

دور الترفيه في تحسين جودة حياة الأسرة في المجتمع السعودي

(دراسة على عينة من الأسر السعودية بمدينة الخبر)

The Role of Entertainment in Improving the Quality of Life in Saudi Society (A Study on a Sample of Saudi Families in Alkhobar City)

إعداد الباحثة/ فاطمة عبيد الشمراني

ماجستير في علم الاجتماع، قسم الدراسات الاجتماعية، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة الملك سعود، المملكة العربية السعودية

Email: teeem13@gmail.com

إشراف الدكتورة/ نورة بنت شارع العتيبي

أستاذ علم الاجتماع المشارك، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة الملك سعود، المملكة العربية السعودية

المخلص:

تتناول هذه الدراسة دور الترفيه في تحسين جودة حياة الأسرة في المجتمع السعودي من وجهة نظر الأسرة السعودية، والتي هدفت إلى التعرف على دور الترفيه في تحسين جودة حياة الأسرة وتحديد الفروق بين اتجاهات أفراد الدراسة حول دور الترفيه في تحسين جودة الحياة حسب مُتغيرات الدراسة، والتعرف على دور الترفيه في تحسين الحالة النفسية كأحد مؤشرات جودة الحياة وفي تقوية الروابط الأسرية كأحد مؤشرات جودة الحياة، كذلك التعرف على دور الترفيه في تحسين الصحة الجسدية كأحد مؤشرات جودة الحياة، و دور الترفيه في إدارة وقت الفراغ كأحد مؤشرات جودة الحياة. وتُعد هذه الدراسة من الدراسات الوصفية حيث تم استخدام منهج المسح الاجتماعي عن طريق العينة، وتم الاعتماد على العينة القصدية التي تكونت من (405) أسرة سعودية من مجتمع الدراسة بمدينة الخبر، وتم جمع بيانات الدراسة عن طريق الاستبانة، وقد توصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج كان من أبرزها: مُوافقة أفراد عينة الدراسة على دور الترفيه في تحسين جودة حياة الأسرة في المجتمع السعودي بمتوسط حسابي بلغ (2.79 من 3)، حيث جاءت مُوافقة أفراد عينة الدراسة على دور الترفيه في تقوية الروابط الأسرية كأحد مؤشرات جودة الحياة بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي بلغ (2.81 من 3)، وجاءت مُوافقة أفراد عينة الدراسة على دور الترفيه في تحسين الحالة النفسية كأحد مؤشرات جودة الحياة بالمرتبة الثانية بمتوسط حسابي بلغ (2.80 من 3)، بينما جاءت مُوافقة أفراد عينة الدراسة على دور الترفيه في إدارة وقت الفراغ كأحد مؤشرات جودة الحياة بالمرتبة الثالثة بمتوسط حسابي بلغ (2.79 من 3)، وفي المرتبة الأخيرة جاءت مُوافقة أفراد عينة الدراسة على دور الترفيه في تحسين الصحة الجسدية كأحد مؤشرات جودة الحياة بمتوسط حسابي بلغ (2.77 من 3).

الكلمات المفتاحية: الترفيه، الدور، الأسرة، جودة الحياة، المجتمع السعودي.

The Role of Entertainment in Improving the Quality of Life in Saudi Society (A Study on a Sample of Saudi Families in Alkhobar City)

Abstract

This study discusses the role of entertainment in improving the quality of family life in Saudi society from the point of view of Saudi families. It aimed to identify the role of entertainment in improving the quality of family life and to know the differences between the study members' points of view regarding the role of entertainment in improving the quality of life according to the study variables. Furthermore, it aims to identify the role of entertainment in improving psychological well-being, strengthening family ties, as well as physical health, and leisure-time management as the quality of life indicators. It is worth mentioning that this study is descriptive because it is based on sample surveys. Therefore, it relied on the sample that consisted of (405) Saudi families in the city of Al-Khobar (community under study). This study's data were collected through a questionnaire. The study resulted in several conclusions, including the following most important conclusions: The approval of the survey respondents on the role of entertainment in improving the quality of family life in Saudi society with an average of (2.79 out of 3). The approval of the survey respondents on the role of entertainment in strengthening family ties as one of the quality life indicators is ranked first with an average of (2.81 out of 3), while the role of entertainment in improving psychological well-being is ranked second with an average of (2.80 out of 3), while the role of entertainment in leisure time management is ranked third with an average of (2.79 out of 3). In last place was the role of entertainment in improving physical health as one of the quality of life indicators with an average of (2,77 out of 3).

Keywords: Entertainment - Role - Family - Quality of life - Saudi society.

1. المقدمة

يعد الترفيه جزءاً مهماً من حياة الإنسان، ولا يقتصر على التسلية فقط، بل هو حاجة من أهم الحاجات الإنسانية، وأحد الأنساق المكونة للبناء الاجتماعي، ويعد الترفيه وسيلة مثلى لتخفيف ضغوط الحياة، وإضفاء للسرور والبهجة، والحد من رتابة الأيام، كما يحقق إثراءً وجودةً لحياة الفرد، وهو أحد الأهداف الأساسية لبرامج وخطط التنمية التي تهتم بالعنصر البشري في كافة المجتمعات والتي تسعى لبلوغ أعلى مستويات جودة الحياة باعتبارها السبيل إلى تحقيق رفاهية المجتمع وسعادته، فالبيئة التي تحقق إشباعاً لحاجات الفرد تُعطيه إحساساً بالسعادة والرضا عن الحياة، حيث يُعبر مفهوم جودة الحياة عن ثراء البيئة ومدى إشباعها لرغبات أفراد المجتمع.

وفي إطار تعزيز المملكة لجودة الحياة تضمنت رؤية المملكة (2030) برنامج (جودة الحياة، 2020) "الذي يهدف إلى تحسين نمط حياة الفرد من خلال تطوير المنظومة البيئية اللازمة، ودعم خيارات جديدة تعزز مشاركة المواطن والمقيم في الأنشطة الترفيهية، والثقافية، والرياضية" (جودة الحياة، 2020، ص.7). كما تدعم رؤية المملكة (2030) الترفيه باعتباره من أهم مكونات جودة الحياة، وتسعى إلى خلق مجتمع حيوي في بيئة عامرة بالارتقاء بالفرص الترفيهية المقدمة بما يتلاءم مع الوضع الاقتصادي للمملكة، ويتلاءم مع طموح أفراد المجتمع. إذ شهد قطاع الترفيه الكثير من التغيير في شكل ومضمون الأنشطة الترفيهية التي تأثرت بالتغيرات والتحولات التي مر بها المجتمع السعودي، وأصبح الترفيه يتضمن العديد من البرامج والأنشطة المتنوعة التي تناسب فئات المجتمع بمختلف شرائحه، وبالتحديد فئة الأسر التي تعد أكثر الفئات تطلعاً لترفيه يواكب العصر الحديث ويتلاءم مع قيم وتقاليد المجتمع.

ويمكن القول أن الترفيه في العصر الحالي هو أحد أهم واجبات الأسرة تجاه أفرادها، وذلك لدوره المهم في حياة الأسرة، حيث يسهم الترفيه في تجديد طاقتها واستمرار عطاءها، والتخفيف من حدة الضغوط اليومية التي تواجه أفرادها، كما يحقق لها الشعور بالسعادة والاسترخاء، ويساعد الترفيه الأسرة في استثمار الوقت الحر استثماراً إيجابياً يعود بالمنفعة والفائدة على أعضاء الأسرة سواء من الناحية الاجتماعية، والنفسية، أو البدنية؛ كما أن التفاعل بين أفراد الأسرة من خلال المشاركة بالأنشطة الترفيهية يعزز أواصر العلاقة بين الآباء والأبناء، ويضفي أجواء من الألفة والاستمتاع. كل ما سبق يمكن أن يسهم بشكل إيجابي في تحسين جودة حياة الأسرة ودعم استقرارها، وسوف تُسلط هذه الدراسة الضوء على الترفيه وأهميته في تحسين جودة حياة الأسرة من خلال دوره في تعزيز الروابط الأسرية، وتحسينه للحالة النفسية والبدنية، وكذلك دوره في استغلال وقت الفراغ.

1.1. مشكلة الدراسة:

تسعى المجتمعات إلى تحقيق سبل الراحة، والرفاهية لشعبها من خلال خطط التنمية التي تهتم بالعنصر البشري للوصول إلى أعلى مستويات جودة الحياة عبر البرامج الاجتماعية، والاقتصادية، والصحية، والتعليمية؛ فالبيئة التي يجد فيها الفرد إشباعاً لحاجاته، وتحقيقاً لرفاهيته تعطيه إحساساً بالسعادة، والرضا عن الحياة. إذ يعبر مفهوم جودة الحياة عن مستوى الرقي في الخدمات المادية والاجتماعية التي تقدم لأفراد المجتمع، ويتضمن أيضاً شعور الفرد بالرضا عن الحياة إلى جانب الصحة البدنية، الإيجابية، وإحساسه بالسعادة، وصولاً إلى العيش في حياة متناغمة ومتوافقة مع جوهر الفرد، والقيم السائدة في المجتمع. (العبيدي، 2013).

وتتمثل جودة الحياة في عدة أبعاد ومؤشرات منها: صحة الفرد النفسية والجسدية، وعلاقاته الاجتماعية التي يكونها، وكذلك حسن إدارته لوقت الفراغ، والأنشطة الترفيهية التي يمارسها؛ وفي إطار تعزيز المملكة لجودة الحياة اعتبرت رؤية المملكة (2030) الترفيه من أهم مكونات جودة الحياة، وعليه فقد صدر القرار بإنشاء الهيئة العامة للترفيه عام (2016) بالتزامن مع إعلان المملكة لرؤيتها المستقبلية (2030). كما تضمنت رؤية المملكة "برنامج جودة الحياة، 2020"، الذي يهدف إلى تحسين نمط حياة الفرد من خلال تطوير المنظومة البيئية اللازمة وذلك بالعمل على استثمار طاقات وموارد هذا المجتمع لتطوير البرامج الترفيهية والثقافية والرياضية. (وثيقة جودة الحياة، 2020). وذلك بالتعاون مع مختلف الجهات الحكومية والخاصة للعمل على تحسين نمط حياة الفرد والأسرة عبر عدة محاور ومبادرات من ضمنها تطوير الأنشطة الترفيهية، والرياضية، والثقافية المقدمة التي تسهم في تعزيز جودة الحياة.

في ضوء ما سبق يتحدد موضوع الدراسة بالإجابة على التساؤل التالي: ما دور الترفيه في تحسين جودة حياة الأسرة في المجتمع السعودي؟

2.1. أهمية الدراسة:

1.2.1. الأهمية العلمية (النظرية):

تتمثل أهمية الدراسة الحالية فيما يمكن أن تُضيفه نتائج الدراسة من إثراء للمعرفة العلمية في مجال دراسات علم الاجتماع الثقافي، وعلم الاجتماع الترفيهي، والتنمية الاجتماعية.

2.2.1. الأهمية العملية (التطبيقية):

تكمن أهمية هذه الدراسة فيما قد تُسفر عنه من نتائج تفيد في التوصل لمقترحات قد تساعد القائمين على المؤسسات المعنية بالجانب الترفيهي، والثقافي، والتنمية الاجتماعية في معرفة سبل تحقيق الجودة والرفاهية والسعادة لأفراد المجتمع من خلال برامج الترفيه.

3.1. أهداف الدراسة:

الهدف الرئيس للدراسة هو: تحديد دور الترفيه في تحسين جودة حياة الأسرة في المجتمع السعودي، ويتفرع من هذا الهدف الرئيس الأهداف الفرعية الآتية:

1. تحديد الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين استجابات أفراد الدراسة حول دور الترفيه في تحسين جودة الحياة باختلاف خصائص عينة الدراسة.
2. تحديد دور الترفيه في تحسين الحالة النفسية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية.
3. تحديد دور الترفيه في تقوية الروابط الأسرية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية.
4. تحديد دور الترفيه في تحسين الصحة الجسدية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية.
5. تحديد دور الترفيه في إدارة وقت الفراغ كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية.

4.1. تساؤلات الدراسة:

التساؤل الرئيس للدراسة: ما دور الترفيه في تحسين جودة حياة الأسرة في المجتمع السعودي؟ ويتفرع من هذا التساؤل الرئيس التساؤلات الفرعية التالية:

1. هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين استجابات أفراد الدراسة حول دور الترفيه في تحسين جودة الحياة باختلاف خصائص عينة الدراسة؟
2. ما دور الترفيه في تحسين الحالة النفسية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية؟
3. ما دور الترفيه في تقوية الروابط الأسرية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية؟
4. ما دور الترفيه في تحسين الصحة الجسدية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية؟
5. ما دور الترفيه في إدارة وقت الفراغ كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية؟

5.1. مصطلحات الدراسة

أولاً: مفهوم الترفيه:

التعريف النظري لمفهوم "الترفيه":

ويعرفه القطب (1981) بأنه "ذلك النشاط الواعي، الذي يمارسه الفرد بصورة تلقائية في الوقت الحر (الفراغ)، والذي يستهدف تلبية الحاجات الجسمية والعقلية والروحية، والتي تعود عليه بالسُرور والرضا في الإطار المجتمعي، وفي ظل القيم الاجتماعية والروحية البناءة" (ص.273).

التعريف الإجرائي لمفهوم "الترفيه":

يقصد بالترفيه إجرائياً في هذه الدراسة بأنه: أي نشاط يمارسه أفراد الأسرة السعودية المكونة من الأب، والأم والأبناء؛ بقصد الترفيه عن النفس والشعور بالمتعة والسُرور، سواء كان ذلك داخل المنزل أو خارجه، وقد يتضمن هذا النشاط ممارسة الألعاب الرياضية أو القيام بالرحلات العائلية وزيارة الحدائق العامة، أو الذهاب للمراكز الترفيهية ودور السينما، وغيره من الفعاليات والبرامج الترفيهية التي ترخصها الهيئة العامة للترفيه.

ثانياً: مفهوم الدور:

التعريف النظري لمفهوم "الدور":

يقصد بالدور: "مجموعة من أنماط الأنشطة التي تحقق ما هو متوقع في مواقف معينه، وتترتب على الأدوار امكانيه التنبؤ بالسلوك في المواقف المختلفة". (عبدالله، 2003)

التعريف الإجرائي لمفهوم "الدور":

يقصد بالدور إجرائياً في هذه الدراسة بأنه: النشاطات التي يؤديها الترفيه والتي تسهم في إثراء حياة الأسرة السعودية وتساعد في تحسينها من خلال المحاور التالية: دور الترفيه في تعزيز الروابط الأسرية، وتحسينه للحالة النفسية والبدنية، وإدارة وقت الفراغ.

ثالثاً: مفهوم جودة الحياة:

التعريف النظري لمفهوم "جودة الحياة":

عرفت وثيقة برنامج جودة الحياة (2020) مفهوم جودة الحياة من خلال الاعتماد على عدة مؤشرات عالمية إذ يعد مفهوم جودة الحياة مفهوماً واسعاً ومعقداً يحتمل عدة تعريفات، وتم تعريفه بأنه: "مفهوم يقيس مستوى الرضا فيما يتعلق بالجوانب الأكثر أهمية في حياة الفرد" (وثيقة جودة الحياة، 2020، ص.8).

التعريف الإجرائي لمفهوم "جودة الحياة":

يقصد بجودة الحياة إجرائيًا في هذه الدراسة: إحساس أفراد الأسرة السعودية بالرضا والاستمتاع بالحياة، والشعور بالسعادة والإيجابية، والتي يمكن قياسها من خلال المؤشرات التالية: الحالة النفسية، والروابط الأسرية والاجتماعية، والصحة الجسدية، وحسن إدارة وقت الفراغ.

رابعًا: مفهوم "الأسرة":

التعريف النظري لمفهوم "الأسرة":

وتعرف المالكي (2020) الأسرة بأنها: "جماعة ووحدة اجتماعية تتكون من مجموعة من الأفراد بينهم تفاعل اجتماعي متبادل، وعلاقة صريحة للزوجين، للإشباع الجنسي من جانب، ولإنجاب الأطفال من جانب آخر، فالأسرة هي الوسيط الذي اصطلح عليه المجتمع لتحقيق الغرائز الإنسانية والدوافع الطبيعية والاجتماعية" (ص.128).

التعريف الإجرائي لمفهوم "الأسرة":

يقصد بالأسرة إجرائيًا في هذه الدراسة بانها: الأسرة السعودية المكونة من أحد أولياء الأمور (الأب، أو الأم) والابناء؛ والمتواجدة بالأماكن الترفيهية أثناء تطبيق الدراسة بمدينة الخبر بالمنطقة الشرقية.

6.1. حدود الدراسة:

أولاً: الحدود المكانية: المجال المكاني للدراسة الحالية هو الأماكن الترفيهية في مدينة الخبر بالمنطقة الشرقية.

ثانياً: الحدود البشرية: تقتصر الحدود البشرية لهذه الدراسة على عينة من الأسر السعودية المكونة من الأباء، والامهات، والابناء- للأسرة الواحدة- والمتواجدة بمدينة الخبر بالمنطقة الشرقية.

