معارف
ISSN 1112-7007
EISSN 6804 -2600
المجلد 18/ العدد 1 (جوان 2023): ص.ص: 802-814

# الثقافة الترفيهية ودورها في التماسك الأسري

# Recreation activities and their role in family cohesion

أمال سحالي [1] *. أ.د رشيد ميموني [2]

[1] جامعة الجزائر02، الجزائر، amelsahali@yahoo.com

[2] جامعة الجزائر02، الجزائر، rachidmimouni@yahoo.fr

تاريخ الاستلام: 2023/02/23؛ تاريخ القبول: 2023/05/07؛ تاريخ النشر: 2023/06/05

**ملخص:**

للترفيه دور هام في الاستقرار النفسي والعاطفي للفرد حيث أنه يمنح فرصة الابتعاد عن الضغوطات الاجتماعية وروتين الحياة اليومية، ويعزز اللقاءات والعلاقات بين أفراد الأسرة ككل، وتعمل الأسرة بدورها على إكساب أبنائها التربية الترفيهية فتفجر فيهم هواياتهم وطاقاتهم وخلق جو ملائم لقضاء أوقات فراغهم من خلال توفير الأنشطة الترفيهية التي تناسب أعمارهم. فإكساب الطفل أهمية استغلال الوقت الحر في ممارسة النشاطات الترفيهية باستمرار وإدراكه بمدى أهميتها، يخلق في نفسه الرغبة في المداومة على ممارستها وتترسخ لديه كعادة وكجزء من الرأسمال الثقافي الذي بدوره سيورثه للأجيال القادمة.

**كلمات مفتاحية:** الثقافة؛ الترفيه؛ الأنشطة الترفيهية؛ الوقت الحرّ؛ التماسك الأسري

**Abstract:**

Entertainment plays an important role in the individual psychological and emotional stability. As it promotes remoteness from social pressures and the routine of daily life. In particular, it strengthens encounters and relationships between members of the family in their whole. The family in turn works to install in their children a recreational education, developing in them hobbies and motivations while creating an appropriate atmosphere to spend their free time by providing leisure activities according to their age. By teaching the child in this way the importance of using constanly their free time.Thus,by practicing recreation activities and being aware of their importance, which creates

* المؤلف المرسل.

in him the desire to following the practice and to take root as a habit and as a part of the cultural capital which in turn will be transmitted to future generations.

**Keywords:** Culture; Leisure; Leisure activities; free time; family strength.

## المقدمة:

ازدادت أهمية الترفيه مع زيادة ضغوطات الوقت من اِلتزامات وواجبات اجتماعية، فهو بوابة للصحة العقلية والاستقرار النفسي، إذ يؤدي دوراً في تحقيق التوازن الانفعالي للشخص وتنمية وتنشيط علاقاته الاجتماعية.

واقترن مفهوم الترفيه في كل الدراسات وعند معظم الباحثين بمفهوم الوقت الحر، فالوقت هو الحياة واستغلال الإنسان لوقته أحسن استغلال وإدراكه لقيمته ليس إلا إدراكاً لوجوده وإنسانيته ووظيفته الاجتماعية.

وتلعب الأسرة دوراً هاماً في توفير الوسائل الترفيهية لأبنائها، وتعد الأنسب في توجيههم منذ الصغر نحو الاختيار الأفضل لهذه الوسائل من الناحية العمرية، الشرعية والتربوية. وسنتطرق في عرضنا هذا لأهمية الممارسات الترفيهية لأفراد الأسرة ودورها في تحقيق التماسك الأسري.

## أولا: تحديد المفاهيم:

### 1- الثقافة:

- **لغة:** اشتقت كلمة الثقافة من فعل ثقف، وهو عند ابن منظور في قاموس لسان العرب: "ثقف: ثقف الشيء ثقفا وثقافا وثقوفة: حذقه. ورجل ثقف وثقف وثقف: حاذق فهم، وأتبعوه فقالوا: ثقف لقف...."[1].

- **اصطلاحا:** يعتبر تعريف إدوارد تايلور من أقدم التعاريف والأكثر شيوعا للثقافة وقد ظهر هذا التعريف في القرن التاسع عشر في كتابه الثقافة البدائية "ذلك الكل المركب الذي يشمل المعرفة والعقيدة، الفن، الأخلاق والقانون، العادات، وأي قدرات وعادات أخرى

(1)- ابن منظور، لسان العرب، حرف الثاء، مادة ثقف، الجزء الثالث، لبنان: بيروت، دار صادر، ط1، 2003 ص3.

