

مقایسه نحوه گذران اوقات فراغت دانشجویان علوم پزشکی کشور با دانشجویان دانشگاه‌های غیر پزشکی و آزاد

دکتر علی زارعی^۱، دکتر فریدون تندنویس^۲

۱- دانشکده تربیت بدنی دانشگاه آزاد اسلامی

۲- دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه خوارزمی (تربیت معلم سابق)

چکیده

اینک در قرنی زندگی می‌کنیم که دارای اوقات فراغت بسیار هستیم. انسان امروزی نسبت به پدر و پدربزرگش کمتر کار می‌کند و از ساعات فراغت بیشتری برای سرگرمی و تفریح بهره‌مند است و در نتیجه از آزادی بیشتری منتفع می‌باشد و از آن لذت می‌برد. این اوقات در حقیقت یک مسئله طبیعی اجتماعی در قرن حاضر است. اوقات فراغت حق طبیعی انسان بوده و باید بعنوان احتیاج اساسی و پایه برای وی محسوب گردد. ضمناً باید به گونه‌ای تعمیم گردد که خود را در یک واقعیت، تحت عنوان نیاز؛ تصور کند. به طوری که جنبه‌های تربیتی آن ملحوظ باشد. بنابراین با برنامه‌ریزی برای اوقات فراغت آسایش روحی و روانی ایشان تأمین می‌شود و هم شخصیت آنان رشد و شکوفایی می‌یابد (۲). فعالیت‌های فراغتی به ویژه ورزش، سهم قابل توجهی در اجتماعی کردن جوانان دارند. ورزش نهادی است اجتماعی که ارزش‌ها و هنجارها را به شرکت‌کنندگان منتقل می‌کند و بدین گونه به هماهنگ ساختن جامعه کمک می‌کند.

دانشجویان نیز بخشی از جوانان جامعه هستند که در فرصت‌های فراغتی زمان دانش‌آموزی خود به کسب علم و دانش پرداخته‌اند. بنابراین زمان دانشجویی برای ایشان می‌تواند بهترین فرصت برای استفاده از برنامه‌های فراغتی که از سوی دانشگاه تعیین می‌شود باشد تا سرزندگی و نشاط لازم برای ادامه فعالیت‌های آینده توفیق بیشتری بدست آورند.

در این پژوهش توصیفی سعی شده نحوه فعالیت دانشجویان علوم پزشکی؛ غیرپزشکی و دانشجویان دانشگاه آزاد در اوقات فراغت؛ میزان اوقات فراغت؛ جایگاه ورزش و فعالیت‌های بدنی؛ میزان پرداختن به ورزش و..... مورد مقایسه قرار گیرد و همچنین پرسش‌های دیگر که بیانگر وضعیت موجود فوق برنامه دانشگاه‌های مورد مطالعه باشد را مورد بررسی قرار می‌دهد. بدین منظور پرسش‌نامه‌های ویژه پژوهش بصورت تصادفی بین دانشجویان سراسر

کشور توزیع گردید و اطلاعات حاصله مورد ارزیابی و تحلیل قرار گرفت که خلاصه آن در این مقاله ارائه شده است.

واژه‌های کلیدی: اوقات فراغت، دانشجویان پزشکی، دانشجویان غیرپزشکی و دانشجویان دانشگاه آزاد

مقدمه

اوقات فراغت مجموعه فعالیت‌هایی است که شخص پس از رهایی از تعهدات و تکالیف شغلی؛ خانوادگی و اجتماعی با میل و اشتیاق به آن می‌پردازد و غرضش استراحت؛ تفریح و توسعه دانش، به کمال رساندن شخصیت خویش، به ظهور رساندن استعدادها و خلاقیت‌ها و بالاخره بسط مشارکت آزادانه در اجتماع است (). در اوقات فراغت هم آسایش روحی و روانی افراد تامین می‌شود و هم شخصیت آنان رشد و شکوفایی می‌یابد.

فرهنگ‌فارسی‌معین، فراغت را آسودگی، استراحت، آرامش و نیز فرصت و مجال معنی نموده است. فرهنگ‌عمید نیز فراغت را آسودگی، آسایش و آسودگی از کار و شغل معنی کرده است. در لغت‌نامه‌ی بوستر، فراغت؛ آزادی به دست آمده پس از پایان یک فعالیت و یا زمان آزاد پس از کار و وظیفه است.

