وقت فراغ، يفعل فيه الفرد ما يشاء، فهل يمكن أن يمثّل هذا الوقت نعمة أم نقمة ؟

علينا إذًا مهمة مساعدة الأفراد أن يجعلوا من حياتهم أكثر رِضًى، وأن يتمتعوا بوجود أفضل، فإن مهنة الترفيه هي المهنة الوحيدة في العالم التي تهدف أولاً وأخيرًا إلى إسعاد الآخرين، وذلك في توصيلهم إلى معرفة الطريقة لإسعاد أنفسهم، وإسعاد من حولهم من الناس.

مجالات الترفيه في المجتمعات الإنسانية المعاصرة:

يختلف المهتمون والباحثون في تقسيم مجالات الترفيه، ولكنني سأحاول هنا أن أقسّم مجالات الترفيه من حيث:

1- نوع الترفيه.
2- تنظيم الترفيه.
3- نشاط الترفيه.

أولا: نوع الترفيه:

حاول المهتمون تقسيم مجالات الترفيه من حيث النوع إلى: ترفيه سلبي، وإيجابي، أو مفيد وغير مفيد، وذلك على أساس أن الترفيه الإيجابي يعني الاندماج في الأنشطة بطريقة فعّالة وابتكارية مفيدة، وأمّا الترفيه السلبي يعني التوقف والمشاهدة والاستقبال، دون المشاركة، وهنا ينبغي لفت النظر إلى تحديد أيّ نشاط ترفيهيّ على أنه نشاط سلبي أو إيجابي، شيء نسبي، ويعتمد بالدرجة الأولى على نظرة الفرد لهذا النشاط في حد ذاته، نظرًا لاعتبارات اجتماعية وثقافية وزمنية ومكانية وغيرها، بعيدة كل البعد عن المعايير العلمية، فمثلا بالرغم من أن اللعب هو وسيلة الطفل إلى التعلم وإلى إجراء التجارب، واختبار قواه الذاتية، وإلى تفهم كلٍّ من حوله في البيئة الاجتماعية والطبيعية التي يعيش فيها، فإنه يعتبر هذا اللعب سلبيا أحيانا (طبعا للآباء والأمهات أو الكبار عمومًا) إذا حاول هذا الطفل اكتشاف بناء هذه اللعبة عن طريق فكّها بطريقة الكسر، حيث يصعب بعد ذلك إعادة بنائها، فيخضع الطفل لأساليب من التوبيخ والتجريح، أو ربما الضرب، أو التهديد بألا يكرر هذا السلوك، بالرغم من أن الكبار يعرفون أن أهم درس يتعلمه الطفل هو عن طريق اللعب، حيث يتعلم عن طريق اللعب القدرةَ على التنسيق، باستخدام حواسه وعضلاته معًا، لتحقيق هدفٍ واحد وهو التعرّف على شكل اللعبة.

وعليه ينبغي علينا نحن الكبار أن لا ننظر إلى الترفيه على أنه سلبي أو إيجابي، بقدر ما ننظر إليه أنه الطريقة للحياة، وأنه شيء هام للصغار وأيضا للكبار، وجديرٌ بعناية المَنْزل والمدرسة والمؤسسات الترفيهية في المجتمع، وفي

مقدور كلِّ أبٍ أو أمٍّ أو مدرِّسٍ وغيرهم أن يتعلم الكثير عن اللعب إذا هو اهتم بمراقبة الطفل دون محاولة التدخل في حركاته، فالطفل عندما يتم عامه الأول يضرب بلعبه ليحدث أصواتا عالية، ويجمع كتل الخشب ويضع بعضها فوق بعض، مثلا، ثم يدفعها فتقع على الأرض، وتتناثر هنا وهناك، ويكبر الطفل شيئا فشيئا، فيزداد مهارة في حركاته، ويصبح قادرًا على ترتيب الكتل الخشبية إلى ارتفاع أعلى وبأشكال مختلفة، بشكل مقصود وهادف.

