

## بناء مقياس الاتجاهات نحو أوقات الفراغ والترويح

\* د. محمد الحماحي

### المقدمة :

أصبح التحدي الذي يواجه كل مجتمع منذ عصر التكنولوجيا هو: كيفية استثمار وقت الفراغ ومواجهة زيادة الطلب على الترويح ، بعد إن أطلق على العصر الذي نتواجد به العديد من المسميات، أهمها : عصر التكنولوجيا ، عصر الإنسان الجالس، عصر الفراغ ... ولذا فقدت اهتمام الدول المتحضرة بطرق ووسائل استثمار أوقات الفراغ لدى أبنائها من صغار السن وكبارهم .

يشير كل من محمد الحماحي وعائدة عبد العزيز إلي أن أهمية وقت الفراغ ترجع إلي أنه يعد وقت اكتساب المهارات والقيم والخبرات التربوية والاجتماعية ، كما أنه الوقت الذي من خلاله يتم إشباع الهوايات والميول والحاجات ، الترويح عن الذات، تنمية الموهبة ، كما يعد الوقت الذي يمكن للفرد من خلاله : الابتكار والإبداع ، تحقيق التوازن النفسي ، تنمية الشخصية الإنسانية بوجه عام (11 : 17 ، 18).

كما يرى كل من كمال درويش ومحمد الحماحي أن الدول تقاس حضارتها وبقا لقدرتها على دعم القيم والاتجاهات الإيجابية نحو الفراغ كنظام اجتماعي له العديد من الوظائف التربوية على كل من :المستوى الاجتماعي والفردي ، كما يشير إلى ناش Nash يؤكد على قيمة المشاركة في أوجه نشاط وقت الفراغ ، وذلك باعتبارها إحدى القيم التي يستند إليها الفراغ كنظام اجتماعي. (26:8)

ويشير خليفة بهبهاني إلى ناش أن Nash يرى أنه يمكن تصنيف استغلال وقت الفراغ من خلال أسلوبين ، أحدهما يتميز بالإيجابية والآخر يتصف بالسلبية ، كما يؤكد على أهمية استثمار وقت الفراغ لإثراء حياة الإنسان ، وأنه لا يجب النظر إلى وقت الفراغ على أنه وقت خال ، وكذلك يرى أنه يجب إدراك أن الترويح يعد تعبيراً عن رغبات الفرد واهتماماته في وقت الفراغ (38:3)

ويرى كل من Peter & Thomas أن الفراغ Leisure يرتبط بالحرية freedom، وأن مضمون الإحساس بالحرية يختلف من فكر لآخر وفقاً للبيئة

---

\*- أستاذ الترويح الرياضي بكلية التربية الرياضية للبنين بجامعة حلوان.

والسياق الاجتماعي الذين ينتمي إليه الفرد ، إذ أن تحديد معنى الحرية يتأثر بكل منهما. (29:17)

كما يشير كل من كمال درويش وأمين الخولي إلى أن Chubb & Chubb يؤكدان على أن اعتبار نشاط ما ينتمي للترويح ، إنما يتوقف على الاتجاهات النفسية للفرد نحو ذلك النشاط ، وأنه من الصعوبة التمييز بين أغلب أوجه النشاط التي يمارسها الفرد لارتباط ذلك بأصولها الثقافية ، إذ أن الحاجة الإنسانية قد تتحول إلى ترويح ، إذا ما وجد فيها الفرد متعته وبهجته وانتعاشه. (21:7)

ويرى محمود طلبية أن موضوع الاتجاهات يمثل أهمية تربوية باعتباره أحد أهم أنواع عملية التنشئة الاجتماعية التي تهتم بتكوين اتجاهات الفرد نحو موضوعات أو مواقف ترتبط بممارسة أوجه نشاط الترويح في أوقات الفراغ ، وذلك على مدى مراحل العمرية (317:16)

ولذا فإن دراسة الاتجاه تؤدي إلى التعرف على الموافقة أو معارض الفرد نحو الموضوع الاتجاه ، وكذلك معرفه شدته أو قوته ومدى ثباته ، كما أن قياس الاتجاه يسمح بتوقع تطبيق سلوك الفرد نحو موضوع الاتجاه ونوعية الاستجابة له ، ولأهمية دراسة الاتجاهات في مجال أوقات الفراغ والترويح في توقع طبيعة سلوك الفرد نحو مضمون كل منهما ، وذلك باعتبار أن الاتجاه يوجه استجابته بطريقة تكاد تكون ثابتة نسبياً ، كما يعمل على تدعيم الاتجاهات الإيجابية وتغيير أو تعديل الاتجاهات السالبة نحوها - غير المرغوب فيها - وكذلك التمهيد لتكوين اتجاهات مرغوب فيها والعمل على تنميتها ، فقد قام الباحث ببناء مقياس "الاتجاهات نحو أوقات الفراغ والترويح" للتعرف على اتجاهات الأفراد نحو ذلك المجال التربوي من خلال قياس طبيعة وشدة درجات الموافقة أو المعارضة للمفردات التي تعبر عن الاتجاه نحو مضمونها، كما أن الاتجاهات في مجال أوقات الفراغ والترويح يواجه نقصاً في المقاييس والاختبارات النفسية التي ترتبط بالمجال .