معادل انگلیسی لغت فراغت LEISURE می‌باشد که از کلمه یونانی SCHOLE مشتق شده است که با لغت لاتین LECERE که معنی آزاد بودن است، ارتباط نزدیک دارد.

ارسطو اوقات فراغت را به عنوان زمان آزاد و به دور از هرگونه الزام کاری می‌داند. دومادزیه^۱ جامعه‌شناس فرانسوی در بیان کارکرد اوقات فراغت به سه نکته اشاره می‌کند که عبارت است از استراحت؛ تفریح و رشد شخصیت.

با توجه به تعاریف بالا می‌توان دو شرط را برای فراغت ذکر نمود:

در فراغت معمولاً به اموری پرداخته می‌شود که مورد علاقه است.

در فراغت هیچ تعهد رسمی نسبت به شغل؛ خانواده و اجتماع وجود ندارد.

روش تحقیق

این تحقیق از نوع پژوهش‌های توصیفی بوده و به صورت میدانی انجام گرفته است. برای جمع‌آوری اطلاعات مربوط به این تحقیق از دو پرسش‌نامه ویژه دانشجویان و دانشگاه‌ها استفاده شده است. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانشجویان سراسر کشور اعم از دانشگاه‌های علوم پزشکی، آزاد و دولتی غیرپزشکی می‌باشد. پرسش‌نامه‌ها به صورت تصادفی بین ایشان توزیع و تعداد ۲۰۵۸۹ پرسش‌نامه به شرح زیر جمع‌آوری و مورد ارزیابی و تحلیل قرار گرفت:

۱۰۴۸۶ نفر دانشجویی دانشگاه‌های کشور تحت پوشش وزارت علوم؛ تحقیقات و فناوری، ۶۰۰۰ نفر دانشجویی دانشگاه آزاد.

۴۱۰۳ نفر دانشجویی دانشگاه‌های علوم پزشکی کشور، تحت پوشش وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی.

داده‌های حاصله با استفاده از آمار استنباطی غیرپارامتریک مورد ارزیابی قرار گرفت. نتایج و یافته‌های تحقیق میانگین اوقات فراغت دانشجویان دانشگاه‌های آزاد کشور، ۲۷۵ دقیقه و دانشجویان پزشکی ۲۴۶ دقیقه در شبانه‌روز بوده است. ضمن آنکه ۳۴ درصد دانشجویان دولتی غیرپزشکی بین ۱۸۰ تا ۲۴۰ دقیقه اوقات فراغت داشته‌اند.

جدول شماره ۱- وضعیت فراغت دانشجویان در طول شبانه روز به دقیقه

دانشجویان	فرآوانی	میانگین	انحراف معیار
دانشگاه آزاد	۵۵۳۹	۲۷۵	۷۳
دانشگاه علوم پزشکی	۳۷۷۳	۲۴۶	۱۹۲
دانشگاه غیر علوم پزشکی	۱۰۴۱۰	اکثریت بین ۱۸۰ تا ۲۴۰	میانگین ۲۱۰ دقیقه

میانگین اوقات فراغت تعطیلات تابستانی دانشجویان دانشگاه آزاد ۳۵۶ دقیقه و دانشجویان پزشکی ۵۴۵ دقیقه در شبانه‌روز بوده است. درحالی‌که ۳۹ درصد دانشجویان دانشگاه‌های دولتی غیرپزشکی، در فصل تابستان، ۷۲۰ دقیقه و ۲۴ درصد بین ۳۰۰ تا ۳۶۰ دقیقه در شبانه‌روز اوقات فراغت داشته‌اند.

جدول شماره ۲- مدت زمان فراغت دانشجویان در تعطیلات تابستان

دانشجویان	فرآوانی	میانگین	انحراف معیار
دانشگاه آزاد	۵۵۳۹	۳۵۶	۶۰
دانشگاه علوم پزشکی	۳۸۲۰	۵۴۵	۳۷۷
دانشگاه غیر علوم پزشکی	۱۰۴۱۰	۳۰ درصد بیش از ۷۲۰ دقیقه	

بیشترین درصد دانشجویان پزشکی و دولتی غیرپزشکی محل گذران اوقات فراغت خود را خوابگاه اعلام نمودند. حال آنکه ۷۰ درصد دانشجویان دانشگاه آزاد مورد مطالعه اعلام نموده بودند که اوقات فراغت خود را در منزل می‌گذرانند.

