

اسلام و پژوهش‌های روان‌شناختی

سال یازدهم، شماره اول، پیاپی ۲۳، بهار و تابستان ۱۴۰۴ (ص ۲۲۷-۲۴۷)

واکاوی تأثیر سرگرمی بر بحران هویت نوجوانان با رویکرد اسلامی

Investigating the Impact of Entertainment on Adolescent's Identity Crisis based on An Islamic Approach

سیدعبدالله میرخندان / سطح ۴ فقه و اصول حوزه علمیه، قم، ایران.

Seyyed Abdollah Mirkhandan / Level 4 Jurisprudence and Principles of the Theological Seminary, Qom, Iran
abdollahmirkhandan@yahoo.com

Abstract

Nowadays, entertainment, alongside family and peer groups, influences adolescents' individual and social morale through various functions. According to education experts, adolescence is a period marked by significant and pivotal personality changes, with identity crises being among the most critical ones. Adhering to Islamic perspectives can guide the utilization of entertainment's positive effects while mitigating its negative impacts on adolescents' identity crises. The present study, using a descriptive-analytical method, aims to elucidate this perspective. The findings indicate that, by adhering to Islamic perspectives, some positive effects of entertainment on adolescents' identity crises include: fostering permissible joy, educating on various matters to guide public thoughts and pivotal emotions toward religious goals, releasing suppressed and disruptive emotions, creating excitement to diversify life and promote permissible enjoyment, temporarily and purposefully forgetting burdensome responsibilities and problems, facilitating self-discovery and

چکیده

امروزه سرگرمی‌ها در کنار خانواده و گروه همسالان با کارکردهای متعدد بر روحیات فردی و اجتماعی نوجوانان اثر می‌گذارند. به باور کارشناسان تعلیم و تربیت در دوره نوجوانی شخصیت فرد دستخوش تغییرات مهم و سرنوشت‌ساز است که بحران‌های هویتی از جمله مهم‌ترین این تغییرات به‌شمار می‌رود. توجه به دیدگاه‌های اسلامی می‌تواند در استفاده از تأثیرهای مطلوب و در امان ماندن از تأثیرهای نامطلوب سرگرمی‌ها در زمینه بحران‌های هویتی نوجوانان راهگشا باشد. پژوهش حاضر با روش توصیفی - تحلیلی در پی روشن کردن این دیدگاه‌هاست. در این پژوهش مشخص شد با رعایت دیدگاه‌های اسلامی برخی از تأثیرهای مطلوب سرگرمی بر بحران‌های هویتی نوجوانان عبارت‌اند از: ایجاد شادی حلال، آموزش‌دهی امور مختلف در جهت کنترل افکار عمومی و هیجانات سرنوشت‌ساز نوجوانان به نفع اهداف دینی، تخلیه هیجانات مزاحم و فروخورده، ایجاد هیجان به‌منظور تنوع‌بخشی به زندگی و لذت بردن حلال، فراموشی هدفمند و موقت مشکلات و مسئولیت‌های فرساینده و سنگین،

better self-assessment, substituting for undesirable and reprehensible behaviors, promoting proper socialization and the transmission of Islamic values, and strengthening teamwork and a sense of cooperation in virtuous acts. Conversely, neglecting Islamic perspectives can lead to negative effects of entertainment on adolescents' identity crises, such as: fostering fleeting joy and boasting about it, depleting emotions necessary for fulfilling religious and other responsibilities, promoting obscenity, excessive thrill-seeking that gradually diminishes positive emotional responses and leads to shortsighted behaviors, causing neglect of family and peer groups, and substituting desirable behaviors such as occupational activities or revolutionary engagement.

Key words: Entertainment, identity crisis, adolescents, leisure, free time.

خودپایی و زمینه‌سازی برای ارزیابی بهتر از خود، جانشین شدن برای اعمال زشت و ناپسند، جامعه‌پذیری صحیح و انتقال ارزش‌های اسلامی، تقویت کار گروهی و حس همکاری در خوبی‌ها؛ همچنین در صورت عدم رعایت دیدگاه‌های اسلامی برخی از تأثیرهای نامطلوب سرگرمی بر بحران‌های هویتی نوجوانان عبارت‌اند از: ایجاد شادی آنی و تفاخر به این شادی‌ها، تخلیه هیجانات لازم برای انجام مسئولیت‌های دینی و سایر مسئولیت‌ها، هرزه‌نگاری، هیجان‌خواهی به شکلی که به‌مرور واکنش‌های مثبت عاطفی نوجوان را از بین ببرد و موجب رفتارهای فاقد دوراندیشی شود، ایجاد غفلت از خانواده و گروه‌های همسال، جانشین رفتارهای پسندیده مانند فعالیت شغلی و یا انقلابی شدن.

کلیدواژه‌ها: سرگرمی، بحران هویت، نوجوانان، فراغت، اوقات فراغت.

مقدمه

از دیرباز عوامل متعددی چون خانواده و گروه‌های همسال به‌صورت سنتی در تحولات شخصیتی نوجوانان اثرگذار بوده‌اند، اما آنچه امروزه در جوامع صنعتی و مدرن رخ می‌دهد، حاکی از عامل تأثیرگذار دیگری در این زمینه است. این عامل همان سرگرمی‌ها و خصوصاً سرگرمی‌های مدرن و نوظهوری هستند که با پیشرفت‌های علمی به وجود آمده و در گذشته وجود نداشته‌اند. این نقش تا حدی است که بخش مهمی از اوقات نوجوان را این نوع فعالیت‌ها تشکیل می‌دهد و نگرانی برخی منتقدان و کارشناسان تعلیم و تربیت را در پی داشته است. به باور ایشان سرگرمی‌ها با دادن اختیارات فردی به نوجوان، آنها را به کنار گذاشتن فرهنگ والدینشان ترغیب می‌کند و فرهنگ مصرف‌گرایی را به آنها انتقال می‌دهد (ر.ک: سوردام، ۲۰۱۵، ص ۹۶). بر این اساس با توجه به نقش پررنگ سرگرمی‌ها در غالب نوجوانان امروزی، این افراد در کشمکش انتخاب‌های تحصیلی، شغلی، خانوادگی و امثال آنکه در تعیین هویت آنان نقش اساسی دارد، بیشتر به ارزش‌هایی که سرگرمی‌ها ترویج می‌کنند روی خواهند آورد. احتمال اثرگذاری نامطلوب حداقل به‌عنوان یک احتمال قابل‌ملاحظه که منتقدان و کارشناسان تعلیم و تربیت در مورد آن هشدار داده‌اند، باید مورد بررسی‌های علمی قرار بگیرد. از سوی دیگر،