**هدف الدراسة :**

يتحدد هدف الدراسة في بناء مقياس للاتجاهات نحو أوقات الفراغ والترويح

**أدبيات الدراسة :**

يرى محمد الحماحي وعائدة عبد العزيز أن ميول الأطفال نحو اللعب والهوايات يتأثر تكوينها بالميول السائدة في الأسرة وبموقف الكبار واتجاهاتهم نحو ميول أبنائهم وأخواتهم ، ولذا فإن أهمية اللعب في حياة الأطفال تتحدد أساساً بوعي الوالدين وبوعي

الكبار من الأشقاء (11:177) ، ويشير كل من كمال درويش ومحمد الحماحمي إلي أن للأسرة دور في تنمية ميول أطفالها وتكون اتجاهاتهم نحو أوجه نشاط أوقات الفراغ والترويح حتى يمكنهم استثمار أوقات فراغهم والبعد عن الانحراف عن المسار التربوي . (8:104)

كما تري تهاني عبد السلام أن للمؤسسات التعليمية دور هام في التربية للفراغ Education for Leisure وذلك من خلال تنمية فلسفة تربويه عن الفراغ واللعب والترويح لدي المتعلمين ، وتدریس لهم المعلومات والمهارات ، وتنمية الرغبات والاهتمامات والاتجاهات الايجابية نحو وقت الفراغ ، والعمل على إرشاد المعلمين نحو كيفية استثمار وقت فراغهم (1:214)

ويشير وليم فونس William – Faunce إلى أن المسئولية الأولى للمدارس التعليمية هي تقرير العديد من الاتجاهات التي تؤدي إلي إتاحة الفرص لاستثمار وقت الفراغ ، وأن وظيفة المدارس لا يجب أن تقتصر على تنمية المعرفة ، بل يجب أن تهتم إلي جانباً ذلك تنمية القدرات والمهارات للاستفادة منها في استثمار أوقات الفراغ. (189) (النظرية ) ، ويؤكد على ذلك برتراند راسل Bertrand Russull ، إذ يشير إلى أن من أهداف التعليم بث وتنمية الاتجاهات التي يمكن لها أن تتيح للفرد استخدام وقت فراغه بذكاء . (8:122)

ويرى كل من محمد الحماحمي وأحمد سعيد أن لوسائل الإعلام الجماهيري دور هام في تشكيل الاتجاهات ايجابية نحوها ، وذلك من خلال تزويد المتلقين لرسائلها الإعلامية بالمعلومات والمعرفة المرتبطة بالعديد من الموضوعات والقضايا المعاصرة المطلوب تكوين اتجاهات ايجابية نحوها ، ومن خلال ذلك يتم تكوين المكون المعرفي وتدعيم الجانب الوجداني وتنمية المشاعر نحو تلك الموضوعات أو القضايا ، وذلك بغرض أن تجد قبول لديهم ، وبالتالي تساهم في تكوين المكون الوجداني للاتجاه لديهم، كما أنه يتم تكوين المكون السلوكي فيما بعد نتيجة لتكوين كل من المكونين السابقين – المعرفي والوجداني – مما يؤدي إلي سلوك المتلقين لتلك الرسائل الإعلامية لأفعال مرغوب فيها ، والتي هي محور تشكيل الاتجاهات نحوها(10:36) .

ويوضح كل من Hillel & Atara أن هدف التربية للفراغ Leisure Education يتحدد بوجه عام في معاونة المتعلمين للوصول إلى نوعية مرغوبة من الحياة من خلال الفراغ، وان ذلك يمكن أن يتحقق عن طريق تعليم وتنمية القيم

والاتجاهات والمعلومات والمهارات المرتبطة بالفراغ ، والتأكيد على ضرورة تربية المتعلمين اجتماعيا وبدنيا ووجدانيا وعقليا ، كما يرى كل منهما أن تلك المسؤولية تقع على الأسرة ومؤسسات المجتمع ككل(6:20)

ويشير محمد السمودي إلى انه يجب من خلال التربية الترويحية العمل على تنمية الاهتمامات والمهارات التي تتطلبها المجالات المتعددة للترويح ، كما يجب تهيئة فرص للأفراد لممارسة الحياة التي تتسم بالتجديد وتعلم المعلومات وتكوين الاتجاهات التي تمنح المعنى للحياة وتجعلها أكثر إشراقا وبهجة.(15:57)

ويرى بيير Pieper أنه يجب النظر إلى الفراغ Leisure على كونه اتجاه عقلي وروحي ، وأنه ليس ناتجا عن عوامل خارجية ، أو نتاج لوقت الفراغ اليومي أو العطلات الأسبوعية أو الإجازات الصيفية.(19:40)

ويشير محمد حسن علاوي إلى أن الإنسان يقوم بالعديد من أوجه النشاط من خلال تفاعله مع البيئة ، إذ أنه يقوم باستمرار بنشاط يتميز بتعدد أبعاده وتباين اتجاهاته

(13:14).

ويوضح حسني ألبالي أن الاتجاه لا يتمثل في وجود مادي ملحوظ ، بل هو مجرد تكوين فرضي Hypothetical Contrust يستدل على وجوده من الأثر الذي يتركه ، وأنه عادة ما يعبر عنه بشكل لفظي ، وذلك من خلال استجابة الفرد للمفردات التي تقيس الاتجاه ، أو من خلال رد الفعل لموقف إسقاطي معين Projective technique أو تكلمة عبارة أو فكرة ، كما يرى أن مفهوم الاتجاه يتضمن ما يلي : وجود موضوع يتمركز حوله الاتجاه ، التعبير عن تقدير قيمة ما يدور حوله ، التميز بالثبات النسبي ، التنبؤ بالسلوك (2:236) .

بينما يشير وارن Warren إلى أن الاتجاه هو استعداد نفسي يتكون بناء على ما يمر به الفرد من خبرات خلال حياته ، والتي يمكن أن تؤدي إلى إحداث تغييرات في مجال الاتجاه الذي يتصف بالتحيز أو الرفض أو الحيادية(9:75).

كما يشير سعد عبد الرحمن إلى أن الاتجاهات النفسية هي حصيلة تفاعل الفرد مع المثيرات المتنوعة التي تنجم عن البيئة بأنماطها ونماذجها الثقافية والحضارية الموروثة عن الأجيال السابقة (4:364).

ويوضح كل من Stahlberg, Frey وسعد عبد الرحمن أن للاتجاه ثلاثة مكونات components هي: المكون المعرفي الذي يعبر عن الاستجابات الإدراكية ، والمكون الوجداني الذي يعبر عن الاستجابات الانفعالية ، والمكون السلوكي أو

النزوعى الذي يعبر عن السلوك behavioral predisposition (21 : 124 - 195) ، (365,364:4).