يكسبها الإنسان بصفته عضو في المجتمع[1].

كما عرفت الثقافة بأنها أفكار وأشياء وعلاقات، وهي إدراك للعالم والأشياء فهما وتفسيرا وتأويلا. والإنسان يدرك الموضوع المقصود بوعيه عبر الفعل والتفاعل والتبادل الثقافي ومن ثم، فالمعرفة والإيديولوجيا جزء من الثقافة الإنسانية[2].

**2- الترفيه:**

مما هو واضح أن كلمة "الترفيه" لم يحدد لها تعريف واحد، حيث أن مختلف المحاولات لضبط تعريف الترفيه قد ركزت على تأثير الترفيه وليس على مضمونه، فهو متعدد الأشكال ومتعدد المقاصد.

ونجده في اللغة العربية بكلمتين "الترويح" أو "الترفيه" "التي جاء أصلها من فعل رفه، الإرفاه، ويعني الترحل كل يوم وهو في رفاهة من العيش، رفاهية أي متعة"[3] و"مترفه أي مستريح، متنعم وأرفههم الله تعالى، رفههم ترفيها ورفه عني ترفيها أي نفس"[4]، ويتضمن الترفيه أيضا معنى الراحة.

"وهناك العديد من العبارات التي لها علاقة بالترويح مثل: التسلية، اللهو، الاستجمام، الألعاب، السياحة...إلخ، وكل هذه العبارات تترجم لنا كلمة الترويح، وهذا التنوع في العبارة يشبه التنوع في التعاريف التي تم وضعها" [5].

وبهذا نقول أن الترفيه هو الفعل الذي يسلي أو يرفه أو يحدد الوقت، يمر بطريقة مبهجة فيمنح نوعا من الإرتياح من الروتين اليومي.

ويعتبر تعريف (**J.dumazedier**) من أكثر التعاريف الجامعة لكل المعاني والمفاهيم التي أعطيت للترفيه، حيث يقول: "الترويح عبارة عن مجموعة من الأنشطة التي يمكن للفرد أن ينكب

---

(1) – عيساوي، وهيبة، أثر الثقافة التنظيمية على الرضا الوظيفي، مذكرة تخرج لنيل شهادة الماجستير، الجزائر :جامعة أبوبكر بلقايد، تلمسان، 2012.ص3.

(2) - حمداوي، جميل، الثقافة، مفاهيم ومقاربات-نحو سوسيو-أنثروبولوجية، دون بلد النشر: ط1، 2016، ص6.

(3) - الرازي، محمد بن أبي بكر، مختار الصحاح، بيروت: دار الكتب العلمية، 1983، ص 251.

(4) - بن يعقوب، محمد الدين محمد، الفيروز، أبادي، القاموس المحيط، بيروت: دار الجيل، 1952، ص 286.

(5) - G,Coron, J,Pmure, **Loisir du Mythe à la réalité**, Paris: Institut d'urbanisme de l'université de paris ,1996,p09.

علها بمحض إرادته ليرتاح أو يتسلى أو ينمي اطلاعه وتكوينه أو مشاركته الاجتماعية الإرادية أو قدراته الإبداعية الحرة بعد أن يكون قد تخلص من واجباته المهنية والأسرية والاجتماعية"[1].

**3- ثقافة الترفيه:**

هي ثقافة تهتم بالجماعة أكثر من اهتمامها بالفرد، لكنها تنطلق من وعي الفرد وانسجامه في الجماعة في مكان ما وزمن ما وحالة ما، أي أن ثقافة الفرد وسلوكه الاجتماعي هي المحددات الأولى للاندماج في هكذا ثقافة عامة.

وثقافة الترفيه للأسرة تشمل كل سلوك أو نشاط ترفيهي صنعته الأسرة أو ابتكرته بغية التنفيس والترويح عن الذات، وتغيير الجو وتجديده بين أفرادها، سواء كان هذا الترفيه داخل الأسرة أو خارجه، فجعلت هذا السلوك عادة وممارسة وتقليدا خاصا بالأسرة مع مراعاة القوانين العامة للمجتمع، وتعمل على ترسيخها وتوريثها للأبناء والأجيال القادمة.