همان‌طور که سازندهٔ هر فرآورده‌ای بهترین راهنما برای استفاده از محصول خود است، بهترین مرجعی که آدمی می‌تواند در به‌دست آوردن وظایف اخلاقی و انسانی خود به آن مراجعه کند نیز، آموزه‌هایی است که از جانب خالق خود دریافت کرده است. بر همین اساس در این مقاله، دستورات اسلامی پیرامون تأثیر سرگرمی بر بحران هویت نوجوانان مورد توجه و دقت نظر قرار گرفته‌اند و سؤال اصلی در این پژوهش نیز، این است که تأثیرهای سرگرمی بر بحران هویت نوجوانان با در نظر گرفتن ملاحظات اسلامی چیست؟ از این سؤال، سؤالات فرعی دیگری منشعب می‌شوند؛ مانند اینکه از منظر اسلامی سرگرمی چه تأثیرهای بایسته و مطلوب بر بحران هویت نوجوان دارد؟ از منظر اسلامی سرگرمی چه تأثیرهای نکوهیده و نامطلوب بر بحران هویت نوجوان دارد؟

تحقیقات در خصوص تأثیر سرگرمی بر بحران هویت نوجوانان در نسبت با اهمیت آن در زندگی نوجوانان کم است. یک علت در خصوص کم بودن تحقیقات، این است که بسیاری از سرگرمی‌های امروزی عمر چندانی نداشته‌اند و پدیده‌ای نوظهور محسوب می‌شوند؛ افزون بر این تحقیقاتی که رویکردهای اسلامی را دربر داشته باشد نیز، نایاب و نادر هستند؛ از این‌رو پژوهش پیش رو از دو جهت دارای نوآوری و اهمیت است: اول، بحث مستقل و خاص بحران هویت نوجوان و تأثیر سرگرمی بر آن؛ دوم، بحث تفصیلی در خصوص دیدگاه اسلامی در این زمینه. در ادامه برخی از پیشینه تحقیقات انجام گرفته پیرامون موضوع این مقاله ذکر می‌شوند.

کتاب سرگرمی رسانه‌ای: رویکردی اسلامی - ارتباطی به سرگرمی در سیمای ملی، نوشته سیدحسین شرف‌الدین (۱۳۹۴)؛ در این کتاب مؤلف به برخی تأثیرهای سرگرمی در گروه سنی نوجوان اشاره دارد؛ به‌عنوان نمونه در فصل دوم بخش مبنای هنجاری فراغت در جملات کوتاهی به هنجارگریزی در خلال سرگرمی به دلیل غلظت جنبه‌های عاطفی و انطباق نسبی با کشش‌ها و تمایلات انسانی در آن، در گروه‌های سنی مختلف از جمله نوجوانان اشاره می‌کند. در این کتاب به مطالبی مانند میزان ارزش داشتن سرگرمی برای نوجوان، تناسب سرگرمی با روحیات نوجوان نیز، به اختصار و به مناسبت اشاره شده است.

مقاله «ملاحظات ارتباط کودکان و نوجوانان با فضای مجازی با توجه به گروه‌های سنی از منظر اسلامی» در مجموعه مقالات اولین همایش علمی پژوهشی اخلاق و رسانه، اثر مریم رضاپورنیازی (۱۳۹۸) که در آن به تربیت گروه سنی نوجوان با در نظر گرفتن تأثیرهای فضای مجازی و سرگرمی‌های آن پرداخته شده است. در این مقاله مؤلف از جمله آسیب‌های استفاده نامطلوب از فضای مجازی را بحران هویت و اختلال در شکل‌گیری شخصیت در نوجوانی می‌داند.

مقاله «واکاوی تأثیر مؤلفه‌های رسانه اخلاقی بر اخلاق نوجوانان» در مجموعه مقالات اولین همایش علمی پژوهشی اخلاق و رسانه، اثر هادی جعفریان و محمد سمیعانی (۱۳۹۸)،

مقاله «واکاوی تأثیر مؤلفه‌های رسانه اخلاقی بر اخلاق نوجوانان» در مجموعه مقالات اولین همایش علمی پژوهشی اخلاق و رسانه، اثر هادی جعفریان و محمد سمیعانی (۱۳۹۸) به بررسی تأثیر تربیت رسانه‌ای بر شخصیت نوجوان در ابعاد کرامت نفس (باورها، اعتقادات و هیجانات)، رفتار و اراده نوجوان می‌پردازد؛ ابعادی که همگی از مؤلفه‌های بنیادین سازنده هویت او به‌شمار می‌آیند. در این مقاله مؤلفین در خصوص سرگرمی‌های رسانه‌ای به‌صراحت سخن نگفته‌اند؛ هرچند بخش مهمی از محصولات رسانه‌ای مربوط به همین سرگرمی‌هاست.

چارچوب مفهومی

به دلیل اینکه در واکاوی‌های اسلامی در خصوص تأثیرهای سرگرمی بر بحران هویت نوجوانان، بعضی مفاهیم مثل سرگرمی، بحران هویت، نوجوانی به‌سان مبنای مفهومی و به‌صورت سازه‌ای استفاده شده‌اند، بررسی تعاریف این مفاهیم، ارائه یا برگزیدن دیدگاه‌هایی در این خصوص تحت عنوان چارچوب مفهومی مورد توجه قرار می‌گیرد.

سرگرمی

در این مقاله مقصود از سرگرمی بیشتر سرگرمی‌های مدرن و نوظهور هستند؛ هرچند سرگرمی‌های قدیمی و سنتی نیز می‌توانند در بحران هویت نوجوان نقش داشته باشند. به نظر این سرگرمی‌ها را می‌توان حالت نفسانی و نوعی گذران فعالیت فراغت تعریف کرد که فارغ از سایر فعالیت‌های انسان، به‌خودی‌خود اهمیت دارد و به‌صورت خودانگیخته و اختیاری و با مقاصدی چون تنوع و تفنن، شکوفایی فردی و اجتماعی، گریز از یکنواختی، فاصله گرفتن از اموری چون غم، خستگی، یکنواختی، مسئولیت‌های طاقت‌فرسا و مشکلات انجام می‌گیرد (میرخندان و خیری، ۱۴۰۱، ص ۶۵).

در توضیح این تعریف باید گفت: سرگرمی دارای دو بعد درونی و بیرونی است؛ از جنبه درونی موجب انفعالی و ایجاد حالت سرگرم‌شدگی می‌شود و از جنبه بیرونی شامل فعالیت خارجی و گذران اوقات فراغت است (میرخندان و خیری، ۱۴۰۱، ص ۵۵).