ثالثاً: الحدود الزمانية: وتحدد من فترة جمع البيانات من الميدان والتي أجريت خلال العام الجامعي 2022م-1443هـ. من 2022/3/17م إلى 2022/4/19م.

2. الإطار النظري والدراسات السابقة.

1.2. نظريات الدراسة

1.1.2. النظرية البنائية الوظيفية:

تسعى البنائية الوظيفية إلى تفسير التوازن والاستقرار في المجتمع فتجاهلت ما قد يتعارض مع اطروحتها من عمليات تثير التوتر والتفكك والصراع، لذا فإن البنائية الوظيفية تنظر إلى المجتمع كبناء مستقر وثابت نسبياً يتألف من مجموعة عناصر متكاملة مع بعضها؛ وكل منها يؤدي بالضرورة وظيفة إيجابية يخدم من خلالها البناء العام، وجميع عناصر هذا البناء تعمل في إطار من الاتفاقات المشتركة والإجماع القيمي من خلال أبرز أعلامها: تالكوت بارسونز، وروبرت ميرتون. (الهوراني، 2008، ص.109).

وأورد غربي وقلواز (2016) حول مسلمات النظرية البنائية الوظيفية في قوله:

إن من مسلمات البنيوية الوظيفية انها تنطلق من الحتمية الوظيفية للبناءات الاجتماعية، فوجود البنى الاجتماعية ليس وجوداً اعتباطياً؛ وإنما لأداء وظيفي حتمي ضمن النسق الاجتماعي الكلي، وهذا الأمر ينطبق على كل البنى الاجتماعية ليتحقق التناسق والتوازن البنائي المجتمعي، وينظر البنائيون الوظيفيون الى المجتمع كوحدة أساسية متكاملة تترابط أجزاؤها وظيفياً وفق نسق من الانساق والتوازن الذي يمنع الصراعات داخل المجتمع، وتعد الصراعات والإخفاقات على مستوى النسق الاجتماعي حسب البنيوية الوظيفية مجرد معوقات مؤقتة لكنها لا تؤدي الى الحيلولة دون تحقيق النسق الاجتماعي لأهدافه النهائية وغاياته القصوى. (ص.188)

ومن المبادئ التي تركز عليها النظرية البنائية الوظيفية أن المجتمع او المؤسسة او الجماعة يتكون من أجزاء أو وحدات مختلفة عن بعضها البعض، وبالرغم من اختلافها الا أنها مترابطة ومتساندة، ومتجاوبة وحداتها مع الأخرى؛ ويمكن تحليل المجتمع او المؤسسة او الظاهرة الاجتماعية تحليلاً بنيوياً ووظيفياً الى أجزاء وعناصر أوليه لكل منها وظائفها الأساسية؛ كما أن الوظيفة التي يؤديها النسق إنما تشبع حاجات الافراد المنتمين إليه أو حاجات الأنساق الأخرى، وقد تكون حاجات أساسيه، أو حاجات اجتماعيه، أو حاجات روحيه، وقد تكون الوظائف ووظائف كامنه أو ظاهره؛ وعليه ترى البنائية الوظيفية بأن للمجتمع بناء، والبناء يتكون من أجزاء، ولكل جزء وظيفه ووظيفه الجزء تكون مُكملة لوظائف الأجزاء الأخرى. (الحسن، 2015)

في ضوء ما سبق فإن النظرية البنائية الوظيفية تُفسر الترفيه باعتباره نسقاً من الأنساق التي تكون البناء الاجتماعي، وتؤدي وظيفة تحقق التكامل والتوازن مع الأنساق الأخرى؛ فالنسق الترفيهي يؤدي وظيفة مهمة تسهم في تعزيز وإشباع حاجات أفراد الأسرة والمجتمع، والتي تقود بدورها إلى تحسين نمط حياتهم ورفع مستوى جودتها. إذ يسهم الترفيه في تحقيق التوازن في حياة الفرد والأسرة ما بين العمل والواجبات، والراحة والاسترخاء؛ وأي خلل في وظائف النسق الترفيهي يؤدي الى اختلال وظائف الأنساق الأخرى وذلك لارتباط الأنساق ببعضها البعض. حيث يؤثر ويتأثر النسق الترفيهي بالأنساق الأخرى المكونة للبناء الاجتماعي الكلي، فهو -مثلاً- يؤثر على النسق الاقتصادي والنسق الأسري، كما يتأثر بالنسق السياسي والنسق الديني، ويكمل النسق الترفيهي أدوار الأنساق الأخرى و لا يمكن عزله عن الأنساق المكونة للمجتمع.

2.1.2. نظرية الدور الاجتماعي:

تنص هذه النظرية على أن سلوك الفرد وعلاقاته الاجتماعية إنما تعتمد على الدور، أو الأدوار الاجتماعية التي يشغلها في المجتمع فضلاً عن أن منزلة الفرد الاجتماعية ومكانته تعتمد على أدواره الاجتماعية، ذلك أن الدور الاجتماعي ينطوي على واجبات وحقوق اجتماعية، والدور يعد الوحدة البنائية للمؤسسة والمؤسسة هي الوحدة البنائية للتركيب فضلاً عن أن الدور هو حلقة الوصل بين الفرد والمجتمع، ومن الإضافات التي قدمها تالكوت بارسونز لتطوير نظرية الدور في كتابه الموسوم "النسق الاجتماعي" إذ يمكن تحديد الإضافات التي قدمها بارسونز لنظريه الدور بالنقاط التالية:

1. يعتقد بارسونز بأن الفرد لا يشغل في المجتمع دوراً واحداً وإنما يشغل عدة أدوار، وهذه الأدوار تكون عادة موجودة في نظم ومؤسسات المجتمع المختلفة.
2. تكون الأدوار في المؤسسة الواحدة مختلفة إذ أن هناك أدوار قيادية، وأدوار وسطية، وأدوار قاعدية، وعلى الرغم من اختلاف الأدوار فإنها متكاملة إذ أن كل دور يكمل دور الآخر في المؤسسة الواحدة.

3. يمكن تحليل النسق الاجتماعي إلى مجموعة مؤسسات، ويمكن تحليل المؤسسة الواحدة الى أدوار اجتماعية، ويمكن تحليل الدور الواحد في المؤسسة الى واجبات وحقوق اجتماعية.
4. يحدث الصراع بين الأدوار عندما تطلب المؤسسات من الفرد الواحد الذي يشغل فيها أدوار مختلفة القيام بمهام وواجبات في نفس الوقت. (الحسن، 2015، ص. 159-161)

من خلال استعراض النظرية السابقة يمكن القول المؤسسات المعنية بالترفيه تؤدي أدواراً هامة تنعكس على جوده حياه الأسرة، والفرد بالمجتمع؛ كما أن هذه المؤسسات لديها إدراك ومعرفة بمتطلبات الدور الاجتماعي الذي تؤديه؛ فالمجتمع وأفراده يتوقعون منها أن تؤدي دورها المحدد والفعلي في توفير أنشطه تلبي رغباتها وحاجاتهم، وتحقق لهم شعور المتعة، والسعادة؛ الامر الذي يسهم في تحسن جوده حياه الفرد والأسرة سواء كانت أنشطه ترفيهيه، أو ثقافيه، أو رياضيه. كذلك ان تكامل الأدوار بين المؤسسات المعنية بالترفيه والجهات الرسمية الأخرى بالمجتمع مثل: التعاون بين الهيئة العامة للترفيه، ووزارة الثقافة، وبرنامج جوده الحياة وغيرها من الجهات الحكومية، والخاصة، قد ينعكس بشكل فعال وايجابي في تحسين نمط حياه الأسرة، وذلك من خلال الجهود المشتركة، والبرامج الترفيهيه التي تُلبي رغبات أفراد المجتمع.

2.2. أدبيات الدراسة

البعد الأول: الترفيه:

1. مفهوم الترفيه:

يدور معنى الترفيه والترويح في أصله اللغوي على: "السعة، والانبساط، وإزالة التعب وإدخال السرور على النفس بعد العناء؛ فالترويح، والترفيه والتسلية كلها تشير إلى معانٍ متقاربة". (الكناني، 2020)

اما اصطلاحاً هناك من يميل إلى تعريف الترفيه بمعنى الترويح، فيرى بأنه نشاط واع ممارس من الأشخاص في أوقات الفراغ بغية الوصول إلى مستوى عالي من التوازن النفسي والروحي والفكري، ومؤداه الوصول الى السعادة من غير أن يكون بمعزل عن قيم المجتمع وتقاليد وادابه العامة.

وترى (عبد السلام) تطابقاً بين الترويح والترفيه فتعرفه بأنه: "مصطلح ينصرف ليشمل الحركة والسكون والانفعالات الداخلية والعاطفية والفكرية المتعددة الأشكال واللامحدودة الحصر للشخص أو للجماعة، والتي قد تكون متغايرة لدى الشخص نفسه بتغيير الأوقات أو الأماكن أو الحالة الشعورية والإدراكية. (ال علي، 2021)

2. الترفيه بالمجتمع السعودي:

تناول السدحان (2004) الترويح قديماً بالمجتمع السعودي في قوله:

كان الترويح في المجتمع السعودي قديماً بسيطاً كبساطة الحياة السابقة، ولا يعدو بعض الألعاب الحركية للأطفال، والجري والسباحة في البيئات الزراعية، وفي السواحل. أما الممارسات الترويحية التي يمارسها الكبار سابقاً، فأبرز ما يظهر بالنسبة للرجال الرحلات البرية، ثم السمر والمشاركة في المحاورات الشعرية والصيد، والالتقاء في المقاهي الشعبية، ثم بدأت مشاهدة البرامج التلفزيونية، وبخاصة في بداية البث التلفزيوني في المملكة العربية السعودية، ومن أبرز خصائص الترويح في المجتمع السعودي في بداياته -بشكل عام- كانت تتصف بانطلاق ممارساته الترويحية من البيئة المحلية ببعديها المادي والثقافي، مع مراعاة المجتمع في ممارساته الترويحية للضوابط الشرعية، وأخذ بالاعتبار تقاليد المجتمع المحلية.

كما تأثرت تلك الممارسات الترويحية بالظروف الجغرافية السائدة في كل منطقة من مناطق المملكة، من حيث السواحل والمرتفعات والسهول والصحاري.

3. مراحل التطوير المؤسسي للترفيه بالمجتمع السعودي:

يمكن القول أن نقطة الصفر للترفيه في الدراسة الحالية هي من عام (2016) حيث شهد التنظيم المؤسسي للترفيه العديد من التحولات والتغيرات الكبرى؛ وذلك بالتزامن مع اطلاق رؤية المملكة (2030)، وقرار إنشاء الهيئة العامة للترفيه عام (2016) حيث شهد قطاع الترفيه العديد من التغيرات في شكل ومضمون الأنشطة الترفيهية المقدمة؛ والتي سيتم استعراضها حسب مراحل تطور التنظيم المؤسسي لقطاع الترفيه في المجتمع السعودي على النحو التالي:

المرحلة الأولى (2016): قامت المملكة العربية السعودية بتأسيس "الهيئة العامة للثقافة"، وإطلاق رزنامة الترفيه "عيشها"، بالإضافة إلى أنها صرحت عن تأسيس "الهيئة العامة للترفيه".

المرحلة الثانية (2017): والتي قامت فيها بإنشاء "الهيئة الملكية لمحافظة العلا"، وأصدرت فيها دوراً للسينما، وأعلنت فيها عن "برنامج تعزيز الشخصية السعودية"، وأعلنت كذلك عن برنامج جودة الحياة"، وطورت من "مهرجان الإبل"، بالإضافة إلى إعلانها عن تفعيل "مدينة الثقافة السعودية".

المرحلة الثالثة (2018): التي أعلنت فيها عن تأسيس "مشروع القدية"، وهو مشروع يضم أكثر من (300) مرفق تعليمي وترفيهي رائد، من خلال خمسة قطاعات فريدة، تغطي مساحة ما يقارب (334 كم)، كما أنشأت "وزارة الثقافة"، وأطلقت "برنامج جودة الحياة"، وأقامت واستضافت العديد من بطولات الألعاب الإلكترونية، وأنشأت "شركة مشاريع الترفيه" المملوكة لصندوق الاستثمارات العامة، وأعلنت عن مشروعين ترفيهيين في الرياض، وعن ثلاثة مراكز في المنطقة الشرقية منها، كما حظيت شركة AMC العالمية بالحصول على أول رخصة تشغيل للسينما.

المرحلة الرابعة (2019): أطلقت فيها "برنامج مواسم السعودية"، وأعلنت عن دار نشر حكومية، وأسست صندوقاً للنمو الثقافي، وأعلنت كذلك عن إقامة السوبر الإيطالي لأول مرة في المملكة، وأسست الأرشيف الوطني للأفلام، كما أقامت مسرح السعودية، وأطلقت "برنامج الابتعاث الثقافي"، بالإضافة إلى إعلانها عما يلي: مهرجان البحر الأحمر السينمائي الدولي - مبادرة الكتاب للجميع - المتاحف المتخصصة- الإعلان عن الفن في الأماكن العامة - برنامج ترجم - بيوت الثقافة - مهرجان الطهي الوطني.(الثقافة والترفيه في المملكة العربية السعودية: أرقام وتجارب، 2019، ص.25)

البعد الثاني: جودة الحياة:

1. مفهوم جودة الحياة:

طبقاً لابن منظور فإن مفهوم الجودة في أصله اللغوي هو: "من الفعل الثلاثي جود، والجيد نقيض الرديء، وجاد بالشيء، جودة وجوده أي صار جيداً. كما يرتبط مفهوم الجودة Quality من الناحية اللغوية بالكلمة اللاتينية Qualitas وهي تعني طبيعة الفرد أو طبيعة الشيء، وتعني الدقة والإتقان"(السيد، 2018، ص.30).

أما اصطلاحاً فقد عرفته وثيقة برنامج جودة الحياة (2020) واعتمدت عدة مؤشرات عالمية لتعريفه كالآتي: "يعد مفهوم جودة الحياة مفهوماً واسعاً ومعقداً يحتمل عدة تعريفات ويمكن القول بإيجاز انه يقيس مستوى الرضا فيما يتعلق بالجوانب الأكثر أهمية في حياة الفرد"(ص.8).

2. مؤشرات جودة الحياة:

مؤشرات جودة الحياة في برنامج "جودة الحياة (2020)":

اعتمدت وثيقة برنامج جودة الحياة (2020) عدة مؤشرات عالمية لتعريف مفهوم جودة الحياة اذ يعد مفهوم جودة الحياة مفهومًا واسعًا ومعقدًا يحتمل عدة تعريفات ويمكن القول -بإيجاز: إن "مفهوم جودة الحياة يقيس مستوى الرضا فيما يتعلق بالجوانب الأكثر أهمية في حياة الفرد". ومن أهم المؤشرات المعتمدة بالبرنامج المؤشرات الستة المعروفة عالميًا التالية:

1. **التصنيف العالمي لقابلية العيش:** وهو مؤشر سنوي صادر عن "ذا إيكونوميست إنتلجنس يونت/ Intelligence Unit Economist"، ويصنف المدن في (140) دولة حسب جودة الحياة الحضرية فيها بناء على تقييم الاستقرار والرعاية الصحية، والثقافة، والبيئة، والتعليم والرياضة، والبنية التحتية.

2. **مسح ميرسر/Mercer لجودة الحياة:** والذي يصنف (231) مدينة بناء على الجوانب الآتية: النقل والبيئة السياسية والاجتماعية والثقافية، والخدمات العامة، والصحة والبيئة الاقتصادية، والمدارس والتعليم، والبيئة الطبيعية والسكن، وتوفير الوسائل الإعلامية والمسارح ودور السينما، والرياضات والسلع الاستهلاكية، والمطاعم والاستجمام.

3. **قائمة مجلة مونوكل/Monocle لنمط الحياة:** وهي قائمة سنوية تضم (25) من أفضل المدن للمعيشة في العالم، ويكون التقييم بناء على الجوانب الآتية: الاتصال العالمي والقضايا البيئية، وإمكانية الوصول للأماكن الطبيعية، والجودة المعمارية والتصميم الحضري، والرعاية الصحية، وبيئة الأعمال، والجريمة والأمن والثقافة، والمطاعم والتسامح، وتطوير السياسات المبادرة.

4. **مؤشر السعادة العالمي (2017):** والذي يصنف (155) دولة وفقًا لمستويات السعادة، وذلك بناء على الجوانب الآتية: الفساد، وحرية الاختيار، ومتوسط العمر المتوقع، وإجمالي الناتج المحلي للفرد، والدعم الاجتماعي والعتاء.

5. **مؤشر منظمة التعاون الاقتصادي والتنمية لجودة الحياة:** وهو مؤشر يقارن جودة الحياة بين البلدان بناء على (11) جانبًا أساسيًا في نظر المنظمة: الأمن، والصحة، والدخل، والوظائف، والتوازن بين الحياة والعمل والتعليم، ومستوى الرضا، والسكن والبيئة، والمجتمع والمشاركة المدنية.