**4- الأنشطة الترفيهية:**

لا يمكن الفصل بين مفهوم الترفيه والأنشطة الترفيهية، حيث أن الترفيه والترويح في تعريفه في القاموس المحيط: "واستروح: وجد الراحة، كاستراح... والارتياح: النشاط، والرحمة... فالترويح لغة يدل على الراحة وكذلك يدل على النشاط"[2].

والنشاط الترفيهي، هو كل فعل أو عمل يقوم به الفرد بهدف الراحة والتسلية من أجل الابتعاد عن الملل والرقابة، فيترك في نفسه إحساسًا بالسعادة والهدوء النفسي.

**5- الوقت الحر:**

يعرف الوقت الحر بنقيضه أي بالوقت الإجباري المخصص للقيام بالواجبات المهنية أو الدراسية أو غيرها وقد وضع "ستانلي باركر" في قاموس علم الاجتماع تعريفاً للوقت الحر بأنه: "الوقت الفائض بعد خصم الوقت المخصص للعمل والنوم والضرورات الأخرى من الأربع والعشرين ساعة وإن تعذر تدقيقاً تحديد محتوى الوقت الحر لإستحالة جرد الأنشطة غير

(1)-Dumazedier, Joffre, **Vers une civilisation du loisir**, Paris: Edition du seuil,1972.P26.

(2) - دودو بلقاسم، نصير أحميدة، أهمية التوجهات والممارسات الترويحية في استقرار وتماسك الأسرة"، الملتقى الوطني الثاني حول الاتصال وجودة الحياة في الأسرة، الجزائر: جامعة قصدي مرباح، ورقلة، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، قسم العلوم الاجتماعية، 2013، ص 01.

الواجبة وتمييزها عن تلك الواجبة، فإن ما يمكن ذكره هنا أن المفهوم شحن بدلالة سلبية بإعتباره نقيضاً لقيمة اجتماعية هي العمل، فتستحضر في استعمالاته في الحسّ المشترك عبارات من قبيل: وقت الفراغ، تضييع الوقت، تقصير الوقت، وقتل الوقت وليس استهجان الوقت الحر-كما توحي به هذه العبارة- من قبيل التعبير عن طبيعته الاجتماعية بقدر ما يكشف عن توتر بين الفضاء الخاص - ووقت الحر أحد مقوماته- والفضاء العام بما هو إلتزام باللافراغ، بمعنى الانخراط في النشاطات العمومية، أي المشتركة.

ولقد جيء بفضاءات الزمن الخاص (الوقت الحرّ) ووقع تطويعها لسلطة العام لأجل تنفيذ ما تسطره الدولة من سياسات في الثقافة والترفيه والإعلام والرياضة.. [1].

وفي موضوعنا هذا، نقصد بالوقت الحرّ، ذلك الوقت الذي نقضيه بعد الانتهاء من الواجبات الاجتماعية والواجبات المدرسية أو المهنية فهو فترة حرية، فترة لممارسة كل ما هو بدون مقابل، وقت لكل الأشياء الغير إجبارية يشعر فيه الشخص أنه يدير ويسير قدره بيده وبإستطاعته ممارسة بعض النشاطات المفضلة لديه، الاسترخاء أو المرح بالطريقة التي تستهويه.

فتسيير وقت الفراغ هو نشاط هام وإيجابي ومفعم بالتفتح البشري، وهو يشبه العمل، لكونه إطار يسخر فيه الإنسان حريته بطريقة واعية نوعاً ما، وبالتالي لا يجوز فصل أوقات العمل عن وقت الفراغ، لأن الاسترخاء ليس هروباً بالمعنى الحقيقي، بل إحتياج بشري بحت، كون الإنسان جسد وروح فكلاهما يتأثر ويحتاج للآخر، فالاسترخاء والاستراحة هي أفضل إجراءات الوقاية ليتوصل إلى موازنة بين واجباتنا ومسؤولياتنا لإعادة وتجديد الطاقة الضرورية لمواصلة واجباتنا الاجتماعية؛ لهذا فالاسترخاء ليس رفاهية ولا أنانية، بل إحتياج لإسترجاع الراحة النفسية والجسدية.