وهكذا تبين أن اللعب وسيلة للتعلم، فيه يكتسب المهارة واستعمال قدراته، فالطفل الصغير الذي ينجح في وضع كتلة الخشب الأخيرة فوق الشكل الذي بناه من قطع الخشب، تظهر عليه معالم الفرح والسعادة، لنجاحه في التجربة، وعليه فالترفيه عن طريق اللعب ضروري لتنمية حواس الأطفال، وعلينا تدريب حواس الطفل عن طريق اللعب، كيف يستمتع بألوان ويميّز أشكالها، وأن يرسم ولو بطريقة بدائية، وأن يصنع نماذج للأشياء من قطع ملوّنة، كما علينا أن نساعده على أن يدرك الفروق بين ملمس الأشياء المختلفة[5]، وقد أكد هذه الحقيقة الكثير من علماء التربية، بالإضافة إلى منظمة اليونسكو[6].

---

5) د. ماري ماككني: ألعاب البيت، أدوات اللعب للطفل ما قبل المدرسة، تعريب محمد محمد الزلباني، مكتبة الولايات المتحدة للاستعمالات والتبادل التربوي، القاهرة، 1952، ص 12، 13.

6) - كاميليا عبد الفتاح: العلاج النفسي الجماعي عند الأطفال باستخدام اللعب، القاهرة، النهضة المصرية، 1975.
- أحمد أبو العباس: الألعاب الحسابية، دار النهضة العربية، القاهرة، 1962.

ثانيا: مجالات الترفيه من حيث التنظيم:

تنقسم مجالات الترفيه من حيث التنظيم إلى:

1) ترفيه مبرمج:

أي الترفيه الذي يتكوّن من مجموعة نشاطات، الترفيه الذي يتجه إلى تحقيق أهداف سلوكية موضوعية ترتبط بفلسفة خطة معيّنة، بهدف الوصول إلى تحقيق أهداف تعليمية أو تربوية أو تدريبية أو ابتكارية أو علاجية ...إلخ

ومثال ذلك إقامة تظاهرات ثقافية ومهرجانات غنائية، أو حفلات السَّمَر، أو المعارض، أو تكوين فرق للألعاب، أو تنظيم المسابقات، مما يحتاج إلى تنظيم عملية الاستعداد، بما فيها من تدريب وتمرين، وإعداد التجهيزات، وتحديد الوقت، ووضع شروط الأداء، وتحديد مستويات النشاط، الذي ينقسم بدوره إلى:

أ- الترفيه المبرمج لخدمة الأغراض التربوية والتعليمية، وتكون برمجة هذا الترفيه في اتجاهين: أحدهما: الترفيه عن النفس، والآخر: اكتساب معلومات جديدة، أو تنمية مهارات أو استخدام خبرات.

ب- الترفيه المبرمج لنشاط حر، الذي يخضع كله لميول الممارس واتجاهاته وقدراته، ومستوى مهاراته، ويعمل هذا النشاط على خدمة حاجات الفرد بشكل مباشر، إذا ما تم في الإطار الاجتماعي المتفق عليه.

Almy. H. Young Children's Thinking N. Y. Teachers College – Columbia Uniri. 1966.

2) الترفيه غير المبرمج:

هو مجموعة النشاطات غير المبرمجة، التي لا ترتبط بتحقيق أهداف محدودة سبق التخطيط والإعداد لها، وغالبا ما تحدث بطريقة عفوية، ووفقا للظروف الحاضرة، وقد يكون مثل هذا النشاط تقليديًّا أو ابتكاريًّا في مظهره، إلا أن أهم ما يميزه هو أنه وليد وقته، ويتسم بالطابع العفويّ، بلا سابق إعداد أو تفكير[7].

مجالات الترفيه من حيث النشاط:

هناك تداخل في أوجه النشاط الترفيهي، مما يصعب حصرها وتحديدها، فقد قسّم بعض المهتمين في هذا الميدان النشاطَ الترفيهي إلى: نشاط رياضي، وآخر اجتماعي وفني وثقافي، وقد وجد آخرون أن هذا التقسيم محدود، فمثلا عند ممارسة نشاط رياضي يكون هناك أيضا نشاط اجتماعي، وعند ممارسة نشاط ثقافي يتداخل فيه النشاط الاجتماعي والنشاط الفني، وهكذا، وعلى العموم سنركز في هذه المقالة على الأنشطة الترفيهية التي يمكننا تطويرها في المجتمع العربي الليبي، وذلك مثلا:

- الفنون اليدوية:

إن رغبة الإنسان للتعبير عن نفسه بطريقة مبتكرة، واستخدامه المهارات اليدوية في تشكيل النماذج، من الصلصال، والخشب، وأوراق الشجر، ونسيج السجاد، وأشغال الكانفاه، وغيرها.