ويؤكد محمد إبراهيم أن الاتجاهات تتعدد وفقاً للمقصد منها ، فقد تشير إلى ميل مؤيد أو ميل مناهض أو ميل محايد إزاء الموضوعات والطبقات الاجتماعية والأشخاص ، وإن تعريف الاتجاه يشير إلى ما بين الاستجابات من أتفاق واتساق ، وأن من شأنه أن يساعد المشتغلين بمجال علم النفس الاجتماعي على التنبؤ بالسلوك المقبل، ولذا فإن كل من كرتش وكرتشفيلد Krech & Crulshfield يعرفان الاتجاه بأنه تكوين دائم من أن الدوافع والإدراك والانفعالات والعمليات المعرفية المرتبطة بجوانب حياة الفرد(75:9).

كما أن نيوكمب Newcomb يفرق بين كل من الدوافع والاتجاهات ، إذ يرى أن الدوافع ترتبط بالحالات التي ينشط فيها الفرد بغرض تحقيق أهداف محددة ، بينما الاتجاهات ترتبط بالفرد في جميع حالاته ، ومن ثم فإنها تتصف بالديموم والاستمرار النسبي ، كما تعد الاتجاهات أكثر شمولية وعمومية من الدافع (4 : 363 ، 364) .

و يرى حسني الجبالي أن العلاقة بين الاتجاه والسلوك Behavior تتلخص في أن الاتجاه يُعبر عن الاستجابة الوجدانية للفرد التي يستدل عليها من خلال عملية القياس ، بينما السلوك يشير إلى الاستجابة الظاهرة لدى الفرد ، كما أن قوة العلاقة بينهما تتأثر بالعوامل التالية : قوة الاتجاه التي تعبر عن مدى اتساق الاتجاه مع السلوك الصادر عن الفرد ، اتساق الكون المعرفي مع المكون الوجداني للاتجاه ، الضغوط الموقفية (254:2) ، كما يشير إلى أن إيزنك Eysenck يوضح العلاقة بين الرأي Opinion والاتجاه Attitude ، من خلال رؤيته أن الاتجاه يمثل الوحدة الأكثر تركيباً ، ومن ثم فإن الاتجاه يمثل عدداً من الآراء التي تتدرج على بعد الموافقة والمعارضة لموضوع الاتجاه.(248:2)

كما يوضح كل من Andrew Michener & John Delamater أن العلاقة relation بين كل من الاتجاهات attitudes والسلوك behavior تتوقف على طبيعة الاتجاه ذاته ، وإن الدراسات العلمية التي تناولت بحث العلاقة فيما بينهما ، قد أشارت إلى وجود ارتباطي إيجابي positive correlation بينهما ، وإن ذلك يرجع إلى تأثير أربعة متغيرات variables ، وهى : قوة وشدة الاتجاهات ، خصوصية الاتجاهات ، التوافق أو الاتساق فيما بينهما ، الضغوط الموقفية situational constraints (162,161:18) ويرى حسني الجبالي أن الاتجاه يشير

إلى (استجابة) الوجدانية للفرد ، والتي يستدل عليها من خلال عملية القياس ، بينما السلوك يشير إلى الاستجابات الظاهرة لدى الفرد وإلى العوامل المؤثرة في درجة واتجاه العلاقة بين الاتجاه والسلوك والتي من أهمها : (2: 254، 255)

- قوة الاتجاه : كلما كانت المشاعر تتميز بالقوة ، كان سلوك الفرد أكثر اتساقاً مع اتجاهاته .
  - ثبات الاتجاه واستقراره : إذا أن تغير الاتجاهات من مرحلة عمومية لأخرى يُعد مسئولاً عن عدم الارتباط القوي بين الاتجاه والسلوك .
  - ارتباط الاتجاه بالسلوك أكثر اتساقاً مع الاتجاهات الأكثر تحديداً وخصوصية عن اتساقه بالاتجاهات العامة .
  - بروز الاتجاه : إذا أن تمركز الاتجاه وارتباطه بالسلوك يُعد من المحددات الهامة للاتساق بينهما.
  - اتساق المكون المعرفي مع المكون الوجداني للاتجاه : إذا أن وجود اتساق بين تصورات الفرد أو المعرفة التي اكتسابها من جانب والمشاعر والأحاسيس التي يبديها نحو موضوع معين ، إنما يؤدي إلى تكوين علاقة قوية بين اتجاهه وسلوكه الفعلي ، الضغوط الموقفية : إذا تختلف تأثير الاتجاهات على السلوك باختلاف المواقف وما يتضمنه من ضغوط .
- ولذا يرى محمد العربي شمعون أن الاتجاهات من أهم الموضوعات التي ترتبط بسلوك الإنسان ، وأن موضوع الاتجاه يعد محور علم النفس والدراسات السلوكية مهما تعددت أنواعها ، وأنه يتكون من أربعة عناصر أساسية تتفاعل فيما بينها لتشكيله ، وهي : المكون الإدراكي ، المكون المعرفي ، المكون الانفعالي ، المكون السلوكي ، كما يمر تكوين وتشكيل الاتجاه بثلاث مراحل ، هي : المرحلة الإدراكية ، المرحلة التعليمية ، المرحلة التقريرية.

(12: 423، 424)

ويحدد محمد إبراهيم أهم وظائف الاتجاهات التي قد اتفق الرأي بين علماء النفس الاجتماعي عليها وهي : تحدد الاتجاهات طريق السلوك وتفسره ، تنظم عمليات الدافعية والانفعالية والإدراكية المعرفية حول بعض العناصر المتواجدة بالبيئة المحيطة بالفرد ، تتضح الاتجاهات في سلوك الفرد من خلال أقواله وأفعاله وتفاعله مع الآخرين وفقاً للثقافة التي تميز المجتمع الذي يحيى فيه ، تيسر للفرد القدرة على القيام بسلوك واتخاذ القرارات في المواقف النفسية المتعددة بشكل يتميز بالاتساق ، تبلور وتوضح طبيعة العلاقة بين الفرد وعالمه الاجتماعي ، توجه استجابات الفرد للأشخاص والأشياء والموضوعات بشكل يكاد يكون ثابتاً ، تؤدي إلى أن يحسن الفرد ويدرك ويفكر بطريقة محددة إزاء موضوعات بيئته الاجتماعية ، تعبر الاتجاهات المعلنة عن مسابرة الفرد لما يسود مجتمعه من معايير وقيم ومعتقدات . (9 : 77 ، 78 )