**6 - التماسك الأسري:**

"يعرف على أنه المجال الكلي للقوى التي تؤثر في الأعضاء من أجل استمرارهم في عضوية الجماعة" [2]. كذلك عُرف التماسك الأسري على أنه: "التجاذب نحو الجماعة، ويشير إلى

(1)- الدرويش، الحبيب، أية علاقة للثقافة والترفيه بمؤسسات الوقت الحرّ، أفكار مجلة فكرية إلكترونية، تونس: كلية الأدب والعلوم الإنسانية، قسم علم الاجتماع، 04 أفريل2017.، ص 01.

(2) - حمريش، سامية، القيم الدينية ودورها في التماسك الأسري، رسالة ماجستير، الجزائر: جامعة باتنة، كلية =

دافعية الأفراد للإستمرار في عضوية جماعة معينة" [1].

وللتماسك معاني كثيرة منها الروح المعنوية، الارتباط، التنمية بين جهود الأفراد، الإنتاج، القوة، الاندماج في العمل، الإحساس بالانتماء، التفاهم المشترك للأدوار، العمل الجامعي بروح الفريق، وجذب الأفراد نحو الجماعة.

وعرف التماسك الأسري كذلك بأنه: "مجموعة من القوى الجاذبة التي تعمل على إبقاء الأفراد داخل الجماعة (مثل الحب والاحترام والصداقة والدخل المناسب والمهنة المناسبة والتشابه في البيئة الاجتماعية) والقوى التي تمنعهم من الخروج عنها (مثل الالتزام نحو الأطفال، ونمو الروابط الزوجية والدينية، والارتباط بالجماعة الأولية والقانون والموانع الاقتصادية)، أما المؤثرات العامة على ترك الجماعة فهي جاذبية العلاقة البديلة مثل تفضيل شخص آخر كشريك، اختلاف الدين"[2].

وتستطيع الأسرة أن تحل مشكلاتها وتتحدى الأزمات بالتماسك الأسري وحسن التنظيم بمشاركة أفرادها بشكل فعلي في حياتها، بالاستناد والاعتقاد المتبادل بين أعضائها بقدرتها على التوافق والمواقف الجديدة والمتغيرة، وعلى حل صراعاتها.

وقد توصلت الأبحاث إلى عناصر الأسرة المتماسكة التي تتخطى الأزمات والمشكلات هي كالتالي:

- وجود مشاعر الحب والاحترام.
- سيادة العلاقات الديمقراطية.
- الاتفاق على بناء الدور.
- التوافق الزواجي في العلاقات الخارجية مع الأهل والأصدقاء وقضاء وقت الفراغ.
- التضحية من أجل الأسرة والعيش من أجلها.
- الرضا عن الأسرة .
- وجود أهداف مشتركة والعمل على تحقيقها بأسلوب جمعي.

العلوم الاجتماعية والعلوم الإسلامية، قسم علم الاجتماع، تخصص علم الاجتماع الديني، إشراف/ مراد زعيمي، 2009، ص 130.

(1) - غيث، محمد عاطف، قاموس علم الاجتماع، دار المعرفة الجامعية، 2006، ص 61.

(2) -العناني، حنان عبد الحميد، الطفل والأسرة والمجتمع، الأردن: دار صفاء للنشر والتوزيع، ط1، 2000، ص50.

- عدم وجود مشكلات أخلاقية لدى أفراد الأسرة.

ونستنتج من خلال ما سبق أن الأسرة التي تتوافق في قضاء وقت الفراغ والترويح، قد تكون لديها عوامل التماسك والاستقرار، وذلك من خلال تقارب أفرادها مؤسس على مشاعر الحب والاحترام واستعداد الفرد للتضحية من أجلها وهذا ما يدعم تحقيق الأهداف المشتركة بأسلوب جمعي فعال [1]

## المسار التاريخي للترفيه:

الفترة الأولى: وهي تلك الفترة التي كانت قبل الثورة الصناعية والتي كان يتمحور فيها الترفيه ضمن الحياة الاجتماعية، وكانت المجتمعات القديمة تؤمن به وتعزّزه، حيث كانت الاحتفالات الموسمية مثلا تمثل قطيعة من الزمن المنمّط الذي يوقعه العمل اليومي.