---

7) صندوق الضمان الاجتماعي، سلسلة الدراسات الاجتماعية، محاضرات الدورة التدريبية للعاملين في مجال تربية وتوجيه الأحداث، الكتاب الأول، الدار الجماهيرية للنشر والتوزيع والإعلان، 1988، ص 116-119.

إن مجال الفنون اليدوية مجال غير محدود، وهو واسع باتساع المواد الممكن استخدامها، وباتساع خيال الأفراد ومعلوماتهم للعمليات المتعددة، وخصائص هذه المواد التي يستخدمها الأفراد.

والفنون اليدوية بصورة عامة تتفق وكل الناس على اختلاف أعمارهم ومستواهم ورغباتهم وقدراتهم، وتتنوع المشروعات اليدوية، من أبسطها مثلا قص ورق ملوّن لطفل في الثالثة إلى الرابعة، إلى الرسم الابتكاري بالزيت للوحة، لهاوي رسم ناجح.

مميزات الفنون اليدوية:

للفنون اليدوية مميزات عديدة منها:

1- يعمل هذا المجال من النشاط على إشباع الرغبة في الابتكار والخلق والتعبير عن النفس.

2- تعتبر وسيلة إيجابية لبناء الشخصية المفيدة للابتكار، ولعمل يدوي بمواد معيّنة، يمثل الناتج للطفل أو للفرد الإحساس بالقدرة على أداء وإنجاز عمل مّا.

3- يساعد على تنمية الإحساس بالجمال وتقديره.

4- يوفر للفرد الشعور بالسعادة والغبطة والفخر لتحقيق عمل ما.

ثانيا: الأنشطة المتعلقة بالمتاحف والمهرجانات والمعارض الفنية:

تعطي المناسباتُ الخاصة بالمعارض والمتاحف والمهرجانات الفنية الناسَ فرصة الاطلاع على إنتاج الأسلاف، من ثقافة وفنون، وكذلك فرصة عرض أعمالهم، لأخذ التقدير المعنوي الذي يرفع من روحهم المعنوية.

وتعتبر المكتبات والأندية والمتاحف ومراكز الترفيه والقاعات الثقافية أنسب الأماكن لإقامة العروض الفنية، والمهرجانات بمختلف نشاطها.

ثالثا: الأنشطة العقلية والألعاب الفكرية:

مثل ألعاب الشطرنج، والحاسب الآلي وغيرهما من الألعاب، التي تعتبر ضمن الألعاب العقلية الفكرية.

رابعا: الأنشطة الموسيقية:

الموسيقى لغة عالمية من قديم الأزل، كما أنها تعمل على انسجام الروح، سواء كانت الموسيقى أو الأداء، الموسيقى في جماعة أو فردية، فهي تسعد المستمعين تماما، كما تسعد اللاعبين على الآلات الموسيقية، إن شعور الطفل بالمتعة عند الضغط على أصابع آلة البيانو لعمل نغمة مّا، والمراهق يستمتع باللعب على «جيتاره» سواءٌ للاستمتاع الشخصي أو لجذب انتباه من حوله، ففي كلتا الحالتين يخدم هذا المجال هدف من أهداف الترفيه.

نجد أيضا أن بعض الموسيقيين المحترفين يلعبون على آلاتهم الموسيقية في وقت فراغهم كنشاط ترفيهي، والآلات الموسيقية من أبسطها الصفارة الخشبية، إلى أعقدها تركيبًا وأغلاها ثمنا – توفّر الفرص الابتكارية الترفيهية للأفراد الذين يستخدمونها.

مميزات الموسيقى بوصفها نشاطا ترفيهيا:

1- تتيح الفرص للتعبير عن الأحاسيس والعواطف.