وقد أشار عماد مخيمر إلي أن أصحاب نظرية التعلم الاجتماعي Social Learning وفي مقدمتهم باندورا Bandura قد اهتموا بدراسة العلاقة بين كل من : الاتجاهات والسلوك باعتبار أن الاتجاهات هي المحرك الرئيسي للسلوك ، الاتجاهات والعمليات المعرفية باعتبار أن العمليات المعرفية مكوّن رئيسي للاتجاهات وعامل رئيسي في كيفية تكوينها وتغييرها ، الاتجاهات ودور التعلم بمصاحبة النموذج Model في تشكيلها وتغييرها.(55: 56)

ويؤكد سعد عبد الرحمن أن الاتجاهات النفسية كموضوع يحتل أهمية مرموقة في مجال علم النفس - بوجه عام - و في مجال علم النفس الاجتماعي - بوجه خاص - وذلك للصلة المتميزة بين الاتجاهات والسلوك البشري في المواقف الحياتية اليومية ، ولذا فإن دراسة الاتجاهات تحتل أهمية أكاديمية بقدر ما تحتل أهمية تطبيقية (4:361) .

كما يشير محمد العربي شمعون إلي أن مقاييس الاتجاهات تقوم على أسس ، أهمها : تناول المقياس مشكلة تتميز بالحدائثة تختلف الآراء عليها ، استجابة الفرد للتساؤلات التي تتضمنها المشكلة يجب أن تتقرر بشعوره أو وجدانيته نحوها ، ضرورة أن توضح التساؤلات بشكل ما درجة شعور الفرد بالإيجاب أو السلب نحوها وذلك حتى يمكن التمييز بين الأفراد في درجة شعورهم اتجاهاتهم (12:425).

ويُعد مقياس ليكرت Likert الذي تم إعداده عام (1932) أسلوباً أو طريقة جديدة لقياس الاتجاه النفسي، وتتلخص الطريق المتبعة في إعداده في النقاط التالية :

(18:151)، (5:68 ، 69) ، (4:374-379)

- تحديد المبحوثين لدرجة موافقتهم أو رفضهم لكل مفردة يشتمل عليها المقياس (موافق بشدة، موافق ، محايد ، غير موافق ، غير موافق مطلقاً ) .
- يتم اختيار المفردات التي يتضمنها المقياس من عدد كبير من المفردات التي يمكن جمعها من المراجع والدوريات العلمية والاختبارات النفسية ، وبحيث تتميز تلك المفردات بالمعنى المحدد والواضح ، بحيث توضح الاتجاه الموجب أو الاتجاه السلبي .
- يتم إيجاد قيم معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للمقياس ، حتى يتم استبعاد المفردات التي قيم معامل ارتباطها تكون غير دالة إحصائياً على ارتباطها بالدرجة الكلية للمقياس .
- يفضل أن يقتصر المقياس على موضوع واحد ما ، إلا أنه يمكن أن يتضمن المقياس أكثر من موضوع ، وبذلك يتم تحديد عدد من الأبعاد التي تعبر عن تلك الموضوعات ، وعلى أن يتم

إيجاد قيم معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والبعد الذي تنتمي إليه حتى يتم استبعاد المفردات التي قيم معامل ارتباطها تكون غير دالة إحصائياً على ارتباطها بالدرجة الكلية للبعد . ولذا فإن تحليل الاتجاه النفسي نحو موضوع ما إلى عدد من العناصر أو المكونات ، إنما يساعد على اختيار الوحدات أو البنود والأبعاد التي سوف يشتمل عليها المقياس ، مع مراعاة أن يتم ذلك في ضوء المعرفة الكاملة بخصائص المبحوثين الذي سوف يتم تطبيق المقياس عليهم ، كما أنه يجب جمع عدداً مناسباً من المفردات التي تربطها علاقة بعناصر الاتجاه المراد قياسه ، وأن يكون الاختيار دقيقاً في تقرير وصياغة المفردات التي سوف يحتوي عليها المقياس ككل.(69:5)

ويري سعد عبد الرحمن أن مقياس ليكرت Likert تميز بأنه يعطي تقديراً دقيقاً لمدى موافقة أو رفض المفحوص لموضوع ما ، وذلك يكون بناءً على التدرج الذي يتبع كل بند من بنود المقياس ، كما أنه من الممكن أن يشمل المقياس على مجموعة من البنود أو المفردات المختلفة في المضمون أو المعنى ، مما يسمح بالقيام بأنواع من التحليل الأكثر دقة لمعنى الاتجاه النفسي موضوع أو محور القياس .(4: 378 ، 379 ) .

قام كل من غير راغب و جاكوب يرد بتصميم مقياس " الاتجاه نحو وقت الفراغ " ويتضمن ثلاثة أبناء رئيسية هي : (14:457)

- البعد المعرفي Cognitive للاتجاه : الذي يتمثل في المعارف العامة للفرد ومعتقداته عن وقت الفراغ والخصائص التي تميزه ، وكذلك يعبر عن أهميته وارتباطه بالجوانب المختلفة لحياة الإنسان

- البعد الوجداني Affective للاتجاه : الذي يُعبر عن مشاعر الفرد نحو وقت فراغه وعن درجة تقبله أو ميله لأوجه نشاط وخبرات وقت الفراغ .

- البعد السلوكي Behavioral للاتجاه : الذي يتضمن التعبير اللفظي عن السلوك الإيجابي نحو الممارسة الفعلية لأوجه نشاط وقت الفراغ في كل من الحاضر والمستقبل .