فعالیت فراغت همان سرگرمی است و اوقات آزادشده از کار و یا اوقات لذت‌بخش و یا اوقاتی با کارکردهایی مثل شادی، خودشکوفایی، خودیابی و مانند آن، مفهومی وسیع‌تر و عام‌تر از اوقات فراغت و سرگرمی دارند؛ از این‌رو مراقبت از سلامتی خود، غذا خوردن، خوابیدن، به‌جا آوردن عبادت‌ها و مناسک مذهبی، جزو فعالیت‌های فراغت و سرگرمی‌ها به‌شمار نمی‌روند؛ به دلیل اینکه اساساً مفهوم امروزی فراغت تابعی از مفهوم کار نیست تا همه اوقاتی که از کار آزاد شده‌اند، اوقات فراغت به‌شمار رود (ر.ک: چاوشیان و ابادری، ۱۳۸۱، ص ۱۲-۱۳؛ توسلی، ۱۳۷۵، ص ۱۲۶-۱۲۷)؛ همچنین فعالیت‌هایی مانند نماز

که موجب خودشکوفایی، خودیابی، بهجت و نشاط می‌شود، سرگرمی محسوب نمی‌شوند و در منابع دینی دلیلی بر اینکه مناسک مذهبی و فرایض اسلامی، سرگرمی و فعالیت فراغت به‌شمار روند نمی‌توان پیدا کرد. در برخی روایات، اوقات روز به بخش‌های گوناگونی مانند عبادت، معاشرت با دوستان، کار و بهره‌مندی از لذت‌های حلال (از جمله فعالیت‌های فراغتی) تقسیم شده‌اند. کنار هم قرار گرفتن عبادت و امور فراغت در این روایات، به معنای این است که اینها دو حوزه متمایزند که هریک جایگاه خاص خود را در زندگی انسان دارند. عبادت، جزو سرگرمی یا فراغت محسوب نمی‌شود، بلکه واجد شأنی ممتاز و مستقل است (ر.ک: ابن‌بابویه، ۱۳۶۲، ج ۲، ص ۵۲۵؛ ابن‌شعبه حرانی، ۱۴۰۴، ص ۴۰۹-۴۱۰؛ الامام الرضا^{علیه السلام}، ۱۴۰۶ق، ص ۳۳۷؛ مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۱، ص ۸۸). مجزا بودن سفارش به این فعالیت‌ها، به تفاوت ماهوی آنها با هم اشاره دارد.

بحران هویت

برخی از روان‌شناسان مثل اریکسون بر این اعتقادند که بحران هویت خود از مهم‌ترین بحران‌های دوره نوجوانی به‌شمار می‌رود. در این بحران نوجوان باید در مورد اینکه هویت فعلی خود را در چه می‌داند و در آینده چه می‌خواهد بشود تصمیم بگیرد. این روان‌شناسان می‌گویند گروه‌های همسال بر رشد هویت من، در این دوره، تأثیر قابل‌ملاحظه‌ای دارند (شولتز و شولتز، ۱۳۸۵، ص ۲۴۸-۲۴۹). بر این اساس زمانی که از نقش سرگرمی در دوره نوجوانی سخن گفته می‌شود، باید به این بحران و تلاش‌های نوجوان برای حل آن توجه شود؛ هرچند این روان‌شناسان به‌صورت مستقل و جداگانه به تأثیر سرگرمی در خلال دوره نوجوانی نمی‌پردازند، اما مفهوم‌سازی آنان از رشد، روشن‌کننده مطالب زیادی در مورد سرگرمی‌های دوره نوجوانی است (هیوز، ۱۳۸۴، ص ۱۸۱). بنابراین زمانی که نوجوان با همسالان خود، به تفریح و سرگرمی مشغول است، فرصتی برای پرورش مهارت‌های اجتماعی، در جهت گسترش علایق، به‌وسیله تعامل با همسالانی که دارای علایق همسان هستند، می‌یابد؛ همچنین در این‌گونه فعالیت‌ها نوجوان به واکنش همسالانش نسبت به خود توجه می‌کند و از این طریق شناخت بهتری از خود پیدا کرده و احساس وابستگی و تعلق خاطر داشتن را تجربه و هویت فردی خود را بیشتر احساس می‌کند (هیوز، ۱۳۸۴، ص ۱۹۲).

در آموزه‌های اسلامی نیز، هرچند هویت‌های خانوادگی، صنفی، تمدنی، فردی، گروهی، اجتماعی، ملی، فرهنگی و مانند آن به رسمیت شناخته شده، ولی بر داشتن هویت دینی تأکید بیشتری شده است. در همین زمینه در قرآن آمده است:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَاهُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ (حجرات: ۱۳)؛

ای مردم ما همه شما را از یک مرد و زن آفریدیم و شما را از ملت‌ها و قبیله‌های مختلف قرار دادیم تا یکدیگر را بشناسید. گرامی‌ترین شما نزد پروردگار، پرهیزکارترین شماست، خداوند کاملاً دانا و آگاه است.

از جمله هویت‌هایی که در این آیه به آن اشاره شده، هویت‌های ملی، جنسیتی و قومی است؛ البته در ادامه آیه گفته شده هویت دینی مهم‌تر از سایر هویت‌هاست که ظهور و بروز آن در تقوای الهی است. از منظر اسلامی سرگرمی می‌تواند مقدمه‌ای برای دستیابی به اهداف دینی باشد که از جمله این اهداف، هویت دینی است؛ همچنین از این منظر، تمامی انسان‌ها از جمله نوجوانان می‌توانند با بهره‌گیری از کارکردهای مطلوب سرگرمی؛ مانند تجدیدقوا برای امور دیگر، فراموشی موقت مشکلات، آرامش‌دهی و برون‌ریزی هیجانات مزاحم و فروخورده به درک بهتری از هویت خویش برسند.

نوجوانی

با وجود اینکه ابتدای محدوده تقریبی دوره نوجوانی پس از پایان دوره کودکی و انتهای این دوره نیز، شروع دوره جوانی و میان‌سالی است، تعریف دقیق این دوره چندان روشن نیست. ابتدای این دوره به خاطر متفاوت بودن سن بلوغ جنسی اشخاص، چندان روشن نیست و برای انتهای آن نیز به خاطر شاخصه‌های فردی، تفاوت‌های اجتماعی مثل شیوه زندگی، انتظارات مردم و آداب‌ورسوم نمی‌توان سن خاصی را در نظر گرفت. از لحاظ شخصیتی کودک وقتی به بلوغ جنسی رسید و ناگزیر به انتخاب‌های سرنوشت‌ساز برای ادامه زندگی خانوادگی، تحصیلی و شغلی خود شد، نوجوان شده است و با پایان یافتن این بحران وارد مراحل بعدی زندگی خود؛ یعنی دوره جوانی و بحران‌های آن دوره می‌شود. البته ممکن است فردی تا پایان عمر نتواند به‌خوبی بحران اولیه خود در دوره نوجوانی را حل کند و از لحاظ شخصیتی در این زمینه نقص داشته باشد. برخی روایات سه دوره هفت‌ساله را برای تربیت کودکان و نوجوانان تا سن ۲۱ سالگی بیان کرده‌اند (ر.ک: بروجردی، ۱۳۷۰، ج ۲۶، ص ۸۴۶-۸۴۸). با توجه به نظر فقها درخصوص بلوغ شرعی^۱ یک نوجوان و نیز بر اساس این روایات در این تحقیق، این دوره در محدوده سنی بین سن بلوغ شرعی تا سن ۲۱ سالگی فرض می‌شود.

روش پژوهش

روش پژوهش حاضر، توصیفی - تحلیلی است. جامعه پژوهش کلیه متون و منابع مکتوب اسلامی است. نمونه پژوهش کارکردهای روان‌شناختی سرگرمی در گروه سنی کودکان با تأکید بر ملاحظات اسلامی بود.