الفترة الثانية: وتتمثل فيما بعد الثورة الصناعية التي أحدثت تغييرا في مفهوم الترفيه، فقد صار وسيلة للتحرر من ضغط العمل وتحقيق الذات، حيث أنشأت فرنسا وزارة الترفيه سنة 1936، ونادت بتنظيم العطل والإجازات والفصل بين زمن العمل وزمن الترفيه.

أما في العصر الراهن، فظاهرة الترفيه أخذت مساراً آخر، حيث أصبحت هدفاً بعد أن كانت وسيلة وهذا ما يظهر جلياً حين إطلاعنا على كتاب "**J.Dumazedier** " للترفيه والثقافة **(Dumazedier , joffre (1966)**[2]

## أبعاد الترفيه:

**1- الإطار الزمني للترفيه:** تتم ممارسة الترفيه أثناء الوقت الحرّ، الذي يتحرّر فيه الفرد من واجباته الأسرية، المهنية، الدينية، الاجتماعية...

**2- الإطار الفعال للترفيه أو النشاطات الترفيهية:** وفيه يظهر النشاط الإنساني الذي يتطلب القيام به للتعبير عن الجهد المبذول أثناء ممارسة الأنشطة الترفيهية، سواء كان هذا الجهد جسديًا أو انفعاليًا، قويًا أو ضعيفًا، حسب النشاط الترفيهي الممارس.

**3- الإطار المجالي للترفيه:** يكون بعد اختيار الفرد نوع النشاط الترفيهي الذي يريد ممارسته، فإذا أراد التفسح والتنزه يختار الأماكن الجبلية، المساحات الخضراء والغابات،

(1) - دودو، بلقاسم، أحميدة، مرجع سابق، ص 02.

(2) -Dumazedier, Joffre, Ripert, Aline, **Loisir et culture**, Paris: Edition du seuil ,1966.

أما إذا أراد النقاهة، فيختار الحمامات المعدنية، وإذا أراد التسوق يختار المراكز التجارية.

**4- الإطار الهادف للترفيه:** أعلى وأسمى هدف للترفيه هو تحقيق الذات والبحث عن الشعور بالرضا عن النفس وهذا بتوفير الراحة النفسية للذات بالابتعاد عن الروتين وقلق الحياة والواجبات الاجتماعية، وعند تحقيق هذا البعد الفردي يأتي البعد الاجتماعي كنتيجة.

**-أنواع الأنشطة الترفيهية:**

هناك عدة أنشطة يمكن ممارستها في وقت الفراغ، ولعل أهمها ما يلي:

1- **الترفيه الاجتماعي:** ويشمل الحفلات الموسيقية والراقصة، سهرات المرح وحفلات الشاي، الأعراس، الولائم والعزائم، حضور المهرجانات.

2- **الترفيه الخلوي:** ويشمل الأنشطة الترفيهية بالخلاء وبين أحضان الطبيعة، كالتنزه في الغابات والحدائق والرحلات لإكتشاف الطبيعة.

3- **الترفيه الثقافي:** متعلّق بكل ما يخص القراءة والمطالعة، الندوات والتجمعات العلمية.

4- **الترفيه العلاجي:** يساعد الترفيه العلاجي كالذهاب للحمامات المعدنية أو المنتجعات الصحية، المرضى على النقاهة ورفع المعنويات.

5- **الترفيه الفني:** هي كل الأنشطة التي تساعد الفرد على الإبداع والابتكار كالتمثيل والفنون التشكيلية.

6- **الترفيه الرياضي:** ونقصد به ممارسة الرياضة كهواية مثل: الجري، القفز، الرقص... أو ممارسة الرياضة كمهنة ووسيلة لكسب المال مثل: كرة القدم بالنسبة للاعبين الاحترافيين.

وبصفة عامة فإن الوسائل الترفيهية الإشباعية المتميزة بشروطها اللامتناهية، تطرح نشاطات معرفية، حركية، اجتماعية (جولات منظمة، مسرحيات عفوية، رياضة، حفلات منظمة...).

**ثانيا: اللعب كأول نشاط ترفيهي يكتسبه الفرد:**

من بين الاقتراحات المبرمجة لأوقات الفراغ هناك نشاط يهتم به الكبير والصغير وبكل

عفوية، ألا وهو اللعب.