6. **مؤشر (AR RP) لجودة المعيشة:** وهي مبادرة متميزة من معهد السياسات العامة لقياس جودة الحياة في المجتمعات الأمريكية بناء على الجوانب الآتية: النقل، والصحة، والاقتصاد، والتعليم، والإسكان، والأحياء السكنية، والبيئة والمشاركة المجتمعية والتساوي في الفرص. (جودة الحياة، 2020، ص.8)

3.2 الدراسات السابقة:

1.3.2 الدراسات المحلية:

- دراسة النعيم (2014) بعنوان (جودة الحياة لدى عينة من الشباب في مدينة الرياض)، وهدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى جودة الحياة لدى الشباب في مدينة الرياض من خلال ثلاثة أبعاد: (بعد تقدير جودة الحياة، وبعد إشباع احتياجاتهم، وبعد الرضا عن الحياة في مدينة الرياض من الجوانب الشخصية، والاجتماعية، والبيئية)، ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة: وجود مستوى متوسط من جودة الحياة في مدينة الرياض على الدرجة الكلية، كما حصلت المؤشرات البيئية على

متوسطات منخفضة مقارنة بمتوسطات المؤشرات الشخصية، والمؤشرات الاجتماعية، واتضح أن مؤشرات الأوضاع الأسرية تعد مرتفعة نوعاً ما، بينما مؤشرات الخدمات العامة منخفضة.

- دراسة آل عقران (2020) بعنوان (ممارسة الأنشطة الرياضية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طالبات الجامعة)، وهدفت الدراسة إلى التعرف على ممارسة الأنشطة الرياضية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طالبات الجامعة، والتعرف على الفروق في ممارسة الأنشطة الرياضية حسب متغيرات الدراسة، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي، ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة: وجود (42.8%) من أفراد عينة البحث يمارسن الرياضة أحياناً، كما وجدت أنه كلما زادت ممارسة الأنشطة الرياضية كلما زادت جودة الحياة، وجودة الصحة النفسية، وزادت جودة شغل الوقت وإدارته.

- دراسة القحطاني (2021) بعنوان (اتجاهات أفراد المجتمع السعودي نحو أهميه الترفيه وعلاقته بالتماسك الاجتماعي)، وهدفت الدراسة إلى معرفة اتجاهات أفراد المجتمع السعودي نحو أهمية ممارسة الأنشطة الترفيهية بالنسبة للفرد والأسرة والمجتمع وعلاقته بالتماسك الاجتماعي، ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة: أن الترفيه يحقق التوازن النفسي للفرد ويقلل من التوترات وضغوطات الحياة، كما إن ممارسة الترفيه المشترك بين أفراد الأسرة يعتبر فرصة جيدة للتخفيف من الخلافات والتوترات الأسرية، ودعم مبادئ التعاون والمشاركة الجماعية، والتواصل، وعليه فإن تقوية العلاقات الاجتماعية تقوي من تماسك البناء الاجتماعي.

2.3.2. الدراسات العربية:

- دراسة محمد (2016) بعنوان (المشي الترويحي كمؤشر لتحقيق الشعور بجودة الحياة لدى كبار السن)، وهدفت الدراسة إلى التعرف على دور المشي الترويحي في تحقيق الشعور بمدى جودة الحياة لدى كبار السن. حيث تم استخدام المنهج الوصفي، ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة: ان ممارسة المشي الترويحي يساعد على خفض معدل الإصابة بهشاشة العظام، كما ان التلوث الناجم عن حركة المرور على الطرق أحد أهم الأسباب التي تحول دون ممارسة المشي الترويحي لدى كبار السن. كما توصلت الدراسة إلى ضرورة التوعية الصحية بأهمية ممارسة المشي الترويحي لدى كبار السن.

- دراسة المكي (2017) بعنوان (الأنشطة الترويحية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طلاب كلية التربية الأساسية بدولة الكويت)، وهدفت الدراسة إلى معرفة علاقة ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية بجودة الحياة لدى طلاب كلية التربية الأساسية بالكويت، ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة: وجود مستوى ضعيف من جودة الحياة لدى الطلاب غير الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية، وترتبط ممارسة الطلاب للأنشطة الترويحية الرياضية ارتباطاً موجياً بجميع أبعاد مقياس جودة الحياة (جودة الصحة العامة، والأسرية والاجتماعية، والتعليم والصحة النفسية، وشغل وقت الفراغ).

- دراسة ملحم (2018) بعنوان (تأثير ممارسة السباحة الترويحية في الرضا عن الحياة لدى أعضاء هيئة التدريس بجامعة مؤتة)، وهدفت الدراسة إلى التعرف على درجة تأثير ممارسة السباحة الترويحية في الرضا عن الحياة لدى أعضاء هيئة التدريس بجامعة مؤتة، ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة: أن برنامج السباحة الذي تم تطبيقه أثر إيجاباً على مستوى الرضا عن الحياة لدى أعضاء هيئة التدريس في جامعة مؤتة، ولم تكن هناك فروق دالة تبعاً للتخصص، والعمر، والخبرة مما قد يجعل ممارسة السباحة عاملاً إيجابياً لتحسين مستوى الرضا عن الحياة بغض النظر عن تلك المتغيرات.

- دراسة خالد (2018) بعنوان (الممارسة الرياضية وعلاقتها بجودة الحياة لدى مرضى داء السكري)، وهدفت إلى معرفة العلاقة بين ممارسة أشكال مختلفة من النشاط الرياضي على جودة الحياة لدى المرضى المصابين بداء السكري، ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة: توجد علاقة بين الممارسة وجودة الحياة لمرضى السكري، توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة في إجابات أفراد عينة البحث لصالح الأفراد الممارسين للنشاط البدني الرياضي.

- دراسة النعاس، والسنباطي (2019) بعنوان (الأنشطة الثقافية والترفيهية والرياضية وعلاقتها بجودة الحياة المدرسية)، وهدفت الدراسة إلى وصف العلاقة بين ممارسة الأنشطة الثقافية والترفيهية والرياضية داخل الوسط المدرسي بجودة الحياة المدرسية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية بمدينة مصراته في ليبيا من الجنسين، ومن أهم النتائج التي توصلت إليها: توجد علاقة ارتباطية إيجابية بين واقع ممارسة الأنشطة (الثقافية - الترفيهية - الرياضية) وجودة الحياة الدراسية للطلبة من الجنسين الإناث والذكور.

3.3.2. الدراسات الأجنبية:

- دراسة غانس، ماركس، وفيركو (2011) بعنوان (جودة الحياة، والأنشطة الترفيهية: كيف تساهم الأنشطة الترفيهية في تحقيق الرفاهية؟) (Quality of Life and Leisure Activities: How do gance, merkas, and verko (2011) تحقيق الرفاهية؟) وهدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين نوعية الحياة والأنشطة الترفيهية، وكيفية مساهمتها في تحقيق الرفاهية الذاتية للفرد؛ كما هدفت إلى التمييز بين أنواع الأنشطة الترفيهية المختلفة، ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة: أن المشاركة في الأنشطة الترفيهية تسهم بشكل كبير في رفاهية المواطنين الكرواتييين، كما أظهرت نتائج الدراسة أن الرفاهية تتأثر بالحالة الاجتماعية والاقتصادية، وأن متغير الدخل ليس عاملاً محددًا في التنبؤ بجودة الحياة.

- دراسة تاسميكتيلغي، جانكيا، اكسوي (2017) بعنوان (تأثير المشاركة في الأنشطة الترفيهية على جودة الحياة والرضا الوظيفي) (The Effects of Participating in) (2017) Taşmektepligil, Çankaya, Aksoy (الرضا الوظيفي) وهدفت هذه الدراسة إلى مقارنة الاختلافات، وتحديد العلاقات بين الدرجات التي تم الحصول عليها من مقياس الرضا الوظيفي وجودة الحياة، وأظهرت النتائج أن الحياة العامة المتصورة لجودة الحياة والرضا الوظيفي للأفراد المشاركين في الألعاب الرياضية كانت أعلى من أولئك الذين لا يشاركون في الأنشطة الرياضية والترفيهية، وتم العثور على ارتباطات ذات دلالة إيجابية بين مجموع درجات جودة الحياة وإجمالي درجات الرضا الوظيفي والدرجات الفرعية.

- دراسة بي، باتلر، كرومارتي، كُولنز (2018) بعنوان (آثار المشاركة الرياضية المبكرة على احترام الذات والسعادة) (Effects of early sport participation on self-esteem and happiness (2018) Bae, Butler, Cromartie, Collins, وهدفت الى دراسة العلاقة بين احترام الذات والسعادة مع المشاركة في الألعاب الرياضية؛ وتوصلت الدراسة الى نتائج من أهمها: أولئك الذين شاركوا في الألعاب الرياضية لديهم تقديرًا أعلى للذات والسعادة، كما وجدت الدراسة بان المشاركة في الألعاب الرياضية التي تبدأ في الشباب والمراهقة حسنت من الرفاه البدني والنفسي للأفراد عند دخولهم مرحلة الشباب.

3. الإجراءات المنهجية

1.3. نوع الدراسة:

تعد الدراسة الحالية من الدراسات الوصفية التي تقوم على وصف خصائص الظاهرة ولا تقف عند مجرد جمع البيانات والحقائق بل تتجه الى تفسير وتحليل البيانات بهدف الوصول الى النتائج، حيث تسعى الدراسة لوصف وتحليل أهمية الترفيه والدور الذي يمكن ان يقدمه تجاه حياة الأسرة ومساهمتها في تحسينها، ورفع مستوى الرضا والسعادة لديها.

2.3. منهج الدراسة:

لتحقيق أهداف الدراسة والإجابة عن تساؤلاتها تم استخدام منهج المسح الاجتماعي عن طريق العينة؛ والذي يعتبر من أكثر المناهج ملاءمةً للدراسة الحالية، لاعتماده على وصف الواقع الحقيقي للظاهرة ومن ثم تحليل النتائج وبناء الاستنتاجات في ضوء الواقع الحالي".

3.3. مجتمع الدراسة:

يشمل مجتمع الدراسة الحالية الأسر السعودية المكونة من الأب، والأم، والأبناء، والمتواجدة في الأماكن الترفيهية بمدينة الخبر؛ وقد تم اختيار مجتمع الدراسة بمدينة الخبر لكونها من أهم المدن السياحية بالمنطقة الشرقية، ولتوفر الأنشطة الترفيهية المتنوعة فيها؛ حيث تتميز بإطلالتها على ساحل الخليج العربي، بالإضافة الى ما تحتويه من المراكز الترفيهية، والمراكز الثقافية، وكذلك المنزهات العامة، ودور السينما وغيره من المرافق الترفيهية.

4.3. عينة الدراسة:

تم اعتماد العينة الاحتمالية (العشوائية البسيطة) في المرحلة الأولى لتحديد الأماكن الترفيهية؛ كما تم الاعتماد في المرحلة الثانية على العينة الغير الاحتمالية (القصدية) في اختيار الأسر السعودية المتواجدة بالأماكن الترفيهية؛ كونها تتلاءم مع الوقت المحدد للدراسة.

خطوات اختيار عينة الدراسة:

تم اختيار عينة الدراسة عبر المرحلتين التالية:

المرحلة الأولى: تم حصر المراكز التجارية والترفيهية بمدينة الخبر- وذلك بعد مراجعة بلدية محافظة الخبر والحصول على قائمة بالمجمعات الترفيهية- والتي بلغ عددها (9) مراكز ترفيهية (مغلقة ومفتوحة)، بعد ذلك تم استخدام أسلوب العينة العشوائية البسيطة عن طريق القرعة لاختيار الأماكن الترفيهية والمراكز التجارية حيث وقع الاختيار على الأماكن التالية: (مجمع الراشد- فلانجو مول- الخبر سيتي ووك- اجدان ووك).

بالإضافة الى اختيار (شاطئ العزيزية، الواجهة البحرية بكورنيش الخبر) بشكل قصدي؛ كونها من أهم الوجهات الترفيهية العامة بمدينة الخبر.

المرحلة الثانية: اعتمدت الباحثة أسلوب العينة غير الاحتمالية (القصدية) داخل الأماكن الترفيهية والمراكز التجارية المذكورة أعلاه، حيث تم تطبيق الاستبانة على أولياء الأمور للأسرة السعودية الزائرة لهذه الأماكن؛ بحيث يتم الاكتفاء بإجابة أحد أولياء الأمور – الأب او الأم – على عبارات الاستبيان من كل أسرة؛ وقد استخدمت هذه العينة كونها الأنسب للدراسة الحالية،

وملاءمتها للوقت المحدد للدراسة، ورُوعي اختيار أفراد العينة من أماكن ترفيهيه متعددة ومتنوعة بمدينة الخبر؛ لضمان التنوع في خصائص العينة.

حجم عينة الدراسة:

بلغ حجم عينة الدراسة (405) مفردة من الأسر السعودية، وذلك حجم العينة المناسب لحجم مجتمع الدراسة حسب ما ورد في جدول الضيخان: "إذا كان حجم مجتمع الدراسة (100000) فإن حجم العينة عند مستوى دلالة 0,05 هو (384)". (الضحيان، 2012، ص.83)

5.3. أداة الدراسة:

تم استخدام الاستبانة أداةً لجمع البيانات بشكل ورقي، وإلكتروني؛ نظراً لمناسبتها لأهداف الدراسة، ومنهجها، ومجتمعها، وللإجابة على تساؤلاتها؛ بالإضافة الى استخدام أداة المقابلة بالاستبيان؛ وذلك لوجود فئة يقرأ ويكتب ضمن أفراد عينة الدراسة.

أ) بناء أداة الدراسة:

بعد الاطلاع على الأدبيات، والدراسات السابقة ذات الصلة بموضوع الدراسة الحالية، وفي ضوء معطيات وتساؤلات الدراسة وأهدافها تم بناء الأداة (الاستبانة)، وتكونت في صورتها النهائية من ثلاثة أجزاء، وفيما يلي عرض لكيفية بنائها، والإجراءات المتبعة للتحقق من صدقها، وثباتها:

القسم الأول: يحتوي على مقدمة تعريفية بأهداف الدراسة، ونوع البيانات والمعلومات التي يود جمعها من أفراد عينة الدراسة، مع تقديم الضمان بسرية المعلومات المقدمة، والتعهد باستخدامها لأغراض البحث العلمي فقط.

القسم الثاني: يحتوي على البيانات الأولية الخاصة بأفراد عينة الدراسة، والمتمثلة في: (الجنس- العمر – الحالة الاجتماعية – المهنة - الدخل الشهري للأسرة - المستوى التعليمي).

القسم الثالث: ويتكون من (24) عبارة، موزعة على أربعة محاور أساسية، والجدول (1) يوضح عدد عبارات الاستبانة، وكيفية توزيعها على المحاور.

الجدول رقم (1) محاور الاستبانة وعباراتها

عدد العبارات	المحور
7	دور الترفيه في تحسين الحالة النفسية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية
6	دور الترفيه في تقوية الروابط الأسرية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية
6	دور الترفيه في تحسين الصحة الجسدية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية
5	دور الترفيه في إدارة وقت الفراغ كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية
24 عبارة	الاستبانة

تم استخدام مقياس ليكرت الثلاثي للحصول على استجابات أفراد عينة الدراسة، وفق درجات الموافقة التالية: (موافق – موافق لى حد ما – غير موافق)، ومن ثم التعبير عن هذا المقياس كمياً، بإعطاء كل عبارة من العبارات السابقة درجة، وفقاً للتالي: موافق (3) درجات، موافق ألى حد ما (2) درجتان، غير موافق (1) درجة واحدة.

ولتحديد طول فئات مقياس ليكرت الثلاثي، تم حساب المدى بطرح الحد الأعلى من الحد الأدنى ($3 - 1 = 2$)، ثم تم تقسيمه على أكبر قيمة في المقياس ($2 \div 3 = 0.67$)، وبعد ذلك تم إضافة هذه القيمة إلى أقل قيمة في المقياس (1)؛ لتحديد الحد الأعلى لهذه الفئة، وهكذا أصبح طول الفئات كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (2) تقسيم فئات مقياس ليكرت الثلاثي (حدود متوسطات الاستجابات)

حدود الفئة		الفئة
من	إلى	
1.00	1.67	غير موافق
1.68	2.34	موافق الى حد ما
2.35	3.00	موافق

وتم استخدام طول المدى في الحصول على حكم موضوعي على متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة، بعد معالجتها إحصائياً.

صدق أداة الدراسة:

تم التأكد من صدق أداة الدراسة من خلال:

1- الصدق الظاهري لأداة الدراسة (صدق المحكمين):

للتعرف على مدى الصدق الظاهري للاستبانة، والتأكد من أنها تقيس ما وضعت لقياسه، عُرضت بصورتها الأولية على عدد من المحكمين المختصين في موضوع الدراسة، حيث وصل عدد المحكمين إلى (7) محكمين، وقد طُلب من الاعضاء المحكمين تقييم جودة الاستبانة، من حيث قدرتها على قياس ما أعدت لقياسه، والحكم على مدى ملاءمتها لأهداف الدراسة، وذلك من خلال تحديد وضوح العبارات، وانتمائها للمحور، وأهميتها، وسلامتها لغوياً، وإبداء ما يرونه من تعديل، أو حذف، وبعد أخذ الآراء، أُجريت التعديلات اللازمة التي اتفق عليها غالبية المحكمين، ومن ثم أُخرجت الاستبانة بصورتها النهائية.