۱. منظور سن ۹ سالگی برای دختران و سن ۱۵ سالگی برای پسران است. این سنین در بین فقهای شیعه به‌عنوان سن بلوغ شرعی معروف هستند (در همین زمینه ر.ک: طوسی، ۱۴۱۱ق، ج ۳، ص ۲۸۲؛ نجفی، ۱۴۰۴ق، ج ۲۶، ص ۴۸۴).

روش گردآوری اطلاعات در تحقیق حاضر، کتابخانه‌ای است. در این پژوهش از منابع مکتوب و سامانه‌های رایانه‌ای بهره برده شد. ابزار گردآوری اطلاعات فیش‌برداری، سامانه‌های رایانه‌ای شامل اینترنت و نرم‌افزارها هستند. بعد از گردآوری اطلاعات، تجزیه و تحلیل داده‌ها به صورت تحلیل محتوا انجام شد؛ همچنین از حیث کمی یا کیفی بودن، این تحقیق کیفی محسوب می‌شود؛ چراکه در این تحقیق، اطلاعات با شیوه‌هایی غیر از روش‌های آماری یا هرگونه کمی کردن کسب شده‌اند.

یافته‌های پژوهش

طبق نظر برخی از کارشناسان سرگرمی به عموم مخاطبان خود چه نوجوان و چه غیرنوجوان تأثیرهایی به این شرح دارند: ارضای حس آرمان‌خواهی، تسکین و التیام‌بخشی، غفلت‌زایی و سازگاری، تخلیه هیجانات، رهایی‌یابی و جبران، روان‌درمانی، تعالی‌یابی شبه‌مذهبی، خودبرون‌افکنی، جانشین‌پذیری (شرف‌الدین، ۱۳۹۴، ص ۱۷۶-۱۹۴). بنا بر نظر بعضی دیگر نیز این تأثیرها عبارت‌اند از: تمدد اعصاب و تجدیدقوا، استراحت، به‌دست آوردن معلومات و افزایش آگاهی‌ها، شکوفایی و پرورش خلاقیت‌ها و استعدادها، شادی و تفریح، برقراری تعادل در شکل‌گیری هویت و رشد شخصیت (شهیدی، ۱۳۸۷، ص ۵۹). در یک جمع‌بندی کلی به نظر می‌رسد مهم‌ترین این تأثیرها که بر بحران هویت نوجوانان تأثیر می‌گذارد عبارت‌اند از:

شادی‌آفرینی

از آنجاکه شادی در تعامل اجتماعی فرد تأثیر گذاشته و او را به چیز شادکننده متمایل می‌کند (ر.ک: ربو، ۱۳۸۱، ص ۳۱۴-۳۳۴)، عوامل شادی‌آفرین مانند سرگرمی‌ها بر نوجوان تأثیرگذار و جذاب خواهند بود و همان‌طور که روان‌شناسان گفته‌اند گروه‌های همسال بر رشد هویت من، در دوره نوجوانی، تأثیر قابل‌ملاحظه‌ای دارند (شولتز و شولتز، ۱۳۸۵، ص ۲۴۹). بر همین اساس روابط لذت‌آور با همسالان وقتی به کمال لذت خود می‌رسند که همراه یک سرگرمی شادی‌آور باشند و دوستانی بهتر خواهند بود که سرگرمی‌های شادی‌آوری به همراه داشته باشند.

از منظر اسلامی شادی به‌خودی‌خود نکوهیده نیست، روایاتی در ستایش شادی وجود دارد؛ مانند روایتی از امام صادق (ع) که می‌فرمایند: «تبسم مؤمن به برادر مؤمن خود و زدودن اندوه غم از چهره او، از خوبی‌هاست و عبادتی محبوب‌تر نزد خداوند از خوشحال کردن مؤمنان وجود ندارد» (کلینی، ۱۴۰۷ق، ج ۲، ص ۱۸۸).^۱ باین حال، برخی آسیب‌ها در خصوص شادی‌های ناشی از سرگرمی‌ها بر شکل‌گیری هویت نوجوانان مشاهده می‌شود؛ از جمله این آسیب‌ها که منتقدان نیز به آن اشاره کرده‌اند (هیوود و

۱. «تبسم الرجل فی وجه اخیه حسنه وما عبدالله بشی احب الی الله من ادخال السرور علی المؤمن»

همکاران، ۱۳۸۰، ص ۱۹)، ایجاد شادی‌های آنی است. این نوع شادی‌ها کمالی در مخاطب ایجاد نمی‌کنند و موجب بطالت و باری به هر جهت بودن و عدم انتخاب گزینه‌های مهم و اساسی تعیین‌کننده در هویت نوجوان می‌شوند. گاه آسیب‌های این نوع سرگرمی‌ها فراتر از این است؛ حتی ممکن است در مواردی مانند حوادث چهارشنبه‌سوری به قطع عضو و یا مرگ یک انسان منجر شود؛ بنابراین توجه به ایجاد شادی‌های حلال و مشروع در این زمینه امری ضروری است. در این خصوص باید توجه داشت از جمله تأثیرهای مهم سرگرمی‌ها جانشین‌پذیری آنهاست؛ به این معنا که این سرگرمی‌ها می‌توانند جانشین اعمال زشت و نکوهیده شوند. به عبارت دیگر، با استفاده از سرگرمی‌هایی مانند ورزش، سفر، رفتن به پارک، محصولات سینمایی و تلویزیونی مناسب برای نوجوانان می‌توان از سرگرمی‌ها و یا سایر اعمال زشت و نکوهیده دوری کرد و گزینه‌های نوجوان برای انتخاب سرگرمی‌های دلخواه خود را افزایش داد. در این نوشتار در مورد تأثیر جانشین‌پذیری سرگرمی‌ها به صورت جداگانه بحث می‌شود.

از جمله دیگر آسیب‌های شادی‌های ایجادشده توسط سرگرمی‌ها که در نوجوانان نیز نمود دارد، ایجاد غرور و تمرکز بر خود است. در قرآن تکبر و فخرفروشی ناشی از سرگرمی‌ها نکوهش شده است؛ مانند این آیه که می‌فرماید: «اتَّبِعُوا كُلَّ رِيحٍ أَيْةٌ تَعْبُوثٌ» (شعرا: ۱۲۸)؛ آیا بر هر مکان بلندی به عبث و بازیچه بنایی برافراشته به نشانه ثروت می‌سازید؟! در تفسیر این آیه گفته شده قوم هود در بالای کوه‌ها ساختمان‌هایی برای تفریح و گردش به منظور فخر نمودن به دیگران بنا می‌کردند که این آیه ایشان را بر این کارشان توبیخ می‌کند (طباطبایی، ۱۴۱۷ق، ج ۱۵، ص ۳۰۰).