تماشای تلویزیون با کسب ۱۸ درصد از کل امتیازات در بین ۲۰ نوع فعالیت زمان فراغت، بین دانشجویان دانشگاه آزاد، رتبه اول را به دست آورد. ضمن آنکه ۱۶/۳ درصد دانشجویان دولتی غیرپزشکی، تماشای تلویزیون را انتخاب اول قید نمودند، ۱۹/۵ درصد دانشجویان پزشکی استراحت را اولین فعالیت فراغتی خود معرفی کردند.

دانشجویان دانشگاه‌های آزاد و پزشکی، استفاده از رایانه را مهم‌ترین فعالیت فراغتی مورد علاقه خود اعلام نمودند؛ حال آنکه ۱۵ درصد دانشجویان دولتی غیرپزشکی ورزش کردن را به عنوان اولویت اول خود برگزیدند.

۱۴/۴ درصد دانشجویان دانشگاه آزاد مطالعه غیردرسی؛ ۱۵/۱ درصد دانشجویان پزشکی، قدم‌زدن و گردش کردن؛ ۱۷/۸ درصد دانشجویان دولتی غیرپزشکی تماشای تلویزیون را مهم‌ترین فعالیت فراغتی در تابستان اعلام نمودند. تماشای تلویزیون در بین دانشجویان پزشکی و آزاد در رتبه دوم قرار داشت. میانگین اوقات فراغت دانشجویان پزشکی در محیط دانشگاه ۷۷ دقیقه؛ و دانشجویان دانشگاه آزاد ۶۴ دقیقه در شبانه‌روز بوده است.

میانگین زمان ورزش کردن دانشجویان دانشگاه آزاد ۱۸۸ دقیقه و دانشجویان پزشکی ۱۹۹ دقیقه در هفته بوده است. توضیح این‌که ۲۵/۶ درصد دانشجویان دولتی غیرپزشکی اعلام نمودند که کمتر از ۷۰ دقیقه در هفته ورزش می‌کنند؛ ۲۰/۵ درصد این دانشجویان نیز بین ۷۰ تا ۱۴۰ دقیقه در هفته ورزش می‌کنند. ۳۶/۷ درصد دانشجویان آزاد؛ ۲۶/۸ درصد دانشجویان پزشکی و ۳۰/۸ درصد دانشجویان دولتی غیرپزشکی، زمان ورزش کردن خود را عصرها اعلام نموده‌اند.

جدول شماره ۳- زمان فراغت دانشجویان در شبانه روز

دانشجویان	صبح	ظهر	بعدازظهر	عصر	شب
دانشگاه آزاد	۹٪	۷٪	۲۰٪	۲۹/۴۷٪	۳۵/۰۴٪
دانشگاه علوم پزشکی	۷/۷٪	۱۱٪	۲۲/۸٪	۲۸/۱٪	۳۰/۵٪
دانشگاه دولتی غیر پزشکی	۴/۶٪	۷/۵٪	۱۳٪	۳۰/۴٪	۲۷/۶٪

۴۵/۸ درصد دانشجویان آزاد در منزل و ۲۳/۸ درصد نیز در باشگاه به ورزش می‌پرداختند. حال آنکه ۲۸/۸ درصد دانشجویان پزشکی و ۲۴/۲ درصد دانشجویان دولتی غیرپزشکی در خوابگاه به ورزش می‌پرداختند.

جدول شماره ۴- محل گذران اوقات فراغت

دانشجویان	منزل	خوابگاه	دانشگاه	خیابان	کانون‌های فرهنگی	اماکن ورزشی
دانشگاه آزاد	۷۰/۵%	۵/۸%	۱۰/۷%	۶/۲%	۲%	۴/۸%
دانشگاه علوم پزشکی	۲۶/۳%	۵/۴%	۱۰/۷%	۴/۱%	۲/۷%	۱/۱%
دانشگاه دولتی غیر پزشکی	۲۷/۶%	۴/۲%	۱۲/۵%	۴/۵%	۱/۶%	۴%

۲۹/۸ درصد دانشجویان دختر دانشگاه آزاد؛ ۳۰ درصد دانشجویان پزشکی و ۳۱ درصد دانشجویان دولتی غیرپزشکی به‌طور مشترک پیاده‌روی را مهمترین ورزش جاری خود می‌دانستند. والیبال با ۱۸/۷ درصد در بین دانشجویان پسر دانشگاه آزاد، حائز رتبه اول شد؛ حال آن‌که دانشجویان پزشکی فوتبال را مهمترین رشته ورزشی جاری خود می‌دانستند. دانشجویان پسران دولتی غیرپزشکی پیاده‌روی را مهمترین رشته ورزشی جاری خود انتخاب نمودند.