2- صدق الاتساق الداخلي للأداة:

للتحقق من صدق الاتساق الداخلي للاستبانة، حُسب معامل ارتباط بيرسون (Pearson's Correlation Coefficient)؛ للتعرف على درجة ارتباط كل عبارة من عبارات الاستبانة بالدرجة الكلية للمحور.

الجدول رقم (3) معاملات ارتباط بيرسون لعبارات المحور الأول مع الدرجة الكلية للمحور

المحور الأول (دور الترفيه في تحسين الحالة النفسية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية)			
رقم العبارة	معامل الارتباط بالمحور	رقم العبارة	معامل الارتباط بالمحور
1	**0.642	5	**0.751
2	**0.731	6	**0.761
3	**0.766	7	**0.741
4	**0.678	-	-

** دال عند مستوى الدلالة 0.01 فأقل

يتضح من الجدول رقم (3) أن قيم معامل ارتباط كل عبارة من العبارات مع بعدها موجبة، ودالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01) فأقل؛ مما يشير إلى صدق الاتساق الداخلي بين عبارات المحور الأول، ومناسبتها لقياس ما أعدت لقياسه.

الجدول رقم (4) معاملات ارتباط بيرسون لعبارات المحور الثاني مع الدرجة الكلية للمحور

المحور الثاني (دور الترفيه في تقوية الروابط الأسرية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية)			
رقم العبارة	معامل الارتباط بالمحور	رقم العبارة	معامل الارتباط بالمحور
1	**0.777	4	**0.810
2	**0.788	5	**0.797
3	**0.714	6	**0.784

** دال عند مستوى الدلالة 0.01 فأقل

يتضح من الجدول رقم (4) أن قيم معامل ارتباط كل عبارة من العبارات مع محورها موجبة، ودالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01) فأقل؛ مما يشير إلى صدق الاتساق الداخلي بين عبارات المحور الثاني، ومناسبتها لقياس ما أعدت لقياسه.

الجدول رقم (5) معاملات ارتباط بيرسون لعبارات المحور الثالث مع الدرجة الكلية للمحور

المحور الثالث (دور الترفيه في تحسين الصحة الجسدية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية)			
رقم العبارة	معامل الارتباط بالمحور	رقم العبارة	معامل الارتباط بالمحور
1	**0.576	4	**0.698
2	**0.702	5	**0.694
3	**0.664	6	**0.704

** دال عند مستوى الدلالة 0.01 فأقل

يتضح من الجدول رقم (5) أن قيم معامل ارتباط كل عبارة من العبارات مع محورها موجبة، ودالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01) فأقل؛ مما يشير إلى صدق الاتساق الداخلي بين عبارات المحور الثالث، ومناسبتها لقياس ما أعدت لقياسه.

الجدول رقم (6) معاملات ارتباط بيرسون لعبارات المحور الرابع مع الدرجة الكلية للمحور

المحور الرابع (دور الترفيه في إدارة وقت الفراغ كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية)			
رقم العبارة	معامل الارتباط بالمحور	رقم العبارة	معامل الارتباط بالمحور
1	**0.733	4	**0.761
2	**0.793	5	**0.728
3	**0.798	-	-

** دال عند مستوى الدلالة 0.01 فأقل

يتضح من الجدول رقم (6) أن قيم معامل ارتباط كل عبارة من العبارات مع محورها موجبة، ودالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01) فأقل؛ مما يشير إلى صدق الاتساق الداخلي بين عبارات المحور الرابع، ومناسبتها لقياس ما أعدت لقياسه.

3- ثبات أداة الدراسة:

تم التأكد من ثبات أداة الدراسة من خلال استخدام معامل الثبات ألفا كرونباخ (معادلة ألفا كرونباخ) (Cronbach's Alpha (α))، ويوضح الجدول رقم (7) قيم معاملات الثبات ألفا كرونباخ لكل محور من محاور الاستبانة.

الجدول رقم (7) معامل ألفا كرونباخ لقياس ثبات أداة الدراسة

ثبات الاستبانة	عدد العبارات	الاستبانة
0.845	7	دور الترفيه في تحسين الحالة النفسية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية
0.868	6	دور الترفيه في تقوية الروابط الأسرية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية
0.739	6	دور الترفيه في تحسين الصحة الجسدية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية
0.856	19	الثبات العام

يتضح من الجدول أن معامل الثبات العام عالٍ حيث بلغ (0.856)، وهذا يدل على أن الاستبانة تتمتع بدرجة ثبات مرتفعة يمكن الاعتماد عليها في التطبيق الميداني للدراسة.

جدول رقم (8) معامل ألفا كرونباخ لقياس ثبات أداة الدراسة

ثبات الاستبانة	عدد العبارات	الاستبانة
0.814	5	دور الترفيه في إدارة وقت الفراغ كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية
0.814	5	الثبات العام

يتضح من الجدول رقم (8) أن معامل الثبات العام عالٍ حيث بلغ (0.814)، وهذا يدل على أن الاستبانة تتمتع بدرجة ثبات مرتفعة يمكن الاعتماد عليها في التطبيق الميداني للدراسة.

إجراءات التطبيق الميداني لأداة الدراسة:

بعد التأكد من صدق (الاستبانة) وثباتها، وصلاحيتها للتطبيق، تم تطبيقها ميدانياً باتباع الخطوات التالية:

- استخدمت الباحثة الجهاز اللوحي (الأيباد) لتعبئه الاستبانة إلكترونياً؛ بحيث تتم الإجابة على عبارات الاستبيان مباشرة من قبل أولياء الأمور للأسر السعودية المتواجدة بالأماكن الترفيهية؛ بحيث يتم الاكتفاء بإجابة أحد أولياء الأمور – الأب، أو الأم- على عبارات الاستبيان من كل أسرة.
- كما اعتمدت الباحثة على توزيع الاستبانة ورقياً على الآباء أو الأمهات من الأسر السعودية الزائرة للأماكن الترفيهية التي تم اختيارها وتحديدها مسبقاً؛ وبلغ مجموع الردود من الاستبانات الورقية والإلكترونية (405) استبانة.

6.3. أساليب المعالجة الإحصائية:

لتحقيق أهداف الدراسة، وتحليل البيانات التي تم جمعها، فقد تم استخدام العديد من الأساليب الإحصائية المناسبة باستخدام الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) Statistical Package for Social Sciences. وبعد ذلك تم حساب المقاييس الإحصائية التالية:

- 1- التكرارات، والنسب المئوية؛ للتعرف على خصائص أفراد عينة الدراسة، وتحديد استجاباتهم تجاه عبارات المحاور الرئيسية التي تتضمنها أداة الدراسة.
- 2- المتوسط الحسابي الموزون (المرجح) "Weighted Mean"؛ وذلك للتعرف على متوسط استجابات أفراد عينة الدراسة على كل عبارة من عبارات المحاور، كما أنه يفيد في ترتيب العبارات حسب أعلى متوسط حسابي موزون.
- 3- المتوسط الحسابي "Mean"؛ وذلك لمعرفة مدى ارتفاع، أو انخفاض استجابات أفراد عينة الدراسة عن المحاور الرئيسية، مع العلم بأنه يفيد في ترتيب المحاور حسب أعلى متوسط حسابي.
- 4- الانحراف المعياري "Standard Deviation"؛ للتعرف على مدى انحراف استجابات أفراد عينة الدراسة لكل عبارة من عبارات متغيرات الدراسة، ولكل محور من المحاور الرئيسية عن متوسطها الحسابي. ويلاحظ أن الانحراف المعياري يوضح التشتت في استجابات أفراد عينة الدراسة لكل عبارة من عبارات متغيرات الدراسة، إلى جانب المحاور الرئيسية، فكلما اقتربت قيمته من الصفر تركزت الاستجابات، وانخفض تشتتها.
- 5- اختبار ت لعينتين مستقلتين "Independent Sample T-test" للتحقق من الفروق بين استجابات عينة الدراسة باختلاف متغيراتهم التي تنقسم إلى فئتين.
- 6- اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) واختبار كروسكال واليز للتحقق من الفروق بين استجابات عينة الدراسة باختلاف متغيراتهم التي تنقسم إلى أكثر من فئتين.
- 7- اختبار شيفيه للتحقق من اتجاه الفروق بين استجابات عينة الدراسة التي بينها اختبار تحليل التباين الأحادي.

4. عرض نتائج الدراسة ومناقشتها

أولاً: النتائج المتعلقة بوصف خصائص عينة الدراسة:

تم تحديد عدد من المتغيرات الرئيسية لوصف أفراد عينة الدراسة، وتشمل: (الجنس- العمر - الحالة الاجتماعية - المهنة - الدخل الشهري للأسرة - المستوى التعليمي)، والتي لها مؤشرات دلالية على نتائج الدراسة، بالإضافة إلى أنها تعكس الخلفية العلمية لأفراد عينة الدراسة، وتساعد على إرساء الدعائم التي تُبنى عليها التحليلات المختلفة المتعلقة بالدراسة، وتفصيل ذلك فيما يلي:

(1) الجنس:

جدول رقم (9) توزيع أفراد عينة الدراسة وفق متغير الجنس

النسبة %	التكرار	الجنس
54.1	219	ذكر
45.9	186	أنثى
100%	405	المجموع

يتضح من الجدول أن ما نسبته 54.1% من إجمالي أفراد عينة الدراسة ذكور؛ بينما ما نسبته 45.9% من إجمالي أفراد عينة الدراسة إناث، ونستنتج من ذلك أن غالبية أفراد عينة الدراسة هم من الذكور (الآباء).

(2) العمر:

جدول رقم (10) توزيع أفراد عينة الدراسة وفق متغير العمر

العمر	التكرار	النسبة %
أقل من 25 سنة	39	9.6
من 25 إلى أقل من 30 سنة	81	20.0
من 30 إلى أقل من 35 سنة	92	22.7
من 35 إلى أقل من 40 سنة	94	23.2
أكثر من 40 سنة	99	24.5
المجموع	405	%100

يتضح من الجدول أن ما نسبته 24.5% من إجمالي أفراد عينة الدراسة أعمارهم (أكثر من 40 سنة)؛ بينما 23.2% من أفراد عينة الدراسة أعمارهم من (35 إلى أقل من 40 سنة)، و 22.7% من إجمالي أفراد عينة الدراسة أعمارهم من (30 إلى أقل من 35 سنة)، و 20% من أفراد عينة الدراسة أعمارهم من (25 إلى أقل من 30 سنة)، وما نسبته 9.6% من أفراد عينة الدراسة أعمارهم (أقل من 25 سنة)، ونستنتج من ذلك أن الفئات العمرية لأفراد عينة الدراسة من (فئة أقل من 30 سنة، إلى فئة 40 سنة فأكثر) جاءت بنسب متقاربة.

(3) الحالة الاجتماعية:

جدول رقم (11) توزيع أفراد عينة الدراسة وفق متغير الحالة الاجتماعية

الحالة الاجتماعية	التكرار	النسبة %
متزوج	353	87.1
مطلق	38	9.4
أرمل	14	3.5
المجموع	405	%100

يتضح من الجدول أن ما نسبته 87.1% من إجمالي أفراد عينة الدراسة من المتزوجين؛ بينما 9.4% من إجمالي أفراد عينة الدراسة وضعهم الاجتماعي مطلق، وما نسبته 3.5% من إجمالي أفراد عينة الدراسة وضعهم الاجتماعي أرمل، ونستنتج من ذلك أن غالبية أفراد عينة الدراسة من المتزوجين.

(4) المهنة:

جدول رقم (12) توزيع أفراد عينة الدراسة وفق متغير المهنة

المهنة	التكرار	النسبة %
موظف حكومي	148	36.5
موظف قطاع خاص	115	28.4

8.1	33	أعمال حرة
26.9	109	غير موظف
%100	405	المجموع

يتضح من الجدول أن ما نسبته 36.5% من إجمالي أفراد عينة الدراسة يعملون بالوظائف الحكومية؛ بينما 28.4% من أفراد عينة الدراسة يعملون في القطاع خاص، و26.9% من إجمالي أفراد عينة الدراسة لا يعملون، وما نسبته 8.1% من أفراد عينة الدراسة يمارسون الأعمال الحرة، ونستنتج من ذلك أن غالبية أفراد عينة الدراسة هم من موظفي الجهات الحكومية.

(5) الدخل الشهري للأسرة:

جدول رقم (13) توزيع أفراد عينة الدراسة وفق متغير الدخل الشهري للأسرة

النسبة %	التكرار	الدخل الشهري للأسرة
21.7	88	أقل من 5000 ريال
35.3	143	من 5000 إلى أقل من 10000 ريال
23.0	93	من 10000 إلى أقل من 15000 ريال
11.9	48	من 15000 إلى أقل من 20000 ريال
8.1	33	من 20000 ريال ما فوق
%100	405	المجموع

يتضح من الجدول أن ما نسبته 35.3% من إجمالي أفراد عينة الدراسة دخلهم الشهري من (5000 إلى أقل من 10000 ريال)؛ بينما ما نسبته 23.0% من إجمالي أفراد عينة الدراسة دخلهم الشهري من (10000 إلى أقل من 15000 ريال)، و21.7% منهم دخلهم الشهري (أقل من 5000 ريال)، و ما نسبته 11.9% من أفراد عينة الدراسة دخلهم الشهري من (15000 إلى أقل من 20000 ريال)، وما نسبته 8.1% من أفراد عينة الدراسة دخلهم الشهري (20000 ريال ما فوق)، ونستنتج من ذلك أن نسبة الدخل الشهري الأعلى لأفراد عينة الدراسة يتراوح من (5000 إلى أقل من 10000 ريال).

(6) المستوى التعليمي:

جدول رقم (14) توزيع أفراد عينة الدراسة وفق متغير المستوى التعليمي

النسبة %	التكرار	المستوى التعليمي
3.2	13	يقرأ ويكتب
44.0	178	شهادة الثانوية فما دون
14.6	59	دبلوم ما قبل الجامعة
35.1	142	شهادة جامعية
3.2	13	تعليم عالي (ماجستير-دكتوراه)
%100	405	المجموع

يتضح من الجدول أن ما نسبته 44.0% من إجمالي أفراد عينة الدراسة هم من حملة الشهادة الثانوية فما دون؛ بينما ما نسبته 35.1% من أفراد عينة الدراسة من حملة الشهادة الجامعية، وما نسبته 14.6% من أفراد عينة الدراسة من حملة الدبلوم ما قبل الجامعة، وما نسبته 3.2% من إجمالي أفراد عينة الدراسة يقرأ ويكتب، و3.2% من إجمالي أفراد عينة الدراسة هم من فئة التعليم العالي (ماجستير-دكتوراه)، ونستنتج من ذلك أن النسبة الأعلى من أفراد عينة الدراسة هم من حملة الشهادة الثانوية فما دون، ويمكن ربط ذلك مع نتائج متغير العمر حيث أن الفئة العمرية (40 سنة فأكثر) هي النسبة الأعلى؛ وقد يعني ذلك التحاق أفراد عينة الدراسة من هذه الفئة العمرية بالوظائف في مرحله مبكره من العمر بعد حصولهم على مؤهل الشهادة الثانوية او ما دون.

ثانياً: النتائج المتعلقة بالإجابة على تساؤلات الدراسة:

نتائج التساؤل الرئيسي للدراسة: ما دور الترفيه في تحسين جودة حياة الأسرة في المجتمع السعودي؟

لتحديد دور الترفيه في تحسين جودة حياة الأسرة في المجتمع السعودي، حُسب المتوسط الحسابي لهذه الأبعاد وصولاً إلى تحديد دور الترفيه في تحسين جودة حياة الأسرة في المجتمع السعودي، ويوضح الجدول أدناه النتائج العامة لهذا المحور.

جدول رقم (15) استجابات أفراد عينة الدراسة على دور الترفيه في تحسين جودة حياة الأسرة في المجتمع السعودي

م	البعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة
2	دور الترفيه في تقوية الروابط الأسرية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية	2.81	0.341	1
1	دور الترفيه في تحسين الحالة النفسية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية	2.80	0.328	2
4	دور الترفيه في إدارة وقت الفراغ كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية	2.79	0.352	3
3	دور الترفيه في تحسين الصحة الجسدية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية	2.77	0.308	4
-	دور الترفيه في تحسين جودة حياة الأسرة في المجتمع السعودي	2.79	0.273	-

يتبين من خلال النتائج الموضحة أعلاه موافقة أفراد عينة الدراسة على دور الترفيه في تحسين جودة حياة الأسرة في المجتمع السعودي بمتوسط حسابي بلغ (2.79 من 3)، حيث احتل دور الترفيه في تقوية الروابط الأسرية كأحد مؤشرات جودة الحياة المرتبة الأولى بمتوسط حسابي بلغ (2.81 من 3)، وجاء دور الترفيه في تحسين الحالة النفسية كأحد مؤشرات جودة الحياة في المرتبة الثانية بمتوسط حسابي بلغ (2.80 من 3)، يليها دور الترفيه في إدارة وقت الفراغ كأحد مؤشرات جودة الحياة في المرتبة الثالثة بمتوسط حسابي بلغ (2.79 من 3)، وأخيراً جاء دور الترفيه في تحسين الصحة الجسدية كأحد مؤشرات جودة الحياة في المرتبة الرابعة بمتوسط حسابي بلغ (2.77 من 3).