وبما أن المكان الطبيعي الأول للفرد هو العائلة، فمن المنطقي أن ترتبط كل الأنشطة التي يقوم الفرد بإكتسابها، بالعائلة، فاللعب بالحركات والإيماءات هو أول نشاط مباشر للطفل مع أسرته، فأول ما يبدئ بإدراك ما حوله والتعرف على كل الأفراد المحيطين به يحاول التواصل معهم بواسطة اللعب بيديه ورجليه ليلفت إنتباههم.

فاللعب عرفه " كاربي" بأنه: "واحد من أهم سلوكيات الطفولة ولا يمكن اعتباره نشاطًا ترويحيًا بالنسبة للأطفال فحسب، وإنما هو نشاط مهم للنمو النفسي، العقلي والاجتماعي، لأنه يقود الطفل إلى اكتساب خبرات أساسية من استطلاع وحل المشكلات والابتكار والتعبير الفني" [1] وللعب قيمة أخلاقية فمن خلاله يدرك الطفل معنى الدّور والمكانة وإحترام آراء الآخرين، فالأسرة تُكسبه قوانين اللعب بطريقة عفوية من خلال تعليمه عدم إتلاف ألعابه والحفاظ عليها وتقبل الرّبح والخسارة . ومشاركة الأطفال ألعابهم، لا يشعرهم بالفرح فقط وإنما بالحنان والدفء العائلي، فالأنشطة الترفيهية المشتركة والممارسة مع الأسرة تمنح أوقاتًا سعيدة، تكثف الذكريات وتعززها، كما تعمل على تعزيز التلاحم، التواصل والمشاركة.

ضف إلى أن اللعب الذي يمارسه الطفل مع أسرته يكون منظمًا ومخطط، فهي تضمن له التوازن الأمثل في استعمال وسائل الترفيه عامة لأن غياب التوازن يؤدي إلى خسائر مادية واضطرابات عاطفية واجتماعية كالاستعمال المفرط للانترنت وألعاب الفيديو...

وتقوم الأسرة بغرس القيمة الاجتماعية للعب في نفس الطفل وتنبثق حين ممارسته لألعاب المجتمع، فهذه القيمة عميقة لدرجة أن الطفل حتى وإن كان يلعب لوحده، فهو يؤلف سيناريوهات مدهشة، حكايات وشخصيات يتحاور معهم ويتعلق بهم مقلدًا بذلك أدوار كبار السّن، وبصفة عامة فإن للعب أهمية كبيرة للطفل نذكر منها ما يلي:

- يسمح اللعب للطفل بالتعلم وتأويل معارفه.
- تجريب قواه في منافسة معينة، فيتعلم التحدي وتقبل الهزيمة.
- التعود على قواعد اللعبة بكلّ عفوية وحرية.
- التعرف على نفسه وعلى الآخرين.

(1)- Heindrik, Jouane, **L'enfant une approche globale pour son développement**, Canada: Presse de l'université du Québec, 1ère édition,1993, P221.

- التعود على المنطق الرياضي من زوايا مختلفة كالحجم، الشكل، الأرقام، التصنيفات والمفاهيم...

- عندما يمارس الطفل اللعب ويمرح دون أن يكون واعيًا، فهو يسمح لجانبه الحسّي الحركي أن يتعود على اللعب الذي يعتبر جانبًا معرفيًا كذلك.

**ثالثا: بعض الأنشطة الترفيهية التي تساعد على التماسك الأسري:**

1- الخروج في نزهة: مشاركة الأبناء آباءهم في إعداد الطعام واللوازم الخاصة بالنزهة، والأكل في الهواء الطلق مع أخذ صور تذكارية، يجعل أفراد الأسرة يسجلون ذكريات جميلة عاشوها معًا.

2- التجمع حول التلفاز ومشاهدة فيلم عائلي أو مسرحية فكاهية.

3- القراءة معًا: تعطي القصة فرصة لتجتمع الأسرة ويستمتع أفرادها بالحكاية الشقية (خاصة إذا كان الأطفال صغار)، ويغرس هذا النشاط حب المطالعة لدى الأبناء.

4- التسّوق: يمكن للوالدين السماح لأبنائهم مشاركتهم في اِقتناء مستلزمات المنزل أو الأغراض الخاصة، وهذا ما يسمح لهم بتبادل الآراء والتعرف على أذواق كل فرد في الأسرة، ويزيد من فهمهم للتخطيط الجيّد للتسوق وصرف المال.