ولقد تم اختيار صدق المقياس بطريقتين من خلال الصدق المنطقي بعرض مفرداته على (15) من الخبراء في مجال الترويج ووقت الفراغ وعلم النفس الاجتماعي ، وذلك لإبداء رأيهم في المقياس ، ومن خلال صدق المحك ، وقد أشارت النتائج إلي تدعيم كل من الصدق ، المنطقي والمرتبط بالمحك ، كما تم اختيار ثبات المقياس من خلال الاتساق الداخلي ، ولقد بلغ معامل ألفا Alpha للثبات (0.91) للبعد المعرفي ، (0.93) للبعد الوجداني ، (0.89) للبعد السلوكي ، بينما بلغ (0.94) للمقياس ككل .(14:458).



## إجراءات الدراسة :

سوف يقوم الباحث بعرض الإجراءات العلمية التي اتبعها لتحقيق الهدف من البحث مستخدماً في ذلك كل من المنهج الوصفي والمنهج الإحصائي لبناء المقياس "الاتجاهات نحو أوقات الفراغ والترويح"

### الإجراءات العلمية لبناء مقياس الاتجاهات نحو أوقات الفراغ والترويح :

لقد اتبع الباحث الإجراءات العلمية التالية لبناء المقياس:

- الاطلاع على القراءات النظرية المرتبطة بموضوع الاتجاهات النفسية بوجه عام ، والمرتبطة بالاتجاهات نحو أوقات الفراغ والترويح بوجه خاص .
- القيام بدراسة تحليلية لمقاييس الاتجاهات نحو كل من أوقات الفراغ أو الترويح للتعرف على الأبعاد التي تتضمنها والمفردات التي يحتوى عليها كل بعد منها .
- تطبيق أهم ما يجب مراعاته في بناء المقياس وفقاً لطريقة ليكرت Likert (5:68,69) ، ( 374:4 - 379 )
- تحديد أربعة أبعاد للمقياس: **البعد الأول** : الاتجاه نحو مفهوم وقت الفراغ ، وقد اشتمل على (9) مفردات ، **البعد الثاني** : الاتجاه نحو مفهوم الترويح ، وتضمن (24) مفردة ، **البعد الثالث** : الاتجاه نحو العائد من الترويح (الأهداف) ، وقد احتوى على (25) مفردة ، **البعد الرابع** : والاتجاه نحو التنشئة الاجتماعية للترويح ، وقد شمل (12) مفردة .
- تحديد ميزان تقدير خماسي (موافق تماماً) ، ( موافق ) ، (غير متأكد) ، (غير موافق) ، (غير موافق تماماً) وقد تم تحديد الدرجات التالية (1,2,3,4,5) على التوالي للمفردات الإيجابية التي تدل الموافقة عليها على اتجاه إيجابي ، (1,2,3,4,5) على التوالي للمفردات السالبة التي تدل الموافقة عليها على اتجاه سلبي .
- عرض المقياس على (6) من الخبراء في مجال الترويح والاتجاهات النفسية ، وقد أقرروا مناسبة الأبعاد الأربعة للمقياس والمفردات التي تنتمي لكل بعد .
- تطبيق المقياس في صورته المبدئية على عينة استطلاعية بلغ قوامها (100) مفحوص من جميع المراحل العمرية : الشباب (ن=40) ، متوسطي العمر (ن=37) ، كبار السن (ن=23) وذلك لاختبار مدى فهمهم لما تعبر عنه مفردات المقياس ووضوح معناها .
- اختبار الصدق : للتحقق من المعايير العلمية لمقياس اتجاهات نحو أوقات الفراغ والترويح ، قام الباحث بحساب الصدق Validity ، من خلال : صدق المحكمين وصدق الاتساق الداخلي

internal consistency كمؤشر على صدق المقياس عن طريق إيجاد الارتباط الثنائي بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه ، وذلك بتطبيق المقياس على (200) مبحوث ، وذلك كما هو موضح بالجداول التالية : (1,2,3,4)

- اختبار الثبات : قام الباحث بحساب الثبات reliability ، من خلال استخراج معامل ألفا (Alpha) للثبات وفقا للمعادلة الإحصائية لكل من كودر (Kuder) وريتشاردسون (Richardson) ووفقا لما أقترحه كرونباخ (Cronbach) ، وكذلك بالتجزئة النصفية باستخدام معادلة بيرسون .

### جدول (1)

معاملات قيم الارتباط بين درجة كل مفردة

والدرجات الكلية للبعد الأول (ن = 200)

م	قيمة الارتباط	م	قيمة الارتباط
1	0.755	6	0.727
2	0.689	7	0.537
3	0.584	8	0.084
4	0.660	9	0.479
5	0.503		

قيمة الارتباط الجدولية (0.159) عند مستوى (0.05) ، قيمة الارتباط الجدولية (0.208) عند مستوى (0.01)

يتضح من جدول (1) أن قيمة (ر) جاءت دالة إحصائيا عند مستوي (0.05) على مفردات البعد الأول فيما عدا المفردة رقم (8) ، وبذلك يصبح عدد مفردات البعد الأول (8) مفردات .

جدول (2)

معاملات قيم الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجات الكلية للبعد الثاني (ن = 200)

م	قيمة الارتباط	م	قيمة الارتباط	م	قيمة الارتباط
1	0.600	9	0.538	17	0.021
2	0.554	10	0.697	18	0.526
3	0.525	11	0.674	19	0.135
4	0.696	12	0.604	20	0.555
5	0.595	13	0.577	21	0.738
6	0.490	14	0.541	22	0.607
7	0.552	15	0.131	23	0.008
8	0.111	16	0.640	24	0.487

قيمة الارتباط الجدولية (0.159) عند مستوى (0.05) ، قيمة الارتباط الجدولية (0.208) عند مستوى (0.01)

يتضح من جدول (2) أن قيمة (ر) جاءت دالة إحصائياً عند مستوي (0.05) على مفردات البعد الثاني، فيما عدا المفردات أرقام (8 ، 15 ، 17 ، 19 ، 23) وبذلك يصبح عدد مفردات البعد الثاني (19) مفردة.