ويتضح من خلال هذه النتائج تأكيد أفراد عينة الدراسة على أن ممارسة الأنشطة الترفيهية تلعب دوراً هاماً في تقوية الروابط الأسرية والاجتماعية، وتحسين الحالة النفسية والبدنية؛ حيث تسهم المشاركة في الأنشطة الترفيهية في تعزيز أواصر العلاقة بين الوالدين والأبناء؛ وتزيد من التواصل والتفاعل الاجتماعي فيما بينهم، الأمر الذي يمنح أعضاء الأسرة الشعور بالأمان والاستقرار العاطفي، ويعزز من متانة الروابط الأسرية. كما أن نتائج هذا المحور دلالة على حرص الأسرة في

المجتمع السعودي على التماسك والترابط الأسري بين أعضائها، والاهتمام بتلبية حاجاتهم ورغباتهم المختلفة، ومن ذلك الاهتمام بالجانب الترفيهي وتخصيص وقت له ومشاركة أفراد الأسرة للترفيه معاً، وذلك يُبين ارتفاع مستوى وعي الباحثين بأهمية الترفيه وفوائده في تنمية الجوانب الاجتماعية، والنفسية، والصحية. وعليه جاءت موافقة أفراد عينة الدراسة على دور الترفيه في تقوية الروابط الأسرية بالمرتبة الأولى؛ لما له من أهمية كبيرة في تقوية الروابط الأسرية كأحد مؤشرات جودة الحياة.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة القحطاني (2021)، التي بينت أن الممارسة الجماعية للأنشطة الترفيهية تقوي العلاقات الأسرية والعائلية، وتساعد الفرد على الاندماج في المجتمع.

كما تتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة النعيم (2014)، التي بينت ارتفاع مؤشرات الأوضاع الأسرية كأحد أبعاد جودة الحياة في مدينة الرياض.

وتتفق أيضاً مع ما توصلت إليه دراسة Yu An, Chen, Wei Wang, Yang, Huang, Fan (2020)، التي بينت أن المشاركين في الأنشطة البدنية ذات المستويات العالية والمعتدلة لديهم رضا عن الحياة وسعادة أعلى بكثير من أولئك الذين يشاركون في أنشطة ذات مستويات منخفضة.

كذلك تتفق مع ما توصلت إليه دراسة gance, merkas, and verko (2011)، التي أوضحت أن المشاركة في الأنشطة الترفيهية المختلفة تسهم بشكل كبير في رفاة وجود حياة المواطنين الكرواتيين.

نتائج المحور الأول: هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين اتجاهات أفراد الدراسة حول دور الترفيه في تحسين جودة الحياة تعزى لاختلاف متغيراتهم الشخصية؟

(1) الفروق باختلاف متغير الجنس:

للتعرف على ما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية في استجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف متغير الجنس تم استخدام اختبار " Independent Sample T-test " لتوضيح دلالة الفروق بين استجابات أفراد عينة الدراسة وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

الجدول رقم (16) نتائج اختبار " Independent Sample T-test " للفروق بين استجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف متغير الجنس

المحور	الجنس	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة ت	الدلالة	التعليق
دور الترفيه في تحسين الحالة النفسية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية	ذكر	219	2.80	0.325	0.170	0.865	غير دالة
	أنثى	186	2.79	0.332			
دور الترفيه في تقوية الروابط الأسرية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية	ذكر	219	2.82	0.362	0.387	0.699	غير دالة
	أنثى	186	2.81	0.316			

التعليق	الدلالة	قيمة ت	الانحراف المعياري	المتوسط	العدد	الجنس	المحور
غير دالة	0.270	1.104	0.294	2.79	219	ذكر	دور الترفيه في تحسين الصحة الجسدية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية
			0.324	2.75	186	أنثى	
دالة	*0.041	2.054	0.348	2.82	219	ذكر	دور الترفيه في إدارة وقت الفراغ كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية
			0.354	2.75	186	أنثى	
غير دالة	0.298	1.042	0.275	2.81	219	ذكر	دور الترفيه في تحسين جودة حياة الأسرة في المجتمع السعودي
			0.272	2.78	186	أنثى	

* دالة عند مستوى 0,05 فأقل

من خلال النتائج الموضحة أعلاه توصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05) فأقل في استجابات أفراد عينة الدراسة حول (دور الترفيه في تحسين الحالة النفسية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية، دور الترفيه في تقوية الروابط الأسرية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية، دور الترفيه في تحسين الصحة الجسدية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية، دور الترفيه في تحسين جودة حياة الأسرة في المجتمع السعودي) باختلاف متغير الجنس.

ويمكن تفسير هذه النتيجة بان الترفيه لا يقتصر على جنس معين بل هو من الحاجات الإنسانية المهمة لكلا الجنسين، وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة النعاس، والسنباطي(2019)، التي بينت وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين واقع ممارسة الأنشطة (الثقافية - الترفيهية- الرياضية) وجودة الحياة الدراسية للطلبة من الجنسين الإناث والذكور.

بينما يتضح من الجدول اعلاه وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05) فأقل في استجابات أفراد عينة الدراسة حول (دور الترفيه في إدارة وقت الفراغ كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية) باختلاف متغير الجنس لصالح فئة الذكور؛ ويمكن تفسير ذلك بأن أسلوب حياة الذكور بالمجتمع السعودي يتيح لهم القدرة على إدارة وقت فراغهم بشكل أكبر من الإناث، والاستفادة منه في ممارسة الأنشطة الترفيهية المفضلة، والهوايات المختلفة؛ بخلاف الإناث من أفراد عينة الدراسة لكونهن من (الأمهات)، بالتالي هن أكثر ارتباطاً بمسؤوليات الأسرة ومتطلبات الأبناء، ولهذا قد لا يتاح لهن الاستفادة من وقت الفراغ بالترفيه بشكل كافٍ.

2) الفروق باختلاف متغير العمر:

للتعرف على ما إذا كانت هنالك فروق ذات دلالة إحصائية في استجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف متغير العمر تم استخدام "تحليل التباين الأحادي" (One Way ANOVA)؛ لتوضيح دلالة الفروق في استجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف متغير العمر، وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

الجدول رقم (17) نتائج " تحليل التباين الأحادي " (One Way ANOVA) للفروق في استجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف متغير العمر

المحور	مصدر التباين	مجموع مربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية	التعليق
دور الترفيه في تحسين الحالة النفسية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية	بين المجموعات	0.830	4	0.207	1.949	0.102	غير دالة
	داخل المجموعات	42.571	400	0.106			
	المجموع	43.401	404	-			
دور الترفيه في تقوية الروابط الأسرية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية	بين المجموعات	0.668	4	0.167	1.440	0.220	غير دالة
	داخل المجموعات	46.396	400	0.116			
	المجموع	47.064	404	-			
دور الترفيه في تحسين الصحة الجسدية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية	بين المجموعات	0.343	4	0.086	0.901	0.463	غير دالة
	داخل المجموعات	38.091	400	0.095			
	المجموع	38.435	404	-			
دور الترفيه في إدارة وقت الفراغ كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية	بين المجموعات	0.175	4	0.044	0.350	0.844	غير دالة
	داخل المجموعات	49.997	400	0.125			
	المجموع	50.171	404	-			
دور الترفيه في تحسين جودة حياة الأسرة في المجتمع السعودي	بين المجموعات	0.394	4	0.099	1.322	0.261	غير دالة
	داخل المجموعات	29.817	400	0.075			
	المجموع	30.211	404	-			

من خلال النتائج الموضحة أعلاه توصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05) فأقل في استجابات أفراد عينة الدراسة حول (دور الترفيه في تحسين الحالة النفسية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية، دور الترفيه في تقوية الروابط الأسرية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية، دور الترفيه في تحسين الصحة الجسدية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية، دور الترفيه في إدارة وقت الفراغ كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية، دور الترفيه في تحسين جودة حياة الأسرة في المجتمع السعودي) باختلاف متغير العمر.

يتضح من هذه النتيجة أن الترفيه عامل مهم في الترويج عن النفس لجميع الأفراد باختلاف فئاتهم العمرية؛ فالترفيه من الأنشطة المحببة للنفس، والتي يمارسها الفرد بإرادته خلال مراحل حياته العمرية المختلفة، ولهذا فإن العمر لا يعد عائقاً لممارسة النشاط الترفيهي.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة ملحم (2018) حول تأثير برنامج السباحة الترويحية في الرضا عن الحياة، الذي تم تطبيقه على عينة الدراسة، والتي توصلت إلى عدم وجود فروق دالة تعزى لمتغير العمر.

(3) الفروق باختلاف متغير الحالة الاجتماعية:

للتعرف على ما إذا كانت هنالك فروق ذات دلالة إحصائية في استجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف متغير الحالة الاجتماعية تم استخدام " كروسكال واليز " (Kruskal-Wallis Test) لتوضيح دلالة الفروق في إجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف متغير الحالة الاجتماعية وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

الجدول رقم (18) نتائج " كروسكال واليز " (Kruskal-Wallis Test) للفروق في إجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف متغير الحالة الاجتماعية

المحور	الحالة الاجتماعية	العدد	متوسط الرتب	قيمة كاي تربيع	الدلالة الإحصائية	التعليق
دور الترفيه في تحسين الحالة النفسية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية	متزوج	353	204.64	1.715	0.424	غير دالة
	مطلق	38	201.11			
	أرمل	14	166.71			
دور الترفيه في تقوية الروابط الأسرية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية	متزوج	353	206.19	3.482	0.175	غير دالة
	مطلق	38	189.08			
	أرمل	14	160.43			
دور الترفيه في تحسين الصحة الجسدية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية	متزوج	353	204.51	0.983	0.612	غير دالة
	مطلق	38	186.45			
	أرمل	14	209.89			
دور الترفيه في إدارة وقت الفراغ كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية	متزوج	353	206.58	5.004	0.082	غير دالة
	مطلق	38	167.34			
	أرمل	14	209.39			
دور الترفيه في تحسين جودة حياة الأسرة في المجتمع السعودي	متزوج	353	206.70	2.839	0.242	غير دالة
	مطلق	38	178.42			
	أرمل	14	176.39			

يتضح من خلال النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05) فأقل في استجابات أفراد عينة الدراسة حول (دور الترفيه في تحسين الحالة النفسية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية، دور الترفيه في تقوية الروابط الأسرية كأحد مؤشرات جودة الحياة، دور الترفيه في تحسين الصحة الجسدية كأحد مؤشرات جودة الحياة، دور الترفيه في إدارة وقت الفراغ كأحد مؤشرات جودة الحياة، دور الترفيه في تحسين جودة حياة الأسرة في المجتمع السعودي) باختلاف متغير الحالة الاجتماعية.

ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن ممارسة الفرد للأنشطة الترفيهية لا تتأثر بالحالة الاجتماعية للفرد، سواء كان متزوجاً، أو مطلقاً، أو أرمل؛ فليس لذلك تأثير سلبي على ممارسته للأنشطة الترفيهية. فالترفيه أحد الأنشطة الإنسانية الهامة التي يمكن للفرد من خلالها إشباع حاجاته ورغباته المختلفة، كالحاجة إلى التجديد والابتكار، والحاجة إلى اللياقة البدنية وتنمية القدرات الذهنية، وكذلك الحاجات الوجدانية، كالشعور بالسعادة والسرور، وتلك حاجات مهمة يحققها الترفيه للفرد مهما كانت حالته الاجتماعية.

وتختلف هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة gance, merkas, and verko (2011)، التي بينت أن الرفاهية وجودة الحياة تتأثر بالحالة الاجتماعية للفرد.

4) الفروق باختلاف متغير المهنة:

للتعرف على ما إذا كانت هنالك فروق ذات دلالة إحصائية في استجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف متغير المهنة تم استخدام " كروسكال واليز " (Kruskal-Wallis Test) لتوضيح دلالة الفروق في إجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف متغير المهنة وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

الجدول رقم (19) نتائج " كروسكال واليز " (Kruskal-Wallis Test) للفروق في إجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف متغير المهنة

المحور	المهنة	العدد	متوسط الرتب	قيمة كاي تربيع	الدلالة الإحصائية	التعليق
دور الترفيه في تحسين الحالة النفسية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية	موظف حكومي	148	205.76	3.982	0.263	غير دالة
	موظف قطاع خاص	115	215.66			
	أعمال حرة	33	195.38			
	غير موظف	109	188.21			
دور الترفيه في تقوية الروابط الأسرية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية	موظف حكومي	148	205.59	3.528	0.317	غير دالة
	موظف قطاع خاص	115	209.33			
	أعمال حرة	33	218.03			
	غير موظف	109	188.24			
دور الترفيه في تحسين الصحة الجسدية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية	موظف حكومي	148	213.50	4.015	0.260	غير دالة
	موظف قطاع خاص	115	198.09			
	أعمال حرة	33	218.92			
	غير موظف	109	189.10			
دور الترفيه في إدارة وقت الفراغ كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية	موظف حكومي	148	213.50	7.721	0.052	غير دالة
	موظف قطاع خاص	115	199.80			
	أعمال حرة	33	230.42			

			183.82	109	غير موظف	
غير دالة	0.305	3.622	212.58	148	موظف حكومي	دور الترفيه في تحسين جودة حياة الأسرة في المجتمع السعودي
			206.08	115	موظف قطاع خاص	
			206.73	33	أعمال حره	
			185.61	109	غير موظف	

* دالة عند مستوى 0,05 فأقل

من خلال الجدول أعلاه توصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05) فأقل في استجابات أفراد عينة الدراسة حول (دور الترفيه في تحسين الحالة النفسية كأحد مؤشرات جودة الحياة، دور الترفيه في تقوية الروابط الأسرية كأحد مؤشرات جودة الحياة، دور الترفيه في تحسين الصحة الجسدية كأحد مؤشرات جودة الحياة، دور الترفيه في إدارة وقت الفراغ كأحد مؤشرات جودة الحياة، دور الترفيه في تحسين جودة حياة الأسرة في المجتمع السعودي) باختلاف متغير المهنة.

ويمكن تفسير ذلك بأن الترفيه من الأنشطة المهمة بحياة الفرد والأسرة باختلاف حالتهم الوظيفية؛ فالفرد بحاجة إلى الترفيه عن نفسه بعد الجهود المبذولة خلال ساعات العمل كون الترفيه من الأنشطة المجددة للنشاط البدني والذهني والتي تساعد في الاسترخاء والاستجمام مما يحقق الموازنة بين ساعات العمل ووقت الراحة.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة Aksoy، Çankaya، Taşmektepligil (2017)؛ والتي بينت أن الحياة العامة المتصورة لجودة الحياة والرضا الوظيفي للأفراد المشاركين في الألعاب الرياضية كانت أعلى من أولئك الذين لا يشاركون في الأنشطة الرياضية والترفيهية.

5) الفروق باختلاف متغير الدخل الشهري للأسرة:

للتعرف على ما إذا كانت هنالك فروق ذات دلالة إحصائية في استجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف متغير الدخل الشهري للأسرة استخدام " كروسكال واليز " (Kruskal-Wallis Test) لتوضيح دلالة الفروق في إجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف متغير الدخل الشهري للأسرة وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

الجدول رقم (20) نتائج " كروسكال واليز " (Kruskal-Wallis Test) للفروق في إجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى

اختلاف متغير الدخل الشهري للأسرة

المحور	الدخل الشهري للأسرة	العدد	متوسط الرتب	قيمة كاي تربيع	الدلالة الإحصائية	التعليق
دور الترفيه في تحسين الحالة النفسية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية	أقل من 5000 ريال	88	199.58	5.339	0.254	غير دالة
	من 5000 إلى أقل من 10000 ريال	143	200.78			
	من 10000 إلى أقل من 15000 ريال	93	190.37			
	من 15000 إلى أقل من 20000 ريال	48	218.97			
	من 20000 ريال ما فوق	33	234.12			

غير دالة	0.519	3.238	192.40	88	أقل من 5000 ريال	دور الترفيه في تقوية الروابط الأسرية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية
			213.83	143	من 5000 إلى أقل من 10000 ريال	
			196.24	93	من 10000 إلى أقل من 15000 ريال	
			208.08	48	من 15000 إلى أقل من 20000 ريال	
			195.98	33	من 20000 ريال ما فوق	
غير دالة	0.473	3.534	194.99	88	أقل من 5000 ريال	دور الترفيه في تحسين الصحة الجسدية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية
			200.65	143	من 5000 إلى أقل من 10000 ريال	
			200.51	93	من 10000 إلى أقل من 15000 ريال	
			207.16	48	من 15000 إلى أقل من 20000 ريال	
			235.50	33	من 20000 ريال ما فوق	
غير دالة	0.610	2.698	189.86	88	أقل من 5000 ريال	دور الترفيه في إدارة وقت الفراغ كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية
			202.46	143	من 5000 إلى أقل من 10000 ريال	
			206.910	93	من 10000 إلى أقل من 15000 ريال	
			218.61	48	من 15000 إلى أقل من 20000 ريال	
			206.65	33	من 20000 ريال ما فوق	
غير دالة	0.455	3.651	197.52	88	أقل من 5000 ريال	دور الترفيه في تحسين جودة حياة الأسرة في المجتمع السعودي
			203.53	143	من 5000 إلى أقل من 10000 ريال	
			190.48	93	من 10000 إلى أقل من 15000 ريال	
			219.78	48	من 15000 إلى أقل من 20000 ريال	
			226.17	33	من 20000 ريال ما فوق	

من خلال النتائج أعلاه توصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05) فأقل في استجابات أفراد عينة الدراسة حول (دور الترفيه في تحسين الحالة النفسية كأحد مؤشرات جودة الحياة، دور الترفيه في تقوية الروابط الأسرية كأحد مؤشرات جودة الحياة، دور الترفيه في تحسين الصحة الجسدية كأحد مؤشرات جودة الحياة، دور الترفيه في إدارة وقت الفراغ كأحد مؤشرات جودة الحياة، دور الترفيه في تحسين جودة حياة الأسرة في المجتمع السعودي) باختلاف متغير الدخل الشهري للأسرة.