2- يمكن للفرد ممارستها في أي فترة من العمر، ومدى الحياة، سواء أكان لاعبا لآلة معينة أم مستمعا.

3- تنمي الذوق الموسيقي، وتنمي الذوق الجماعي.

خامسا: الرياضيات والألعاب:

الأنشطة الترفيهية أنشطة عالمية قديمة، فيمكننا أن نتابع معظم الرياضيات والألعاب إلى الحضارات القديمة، حيث تطورت اتساعًا وتنوعًا، تبعًا لتطور الشعوب.

مميزات الأنشطة الرياضية والألعاب:

1- تساعد على بناء الجسم السليم، واللياقة البدنية عموما.

2- توفر الفرص للمنافسة والتنفيس، خصوصا خلال المنافسة، حيث توفر مجالا صحيًّا للتنفيس عن الرغبات العدوانية للاعبين، فالنشاط الترفيهي الرياضي يوفر الفرص للخلاص من الضغط العصبي الذي يعاني منه البعض في إطار الحياة المعاصرة، هذا بالإضافة إلى ما تحدثه ممارسة الأنشطة الرياضية من متعة للروح والنفس.

سادسا: أنشطة اللعب:

لقد وُجِدَتْ محاولات عديدة لتعريف اللعب ولشرح أسبابه ونظرياته ومناهجه العلمية والتربوية، تمامًا كما تعددت نظريات وتعريفات الترفيه، وفي الحقيقة إن الحدّ الفاصل بين اللعب والترفيه بسيط جدًّا، وعلى أية حال فقد وُصِف اللعب بأنه تعبير تلقائي حر، يتسم بالسعادة بمن يمارسه، سواء للطفل أو المراهق، أو الشباب أو الشيوخ، أيْ لمختلف الأعمار، واللعب بمختلف الألعاب، وحسب رغبة الأفراد.

مميزات اللعب:

للعب مميزات عدة يصعب حصرها وتذكرها، منها:

1- يعبر اللعب عند الإنسان عن الشعور بالسرور والعاطفة.

2- اللعب ظاهرة ملحوظة في كيان الإنسان، غرضها الأخير في ذاتها.

3- يعتبر اللعب من خصائص الترفيه عند الإنسان.

4- يساعد اللعب في التعرف على الذات، وبناء الإنسان من الناحية النفسية والوجدانية والاجتماعية.

سابعا: أنشطة الرحلات:

ومنها الرحلات في الخلاء، التي تعمل على الاستمتاع وفهم الطبيعة وكل ما يتعلق بأنشطة الخلاء، من صيد الطيور والحيوانات، إلى نشاط المعسكرات، وكذا تجميع الأصداف المختلفة من الشواطئ، والرحلات البحرية.

وتتنوع هذه الرحلات حسب الغرض من الرحلة، سواء كان تحديد أنواع الأشجار والنباتات، أو استطلاع كهف مّا، أو ملاحظة النجوم أو الطيور، أو تحديد الأزهار وتسميتها أو جمعها.

مميزات الرحلات:

1- يوفر نشاط الرحلات التعرف على الطبيعة، والبعد عن الضوضاء ومشاكل المدينة والحياة الحديثة، والشعور بالراحة والهدوء.

2- يمكن الفرد أن يمارس أوجه النشاط في الخلاء في أي فترة من

فترات حياته، ويتنوع نشاط الخلاء تنوّعًا كبيرا بوصفه نشاطا ترفيهيا، كالمشاركة الفعلية في فريق للعبة مّا، أو مشاهدة شروق الشمس أو غروبها، أو نشاط المعسكرات، أو المشي، أو قضاء يوم على الشاطئ ...إلخ.

3- توفر الحياة في الخلاء تنمية الشخصية، والاعتماد على النفس، وكفاءات أخرى تساعد الفرد في حياته.

4- تتطلب معظم أنشطة الخلاء فهم الطبيعة ودراستها، وطبيعة اعتماد الإنسان على الطبيعة، وتنمّي القدرة على التذوق الجمالي للطبيعة، والاستخدام المناسب لمصادر الطبيعة.