نمونه دیگر در این زمینه، آیات ابتدایی سوره تکاثر است که می‌فرماید: «الْهَآكُمُ التَّكَاثُرُ * حَتَّى زُرْتُمُ الْمَقَابِرَ * كَلَّا سَوْفَ تَعْلَمُونَ» (تکاثر: ۱-۳)؛ تفاخر به فراوانی و زیاد داشتن شما را غافل کرد * تا جایی که به گورستانان رفتید [و تعداد مرده‌هایتان را شمردید] * این گونه نیست که شما می‌پندارید به زودی خواهید فهمید. در این آیات نیز مشغول شدن به تفاخر و تکاثر و زیاده‌روی در کسب پول و جایگاه اجتماعی، مورد نهی قرار گرفته است.

نکته قابل ملاحظه در این زمینه توجه نوجوان به فراهم کردن پایگاه اجتماعی برای خود است. این پایگاه در خودیابی و هویتیابی نوجوان تأثیرگذار خواهد بود و چون شادی‌های ناشی از سرگرمی‌های مختلف به نوعی نشان‌دهنده این پایگاه است، امکان این آسیب وجود خواهد داشت. این امکان وقتی تقویت می‌شود که در سده‌های اخیر تفاخر به عنوان یک آسیب در سرگرمی‌های طبقه مرفه متداول شده و مورد توجه منتقدان غیرمسلمان نیز واقع شده است (ر.ک: ویلن، ۱۳۸۳، ص ۱۰۹-۱۳۷). برای در امان ماندن از این آسیب باید به جای انتقال ارزش‌های مصرف‌گرایانه و ایجاد نیازهای کاذب به سرگرمی‌های گران‌قیمت، ارزش‌هایی مانند ارزش تولید و کار را برجسته و سرگرمی‌های عمومی و ارزان قیمت ایجاد کرد؛ هرچند این کار ممکن است در تضاد با منافع سرمایه‌داران و صاحبان نفوذ در صنعت سرگرمی^۱ باشد.

آموزش‌دهی

به گفته صاحب‌نظران شادی و لذت بردن از یک فعل موجب میل پیدا کردن به آن فعل و به تبع آن ایجاد رفتارهای هدفمند می‌شود (فرانکن، ۱۳۸۹، ص ۵۱۳)؛ از این‌رو سرگرمی نیز با ایجاد لذت و شادی، می‌تواند یادگیری را در مخاطب خود تقویت کند. روشن است که یادگیری امور مختلف با حل بحران هویتی نوجوان ارتباط تنگاتنگی دارد؛ چراکه یادگیری امور مختلف می‌تواند در ارزیابی‌های جدید و صحیح از خود، یافتن ارزش‌های مورد قبول و صحیح و نیز تعیین جهت زندگی برای رسیدن به این ارزش‌ها تأثیرگذار باشد.

برخی از روان‌شناسان به غیر از شادی‌آوری از علت دیگری نیز خصوص آموزش‌دهی سرگرمی‌ها سخن گفته‌اند، و آن خاصیت هم‌ذات‌پنداری مخاطب با شخصیت‌های سرگرمی‌هاست. به باور ایشان ارتباط مداوم با شخصیت‌های مطرح در سرگرمی‌هایی مانند سرگرمی‌های رسانه‌ای بر هویت شخصی فرد تأثیر می‌گذارد. بر اساس نتایج برخی تحقیقات نوجوانان تمایل دارند ارزش‌های خانواده یا محیط نزدیک خود را بپذیرند و الگوهای تلویزیونی به آنها اجازه می‌دهد راه‌های ممکن برای دستیابی به این ارزش‌ها و نقش‌ها را کشف کنند؛ بنابراین تلویزیون بر چگونگی پذیرش ارزش‌های تأثیرگذار است. این نوع یادگیری شامل تخیل می‌شود و به بینندگان اجازه می‌دهد تا نقش‌ها، رفتارها و نگرش‌های مختلف را به‌طور نایب «آزمایش» کنند و تصور کنند که چه شکلی هستند و چه احساسی دارند و چه پیامدهایی ممکن است داشته باشند (کوهن، ۲۰۰۶، ص ۱۹۳).

هرچند نظرات پیش‌گفته تنها برخی از علل این تأثیر را بیان کرده‌اند و بررسی چگونگی آموزش‌دهی سرگرمی نیازمند تحقیقات بیشتر است، با این‌حال آنچه از منظر اسلامی می‌توان به این یافته‌ها افزود، توجه به محتوای آموزش داده‌شده به نوجوان است. از دیدگاه اسلامی محتوای آموزش داده‌شده باید در راستای اهداف دینی و سود بلندمدت اخروی باشد در همین زمینه از امام علی علیه السلام در وصیت به امام حسن علیه السلام نقل شده است:

فرزندم مؤمن باید اوقاتش سه قسمت باشد: قسمتی که در آن با خداوند مناجات می‌کند؛ قسمتی که در آن به ارزیابی خود می‌پردازد؛ قسمتی که در آن به لذت‌های حلال و پسندیده مشغول می‌شود. معیار عمل مؤمن در هر سه بخش باید تأمین زندگی خود، گام برداشتن برای معاد و لذت‌جویی حلال باشد (مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۱، ص ۸۸).

۱. «يَا بُنَيَّ ثَلَاثُ سَاعَاتٍ يَنَاجِي فِيهَا رَبَّهُ وَسَاعَةٌ يَحَاسِبُ فِيهَا نَفْسَهُ وَسَاعَةٌ يَخْلُو فِيهَا بَيْنَ نَفْسِهِ وَلَدَّتْهَا فِيمَا يَجِلُّ وَيَحْمَدُ وَلَيْسَ لِلْمُؤْمِنِ بَدٌّ مِنْ أَنْ يَكُونَ شَاخِصًا فِي ثَلَاثِ مَرَمَةٍ لِمَاشٍ أَوْ خُطْوَةٍ لِمَعَادٍ أَوْ لَذَّةٍ فِي غَيْرِ مُحَرَّمٍ»

در این روایت به نقش لذات دلخواه انسان که از جمله آنها سرگرمی‌ها هستند، در ارزیابی از خود و هویت‌یابی به‌وسیله آن توجه شده است؛ افزون بر این در این روایت بر ضرورت توجه به محتوای آموزش داده‌شده توسط این لذات تأکید شده است و گفته شده این لذات باید در راستای حیات اخروی و ایمان به معاد و همچنین حلال باشند.

علاوه بر روایت پیش‌گفته در برخی آموزه‌های اسلامی به تأثیر آموزش‌دهی و هویت‌دهی سرگرمی‌ها اشاره شده است؛ مانند آموزش فنون نظامی به‌وسیله برخی سرگرمی‌ها که برای جامعه اسلامی زمان صدر اسلام ارزش حیاتی داشته‌اند؛ از جمله در سوره انفال که می‌فرماید:

وَأَعِدُّوا لَهُمْ مَا اسْتَطَعْتُمْ مِنْ قُوَّةٍ وَمِنْ رِبَاطِ الْخَيْلِ تُرْهَبُونَ بِهِ عَدُوَّ اللَّهِ وَعَدُوَّكُمْ (انفال: ۶۰)؛ هر نیرویی در قدرت دارید، برای مقابله با آنها [دشمنان]، آماده سازید!
و (همچنین) اسب‌های ورزیده (برای میدان نبرد) تا به‌وسیله آن، دشمن خدا و دشمن خویش را بترسانید!