يتضح من هذه النتيجة أن الترفيه كمنشأ يضم العديد من الوسائل والبرامج المتنوعة التي تلائم كل فئات المجتمع؛ بحيث يتسنى لكل أسرة حرية اختيار النشاط الترفيهي المفضل لديها، والذي يتناسب مع دخلها الشهري، ويمكن أن يكون النشاط الترفيهي داخل المنزل مع أفراد الأسرة دون الحاجة لبذل الكثير من المال أو الجهد، وعليه فإن مستوى الدخل الشهري لا يعد عائقاً لممارسة النشاط الترفيهي؛ فالترفيه مطلب أساسي في حياة الأسرة، وله دور فعال في تلبية العديد من الاحتياجات، كالحاجات الاجتماعية والحاجات النفسية والبدنية.

وتختلف هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة gance, merkas, and verko (2011)، التي بينت أن الرفاهية وجودة الحياة تتأثر بالحالة الاقتصادية؛ وقد يُفسر الاختلاف مع نتيجة دراسة gance, merkas, and verko (2011) بأن هناك تبايناً في الأنشطة الترفيهية من حيث وسائل، ونوع النشاط الترفيهي لكل أسرة بحسب الدخل الشهري، وذلك بالتأكيد- لا يقلل من الدور المهم للترفيه في تحسين جودة حياة الأسرة بشكل عام مهما اختلفت المستويات الاقتصادية.

6) الفروق باختلاف متغير المستوى التعليمي:

للتعرف على ما إذا كانت هنالك فروق ذات دلالة إحصائية في استجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف متغير المستوى التعليمي تم استخدام " كروسكال واليز " (Kruskal-Wallis Test) لتوضيح دلالة الفروق في إجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف متغير المستوى التعليمي وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

الجدول رقم (21) نتائج " كروسكال واليز " (Kruskal-Wallis Test) للفروق في إجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى

اختلاف متغير المستوى التعليمي

التعليق	الدلالة الإحصائية	قيمة كاي تربيع	متوسط الرتب	العدد	مستوى الدخل الشهري للأسرة	المحور
غير دالة	0.952	0.694	209.69	13	يقرأ ويكتب	دور الترفيه في تحسين الحالة النفسية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية
			201.21	178	شهادة الثانوية فما دون	
			201.68	59	دبلوم ما قبل الجامعة	
			203.11	142	شهادة جامعية	
			225.62	13	تعليم عالي (ماجستير-دكتوراه)	
غير دالة	0.185	6.198	197.23	13	يقرأ ويكتب	دور الترفيه في تقوية الروابط الأسرية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية
			213.38	178	شهادة الثانوية فما دون	
			205.03	59	دبلوم ما قبل الجامعة	
			187.21	142	شهادة جامعية	
			229.85	13	تعليم عالي (ماجستير-دكتوراه)	
غير دالة	0.822	1.526	217.00	13	يقرأ ويكتب	دور الترفيه في تحسين الصحة الجسدية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية
			196.86	178	شهادة الثانوية فما دون	
			215.31	59	دبلوم ما قبل الجامعة	
			204.33	142	شهادة جامعية	
			202.69	13	تعليم عالي (ماجستير-دكتوراه)	
دالة	*0.041	9.990	252.27	13	يقرأ ويكتب	دور الترفيه في إدارة وقت الفراغ كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية
			215.38	178	شهادة الثانوية فما دون	
			199.64	59	دبلوم ما قبل الجامعة	
			184.85	142	شهادة جامعية	

			197.62	13	تعليم عالي (ماجستير-دكتوراه)	
غير دالة	0.660	2.416	213.35	13	يقرأ ويكتب	دور الترفيه في تحسين جودة حياة الأسرة في المجتمع السعودي
			208.11	178	شهادة الثانوية فما دون	
			199.75	59	دبلوم ما قبل الجامعة	
			194.00	142	شهادة جامعية	
			235.73	13	تعليم عالي (ماجستير-دكتوراه)	

* دالة عند مستوى 0,05 فأقل

يتضح من خلال النتائج الموضحة أعلاه عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05) فأقل في استجابات أفراد عينة الدراسة حول (دور الترفيه في تحسين الحالة النفسية كأحد مؤشرات جودة الحياة، دور الترفيه في تقوية الروابط الأسرية كأحد مؤشرات جودة الحياة، دور الترفيه في تحسين الصحة الجسدية كأحد مؤشرات جودة الحياة، دور الترفيه في تحسين جودة حياة الأسرة في المجتمع السعودي) باختلاف متغير المستوى التعليمي.

بينما يتضح من النتائج في الجدول رقم (21) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05) فأقل في استجابات أفراد عينة الدراسة حول (دور الترفيه في إدارة وقت الفراغ كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية) باختلاف متغير المستوى التعليمي. ولتحديد صالح الفروق بين فئات المستوى التعليمي تم استخدام اختبار شيفيه، والذي جاءت نتائجه كالتالي:

جدول رقم (22) نتائج اختبار شيفيه للتحقق من الفروق بين فئات المستوى التعليمي

المحور	المستوى التعليمي	العدد	المتوسط الحسابي	يقرأ ويكتب	شهادة الثانوية فما دون	دبلوم ما قبل الجامعة	شهادة جامعية	تعليم عالي (ماجستير-دكتوراه)
دور الترفيه في إدارة وقت الفراغ كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية	يقرأ ويكتب	13	2.91	-				*
	شهادة الثانوية فما دون	178	2.84		-		**	*
	دبلوم ما قبل الجامعة	59	2.80			-		
	شهادة جامعية	142	2.73				-	
	تعليم عالي (ماجستير-دكتوراه)	13	2.60					-

* دالة عند مستوى 0,05 فأقل

ومن خلال النتائج أعلاه كشفت الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05) فأقل بين أفراد عينة الدراسة من أصحاب المستوى التعليمي (يقرأ ويكتب، شهادة الثانوية فما دون)، وأفراد عينة الدراسة من أصحاب المؤهلات التعليمية العليا (ماجستير-دكتوراه)، حول (دور الترفيه في إدارة وقت الفراغ كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية) لصالح أصحاب المؤهلات التعليمية (يقرأ ويكتب، شهادة الثانوية فما دون). كما توصلت الدراسة أيضاً إلى وجود

فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,01) فأقل بين أفراد عينة الدراسة من أصحاب المستوى التعليمي (شهادة الثانوية فما دون)، وأفراد عينة الدراسة من حملة (الشهادة جامعية) حول (دور الترفيه في إدارة وقت الفراغ كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية) لصالح أصحاب المستوى التعليمي (شهادة الثانوية فما دون).

ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن أصحاب المؤهلات التعليمية الأقل من أفراد عينة الدراسة قد يكون لديهم متسع أكبر من وقت الفراغ؛ مما زاد من اهتمامهم باستغلال وقت الفراغ بالترفيه؛ كون الترفيه يتيح الاستثمار الأفضل للوقت الحر من خلال ممارسة الأنشطة الترفيهية مع أعضاء الأسرة، ولهذا جاءت موافقة أفراد عينة الدراسة على دور الترفيه في إدارة وقت الفراغ كأحد مؤشرات جودة الحياة لصالح أصحاب المستويات التعليمية الأقل.

نتائج المحور الثاني: ما دور الترفيه في تحسين الحالة النفسية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية؟
جدول رقم (23) استجابات أفراد عينة الدراسة حول دور الترفيه في تحسين الحالة النفسية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية مرتبة تنازلياً حسب متوسطات الموافقة

م	العبارات	التكرار النسبة	درجة الموافقة			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الفئة	الرتبة
			موافق	موافق إلى حد ما	غير موافق				
1	ممارسة الأنشطة الترفيهية تشعر الفرد بالسعادة.	ك	346	52	7	2.84	0.414	موافق	1
		%	85.5	12.8	1.7				
3	ممارسة الأنشطة الترفيهية ترفع من مستوى الروح الإيجابية لدى الفرد.	ك	347	50	8	2.84	0.420	موافق	2
		%	85.7	12.3	2.0				
6	تساعد ممارسة الأنشطة الترفيهية في تحسين الحالة المزاجية للفرد.	ك	338	63	4	2.82	0.406	موافق	3
		%	83.4	15.6	1.0				
7	تساعد الأنشطة الترفيهية في التخلص من الطاقة السلبية.	ك	341	55	9	2.82	0.439	موافق	4
		%	84.2	13.6	2.2				
4	ممارسة الأنشطة الترفيهية تخفف من الضغوط النفسية اليومية.	ك	344	50	11	2.82	0.448	موافق	5
		%	85.0	12.3	2.7				
5	تخفف الأنشطة الترفيهية من القلق لدى الأفراد.	ك	321	74	10	2.77	0.478	موافق	6
		%	79.2	18.3	2.5				
2	تحقق الأنشطة الترفيهية الشعور بالاسترخاء للفرد.	ك	291	95	19	2.67	0.561	موافق	7
		%	71.8	23.5	4.7				
			المتوسط العام			2.80	0.328	موافق	

من خلال النتائج الموضحة أعلاه توصلت الدراسة إلى موافقة أفراد عينة الدراسة على دور الترفيه في تحسين الحالة النفسية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية بمتوسط حسابي بلغ (2.80 من 3.00)، وهو متوسط يقع في الفئة الثالثة من فئات المقياس الثلاثي (من 2.35 إلى 3.00)؛ كما يتضح من الجدول رقم (23) أن أبرز أدوار الترفيه في تحسين الحالة النفسية كأحد مؤشرات جودة الحياة تتمثل في العبارات التي تم ترتيبها تنازلياً حسب موافقة أفراد عينة الدراسة عليها كالتالي:

1. جاءت العبارة رقم (1): " ممارسة الأنشطة الترفيهية تشعر الفرد بالسعادة" بالمرتبة الأولى من حيث موافقة أفراد عينة الدراسة عليها بمتوسط حسابي بلغ (2.84 من 3)؛ ويمكن ذلك بأن الغاية الأساسية لممارسة الأنشطة الترفيهية هي الشعور بالسعادة؛ فالترفيه يحقق للفرد الإحساس بالسرور، والبهجة، والرضا، وهو من أهم الأنشطة الإنسانية التي تجعل حياة الفرد ممتعة، ومتوازنة. وتوضح هذه النتيجة تأكيد أفراد عينة الدراسة على أهمية الترفيه في تعزيز الشعور بالسعادة؛ لما له من دور فعال في تحسين الحالة النفسية لأفراد الأسرة كأحد مؤشرات جودة الحياة. وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة ملحم (2018)، التي بينت أن برنامج السباحة الذي تم تطبيقه أثر إيجاباً على مستوى الرضا عن الحياة لدى أعضاء هيئة التدريس في جامعة مؤتة. كما تتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة Bae·Butler، Cromartie، Collins (2018)، التي بينت أن الذين يشاركون في الألعاب الرياضية لديهم تقدير أعلى للذات والشعور بالسعادة. وتتفق أيضاً مع ما توصلت إليه دراسة Yu An، Chen، Wei Wang، Yang، Huang، Fan (2020)، التي بينت أن المشاركين في الأنشطة البدنية ذات المستويات العالية والمعتدلة لديهم رضا عن الحياة وسعادة أعلى بكثير من أولئك الذين لديهم مستوى نشاط بدني منخفض.
2. جاءت العبارة رقم (3): "ممارسة الأنشطة الترفيهية ترفع من مستوى الروح الإيجابية لدى الفرد" بالمرتبة الثانية بمتوسط حسابي بلغ (2.84 من 3)، وتُفسر هذه النتيجة بأن ممارسة الأنشطة الترفيهية تحد من الشعور بالرتابة، وتعمل على تجديد طاقة الفرد؛ مما يرفع من معنوياته، ويجعله أكثر تفاؤلاً وإقبالاً على الحياة بصورة إيجابية. وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة النعاس، والسنباطي (2019)، التي أشارت إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين واقع ممارسة الأنشطة (الثقافية - الترفيهية - الرياضية) وجودة الحياة الدراسية للطلبة من الجنسين: الإناث والذكور.
3. جاءت العبارة رقم (6): "تساعد ممارسة الأنشطة الترفيهية في تحسين الحالة المزاجية للفرد" بالمرتبة الثالثة بمتوسط حسابي بلغ (2.82 من 3)، ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن الفرد قد يعاني من الملل والفقر؛ نتيجة لعدم التجديد في أنشطته اليومية، وتعرضه للإجهاد والتعب المتواصل، وبالتالي تعد ممارسة الأنشطة الترفيهية أحد العوامل المساعدة في التجديد والخروج من إطار الروتين اليومي المتكرر؛ مما يقلل من الشعور بالملل، ويحسن من الحالة المزاجية. وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة gance، merkas، and verko (2011)، التي بينت أن المشاركة في الأنشطة الترفيهية تساهم بشكل كبير في رفاهية وجودة حياة المواطنين الكرواتييين.
4. جاءت العبارة رقم (7): "تساعد الأنشطة الترفيهية في التخلص من الطاقة السلبية" بالمرتبة الرابعة بمتوسط حسابي بلغ (2.82 من 3)، توضح هذه النتيجة دور الأنشطة الترفيهية في التخلص من المشاعر والأفكار السلبية المترابطة، وضبط الانفعالات؛ حيث يساعد الترفيه في تفريغ هذه الطاقة وتحويلها إلى طاقة إيجابية؛ الأمر الذي يحقق التوازن النفسي والعاطفي لأفراد الأسرة.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة القحطاني (2021)، التي بينت أن الترفيه يحقق التوازن النفسي للفرد، ويقلل من التوترات وضغوطات الحياة.

5. جاءت العبارة رقم (4): "ممارسة الأنشطة الترفيهية تخفف من الضغوط النفسية اليومية" بالمرتبة الخامسة بمتوسط حسابي بلغ (2.82 من 3)، بناء على ذلك تعتبر ممارسة الأنشطة الترفيهية أحد الأساليب الفعالة التي يلجأ إليها أفراد الأسرة لمواجهة الضغوط اليومية، والتخفيف من الآثار المترتبة عليها؛ حيث تتيح الأنشطة الترفيهية الاستمتاع بالوقت والاستجمام بعيداً عن الضغوطات العملية والحياتية.

6. جاءت العبارة رقم (5): "تخفف الأنشطة الترفيهية من القلق لدى الأفراد" بالمرتبة السادسة بمتوسط حسابي بلغ (2.77 من 3)، وتفسر هذه النتيجة بأن الأنشطة الترفيهية تعمل على خفض مستويات التوتر والضغط التي قد تواجه أفراد الأسرة؛ مما يقلل من حدة شعورهم بالقلق والتوتر النفسي، فالترفيه يتيح الفرصة للتنفيس والتعبير عن المشاعر بشكل إيجابي؛ مما يحقق التوازن النفسي؛ وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة القحطاني (2021)، التي بينت أن الترفيه يحقق التوازن النفسي للفرد، ويقلل من التوترات وضغوطات الحياة.

7. جاءت العبارة رقم (2): "تحقق الأنشطة الترفيهية الشعور بالاسترخاء للفرد" بالمرتبة السابعة بمتوسط حسابي بلغ (2.67 من 3)، توضح هذه النتيجة بأن الأنشطة الترفيهية تساعد الفرد في التحرر من ضغوط العمل، ومسؤوليات الحياة، وتخفف من شعوره بالتعب والإرهاق؛ مما يشعره بالراحة والاسترخاء.