ثامنا: الأنشطة الترفيهية المتعلقة بالهوايات:

يمكن تعريف الهواية بأنها نشاط يؤديه الفرد في وقت فراغه برغبة، وعادةً ما تنمو مهارة الفرد لممارسة هذه الهواية على مدى السنوات، فالهواة متنوّعون؛ من هاوٍ يلبس طقم الغطس، وآخر يجمع طوابع البريد، أو طفل يجمع صورًا لحيوان مفضل، أو هاوٍ آخر يلعب على الآلة الموسيقية، أو هاوي تصوير، أو جَمْع الأصداف، أو الرسم، أو الكتابة، أو قراءة القصص، أو الشعر القديم، أو صنع الأواني الفخارية، أو النسيج، أو أشغال «التريكو»، أو صنع الملابس والعرائس للأطفال، وغيرها.

مميزات نشاطات الهواة:

1- يجد الهواة في الهواية التي يمارسونها مجالاً لتنمية شخصياتهم، فعند ممارسة هواية مّا فإنها تعطي شعورًا بالاستمتاع والغبطة والسعادة، وبخاصة عند الأطفال والمسنين والأفراد غير الاجتماعيين.

2- غالبا ما تكون ممارسة الهواية عند الصغير مهنته عند الكبَر.

3- على العموم تعتمد ميزة الهواية على نوعيتها ومجال نشاطها.

تاسعا: النشاط الترفيهي الجماعي:

إن الترفيه الجماعي ليس بحديث، فهو قديم قِدَم البشرية، إذا اجتمع شخصان أو أكثر فهناك احتمال لموقف ترفيهي جماعي، حيث يسود التعارف والمناقشات وتكوين الصداقات.

والترفيه الجماعي يشمل تقريبًا أيّ نشاط، وفي أيّ فترة من فترات العمر، حيث إنه يعتمد النشاط الترفيهي منه على رغبة المشاركين في الانتماء إلى الجماعة، سواء كانت الجماعة: الأسرة، أو المدرسة، أو المصنع، أو المنشأة، أو المستشفى، أو المصحة، أو غير ذلك، مما يعمل فيه المشارك، ووسيلة النشاط الترفيهي الجماعي يصعب حصرها، ومن أبسطها المحادثات والمناقشات، والألعاب الخفيفة، أو أي نشاط ترفيهي يؤدَّى بين فردين أو أكثر، سواء أكانوا أفرادًا من الجنس الواحد، أم من الجنسين، مثل الأنشطة الرياضية، أو الرحلات، أو الاحتفالات الخاصة، كالمهرجانات، والملاهي، والعروض وغيرها.

مميزات النشاط الترفيهي:

1- تهيئة الفرص للتعارف بين الأفراد المشاركين.

2- مقابلة الحاجات النفسية الأساسية، كالحاجة إلى انتماء، والحاجة إلى تعارف.

3- تهيئة المجالات المتعددة للتعبير الحر المبتكر عن النفس.

4- تهيئة الفرص لخدمة الآخرين، وتعلّم أنشطة جديدة.

5- تنمية القدرة على تفهم طبيعة الإنسان بدون تعصب لضغوط المنافسة.

عاشرا: أنشطة الترفيه المتعلقة بخدمات المجتمع:

تشمل نشاطات خدمات المجتمع على الأنشطة التي يسهم فيها أفراد متطوعون من المجتمع، ينتمون إلى جمعيات مختلفة تعمل على خدمة فئات من المجتمع، وهذا المجال ليس له حدود، فمثلا، هناك مشروعات النظافة، أو العمل في حملات التبرع لأغراض معيّنة تخدم المجتمع، أو زيارات لمؤسسات خاصة في المجتمع، كالمستشفيات والعيادات الصحية وغيرها.

الحادي العشر: نشاطات ترفيهية تتعلق بالمناسبات الخاصة:

أي المناسبات التي تعتبر حدث خاص، وتحتاج إلى إنتاج نشاط فنّيٍّ مميز، مثل نشاط يتمثل في يوم عرض للعرائس، أو عرض للملابس القديمة والجديدة، أو عرض للزهور، أو يوم صيد الأسماك، وأيام أخرى كعيد الطفل، أو عيد الأم، أو الأيام التاريخية أو الدينية أو الدنيوية، وغيرها.