در این آیه علاوه بر ورزش اسب‌سواری به ورزش تیراندازی نیز، سفارش شده است؛ چراکه بر اساس روایات، منظور از «قوة» در این آیه، تیراندازی کردن است (مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۱۹، ص ۲۵۲؛ طبرسی، ۱۴۱۲ق، ج ۴، ص ۸۵۲؛ طباطبایی، ۱۴۱۷ق، ج ۹، ص ۱۳۰-۱۳۱). در این خصوص باید توجه داشت که همان‌طور که سابقاً نیز گفته شد از جمله مهم‌ترین هویت‌ها از منظر دینی، هویت دینی است که یکی از مظاهر این هویت، حفظ عزت و استقلال مؤمن در مقابله با جبهه کفر و گردنکشان در برابر امر الهی است. روشن است سرگرمی‌هایی مانند مسابقه اسب‌دوانی، نقش مهمی در این خصوص در آن زمان ایفا می‌کرده‌اند.

افزون بر یادگیری فنون نظامی، یادگیری شعر توسط سرگرمی نیز، به‌عنوان یک توانایی تأثیرگذار در جامعه زمان صدر اسلام مورد توجه معصومین علیهم‌السلام بوده است و ائمه در موارد متعددی به شعرا صله (پاداش) نیز داده‌اند؛ مانند خرج ۴۰ سال زندگی فرزددق که امام سجاده علیه‌السلام به ایشان دادند (مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۴۶، ص ۱۴۱)، و یا حتی در برخی موارد ائمه ایباتی را از نزد خویش به شعر شاعر افزوده‌اند؛ مانند ماجرای شعسرایی دعبل خزاعی در نزد امام رضا علیه‌السلام (مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۴۹، ص ۲۴۵-۲۵۱). هرچند اهمیت شعر در آن زمان بیشتر در موارد جدی و لحظات حساس رجزخوانی در نبرد و یا کنترل احساسات یک قبیله و یا یک گروه بوده است، اما روشن است که برای ورزیدگی در شعسرایی باید با مقاصد غیرجدی و به‌صورت سرگرمی تمرین و مطالعه کرد؛ ازاین‌رو از این سیره معصومین علیهم‌السلام می‌توان دریافت که آموزش‌دهی توسط سرگرمی چنانچه به نتایجی مطلوبی منجر شود، مورد تأیید اسلام نیز است؛ نتایج مطلوبی مانند کنترل افکار عمومی به نفع اهداف دینی و یا کنترل هیجانات سرنوشت‌ساز اشخاص مانند آنچه در تعیین هویت نوجوانان وجود دارد.

آرامش‌دهی و شکوفایی استعدادها

همان‌طور که یک بذر برای تبدیل شدن به گیاه احتیاج به شرایط ویژه خود را دارد، شکوفایی استعدادهای نوجوان که عاملی تأثیرگذار بر گذر او از بحران هویت خویش است نیز، شرایط ویژه‌ای می‌طلبد. روشن است آرامش ذهنی، افزایش قدرت تفکر، برون‌ریزی هیجانات مزاحم و فروخورده، دور شدن از مشکلات و احساسات تلخ و آزاردهنده مانند غم و ناتوانی که در فرآیند سرگرم شدن رخ می‌دهند، به نوجوان اجازه شکوفا کردن استعدادهای خود و به تبع آن تصمیم‌گیری بهتر برای حل بحران هویت خویش می‌دهد. در برخی روایات به این تأثیر سرگرمی اشاره شده است؛ مانند روایتی از پیامبر اکرم علیه السلام خطاب به ابوذر غفاری که می‌فرماید:

انسان عاقل تا مادامی که عقل دارد باید اوقاتش را چند بخش کند: زمانی را برای مناجات با خداوند؛ زمانی را برای ارزیابی نفس؛ زمانی را برای تفکر درباره آفرینش خداوند و زمانی را برای بهره‌جویی از حلال قرار دهد، و این بخش اخیر کمک اوقات دیگر است و مایه آسایش و آرامش قلب انسان می‌شود و او را آماده می‌کند (ابن بابویه، ۱۳۶۲، ج ۲، ص ۵۲۵).^۱

لذت‌های حلال که در این روایت به پرداختن به آن توصیه شده است شامل سرگرمی‌های حلال نیز می‌شوند و بیان پیامبر اکرم علیه السلام نیز خطاب به تمامی عقلا بوده و شامل نوجوانان نیز می‌شود. در این روایت مشغول شدن به لذت‌های حلال موجب آرامش، تجدیدقوا و به تبع آن انجام بهتر سایر مسئولیت‌های فرد دانسته شده است. روشن است این امور در شکوفایی استعدادهای نوجوان و تصمیم‌گیری‌های او برای حل بحران هویتی خود نقش دارند. توجه به عاقلانه بودن این کار در روایت نیز نشان می‌دهد در دین اسلام میل به لذت و سرگرمی حلال نه تنها نکوهیده و ناپسند نیست، بلکه ضرورت عقلی و شرعی نیز دارد؛ البته این مطلوبیت وقتی به کمال خود می‌رسد که قدرت انتخاب و تحلیل در خلال پرداختن به سرگرمی به نوجوان داده شود و او بتواند به تعبیر روایت، عاقلانه تصمیم‌های سرنوشت‌ساز زندگی خود را بگیرد. باین‌حال گاه سرگرمی‌ها نوجوانان را ناخودآگاه با خود همراه می‌کنند و عملاً انتخاب‌هایی را به او القا و دیکته می‌کنند. در همین زمینه برخی روان‌شناسان با ارائه نظریه‌ای به نام نظریه پالایش^۲ بر این باورند که قرار گرفتن مکرر در معرض سرگرمی‌های رسانه‌ای در طول زمان به تدریج به دیدگاه انسان از جهان و واقعیت اجتماعی شکل می‌دهد. برخی از این دیدگاه‌های برگرفته از سرگرمی‌های رسانه‌ای در رده سنی

۱. «عَلَى الْعَاقِلِ مَا لَمْ يَكُنْ مَعْلُوبًا عَلَى عَقْلِهِ أَنْ يَكُونَ لَهُ سَاعَاتُ سَاعَةِ يَنَاجِي فِيهَا رَبَّهُ تَعَالَى وَسَاعَةً يَحَاسِبُ فِيهَا نَفْسَهُ وَسَاعَةً يَتَفَكَّرُ فِيهَا صَنِعَ اللَّهِ وَسَاعَةً يَخْلُو فِيهَا بَحْطَ نَفْسِهِ مِنَ الْحَلَالِ فَإِنَّ هَذِهِ السَّاعَةَ عَوْنُ لَيْلِكَ السَّاعَاتِ وَاسْتِجْمَامُ الْقُلُوبِ وَتَوَزُّعُ لَهَا»

نوجوانان شامل مواردی چون نقش‌های جنسیتی، تخمین ریسک جرم و انتخاب‌های شغلی هستند (هریس، کدی و تران، ۲۰۰۶، ص ۷۸-۷۷)؛ بنابراین در تأثیرگذاری سرگرمی در وهله اول باید محتوا مطلوب و به تعبیر روایت حلال باشد و در وهله دوم نحوه تأثیرگذاری نیز به‌نحوی باشد که به نوجوان اختیار برای انتخاب گزینه صحیح را بدهد و موجب افزایش قدرت تصمیم‌گیری و به تعبیر روایت رفتار عاقلانه او برای برون‌رفت از بحران هویت شود.