نتائج المحور الثالث: ما دور الترفيه في تقوية الروابط الأسرية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية؟

جدول رقم (24) استجابات أفراد عينة الدراسة حول دور الترفيه في تقوية الروابط الأسرية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة

نظر الأسرة السعودية مرتبة تنازلياً حسب متوسطات الموافقة

م	العبارات	التكرار النسبة	درجة الموافقة			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الفئة	ترتيب
			موافق	موافق إلى حد ما	غير موافق				
3	المشاركة في الأنشطة الترفيهية تقلل من العزلة الاجتماعية بين أفراد الأسرة.	ك	354	46	5	2.86	0.380	موافق	1
		%	87.4	11.4	1.2				
5	تساعد الأنشطة الترفيهية في زيادة التفاعل الاجتماعي بين أفراد الأسرة.	ك	350	48	7	2.85	0.406	موافق	2
		%	86.4	11.9	1.7				
4	تحقق الأنشطة الترفيهية الشعور بالانسجام بين أعضاء الأسرة.	ك	342	56	7	2.83	0.422	موافق	3
		%	84.5	13.8	1.7				
1	الأنشطة الترفيهية المشتركة تعزز روح التضامن بين أعضاء الأسرة.	ك	337	59	9	2.81	0.446	موافق	4
		%	83.2	14.6	2.2				

م	العبارات	التكرار	درجة الموافقة			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الفئة	الترتبة
			النسبة	موافق	موافق إلى حد ما				
2	تنمي بعض الألعاب الترفيهية الحوار بين أفراد الأسرة.	ك	334	60	11	2.80	0.465	موافق	5
		%	82.5	14.8	2.7				
6	المشاركة بالفعاليات الترفيهية يسهم في تقوية العلاقة بين الزوجين.	ك	312	80	13	2.74	0.508	موافق	6
		%	77.0	19.8	3.2				
			المتوسط العام			2.81	0.341	موافق	

من خلال النتائج الموضحة أعلاه توصلت الدراسة إلى موافقة أفراد عينة الدراسة على دور الترفيه في تقوية الروابط الأسرية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية بمتوسط حسابي بلغ (2.81 من 3.00)؛ كما يتضح من الجدول رقم (24) أن أبرز أدوار الترفيه في تقوية الروابط الأسرية كأحد مؤشرات جودة الحياة تتمثل في العبارات التي تم ترتيبها تنازلياً حسب موافقة أفراد عينة الدراسة عليها كالتالي:

1. جاءت العبارة رقم (3): "المشاركة في الأنشطة الترفيهية تقلل من العزلة الاجتماعية بين أفراد الأسرة" بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي بلغ (2.86 من 3)، وتوضح هذه النتيجة بأن ممارسة الأنشطة الترفيهية تساهم في التقليل من العزلة الاجتماعية، وتعمل على توطيد العلاقات بين أفراد الأسرة الواحدة؛ حيث إن مشاركة الفرد في الأنشطة الترفيهية مع الأسرة يعزز من اندماجه في محيطه الأسري، ويخفف من ارتباطه بالأجهزة الإلكترونية، التي تؤثر سلباً على صحته البدنية والنفسية، وتجعل الفرد يقضي معظم وقته بمعزل عن أفراد أسرته؛ وبالتالي فإن الترفيه مع الأسرة يساعد في التغلب على ظاهرة العزلة الاجتماعية التي تسود المجتمعات المعاصرة، وتوضح هذه النتيجة تأكيد أفراد عينة الدراسة على أهمية دور الترفيه في تقليل العزلة الاجتماعية بين أفراد الأسرة؛ حيث احتل المرتبة الأولى؛ لما له من دور فعال في تقوية الروابط الأسرية كأحد مؤشرات جودة الحياة.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة الفحطاني (2021)، التي بينت أن الممارسة الجماعية للأنشطة الترفيهية تقوي العلاقات الأسرية والعائلية، وتساعد الفرد على الاندماج في المجتمع. كما تتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة النعيم (2014)، حيث بينت ارتفاع مؤشرات جودة الحياة الأسرية كأحد أبعاد جودة الحياة.

2. جاءت العبارة رقم (5): "تساعد الأنشطة الترفيهية في زيادة التفاعل الاجتماعي بين أفراد الأسرة" بالمرتبة الثانية بمتوسط حسابي بلغ (2.85 من 3)، وذلك يوضح أن الترفيه يساهم في إيجاد الفرصة للتفاعل الاجتماعي من خلال مشاركة الأسرة للنشاط الترفيهي معاً، وتبادل الأحاديث والأفكار، وكذلك تقديم الدعم والمساندة لبعضهم البعض، الأمر الذي من شأنه زيادة التفاعل الاجتماعي بين أفراد الأسرة.

3. جاءت العبارة رقم (4): "تحقق الأنشطة الترفيهية الشعور بالانسجام بين أعضاء الأسرة" بالمرتبة الثالثة بمتوسط حسابي بلغ (2.83 من 3)، وتفسر هذه النتيجة بأن مشاركة أفراد الأسرة في الأنشطة الترفيهية تضفي جواً يسوده التآلف والمحبة

والاستمتاع؛ مما يساعد في توثيق العلاقة بين الوالدين والأبناء، ويحقق قدرًا من الانسجام والتوافق فيما بينهم، وذلك -بلا شك- يعزز من متانة الروابط الأسرية كأحد مؤشرات جودة الحياة.

4. جاءت العبارة رقم (1): "الأنشطة الترفيهية المشتركة تعزز روح التضامن بين أعضاء الأسرة" بالمرتبة الرابعة بمتوسط حسابي بلغ (2.81 من 3)، ويمكن تفسير ذلك بأن للأنشطة الترفيهية دورًا مهمًا في تفعيل التواصل الاجتماعي والتقارب الأسري؛ مما يعزز التعاون بين أفراد الأسرة من خلال المشاركة الجماعية بالأنشطة الترفيهية التي تتطلب العمل الجماعي، وبذلك تسهم الأنشطة الترفيهية مساهمة كبيرة في تنمية روح التضامن داخل الأسرة.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة القحطاني (2021)، التي بينت أن ممارسة الترفيه المشترك بين أفراد الأسرة يعتبر فرصة جيدة للتخفيف من الخلافات والتوترات الأسرية، ودعم مبادئ التعاون والمشاركة الجماعية؛ كما أن الممارسة الجماعية للأنشطة الترفيهية تقوي العلاقات الأسرية والعائلية.

5. جاءت العبارة رقم (2): " تنمي بعض الألعاب الترفيهية الحوار بين أفراد الأسرة" بالمرتبة الخامسة بمتوسط حسابي بلغ (2.80 من 3)، وتُفسر هذه النتيجة بأن بعض الألعاب الترفيهية توفر بيئة للحوار بين المشاركين في اللعب، وتتيح تبادل الحديث والآراء؛ فالحوار الأسري وسيلة لتوثيق الصلة والتقارب بين أفراد الأسرة.

6. جاءت العبارة رقم (6): " المشاركة بالفعاليات الترفيهية يسهم في تقوية العلاقة بين الزوجين" بالمرتبة السادسة بمتوسط حسابي بلغ (2.74 من 3)، وتُفسر هذه النتيجة بأن المشاركة بالفعاليات الترفيهية يمكن أن تتيح للزوجين قضاء وقت أطول مع بعضهما؛ مما يساعد في زيادة التفاهم والانسجام فيما بينهما، الأمر الذي يؤثر إيجابًا في العلاقة الزوجية والأسرية ككل؛ وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة القحطاني (2021)، التي بينت أن ممارسة الترفيه المشترك بين أفراد الأسرة يعتبر فرصة جيدة للتخفيف من الخلافات والتوترات الأسرية.

نتائج المحور الرابع: ما دور الترفيه في تحسين الصحة الجسدية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية؟

جدول رقم (25) استجابات أفراد عينة الدراسة حول دور الترفيه في تحسين الصحة الجسدية كأحد مؤشرات جودة الحياة من

وجهة نظر الأسرة السعودية مرتبة تنازلياً حسب متوسطات الموافقة

م	العبارات	التكرار	درجة الموافقة			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الفئة	الترتبة
			النسبة	موافق	موافق إلى حد ما				
1	ممارسة الأنشطة الترفيهية الرياضية تعمل على تجديد الحيوية والنشاط البدني.	ك	373	28	4	2.91	0.318	موافق	1
		%	92.1	6.9	1.0				
3	ممارسة الأنشطة الترفيهية الحركية ترفع من مستوى اللياقة البدنية لأعضاء الأسرة.	ك	355	44	6	2.86	0.386	موافق	2
		%	87.6	10.9	1.5				

الترتبة	الفئة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	درجة الموافقة			التكرار	العبارات	م
				غير موافق	موافق إلى حد ما	موافق	النسبة		
3	موافق	0.380	2.85	4	51	350	ك	الأنشطة الترفيهية الحركية تسهم في اكتساب مهارات جسديه متنوعة.	2
				1.0	12.6	86.4	%		
4	موافق	0.448	2.81	9	60	336	ك	تنمي بعض الأنشطة الترفيهية البدنية هوايات الأفراد.	4
				2.2	14.8	83.0	%		
5	موافق	0.511	2.73	13	83	309	ك	الأنشطة البدنية تسهم في الوقاية من الأمراض المزمنة.	5
				3.2	20.5	76.3	%		
6	موافق	0.677	2.47	42	130	233	ك	يحرص أفراد الأسرة على الاشتراك في النوادي الرياضية.	6
				10.4	32.1	57.5	%		
				المتوسط العام					
موافق		0.308	2.77						

يتضح من النتائج الموضحة أعلاه موافقة أفراد عينة الدراسة على دور الترفيه في تحسين الصحة الجسدية كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية بمتوسط حسابي بلغ (2.77 من 3.00)؛ ويتضح من الجدول رقم (25) أن أبرز أدوار الترفيه في تحسين الصحة الجسدية كأحد مؤشرات جودة الحياة تتمثل في العبارات التي تم ترتيبها تنازلياً حسب موافقة أفراد عينة الدراسة عليها كالتالي:

1. جاءت العبارة رقم (1): "ممارسة الأنشطة الترفيهية الرياضية تعمل على تجديد الحيوية والنشاط البدني" بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي بلغ (2.91 من 3)، وتوضح هذه النتيجة بأن ممارسة أفراد الأسرة للأنشطة الترفيهية الرياضية يزيد من فعالية حركة الجسم، وينشط الدورة الدموية؛ مما يساعد في تحسين الأداء البدني، وجعل حياة أفراد الأسرة أكثر نشاطاً وحيوية.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة آل عقران (2020)، والتي أوضحت أنه كلما زادت ممارسة الأنشطة الرياضية كلما زادت جودة الحياة.

كما تتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة النعاس، والسنباطي (2019)، التي بينت وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين واقع ممارسة الأنشطة (الثقافية - الترفيهية - الرياضية) وجودة الحياة الدراسية للطلبة.

كما تتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة Yu An, Chen, Wei Wang, Yang, Huang, Fan (2020)، التي بينت أن المشاركين في الأنشطة البدنية ذات المستويات العالية والمعتدلة لديهم رضا عن الحياة وسعادة أعلى بكثير من أولئك الذين لديهم مستوى نشاط بدني منخفض.

2. جاءت العبارة رقم (3): "ممارسة الأنشطة الترفيهية الحركية ترفع من مستوى اللياقة البدنية لأعضاء الأسرة" بالمرتبة الثانية بمتوسط حسابي بلغ (2.86 من 3)، وتفسر هذه النتيجة بأن ممارسة الأنشطة الترفيهية الحركية تساعد في زيادة القوة العضلية، وتحسن من صحة القلب، وأداء أجهزة الجسم الرئيسية؛ مما يرفع من مستوى اللياقة البدنية لأفراد الأسرة. وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة المكي (2017)، التي بينت ارتباط ممارسة الطلاب للأنشطة الترويحية الرياضية ارتباطاً موجباً بجميع أبعاد مقياس جودة الحياة (جودة الصحة العامة، والأسرية، والاجتماعية، والتعليم والصحة النفسية، وشغل وقت الفراغ).
3. جاءت العبارة رقم (2): "الأنشطة الترفيهية الحركية تسهم في اكتساب مهارات جسدية متنوعة" بالمرتبة الثالثة بمتوسط حسابي بلغ (2.85 من 3)، وتوضح هذه النتيجة بأن النشاط الترفيهي الحركي يدعم اكتساب الفرد للمهارات البدنية المختلفة، التي تعود بالفائدة على صحة الجسم، مثل: المرونة، والقدرة على التحمل، والقدرة على القفز، والرمي والالتقاط، وغيرها من المهارات البدنية المتنوعة، التي يكتسبها الفرد من الأنشطة الحركية التي يمارسها، الأمر الذي يحسن من مستوى الصحة الجسدية العامة كأحد مؤشرات جودة الحياة. وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة Taşmektepligil، Çankaya، Aksoy (2017)، التي بينت أن الحياة العامة المتصورة لجودة الحياة والرضا الوظيفي للأفراد المشاركين في الألعاب الرياضية كانت أعلى من أولئك الذين لا يشاركون في الألعاب الرياضية. كما تتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة آل عقران (2020)، التي أوضحت أنه كلما زادت ممارسة الأنشطة الرياضية كلما زادت جودة الحياة.
4. جاءت العبارة رقم (4): " تنمي بعض الأنشطة الترفيهية البدنية هوايات الأفراد" بالمرتبة الرابعة بمتوسط حسابي بلغ (2.81 من 3)، وتوضح هذه النتيجة بأن النشاط الترفيهي الحركي يدعم اكتساب الفرد للمهارات البدنية المختلفة، التي تعود بالفائدة على صحة الجسم، مثل: المرونة، والقدرة على التحمل، والقدرة على القفز، والرمي والالتقاط، وغيرها من المهارات البدنية المتنوعة، التي يكتسبها الفرد من الأنشطة الحركية التي يمارسها، الأمر الذي يحسن من مستوى الصحة الجسدية العامة كأحد مؤشرات جودة الحياة. وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة Taşmektepligil، Çankaya، Aksoy (2017)، التي بينت أن الحياة العامة المتصورة لجودة الحياة والرضا الوظيفي للأفراد المشاركين في الألعاب الرياضية كانت أعلى من أولئك الذين لا يشاركون في الألعاب الرياضية. كما تتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة آل عقران (2020)، التي أوضحت أنه كلما زادت ممارسة الأنشطة الرياضية كلما زادت جودة الحياة.
5. جاءت العبارة رقم (5): " الأنشطة البدنية تسهم في الوقاية من الأمراض المزمنة" بالمرتبة الخامسة بمتوسط حسابي بلغ (2.73 من 3)، وتفسر هذه النتيجة بأن ممارسة أفراد الأسرة للأنشطة البدنية بشكل منتظم تساعد في الوقاية من الأمراض المزمنة؛ حيث تقلل الأنشطة البدنية من نسبة السكر والدهون في الجسم، وتعزز من مناعته، كما تقوي من أمراض القلب وتصلب الشرايين، والأم الظهر والمفاصل.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة خالد (2018)، التي كشفت عن وجود علاقة إيجابية بين الممارسة الرياضية وجودة الحياة لمرضى السكري لصالح الأفراد الممارسين للنشاط البدني الرياضي. كما تتفق مع ما توصلت إليه دراسة آل عقران (2020)، التي بينت أنه كلما زادت ممارسة الأنشطة الرياضية كلما زادت جودة الحياة؛ أيضا تتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة محمد (2016)، التي بينت أن ممارسة المشي الترويحي يساعد على خفض معدل الإصابة بهشاشة العظام لدى كبار السن.

6. جاءت العبارة رقم (6): "يحرص أفراد الأسرة على الاشتراك في النوادي الرياضية" بالمرتبة السادسة بمتوسط حسابي بلغ (2.47 من 3)، وتفسر هذه النتيجة بأن حرص الأسرة على الاشتراك في النوادي الرياضية يشجع أفرادها على ممارسة الأنشطة الرياضية المفضلة، مثل: لعب الكرة الطائرة، أو السباحة، وغيرهما من الأنشطة البدنية التي تعزز من صحة البدن والعقل، وذلك بدوره يدعم استفادة أفراد الأسرة من الأنشطة الرياضية كأحد الأنشطة المهمة في الترفيه عن النفس.