مميزات الأنشطة الترفيهية التي تتعلق بالمناسبات:

1- تبث روح الحماس في الأفراد المشاركين في البرنامج.

2- توفير الفرص للروّاد لمشاهدة إنتاج المشتركين في البرنامج، وناتج المجهود الدائم الذي بذلوه.

3- تخدم كدعم لفهم تنمية العلاقات العامة بين المؤسسات المنظِّمة للبرنامج الترفيهي، والمجتمع الذي يخدم المؤسسة.

4- تعطي فرصًا للروّاد المتطوعين وغيرهم أن يقدموا خدماتهم، وأن يتعاونوا مع المؤسسة.

5- تعطي لبرنامج الترفيه روح البهجة.

6- ترفع من الروح المعنوية للروّاد المستفيدين من البرنامج الترفيهي.

7- تقرّب البرنامج إلى المجتمع، والمجتمع من البرنامج الترفيهي، فهناك الكثير من الأفراد لم يتعرفوا على بعض الإمكانيات الموجودة في مجتمعهم.

8- تنبّه أفراد المجتمع إلى فوائد البرنامج الترفيهي.

9- تعمل على تغيير الروتين المستمر للعمل إلى الأنشطة الترفيهية التي تعمل بدورها على تجديد النشاط، أو الرفع من روح حب العمل.

تعقيب:

مما سبق ذكره نرى أن تعدد مجالات النشاطات الترفيهية في مجملها تعمل على كسب الأفراد مهارات مختلفة، على النحو التالي:

1- تساعد على نمو الجسم، وعلى تنمية التوافق العَضَلي والعصبي، ويتمثل هذا في النشاط البدني، كما في الرياضات، والألعاب والحركات الإيقاعية، ومن ضمن الرياضات: الصيد، والتنس، والفروسية، والرماية، وألعاب السلة، وغيرها.

2- تكسب الفرد مهارة في الأمن والسلامة، كما في السباحة، والإسعاف والأولي، وقيادة السيارات.

3- تكسب الفرد مهارات اجتماعية، تتمثل في القدرة على المحادثة اللبقة، والقدرة على كسب الأصدقاء.

4- مهارات أدبية تغذي العقل، كما في قراءة القصص الهادفة، والاطلاع على الأحداث العامة، ودراسة التاريخ واللغات المختلفة.

5- مهارات يستخدم فيها الفرد ما لديه، تنمّي فيه القدرة على الابتكار، وذلك كما في الأعمال اليدوية، والفنون المختلفة، كالرسم، والنحت، وأشغال الإبرة ...إلخ

6- نواحي نشاط تهيء الفرص للتمتع بالطبيعة وتذوق الخلاء، وهذه تساعد على تنمية الاتصال بكل ما هو حقيقي، كما في المعسكرات ورحلات الخلاء.

7- مهارات موسيقية، إمّا لتنمية الذوق الموسيقي، أو اللعب على آلة من آلات الموسيقى.

8- مهارات تساعد الفرد في التعبير عن نفسه، كما في المسرحيات والتمثيليات ...إلخ

9- أنشطة خدمات الآخرين، وبخاصة الفئات المحتاجة في المجتمع، ويشعُرُ هذا النوع، أي الفرد، بقدرته على إسعاد الآخرين، وأسمى نوع من أنواع الأنشطة الترفيهية يتمثل في تأدية خدمات لإسعاد الآخرين.

10-يعتبر الترفيه مهارة لتلبية حاجة من حاجات تنمية وتهذيب النفس والوجدان والعلاقات الاجتماعية، لتنمية العقل، وسلامة جسم

الإنسان، وهدفه خلق الإنسان الحر المبدع السعيد، وإيجاد مجتمع الألفة والتآلف.

وبالرغم من أن الترفيه يهدف في مظهره إلى إسعاد الفرد في المجتمع، فإن له مردودًا اجتماعيا واقتصاديا على المجتمع كله، فمثلا يتأثر الصانع والفلاح والعامل باستخدام إنتاجهم في المباني والأدوات، والإمكانات المستخدمة في الترفيه، كأدوات الصيد، وصنع السلال، والأدوات الرياضية، وصنع عرائس الأطفال، ولعب الأطفال الأخرى وغيرها.