5- التعاون لإعداد الطعام أو كعكة لذيذة، ليس فقط وقت رائع ومحبوب لدى كل الأطفال - إعداد وجبته المفضلة بيده- وإنما أيضا يزيد الطفل ثقة بنفسه وذوقه ويساعده على تنمية مهاراته، ويغرس في نفسه حب المساعدة والمشاركة.

**رابعا: دور الترفيه في حياة الأسرة:**

بصفة عامة الترفيه له دور كبير في حياة الأسرة، حيث أن وقت الفراغ الذي يقضيه أفرادها مع بعضهم البعض، يزيد من تماسكها واستقرارها وذلك من خلال تقارب أفرادها واكتسابهم مهارات وفنون التضحية والتحلي بالروح الجماعية لتحقيق أهداف مشتركة.

ويمكن تلخيص فوائد الترفيه داخل الأسرة في النقاط التالية:

- ينمي الترفيه الود والمحبة بين أفراد الأسرة ويقوي العلاقة بينهم، فكلما اشترك أفراد الأسرة في برنامج ترفيهي وتنافسوا عليه زادت قوة علاقتهم وارتباطهم ببعضهم البعض.

- يلبي الترفيه حاجة من حاجات الإنسان النفسية، فالإنسان يميل إلى كل النشاطات التي تدخل السرور في نفسه وتخفف عنه القلق وخاصة إذا شاركه هذه النشاطات أشخاص يحبهم.

- يقلل من حدة المشاكل والنزاعات بين أفراد الأسرة.

والترفيه أحيانا يجب أن يمارس بين الزوجين لوحدهما نظرا لأهميته في قتل الفتور والملل وهذا ما أكدته النتائج التي توصلت إليها الباحثة " صباح عياشي " في رسالة الدكتوراه حول الاستقرار الأسري، والتي تعد أول مرجع قوي في عالم الأسرة، حيث تناولت إحدى فرضياتها تنزه الزوجين لوحدهما حينا ومع أبنائهما حينا آخر يجدد نسبيا العلاقة الزوجية واستقرار الأسرة، توصلت إلى نتيجة مفادها " أن تنزه الزوجين على انفراد (بدون أطفال) هو أحد الأشكال الحديثة للترفيه في الأسر النووية حيث تسمح بالتخفيف من ثقل المسؤوليات والأعباء والترويح عن النفس وتجديد روابط المحبة بينهما." [1].

فنوع العلاقة التي تربط الزوجين لها أثر كبير على الأبناء وعلى الأسرة ككل، وخروج الزوجين للترفيه لوحدهما من حين لآخر، يجدد الحب بينهما ويقوي المشاعر الإيجابية ويزيد من تماسك الأسرة و"هناك أشكال عديدة للتنزه: نزهة خارج مقر السكن في الطبيعة أو جولة بسيطة في أماكن التسلية أو مرفق عام في المدينة أو قد يكون سفرا داخل أو خارج البلاد ويتطلب تخطيطا وتنظيما ليبقى معلما في ذاكرة الزوجين."[2].

## خاتمة:

لقد مكننا هذا العرض والتحليل من معرفة التعاريف المختلفة والمتقاربة في المفهوم والتي أطلقت للدلالة على معنى الترفيه، فأطلق عليه مفهوم الترويح، الوقت الحرّ، وقت الفراغ، النشاط الترفيهي، وفي مجملها لها دلالة واحدة ألا وهي التخلص من الملل والقلق بعد التفرغ من المسؤوليات، ولقد سلّطنا الضوء على أهمية ممارسة الترفيه داخل الأسرة ومساهمته في الترابط والتلاحم بين الأفراد، بإعتبار وقت الفراغ هو وقت للعيش، النمو، التعلم والارتياح، وهو وقت لإثراء الشخص؛ ما يعني أن مهامه ثلاثية: وقت الراحة، المرح، والتطوّر، وعلى الأسرة توجيه أبنائها لاستغلال هذا الوقت أحسن استغلال، لأننا إذا لم نستفد من وقت الفراغ سيصبح مصدرًا للضياع فلاستعمال المفرط ودون مراقبة يصيب صاحبه بالضرر، كالإدمان على ألعاب الفيديو والألعاب الإلكترونية والافتراضية يُؤدي

(1) - صباح، عياشي، الاستقرار الأسري وعلاقته بالتكافؤ والتكامل بين الزوجين في ظل التغيرات التي عرفها المجتمع الجزائري، أطروحة دكتوراه دولة، الجزائر: كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، 2008، ص 745.