تخلیه هیجانات مزاحم

همچنان که برخی روان‌شناسان نیز به این مطلب اشاره کرده‌اند، سرگرمی، به‌سان «مسهل روانی» است و خاصیت تصفیه‌کنندگی دارد؛ به این معنا که موجب می‌شود شخص از بعضی از تمایلاتی که از ابتدای تولد با قدرت و دوام همراه خود دارد و موجب اختلال در زندگی اجتماعی‌اش می‌شود رها شود (بازرگان، ۱۳۴۶، ص ۱۰۱). در نوجوانان نیز این خاصیت می‌تواند با رفع هیجانات مزاحم و افزایش قدرت تفکر به حل بحران هویت کمک کند. البته برای رسیدن به این هدف باید توجه داشت که به‌باور منتقدان امروزه تخلیه هیجانات در سرگرمی‌ها به‌صورت نامشروع در ددم‌نشانه‌ترین شکلش یعنی هرزه‌نگاری^۱ امری رایج و متداول است (کالینگوود، ۱۳۹۹، ص ۱۱۰). این مسئله نوجوان را از مسئولیت‌های جنسی و خانوادگی خود دور خواهد کرد و طبق روایت پیش‌گفته نیز از لذات حلال محسوب نمی‌شود؛ همچنین خطر دیگری که سرگرمی‌ها می‌توانند برای نوجوان داشته باشند، تخلیه هیجانات مطلوب و لازم برای سایر مسئولیت‌های سیاسی، فرهنگی و اجتماعی است. همچنان که گفته شد طبق روایات اسلامی یکی از اهداف پرداختن به سرگرمی تجدیدقوا برای سایر مسئولیت‌هاست، اما در این شکل هدف نوجوان از سرگرمی فرار از مسئولیت‌هاست. تخلیه هیجانات در این شکل به بی‌انگیزه شدن نوجوان منجر می‌شود و او را از واقعیات زندگی و تصمیم‌گیری برای انتخاب‌های مهم هویتی خود دور می‌کند.

برانگیختگی و هیجان‌خواهی

از جمله نشانه‌های شایع اختلال‌های روانی در دوره نوجوانی، احساس مفراط طرد و قربانی خشونت شدن، خشم کنترل‌نشده، الگوهای رفتاری تکانشی و جذب‌دار و دسته‌شدن است (کاپلان و سادوک، به نقل از: مقدس، ۱۳۹۳، ص ۱۹-۱۸). بر همین اساس از جمله آسیب‌ها در سرگرمی‌های نوجوانان ایجاد برانگیختگی و رفتارهای فاقد دوراندیشی است که در آموزه‌های اسلامی نیز به آن اشاره شده است. در

همین زمینه حضرت علی^{علیه السلام} می‌فرماید: «چه بسا سرگرمی (لهوی) که باعث آزرده‌گی انسان آزاده‌ای می‌شود» (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰ق، ص ۳۸۰).^۱

آسیب دیگری که در این زمینه ممکن است بروز کند، کاهش حس همدلی و واکنش‌های مثبت عاطفی در نوجوان به واسطه قرار گرفتن در معرض هیجانات شدید است. این امور ممکن است نوجوان را از هویت دینی و انسانی خود دور سازد. برخی تحقیقات در این زمینه حاکی از آن است که علت این امر عادت کردن نوجوان به تجربیات عاطفی محرک در فیلم‌های اکشن، ترسناک و مواردی مانند آن است (زیلمن، ۲۰۰۶، ص ۱۷۶)؛ از این رو این مسئله با آنچه در روایت پیامبر اکرم^{صلی الله علیه و آله} در خصوص تقسیم خردمندانه اوقات نقل شد در تعارض بوده و نه تنها نوجوان را برای سایر مسئولیت‌های خویش آماده نمی‌کند، بلکه موجب بی‌تفاوتی وی به مسئولیت‌های عاطفی می‌شود.

هرچند این تأثیرها، آسیب‌های مهم و جدی در سرگرمی‌های امروزی و مدرن محسوب می‌شوند، اما چنانچه تجربه هیجانات، شدید و مداوم نباشد و به عادی شدن آن موضوع منتهی نشود، این امر می‌تواند برای نوجوان مطلوب باشد و باعث رفع خستگی و تجدید قوای نوجوان شود؛ امری که در روایت پیامبر اکرم^{صلی الله علیه و آله} در خصوص تقسیم اوقات انسان به چند بخش نیز، به آن اشاره شده بود؛ همچنین گاه هیجان‌خواهی موجب تنوع‌بخشی به زندگی نوجوان می‌شود که روایت پیش‌گفته در این خصوص نیز بر تنوع‌دهی و گوناگونی فعالیت‌های انسان‌ها تأکید داشت. برخی دانشمندان امروزی نیز به اهمیت تنوع هیجانات اشاره کرده‌اند و گفته‌اند میل به هیجاناتی مانند غم در سرگرمی‌ها که معمولاً دلخواه نبوده و با عاطفه منفی همراه هستند، ممکن است به دلیل تحریک‌شدگی کم و نیاز به تجربه هیجانات متنوع جدید باشد (شرایر، ۲۰۰۶، ص ۳۹۶). این امور به نوبه خود در خروج نوجوان از بحران هویتی تأثیرگذارند و به او قدرت تفکر بهتر و سلامت روانی بیشتر در انتخاب‌ها و تعیین هویت خود می‌دهند.

غفلت‌زایی و سازگاری

ایجاد غفلت از جمله تأثیرهای سرگرمی‌هاست. باید توجه داشت که این تأثیر با تأثیر آرامش‌دهی و شکوفایی استعدادها متفاوت است؛ چراکه آرامش‌دهی سرگرمی همیشه از غفلت از یک موضوع ناشی نمی‌شود، بلکه گاه ناشی از تخلیه هیجانات است؛ همچنین غفلت‌زایی سرگرمی همیشه موجب آرامش‌دهی و شکوفایی استعدادها نمی‌شود؛ مثل زمانی که آنچه مورد غفلت قرار می‌گیرد اهداف مهم زندگی انسان است.