كما يؤثر الترفيه على المنتجين بإكسابهم قوة عضلية ونفسية، تساعدهم على زيادة إنتاجهم، ويساعد الترفيه المنظّم الطالب على زيادة التحصيل، بالإضافة إلى أن فتح مجالات جديدة للترفيه داخل مراكز الترفيه يفتح أبوابا جديدة للعمل لبعض الأفراد المحتاجين إلى العمل.

كما تعمل برامج الترفيه المبرمجة إلى جذب المواطن لقضاء عطلته في مجتمعه، كما تعمل على جعل الإنسان يبدع بكل قدراته للوصول بالحياة إلى مستوى أرقى، حيث تتعامل مع الإنسان، المكون من نفس وجسم وعقل وروح.

وللوصول إلى الترفيه المبرمج والهادف، ينبغي علينا أن نعلم كيف نرفّه عن أنفسنا، ونرفّه أطفالنا، وطرقَ الترفيه المفيد ووسائله، أي بمعنى أن يلعب كلٌّ منّا – سواء كان رب أسرة، أو ربة بيت، أو مربيا، أو مدرسا – دورَ الريادةِ في الترفيه، وذلك أن الريادة في الترفيه هي فنٌّ وعلم وذوق.

بالإضافة إلى ذلك ينبغي أن تتوفر مراكز ترفيه اجتماعية تُعْنَى بجميع أفراد المجتمع بمختلف أعمارهم وفئاتهم المهنية والجنسية، من أطفال ومراهقين

وشباب ومُسنِّين ومتقاعدين، ومن النساء والرجال، وتوفير الرواد في هذا المجال وإعدادهم، مع ضرورة تقبّل المجتمع لمفهوم الترفيه، وحاجة المجتمع والأفراد للترفيه على أنها حاجة من حاجات الإنسان الإنسانية، وإعداد أبحاث في مجالات الترفيه في المجتمع العربي الليبي، وتوفير دراسات، وتحديد مستويات معايير الروّاد العاملين في المراكز الترفيهية وإعدادهم، بناءً على دراسات ميدانية معيّنة، منطلقة من ثقافة المجتمع، وضرورة وجود مؤسسات للتدريب على مهنة الريادة الترفيهية في مؤسسات ومراكز الترفيه في المجتمع الجماهيري.

مصادر البحث

- تهاني عبد السلام، الشباب والترويح والحياة، مكتبة الأنجلو مصرية، بدون تاريخ.
- د. عبد المنعم محمد بدر، مشكلاتنا الاجتماعية- مشكلة اتجاهات الترويح، المكتب الجامعي الحديث، 1985.
- صلاح الجبالي، المراهق- أزمة الشباب مع المجتمع، دار مكتبة الفكر، الطبعة الأولى، 1973.
- أحمد الظاهر، الشباب العربي، دراسة ميدانية لنموذج من شباب الأردن، مجلة المستقبل العربي، مركز دراسات الوحدة العربية، العدد 91، 1986.
- كاميليا عبد الفتاح، العلاج النفسي الجماعي للأطفال باستخدام اللعب، القاهرة، النهضة المصرية، 1975.
- أحمد أبو العباس، الألعاب الحسابية، دار النهضة العربية، القاهرة، 1962.
- ماري ماككني، ألعاب البيت وأدوات اللعب للطفل ما قبل المدرسة، تعريب محمد محمد الزلباني، مكتبة الولايات المتحدة للاستعمالات والتبادل التربوي، القاهرة، 1952.
- صندوق الضمان الاجتماعي، سلسلة الدراسات الاجتماعية، محاضرات الدورة التدريبية للعاملين في مجال التربية وتوجيه

الأحداث، الكتاب الأول، الدار الجماهيرية للنشر والتوزيع والإعلان، 1988.

- The Cadorson, Georga A. and Athers Theodorson modern Dictionary of Socidogy Thomas. Crowell Company, New York, 1970.
- Almy. H. Young Children's Thinking N. Y. Teachers College Columbia Uniri. 1966.