نتائج المحور الخامس: ما دور الترفيه في إدارة وقت الفراغ كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية؟ جدول رقم (26) استجابات أفراد عينة الدراسة حول دور الترفيه في إدارة وقت الفراغ كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر

الأسرة السعودية مرتبة تنازلياً حسب متوسطات الموافقة

م	العبارات	التكرار	درجة الموافقة			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الفئة	ترتيب
			موافق	موافق إلى حد ما	غير موافق				
5	استغلال وقت الفراغ بالترفيه مع أفراد الأسرة يحقق التقارب الأسري.	ك	359	39	7	2.87	0.386	موافق	1
		%	88.7	9.6	1.7				
2	التخطيط للفعاليات الترفيهية يساعد الأسرة في الاستفادة من وقت الفراغ بالإجازات الأسبوعية.	ك	349	47	9	2.84	0.424	موافق	2
		%	86.2	11.6	2.2				
3	تحقق الأنشطة الترفيهية الموازنة بين وقت الفراغ ووقت العمل.	ك	327	67	11	2.78	0.476	موافق	3
		%	80.8	16.5	2.7				
4	يتيح الترفيه الاستثمار الأفضل لوقت الفراغ كأحد مؤشرات جودة الحياة.	ك	322	71	12	2.77	0.489	موافق	4
		%	79.5	17.5	3.0				
1	يستمتع رب الأسرة بممارسة الأنشطة الترفيهية مع أسرته بوقت الفراغ.	ك	301	88	16	2.70	0.537	موافق	5
		%	74.3	21.7	4.0				
			المتوسط العام			2.79	0.352	موافق	

يتضح من خلال النتائج الموضحة أعلاه موافقة أفراد عينة الدراسة على دور الترفيه في إدارة وقت الفراغ كأحد مؤشرات جودة الحياة من وجهة نظر الأسرة السعودية بمتوسط حسابي بلغ (2.79 من 3.00)؛ ويتضح من الجدول رقم (26) أن أبرز أدوار الترفيه في إدارة وقت الفراغ كأحد مؤشرات جودة الحياة تتمثل في العبارات التي تم ترتيبها تنازلياً حسب موافقة أفراد عينة الدراسة عليها كالتالي:

1. جاءت العبارة رقم (5): "استغلال وقت الفراغ بالترفيه مع أفراد الأسرة يحقق التقارب الأسري" بالمرتبة الأولى من حيث موافقة أفراد عينة الدراسة عليها بمتوسط حسابي بلغ (2.87 من 3)، وهذه النتيجة دلالة على أن استغلال وقت الفراغ بممارسة الأنشطة الترفيهية مع الأسرة يدعم تماسكها واستقرارها، ويزيد من الألفة الاجتماعية والمحبة بين أعضائها، الأمر الذي يزيد من التفاعل الاجتماعي، ويحقق التقارب الأسري بين أفراد الأسرة الواحدة. وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة القحطاني (2021)، التي بينت أن الممارسة الجماعية للأنشطة الترفيهية تقوي العلاقات الأسرية.

2. جاءت العبارة رقم (2): "التخطيط للفعاليات الترفيهية يساعد الأسرة في الاستفادة من وقت الفراغ بالإجازات الأسبوعية" بالمرتبة الثانية بمتوسط حسابي بلغ (2.84 من 3)، وتشير هذه النتيجة إلى أن التخطيط المسبق للفعاليات الترفيهية ينظم المهام الأسرية، ويساعد في الاستفادة من الإجازات الأسبوعية. كما أن مشاركة أفراد الأسرة في التخطيط والتنظيم للفعاليات الترفيهية يشجع الأبناء على تنظيم الوقت وإدارته بشكل فعال؛ مما يسهم في إدارة وقت فراغ الأسرة بشكل إيجابي كأحد مؤشرات جودة الحياة.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة آل عقران (2020)، التي بينت أنه كلما زادت ممارسة الأنشطة الرياضية كلما زادت جودة شغل الوقت وإدارته.

3. جاءت العبارة رقم (3): "تحقق الأنشطة الترفيهية الموازنة بين وقت الفراغ ووقت العمل" بالمرتبة الثالثة بمتوسط حسابي بلغ (2.78 من 3)، وتوضح هذه النتيجة بأن الاهتمام بممارسة الأنشطة الترفيهية خلال وقت الفراغ يساعد في الفصل بين ساعات العمل وساعات الراحة؛ إذ يتيح الترفيه التحرر من قيود العمل والاستمتاع بوقت الفراغ؛ مما يجعل من الترفيه وسيلة لتحقيق التوازن في حياة الأسرة.

4. جاءت العبارة رقم (4): "يتيح الترفيه الاستثمار الأفضل لوقت الفراغ كأحد مؤشرات جودة الحياة" بالمرتبة الرابعة بمتوسط حسابي بلغ (2.77 من 3)، وتفسر هذه النتيجة بأن الترفيه قد يكون الفرصة الأمثل لشغل وقت الفراغ، وذلك من خلال ممارسة الأنشطة الترفيهية التي تعمل على تنمية المهارات والمواهب التي تناسب ميول أفراد الأسرة، الأمر الذي من شأنه تشجيع أفراد الأسرة على استغلال وقت الفراغ بشكل إيجابي عوضاً عن قضاءه بأنشطة سلبية أو غير سوية، وذلك يجعل من ممارسة الترفيه مع الأسرة فرصة لاستثمار وقت الفراغ.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة المكيمي (2017)، التي بينت ارتباط ممارسة الطلاب للأنشطة الترويحية الرياضية ارتباطاً موجباً بجميع أبعاد مقياس جودة الحياة (جودة الصحة العامة، والأسرية والاجتماعية، والتعليم والصحة النفسية، وشغل وقت الفراغ).

5. جاءت العبارة رقم (1): "يستمتع رب الأسرة بممارسة الأنشطة الترفيهية مع أسرته بوقت الفراغ" بالمرتبة الخامسة بمتوسط حسابي بلغ (2.70 من 3)، ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن استمتاع رب الأسرة بممارسة الأنشطة الترفيهية مع

أسرته بوقت الفراغ، وحرصه على مشاركتهم الترفيه يمنح أفراد أسرته الشعور بالاستقرار العاطفي، والأمان الأسري، كما يقوي من الصلة بين رب الأسرة وأبنائه، الأمر الذي يحسن من مستوى جودة الحياة الأسرية، وتبين هذه النتيجة وعي الآباء والأمهات بأهمية قضاء وقت الفراغ مع الأسرة؛ لما له من دور مهم في تلبية احتياجات الأبناء والتقرب منهم، والحرص على تقدير قيمة الوقت، وحسن استغلاله.

في ضوء تلك النتائج التي تم التوصل إليها يمكن ربط نتائج الدراسة بمنظور البنائية الوظيفية؛ حيث إن النسق الترفيهي باعتباره أحد الأنساق الأساسية المكونة للبناء الاجتماعي، يؤدي وظائف هامة تتكامل مع وظائف الأنساق الاجتماعية الأخرى؛ مما يحقق التوازن والاستقرار بالمجتمع. وبناءً على النتائج التي كشفت عنها الدراسة يتضح وجود علاقة تكاملية بين النسق الترفيهي والنسق الأسري؛ حيث يعمل النسق الترفيهي على تلبية احتياجات ومتطلبات الأسرة المختلفة، كإشباع الحاجات الاجتماعية؛ من خلال تقوية الروابط الاجتماعية بين أفراد الأسرة وزيادة التفاعل بينهم؛ مما يساعد في الاستقرار والتماسك الأسري. كما يقدم النسق الترفيهي وظيفة مهمة في إشباع الحاجات النفسية والبدنية، وتحقيق الشعور بالسعادة، والموازنة بين أوقات العمل والراحة، ويدعم استغلال وقت فراغ الأسرة وإدارته بشكل فعال، وذلك يُبين الترابط بين النسق الترفيهي والأسري، بحيث يكمل كل منها الآخر من خلال ما يقدمه من وظيفة إيجابية يخدم بها المجتمع.

ومن خلال نظرية الدور، وفي ضوء ما أسفرت عنه الدراسة من نتائج، يتضح مدى فاعلية دور الترفيه في رفع مستوى جودة حياة الأسرة؛ حيث قدم الترفيه الدور المتوقع منه من خلال دوره الإيجابي في تعزيز مؤشرات جودة الحياة، وجاءت أهم الأدوار للترفيه -حسب وجهة نظر أفراد عينة الدراسة- دوره في تقوية الروابط الأسرية؛ إذ يؤدي الترفيه دوراً مهماً في تقوية الروابط والعلاقات بين أفراد الأسرة، وزيادة التماسك والتفاعل الاجتماعي. كما يقدم الترفيه دوراً في إشباع الحاجات النفسية والوجدانية؛ إذ ساهم الترفيه بشكل كبير في تعزيز الشعور بالسعادة والسرور والإيجابية، ويقدم الترفيه دوراً فعالاً في إدارة وقت الفراغ، وتحسين الصحة الجسدية، واستعادة النشاط البدني كأحد مؤشرات جودة الحياة، وذلك يُبين أن الترفيه عامل مهم في تحسين جودة الحياة، ويلعب دوراً إيجابياً في حياة الأسرة والمجتمع ككل.

5. توصيات ومقترحات الدراسة:

1.5. توصيات الدراسة:

في ضوء النتائج التي تم التوصل إليها، فإن الدراسة توصي بما يلي:

1. التأكيد على أهمية دور الإعلام في نشر الوعي الثقافي بأهمية الأنشطة الرياضية، ودورها في تعزيز الجوانب الصحية والنفسية، والوقاية من الأمراض المزمنة، بما يدعم دور الأنشطة الرياضية في تحسين جودة حياة الأسرة في المجتمع السعودي.
2. ضرورة توجيه أولياء الأمور للأبناء نحو استثمار وقت الفراغ بأنشطة ترفيهية مفيدة، وذلك بالتركيز على مهاراتهم ومواهبهم وإشغالها في الأماكن المناسبة لتنميتها وتطويرها، بما يدعم دور الترفيه في إدارة وقت الفراغ كأحد مؤشرات جودة الحياة للأسرة السعودية.
3. العمل على إنشاء المراكز الرياضية والترفيهية في الجامعات والمدارس، وحث الشباب والفتيات -بمختلف فئاتهم العمرية- على المشاركة بها لتلبية احتياجاتهم النفسية والاجتماعية.

2.5. مقترحات للدراسات المستقبلية:

1. إجراء دراسات مستقبلية حول المعوقات التي تحد من دور الترفيه في تحسين جودة حياة الأسرة في المجتمع السعودي.
2. إجراء دراسات مستقبلية حول سبل تعزيز دور الترفيه في تحسين جودة حياة الأسرة في المجتمع السعودي.
3. إجراء دراسات مستقبلية حول الأنشطة الترفيهية المفضلة، والتي يمكن أن تسهم في تحسين جودة الحياة الأسرة في المجتمع السعودي.

6. المراجع

1.6. المراجع العربية:

- ال علي، مريم علي ثاني. (2021). الترويج في المجتمع الاماراتي الأبعاد الدينية والاجتماعية خلال النصف الثاني من القرن (20) م. *مجلة الآداب*. جامعة الشارقة، 138، 178-210.
- آل عقران، أريج أحمد. (2020). ممارسة الأنشطة الرياضية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طالبات الجامعة. *المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية*، 137، 12-163.
- الحسن، احسان محمد. (2015). *النظريات الاجتماعية المتقدمة* (ط.3). دار وائل للنشر.
- حسن، عبد الباسط محمد. (2011). *أصول البحث الاجتماعي* (ط.14). مكتبة وهبه.
- الهوراني، محمد عبد الكريم. (2008). *النظرية المعاصرة في علم الاجتماع*. دار مجدلاوي للنشر والتوزيع.
- الخطيب، سلوى عبد الحميد. (2015). *مناهج البحث الاجتماعي*. الشقري للنشر وتقنية المعلومات.
- السدحان، عبد الله بن ناصر عبد الله. (2004). الترويج في حياة الشباب دراسة على طلاب الصف الثالث الثانوي بمدينة الرياض. *مجلة العلوم الاجتماعية*، جامعة الكويت، 32(3)، 604-596.
- السيد، وائل السيد حامد. (2018). دراسة الضغوط النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى أعضاء هيئة التدريس بجامعة الملك سعود. *المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية*، 3(1)، 25-48.
- السيف، محمد إبراهيم. (2018). *المدخل الى دراسة المجتمع السعودي* (ط.4). مكتبة المتنبي.
- الضحيان، سعود ضحيان. (2012). *العينات والمتغيرات*. مكتبة الملك فهد.
- عبد الله، فاطمة حسن. (2003). دور المعسكرات التربوية الترويجية في تنمية المسؤولية الاجتماعية وتوطيد الصلة بين أعضاء هيئة التدريس والطالبات. المؤسسة العامة للاستشارات العلمية وتنمية الموارد البشرية، 4(10)، 115-80.
- العبيدي، عفراء إبراهيم. (2013). *التلكؤ الأكاديمي وعلاقته بجودة الحياة المدركة عند طلبة الجامعة*. رابطة التربويين العرب، 135(1)، 171-147.
- العساف، صالح أحمد. (2016). *المدخل إلى البحث في العلوم السلوكية*. ط3. الرياض. دار الزهراء للنشر والتوزيع.
- غربي، محمد. قلواز، إبراهيم. (2018، أكتوبر). النظرية البنائية الوظيفية نحو رؤية جديدة لتفسير الظاهرة الاجتماعية. *مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية*، 18(18)، 181-198.

- القحطاني، ايمان بنت مبارك. (2021). اتجاهات أفراد المجتمع السعودي نحو اهمية الترفيه وعلاقته بالتماسك الاجتماعي. *مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية*. 5(7)، 139-156.
- القطب، إسحاق يعقوب. (1981). مفهوم الترويح ونظرياته في المجتمعات الحضرية المعاصرة. دار الملك عبد العزيز.
- الكناني، ايمان احمد إبراهيم. (2020). اتجاهات الشباب والفتيات نحو الترفيه في المجتمع السعودي في ضوء رؤية (2030). *مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية*، 14(4)، 493-549.
- المالكي، ريم خماس احمد. (2020). أثر الترفيه في منظومة القيم للأسرة السعودية. *المجلة الدولية للعلوم التربوية والنفسية*، 17(24)، 107-177.
- المالكي، مسفر محمد. (2018). تحديد معايير تحقيق جودة حياة الأسرة السعودية من وجهة نظر أعضاء هيئة التدريس والخبراء. [أطروحة دكتوراه غير منشوره]. جامعة الملك سعود.
- محمد، عبده إبراهيم عبده. (2016 أكتوبر). المشي الترويحي كمؤشر لتحقيق الشعور بجودة الحياة لدى كبار السن. المؤتمر العلمي الدولي السابع: التنمية البشرية والقضايا الرياضية المعاصرة. جامعة حلوان. قاعدة معلومات دار المنظومة.
- المكي، حسين زايد. (2017). الأنشطة الترويحية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طلاب كلية التربية الأساسية بدولة الكويت. *مجلة أسبوط للعلوم وفنون التربية الرياضية، جامعة أسبوط*، 45(4)، 326-308.
- ملحم، عمران عبد القادر. (2018). تأثير ممارسة السباحة الترويحية في الرضا عن الحياة لدى أعضاء هيئة التدريس بجامعة مؤتة. *مجلة العلوم الرياضية والبدنية، جامعة المنوفية*، 8(15)، 406-389.
- منسي، حمود عبد الحليم، وكاظم، علي مهدي. (2006، ديسمبر. 17-19). مقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة. وقائع ندوة علم النفس وجودة الحياة، جامعة السلطان قابوس، مسقط.
- النعيم، عزيزة عبد الله. (2014). جودة الحياة لدى عينة من الشباب في مدينة الرياض. *مجلة الآداب، جامعة الملك سعود*، 26(2)، 167-199.

2.6. المراجع الأجنبية:

- Hsin-Yu An, Wei Chen, Cheng-Wei Wang, Hui-Fei Yang, Wan-Ting Huang, Sheng-Yu Fan.(2020). The Relationships between Physical Activity and Life Satisfaction and Happiness among Young, Middle-Aged, and Older Adults. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 17(13):4817
- Aksoy, Yener , Çankaya, Soner , Taşmektepligil, M. Yalçın .(2017). The Effects of Participating in Recreational Activities on Quality of Life and Job Satisfaction, *Universal Journal of Educational Research* 5(6)، 1051-1058
- Collins NM, Cromartie F, Butler S, Bae J.(2018). Effects of early sport participation on self-esteem and happiness. *The Sport Journal*. 20، 1-22

ganec, A. B.-Z., Merkas, M., & verko, v. (2011). Quality of Life and Leisure Activities: How do Leisure Activities Contribute to Subjective Well-Being? , Social Indicators Research. 102,81-91

3.6. المراجع الإلكترونية:

برنامج جودة الحياة، رؤية (2030): وثيقة برنامج جودة الحياة (2020).

<https://drive.google.com/file/d/1ZDy1WobZru1XMKILfwboRnNI-Lnc2OiM/view?usp=drivesdk>

الثقافة والترفيه في المملكة العربية السعودية، أرقام وتجارب. (2019).

<https://drive.google.com/file/d/1Cl9mxGWMfollulIDBOy-2edgja-q7usg/view>

الهيئة العامة للإحصاء بالمملكة العربية السعودية. (2018-2019)، الكتاب الإحصائي السنوي. العدد (17).

<https://www.stats.gov.sa/ar/1006>

وثيقة رؤية المملكة 2030 (2022)، برامج تحقيق الرؤية.

<https://www.vision2030.gov.sa/ar/v2030/vrps/>

جميع الحقوق محفوظة © 2023، الباحثة/ فاطمة عبيد الشمراني، المجلة الأكاديمية للأبحاث والنشر العلمي

(CC BY NC)

Doi: <https://doi.org/10.52132/Ajrsp/v5.52.5>