جدول (3) : معاملات قيم الارتباط بين درجة كل مفردة

والدرجات الكلية للبعد الثالث (ن = 200)

م	قيمة الارتباط	م	قيمة الارتباط	م	قيمة الارتباط
1	0.585	10	0.693	19	0.117
2	0.680	11	0.513	20	0.619
3	0.723	12	0.614	21	0.559
4	0.454	13	0.640	22	0.510
5	0.480	14	0.619	23	0.713
6	0.314	15	0.620	24	0.700
7	0.749	16	0.009	25	0.708
8	0.600	17	0.742		
9	0.521	18	0.774		

قيمة الارتباط الجدولية (0.159) عند مستوى (0.05) ، قيمة الارتباط الجدولية (0.208) عند مستوى (0.01)

يتضح من جدول (3) أن قيمة (ر) جاءت دالة إحصائياً عند مستوي (0.05) على مفردات البعد الثالث ، فيما عدا المفردات أرقام (16 ، 19) وبذلك يصبح عدد مفردات البعد الثالث (23) مفردة.

جدول (4) : معاملات قيم الارتباط بين درجة كل مفردة

والدرجات الكلية للبعد الرابع (ن = 200)

م	قيمة الارتباط	م	قيمة الارتباط
1	0.831	7	0.799
2	0.738	8	0.849
3	0.831	9	0.806
4	0.867	10	0.836
5	0.849	11	0.803
6	0.775	12	0.446

قيمة الارتباط الجدولية (0.159) عند مستوى (0.05) ، قيمة الارتباط الجدولية (0.208) عند مستوى (0.01)

يتضح من جدول (4) أن قيمة (ر) جاءت دالة إحصائياً عند مستوي (0.05) على جميع مفردات البعد الرابع ، وبذلك يصبح عدد مفردات البعد الرابع (12) مفردة .

جدول (5) : معاملات قيم الارتباط بين درجة كل بعد

والدرجات الكلية للمقياس (ن = 200)

م	أبعاد المقياس	معامل الارتباط مع الدرجة الكلية للمقياس
1	الاتجاه نحو مفهوم وقت الفراغ	*0.821
2	الاتجاه نحو مفهوم الترويح	*0.798
3	الاتجاه نحو العائد من الترويح (الأهداف)	*0.756
4	الاتجاه نحو التنشئة الاجتماعية للترويح	*0.873

قيمة الارتباط الجدولية (0.159) عند مستوى (0.05) ، قيمة الارتباط الجدولية (0.208) عند مستوى (0.01)

يتضح من جدول ( 5 ) ان قيم معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس قد تراوحت ما بين ( 0.756 ، 0.873 ) وجميعها دال إحصائياً عند مستوي ( 0.05 ) .

الثبات :

جدول (6) : قيم الثبات لمعامل ألفا Alpha لأبعاد المقياس

التجزئة النصفية		قيمة معامل ألفا Alpha	أبعاد المقياس
معامل ارتباط الجزئين	معامل ارتباط الجزء		
0.812	0.741	0.762	الاتجاه نحو مفهوم وقت الفراغ
0.818	0.770	0.801	الاتجاه نحو مفهوم الترويح
0.838	0.810	0.825	الاتجاه نحو العائد من الترويح (الأهداف)
0.900	0.822	0.892	الاتجاه نحو التنشئة الاجتماعية للترويح

قيمة الارتباط الجدولية (0.159) عند مستوى (0.05) ، قيمة الارتباط الجدولية (0.208) عند مستوى (0.01)

يتضح من جدول (6) أن قيم معاملات إيفا للثبات جاءت دالة عند مستوي (0.01) على جميع أبعاد المقياس، كما جاءت قيم معاملات التجزئة النصفية دالة عند مستوي (0.01) على جميع أبعاد المقياس مما يدل على أن المقياس على درجة عالية من الثبات .

جدول (7) : توصيف أبعاد المقياس في صورته النهائية

أرقام المفردات		عدد المفردات	أبعاد المقياس
السالية	الإيجابية		
6 ، 5 ، 4 ، 3 ، 2 ، 1	8،7	(8) من أرقام (8-1)	الاتجاه نحو مفهوم وقت الفراغ
20 ، 19 ، 17 ، 12 ، 24 ، 22 ، 21	18،16، 15، 14 13، 11، 10 ، 9 ، 27،26،25،23 ،	(19) من أرقام (27-9)	الاتجاه نحو مفهوم الترويح
41 ، 35 ، 33 50 ، 46،44	37،36،34 ، 32،31 ، 30،29 ، 28 ، 45 ، 43 ، 42،40 ، 39 ، 38 49،48،47	(23) من أرقام (50 -28)	الاتجاه نحو العائد من الترويح (الأهداف)
لا يوجد	58،57،56 ، 55،54،53،52،51 62،61،60،59	(12) من أرقام (62 - 51)	الاتجاه نحو التنشئة الاجتماعية للترويح

### الاستنتاجات :

في ضوء الهدف من البحث أصبح مقياس الاتجاهات نحو أوقات الفراغ والترويح قابل للتطبيق بعد التحقق من صدقه وثباته .

### التوصيات :

يوصي الباحث بتطبيق مقياس الاتجاهات نحو أوقات الفراغ والترويح على فئات وفقا للمراحل العمرية ونوع الجنس والمستوي الثقافي والاقتصادي والاجتماعي وطبيعة الدراسة العلمية .