ورزش شنا در بین سه گروه دانشجویی دختر، رتبه اول را در بین ورزش‌های مورد علاقه کسب نمود. فوتبال؛ شنا و بدن‌سازی سه رشته ورزشی مورد علاقه هر سه گروه دانشجویی پسران بود. هر سه گروه دانشجویان، مشغله تحصیلی را مهمترین عامل بازدارنده ورزش کردن اعلام نمودند. کسب نشاط و احساس لذت؛ حفظ تندرستی و احساس قدرت؛ و تناسب‌اندام سه عامل مهم برای ورزش نمودن هر سه گروه دانشجویی بوده است.

استفاده از نیروی انسانی متعهد و متخصص در بین دانشجویان دانشگاه آزاد و دولتی غیرپزشکی اولین موردی بود که به آن اشاره نموده‌اند. دانشجویان پزشکی نیز فراهم نمودن بودجه و امکانات بیشتر را به‌عنوان مهمترین عامل برای فعال‌تر کردن فوق‌برنامه اعلام نمودند.

۶۶ درصد دانشگاه‌های آزاد در قسمت فوق‌برنامه در سطح تشکیلاتی یک واحد اداری بوده و این در حالی است که در دانشگاه‌های علوم پزشکی ۴۴ درصد و در دانشگاه‌های دولتی غیرپزشکی ۵۸ درصد در این سطح می‌باشند. ۳۳ درصد دانشگاه‌های آزاد؛ ۲۲ درصد دانشگاه‌های علوم پزشکی و ۳۰ درصد دانشگاه‌های دولتی غیرپزشکی نیز در سطح مدیریت بوده است.

بیشترین درصد پست‌سازمانی موجود در فوق‌برنامه ورزشی هر سه نوع دانشگاه‌ها مربوط به کارشناس مسئول بوده است.

مجموع افرادی که در سمت‌های غیرورزشی دانشگاه‌های آزاد و پزشکی تصدی دارند از واحد فوق‌برنامه ورزشی بیشتر بوده است و این وضع در دانشگاه‌های دولتی غیرپزشکی برعکس می‌باشد.

۴۸/۵ درصد دانشگاه‌های دولتی غیرپزشکی دارای مجموعه ورزشی هستند؛ حال آن‌که دانشگاه‌های آزاد و پزشکی فاقد مجموعه می‌باشد. ۱۰۰ درصد دانشگاه‌های آزاد مورد مطالعه؛ ۶۰ درصد دانشگاه‌های پزشکی و ۷۹ درصد دانشگاه‌های دولتی غیرپزشکی دارای سالن چند منظوره بوده‌اند.

کمبود امکانات و تأسیسات، عمدتترین عامل بازدارنده توسعه فعالیت‌های فوق‌برنامه ورزشی در هر سه نوع دانشگاه اعلام شده است.

بحث و نتیجه‌گیری

با عنایت به نتایج حاصله از پژوهش که خلاصه‌ای از آن ارائه گردید، تفاوت قابل توجه و ویژه‌ای بین متغیرهای موجود در تحقیق به چشم می‌خورد. که تأمل بر آن‌ها برای دانشجویان و مسئولان دانشگاه‌ها مفید خواهد بود. با توجه به این که اکثر آزمودنی‌ها مجرد بوده و بیشتر وقت خود را در خوابگاه و دانشگاه سپری می‌کنند، مسئولان دانشگاه‌ها می‌باید برای پُرکردن این ساعات با ارزش، برنامه‌ریزی دقیق انجام دهند تا این اوقات به بهترین نحو مورد بهره‌برداری دانشجویان قرار گیرد. این برنامه‌ریزی زمانی از ضرورت بالایی برخوردار می‌شود که بدانیم اوقات فراغت دانشجویان در تابستان، تقریباً دو برابر زمان تحصیل است.