(2) - صباح، عياشي، نفس المرجع، ص 745.

بالطفل إلى الانعزال عن الآخرين والتفرغ لعالمه فقط بالإضافة إلى المخاطر النفسية والعقلية التي يُخلفها الاستعمال السيئ لوسائل الترفيه.

### خامسا: اقتراحات لدعم الترفيه الأسري:

1- ضرورة تعميم فكرة أهمية الترفيه الأسري والتخطيط له.

2- التنسيق بين الأخصائيين الاجتماعيين والمختصين في الترفيه لوضع برامج ترفيهية عائلية متنوعة تخص كل الأعمار.

3- وضع برامج تثقيفية وتوعوية للأسر لتحسيسهم بمدى أهمية النشاطات الترفيهية للطفل وإختيار الوسائل التي تناسب عمره وقدراته العقلية.

4- على الدولة تمويل مراكز الترفيه العائلية لضمان توفير الأمن وتحسين الخدمات للأسر.

5- على الأسرة برمجة أوقات الفراغ وجعلها ذات أولوية لتمضيتها مع الأطفال، مع العمل على التنويع في الوسائل الترفيهية لقتل الملل وخلق جو النشاط والتجديد.

## المراجع

### المراجع العربية:

1. ابن منظور، لسان العرب، حرف الثاء، مادة ثقف، الجزء الثالث، لبنان: بيروت، دار صادر. ط1، 2003.

2. بن يعقوب، محمد الدين محمد، الفيروز، أبادي، القاموس المحيط، بيروت: دار الجيل، 1952.

3. حمريش، سامية، القيم الدينية ودورها في التماسك الأسري، رسالة ماجستير، الجزائر: جامعة باتنة، كلية العلوم الاجتماعية والعلوم الإسلامية، قسم علم الاجتماع، تخصص علم الاجتماع الديني، إشراف/ مراد زعيمي، 2009.

4. جميل، حمداوي، الثقافة، مفاهيم ومقاربات-نحو سوسيو-أنثروبولوجية"، دون بلد النشر: ط1، 2016.

5. الدرويش، الحبيب، أية علاقة للثقافة والترفيه بمؤسسات الوقت الحرّ"، أفكار مجلة فكرية إلكترونية، تونس: كلية الأدب والعلوم الإنسانية، قسم علم الاجتماع، 04 أفريل2017.

6. دودو بلقاسم، نصير أحميدة، أهمية التوجهات والممارسات الترويحية في استقرار وتماسك الأسرة"، الملتقى الوطني الثاني حول الاتصال وجودة الحياة في الأسرة، الجزائر: جامعة قصدي مرباح، ورقلة، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، قسم العلوم الاجتماعية، 2013.

7. الرازي، محمد بن أبي بكر، مختار الصحاح، بيروت: دار الكتب العلمية، 1983.

8. صباح، عياشي، الاستقرار الأسري وعلاقته بالتكافؤ والتكامل بين الزوجين في ظل التغيرات التي عرفها المجتمع الجزائري، أطروحة دكتوراه دولة، الجزائر: كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، 2008.

9. العناني، حنان عبد الحميد، الطفل والأسرة والمجتمع، الأردن: دار صفاء للنشر والتوزيع، ط1، 2000.

10. غيث، محمد عاطف، قاموس علم الاجتماع، دار المعرفة الجامعية، 2006.

11. وهيبة، عيساوي، أثر الثقافة التنظيمية على الرضا الوظيفي، مذكرة ماجستير، الجزائر: جامعة تلمسان، 2012.

**المراجع الأجنبية:**

1. Dumazedier, Joffre, Ripert, Aline, **Loisir et culture**, Paris: Edition du seuil ,1966.

2. Dumazedier, Joffre, **Vers une civilisation du loisir**, Paris: Edition du seuil,1972.

3. Heindrik, Jouane, **L'enfant une approche globale pour son développement**, Canada: Presse de l'université du Québec, 1ère édition,1993.

4. G,Coron, J,Pmure, **Loisir du Mythe à la réalité**, Paris: Institut d'urbanisme de l'université de paris ,1996.