**المقياس في صورته النهائية**  
**مقياس الاتجاهات نحو أوقات الفراغ والترويح**  
**إعداد : أ.د. محمد الحماحمي**  
**أستاذ الترويح الرياضي بكلية التربية الرياضية للبنين**  
**جامعة حلوان**

م	المفردات	موافق تماماً	موافق	غير متأكد	غير موافق	غير موافق تماماً
-	<b>البعد الأول : الاتجاه نحو مفهوم وقت الفراغ</b>					
1	يجب الاستفادة من وقت الفراغ في أداء عمل إضافي بدلاً من الاستفادة منه في الترويح					
2	يجب استفادة المتعلمين من وقت الفراغ في التحصيل الدراسي بدلاً من الاستفادة منه في الترويح					
3	يجب استفادة كبار السن من وقت الفراغ في الراحة والنوم لساعات أكثر بدلاً من الاستفادة منه في الترويح					
4	يجب استفادة المرأة من وقت الفراغ في أداء الأعمال المنزلية بدلاً من الاستفادة منه في الترويح					
5	يعد وقت الفراغ بمثابة وقت لا يجب أن يمارس خلاله الإنسان المعاصر أي نشاط					
6	يجب الاستفادة من وقت الفراغ في مشاهدة الفقرات والبرامج في وسائل الاتصال الجماهيرية (التلفزيون - القنوات الفضائية) ودون ممارسة أي نوع من مناشط الترويح					
7	يعد وقت الفراغ مصدراً لاكتساب القيم التربوية والاجتماعية من خلال الاستفادة منه في الترويح					
8	يعبر مفهوم وقت الفراغ عن أي نشاط حر بعيد عن القيود أو الالتزام في أدائه ويرتبط بضرورة احترام عادات وتقاليد المجتمع					
-	<b>البعد الثاني : الاتجاه نحو مفهوم الترويح</b>					
9	يعد الترويح وسيلة تربوية لاستثمار أوقات الفراغ					
10	يجب أن يقبل الفرد على ممارسة مناشط الترويح برغبة نابعة من ذاته ووفقاً لإرادته					
11	يعد الترويح ضرورة حيوية في حياة الأفراد في جميع					



					مراحلهم العمرية	
					تقتصر ممارسة مناشط الترويج على الأفراد من ذوي الدخل المادي المرتفع	12
					يعد الترويج من أوجه النشاط الهادفة لتحقيق السعادة للمشاركين في أحداثها	13
					يجب أن يتم الترويج عن الذات في وقت الفراغ المتاح للفرد	14
					يعد الترويج خبرة سارة	15
					يجب أن يكون من حق الجميع من كافة فئات المجتمع ممارسة مناشط الترويج	16
					لا تدخل أوجه النشاط الثقافي في إطار مناشط الترويج	17
					يعد الترويج من المناشط المقبولة اجتماعياً	18
					الأطفال فقط هم الذين في حاجة إلى الترويج	19
					يعد الترويج أحد وسائل إضاعة الوقت	20
					تقتصر ممارسة مناشط الترويج على الأفراد من ذوي المهارات العالية	21
					العمل الجاد والمتواصل يكون أفضل للفرد من الترويج عن الذات	22
					يجب أن يكون الترويج أسلوباً للحياة لدى الأفراد	23
					لا يجب على المرضى ممارسة مناشط الترويج	24
					يعد الترويج أحد وسائل التنمية البشرية والمجتمعية	25
					يعد الترويج في المجتمع المعاصر حركة واعية تستهدف صحة المواطنين	26
					يعد الترويج استخداماً واعياً لوقت الفراغ	27
					<b>البعد الثالث : الاتجاه نحو العائد من الترويج (الأهداف)</b>	-
					يهدف الترويج إلى تحسين نوعية الحياة لدى المشاركين في مناشطه	28
					يولد الترويج الإحساس بالرضا عن الذات	29

					يسهم الترويح في التغلب على ظاهرة العزلة الاجتماعية التي فرضتها ظروف الحياة العصرية	30
					يشبع الترويح الميل إلى الهوايات	31
					ينمي الترويح الموهبة التي تتولد لدى الأفراد نحو مناشطه	32
					ليس للترويح أي هدف أو عائد سوى قضاء وقت الفراغ	33
					للترويح العائلي أو الأسري دور هام في زيادة الترابط الأسري أو العائلي	34
					ليس من أهداف الترويح التنمية المعرفية للمشاركين في مناشطه	35
					يساعد الترويح على تجديد النشاط والحيوية لدى المشاركين في مناشطه	36
					يسهم الترويح في خفض معدلات الجريمة وتقليص ظاهرة تعاطي المخدرات في المجتمعات	37
					يؤدي الترويح إلى التغلب على الأسلوب النمطي أو الروتيني للحياة اليومية	38
					يتيح الترويح للمشاركين في مناشطه التعبير عن الذات	39
					يعمق الترويح الشعور بالألفة والصدقة والانتماء بين الأفراد المشاركين سويًا في مناشطه	40
					لا ينمي الترويح القدرة على التخيل أو التأمل أو الاستطلاع أو الاستكشاف	41
					يؤدي الترويح إلى إشباع حاجات الأفراد المشاركين في مناشطه	42
					تؤدي المشاركة في مناشط الترويح إلى اكتساب العديد من الخبرات التربوية والاجتماعية	43
					لا يهتم الترويح بإكساب العديد من أنماط السلوك السوي للمشاركين في مناشطه	44

					يؤدي الترويح إلى الاستمتاع بوقت الفراغ	45
					لا يؤدي الترويح إلى تنمية القيم الجمالية أو التذوق الجمالي لدى المشاركين في مناشطه	46
					يؤدي الترويح إلى خفض التوتر الناتج عن ضغوط الحياة اليومية	47
					يسهم الترويح في علاج بعض الأمراض النفسية كالقلق والاكتئاب النفسي	48
					يساعد الترويح في الوقاية من العديد من الأمراض المرتبطة بالقلب والأوعية الدموية	49
					لا يسهم الترويح في تأخير ظهور أعراض الشيخوخة المبكرة لدى المشاركين في مناشطه	50
					<b>البعد الرابع : الاتجاه نحو التنشئة الاجتماعية للترويح</b>	-
					يجب أن تهتم الأسرة أو العائلة بتنمية ميول أطفالهم منذ الصغر نحو مناشط اللعب والترويح	51
					يجب أن تهتم الأسرة بتوجيه أبنائها إلى نوع مناشط الترويح التي تناسب قدراتهم وميولهم	52
					يجب أن تهتم المؤسسات التعليمية بإعداد المتعلمين للاستمتاع بأوقات فراغهم بطريقة بناءة	53
					يجب أن تهتم المؤسسات التعليمية بتعليم المتعلمين المهارات والهوايات التي تؤهلهم لاستثمار أوقات الفراغ	54
					يجب أن تهتم مراكز الشباب والأندية بتوعية أعضائها لأهمية ممارسة مناشط الترويح	55
					يجب أن تهتم دور العبادة بتوعية الأفراد بأهمية استثمار أوقات الفراغ في الترويح	56
					يجب أن تهتم المؤسسات الإنتاجية في المجتمع بتنظيم محاضرات وندوات ومؤتمرات لتوعية العاملين بها بأهمية الترويح في تحسين كفاءتهم في العمل وزيادة الإنتاج	57