بدین منظور که بتوان برای اوقات فراغت دانشجویان، برنامه کاملی تدوین نمود، لازم است که از زمان و همچنین محل گذران اوقات فراغت ایشان اطلاع کسب نماییم، در این تحقیق معلوم گردید که ۲۸ درصد دانشجویان علوم پزشکی، ۳۰/۴ درصد دانشجویان دولتی غیرپزشکی و ۲۹ درصد دانشجویان دانشگاه آزاد؛ عصرها اوقات فراغت دارند. در این تحقیق همچنین مشخص شد که ۵۴ درصد دانشجویان علوم پزشکی، ۴۱/۶ درصد دانشجویان دولتی غیرپزشکی و ۵/۸ درصد دانشجویان دانشگاه آزاد؛ در خوابگاه‌های خود، فعالیت فراغتی را سپری می‌کنند. ضرورت توجه و تجهیز خوابگاه‌ها و دانشگاه‌ها به امکانات تفریحی؛ فراغتی و به ویژه ورزشی، بخوبی احساس می‌شود.

بخش مهمی از اوقات فراغت دانشجویان به تماشای تلویزیون سپری می‌گردد؛ بنابراین ساخت و تولید برنامه‌های آموزنده، سرگرم‌کننده و شاد؛ می‌تواند این بخش از اوقات فراغت ایشان را به بهترین شکل

پُرکند. البته اگر چه این نوع فعالیت فراغتی جزء انواع غیرفعال است اما با توجه به یافته‌های تحقیق، جایگاه تلویزیون در خوابگاه بسیار ضروری است.

این تحقیق نشان داد که شرکت در فعالیت‌های ورزشی یکی از فعالیت‌های فراغتی جاری و مورد علاقه دانشجویان کل کشور می‌باشد. به طوری که میانگین مدت زمانی که دانشجویان علوم پزشکی در هفته، ورزش می‌کردند؛ برابر ۳/۳۲ ساعت، دانشجویان دانشگاه آزاد ۳ ساعت و دانشجویان دولتی غیر پزشکی ۲/۲۰ ساعت است. یافته‌های این تحقیق تأکید بر این دارد که فعالیت‌های ورزشی یکی از مهم‌ترین فعالیت‌های فراغتی دانشجویان بوده و بخشی از اوقات فراغت دانشجویان را پُر می‌کند. بنابراین مسئولان دانشگاه‌ها باید به تمایلات دانشجویان نسبت به رشته‌های ورزشی مورد علاقه ایشان توجه کرده و شرایطی را فراهم آورند که آنان بتوانند از تأثیرات مثبتی که ورزش بر جسم و روان دانشجویان می‌گذارد؛ استفاده نمایند. این پژوهش همچنین بیانگر ناکافی بودن امکانات تفریحی، فراغتی و ورزشی در هر سه نوع دانشگاه مورد مطالعه و به ویژه برای دختران دانشجو است. وجود امکانات لازم از جمله مهم‌ترین عامل در جذب دانشجویان به تفریحات سالم هنگام اوقات فراغت خواهد بود.

منابع

- ۱- بهنام جمشیدپور اسخ شاپور- ۱۳۴۸ مقدماتی بر جامعه شناسی ایران- انتشارات خوارزمی
- ۲- دومازیه ژوفر- ۱۳۷۲- زمان فراغت از دیدگاه تاریخی و جامعه شناسی- ترجمه آدینه مجله فرهنگ و زندگی- ص- ۱۶
- ۳- فرهنگ فارسی عمید - جلد دوم
- ۴- تندنویس فریدون- ۱۳۷۵- چگونگی گذران اوقات فراغت دانشجویان سراسر کشور با تأکید بر فعالیت‌های ورزشی- پایان نامه دکتری- دانشگاه تهران
- ۵- صفائیبا- محمد- ۱۳۸۰- نحوه گذران اوقات فراغت دانشجویان دانشگاه آزاد با تأکید بر فعالیت‌های ورزشی و ارائه الگو-

6- Bucher, A. Charles-1975- Foundation of Physical Education, 7th Ed, C.V. Mosby Company- Saint Louis- pp. 451

7-Tohompson, S.P. 1989. A Study of Active Recreation Preference of Adult Attending Community Colleges in Dallas, Fort Worth, Texas, Ph.d Dissertation. East Texas State University

8- Fitzgerald, Michael, and et al-1995- Leisure Activities of Adolescent School Children

Journal of Adolescence

9-Ulatae, J. 1998. Evaluation of Leisure by Higher Education Youth , sport discuss, p: 161-

174

10-White, S.A 1998. Effects of Frequency and Duration of Exercise Session on Physical

Activity levels and adherence