					يجب أن تهتم وسائل الإعلام الجماهيري بتكوين اتجاهات إيجابية لدى المواطنين نحو الترويج	58
					يجب أن تهتم وسائل الإعلام الجماهيري بتوعية المواطنين بأهمية الترويج للاستمتاع بحياتهم	59
					يجب أن تهتم الدولة بتوفير كافة الخدمات الترويجية للمواطنين لتحفيزهم على استثمار أوقات فراغهم	60
					يجب أن تهتم الدولة بالاستفادة من نتائج الدراسات العلمية في استشارة دافعية المواطنين نحو ممارسة مناشط الترويج	61
					يجب أن تهتم الدولة بالإعداد المهني للمسؤولين عن التنشئة الاجتماعية للمواطنين نحو الترويج	62

## المراجع العلمية :

1. تهناني عبد السلام : الترويح والتربية الترويحية : القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2001
2. حسنى الجبالى : علم النفس الاجتماعي بين النظرية والتطبيق . القاهرة ، مكتبة الأنجلو المصرية ، 2003 .
3. خليفة بهبهانى : أوقات الفراغ والترويح - مفاهيم وإدارة - الكويت ، شركة مطبعة لفيفل،2004.
4. سعد عبد الرحمن : القياس النفسي النظرية والتطبيق ، ط (4) ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2003 ،
5. عماد مخيمر : علم النفس الاجتماعي التطبيقي . القاهرة ، مكتبة لأنجلو المصرية ، 2011 .
6. فؤاد البهي، سعد عبد الرحمن : علم النفس الاجتماعي -رؤية معاصرة- القاهرة ، دار الفكر العربي 1999.
7. كمال درويش ، أمين الخولى : الترويح وأوقات الفراغ . القاهرة ، دار الفكر العربي ،2001،
8. كمال درويش ، محمد الحماحمى : رؤية عصرية للترويح وأوقات الفراغ . الطبعة الثالثة ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر 2007 .
9. محمد إبراهيم : مدخل إلى علم النفس الاجتماعي . القاهرة ، مكتبة الأنجلو المصرية، 2005 .
- 10.محمد الحماحمى ، أحمد سعيد : الإعلام التربوي في مجالات الرياضة واستثمار أوقات الفراغ ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 2006م.
- 11.محمد الحماحمى ، عايدة عبد العزيز مصطفى : الترويح بين النظرية والتطبيق . الطبعة السادسة ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 2009 .
- 12.محمدالعربى شمعون : علم النفس الرياضي والقياس النفسي. القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1999 .
- 13.محمد حسن علاوى :علم نفس الرياضة والممارسة البدنية . القاهرة ، المؤسسة السعودية بمصر ، 20012 .
- 14.محمد حسن علاوى :موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين . القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1998 .

15. محمد كمال السمودي : التربية الترويحية . المنصورة ، مطبعة 6 أكتوبر ، 2008
16. محمود إسماعيل طلبة : سيكولوجية الترويح وأوقات الفراغ . القاهرة ، إسلاميك جرافيك ، 2010
17. Goodale, Thomas., Witt, Peter. : Recreation and Leisure: Issues in an era of change. third edition, London, Venture Publishing, Inc. 1999
18. Michener Andrew, Delamater, John: Social Psychology. third edition ,Florida, Harcourt Brace & Company,1994.
19. Pieper, Josef: Leisure the basic of culture. New-York, Pantheon Books, 1952
20. Ruskin , Hillel., Sivan Atara.: Leisure Education toward the 21 ST Century. USA, Utah, Brigham Young University,1995.
21. Stahlberg, D., Frey, D.: Introduction to social Psychology. Cambridge, Black Well publisher,1988.

## بناء مقياس الاتجاهات نحو أوقات الفراغ والترويح

\* د. محمد الحماحمي

يتحدد هدف الدراسة في بناء مقياس للاتجاهات نحو أوقات الفراغ والترويح ، ولقد اشتمل المقياس على (4) أبعاد : البعد الأول : الاتجاه نحو مفهوم وقت الفراغ ، وقد اشمل على (8) مفردات ، البعد الثاني : الاتجاه نحو مفهوم الترويح ، وتضمن (19) مفردة ، البعد الثالث : الاتجاه نحو العائد من الترويح (الأهداف) ، وقد احتوى على (23) مفردة ، البعد الرابع : والاتجاه نحو التنشئة الاجتماعية للترويح ، وقد شمل (12) مفردة ، وبذلك يكون عدد مفردات المقياس ككل (62) مفردة .. ولقد تم التأكد من صدق المقياس وثباته بالطرق العلمية ، وبذلك أصبح المقياس قابلاً للتطبيق .

---

\*- أستاذ الترويح الرياضي بكلية التربية الرياضية للبنين بجامعة حلوان.

## **Research Summary**

### **Establishing an attitudes towards leisure and recreation scale**

**Prof. Dr . Mohammed El-Hamahmy<sup>3</sup>**

Determined by the objective of the study in the construction of a scale of the attitudes towards leisure and recreation , that is included a (4) dimensions : the first dimension : the attitude towards the concept of leisure time , that is consisted of (8) statements, the second dimension : the attitude towards the concept of recreation , ensure (19) statements, the third dimension : the attitude towards the return of recreation ( targets ) , and contained (23) statements, the fourth dimension : the attitude towards the socialization of recreation , included (12) statements, bringing the number of statements scale as (62) statements.. It was ascertained of the reliability and validity of scientific methods , and the scale become a viable .

---

Professor of sports recreation at the Faculty of Physical Education for Men, Helwan University.