۱. «رب لهو یوحش حراً»

با توجه به مطالب پیش گفته باید توجه داشت که آنچه در سرگرمی مورد غفلت قرار می‌گیرد گاه ممکن است امری مطلوب و هدفی مهم در زندگی انسان باشد و یا گاه ممکن است امر نامطلوب و یا مضر به زندگی انسان باشد؛ به عنوان مثال غفلت از امور یکنواخت و ملالت‌آور، فراموشی هدفمند و موقت مشکلات و مسئولیت‌های فرساینده و سنگین می‌تواند برای نوجوان فوایدی داشته باشد و او را با شرایط سخت و بحرانی خود سازگارتر و منعطف‌تر کند. در مقابل، فراموشی و نادیده گرفتن مشکلات بدون حل واقعی آنها، فرار از مسئولیت‌ها به جای تجدید قوا برای آنها، برای نوجوانان امری مضر و نکوهیده و موجب فرو رفتن در بحران‌های شخصیتی و هویتی است. برخی از تحقیقات روان‌شناسانه در مغرب‌زمین نیز حاکی از آن است که از جمله اثرات اعتیاد نوجوانان به بازی‌های کامپیوتری غفلت از خانواده و دوستان است (پاولیک و مکینتاش، ۲۰۱۸، ص ۱۸۲).

از منظر متفکرین اسلامی نیز آنچه انسان را از اهداف مفید زندگی‌اش بازدارد امری نکوهیده و نارواست که در قرآن از آن تعبیر به «لهو» شده است (طباطبایی، ۱۴۱۷ق، ج ۱۶، ص ۱۴۹). با تأمل در مطالب پیش گفته روشن است که برخی سرگرمی‌ها چنین تأثیری را دارند و از منظر اسلامی نیز ناپسند محسوب می‌شوند.

خودیابی

به اعتقاد صاحب‌نظران از جمله اثرات سرگرمی‌ها خاصیت هم‌ذات‌پنداری و خودیابی در خلال پرداختن به آنهاست؛ به طوری که از جمله چالش‌های اصلی تولیدکنندگان سرگرمی‌ها ایجاد حس هم‌ذات‌پنداری با شخصیت‌های اصلی سرگرمی در مخاطبان‌شان و هویت‌بخشی به مخاطبان از طریق آنان است. برخی نیز در توضیح چرایی این خاصیت سرگرمی‌ها گفته‌اند هم‌ذات‌پنداری با شخصیت‌های سرگرمی‌ها لذتی برای مخاطب ایجاد می‌کند که این لذت ناشی از برآورده شدن آرزوها و کنترل بر رابطه با شخصیت خود است؛ به این معنا که سرگرمی به مخاطب اجازه می‌دهد تا موقتاً خودش را فراموش کند و درگیر دنیای داستان آن سرگرمی شود (کوهن، ۲۰۰۶، ص ۱۸۵-۱۸۶). در سنین نوجوانی که بحران هویت و تصمیم‌های سرنوشت‌سازی بر سر راه فرد است، این تأثیر سرگرمی می‌تواند تا پایان عمر همراه فرد باشد.

از منظر اسلامی هرچند تخیل و داستان‌های خیالی و القانات آنها به خودی خود نکوهیده و ناپسند نیست، اما تأثیر اصلی سرگرمی در زمینه خودیابی زمانی است که این مشغولیت مقدمه‌ای برای رفع خستگی و تقویت قوا از جمله تقویت قوای عقلی و ارزیابی بهتر از خود باشد. برخی روایات در خصوص ضرورت تقسیم اوقات انسان که سابقاً ذکر شد، شاهد بر همین مدعا هستند. در این روایات گفته شده است که لذات و سرگرمی‌های حلال موجب محاسبه دقیق‌تر از نفس می‌شوند. امام کاظم علیه السلام در خصوص محاسبه نفس می‌فرماید:

کسی که هر روز به حساب خویش نرسد از ما نیست، اگر کار خوبی (حسنة) انجام داده از خدا توفیق فزونی طلبد [و خدا را بر آن سپاس گوید] و اگر عمل بدی (سیئه) انجام داده استغفار کند و به‌سوی خدا برگردد و توبه کند (ابن شعبه حرانی، ۱۳۶۳، ص ۳۹۶).^۱

بر اساس این روایت می‌توان دریافت که توجه به اهداف واقعی و بلندمدت در کنار پرداختن به لذات و سرگرمی‌های حلال، همان راه‌حل واقعی برای بحران هویت یک نوجوان است که نشان می‌دهد خوب بودن چگونه است و برنامه طولانی مدت انسان برای زندگی خویش چه باید باشد. باین‌حال، به باور منتقدان در سرگرمی‌های امروزی اهدافی خلاف اهداف بلندمدت دینی و انسانی یک نوجوان دنبال می‌شود. آنچه در مورد دغدغه تولیدکنندگان برای هم‌ذات‌پنداری و هویت‌بخشی به عموم مخاطبان از جمله نوجوانان گفته شد، بیشتر ناشی از دغدغه‌های مادی است که در سودآوری برای تولیدکنندگان (ر.ک: ذکایی، ۱۳۹۱، ص ۹۴؛ شرف‌الدین، ۱۳۹۵، ص ۲۵۷) و جذابیت ظاهری و عوام‌پسند برای این مخاطبان (ر.ک: استریناتی، ۱۳۸۰، ص ۲۷-۲۹) نمود دارد. شهید آوینی در این خصوص معتقد است از جمله علل فرجه شدن محصولات سرگرمی در دنیای امروز تمایل بیشتر انسان‌ها به فرار از تفکر و سخت‌کوشی و فرار از واقعیات است (آوینی، ۱۳۷۹، ص ۶۴)؛ ازاین‌رو برای کمک به حل بحران‌های هویتی نوجوانان می‌بایست سرگرمی‌هایی را برای آنان تولید کرد که در وهله اول هویت دینی و انسانی آنها را مدنظر قرار دهند و صرفاً تجارت و سود تولیدکننده و یا لذت و جذابیت ظاهری برای مصرف‌کننده را دنبال نکند.

جانشین‌پذیری

همان‌طور که قبلاً نیز اشاره شد از جمله تأثیرهای سرگرمی بر مخاطبان خود از جمله نوجوانان جانشین‌پذیری آنهاست. به عقیده فروید^۲ انسان در برابر اضطراب‌هایی که به او وارد می‌شود، راه‌هایی برای کاهش اضطراب در پیش می‌گیرد که از جمله آنها مکانیسم والایش یا تصعید است. در این مکانیسم رفتار خاصی که امکان ارضا شدن ندارد، به شکل رفتارهای جامعه‌پسند مانند کارهای هنری و شرکت در مؤسسات خیریه نمود پیدا می‌کند (کریمی، ۱۳۷۰، ص ۸۱). روشن است که از جمله رفتارهای جامعه‌پسند در دنیای امروز سرگرمی‌ها هستند؛ همچنین هرچند در افرادی که کمتر رشد روانی و اخلاقی داشته‌اند این مکانیسم با نوعی تحریف واقعیت و به‌صورت ناهشیار همراه است، اما به نظر یک نوجوان با رشد دادن شخصیت خود می‌تواند به‌صورت هوشیارانه و با هدف تحکیم شخصیت و هویت

۱. «يَا هِشَامُ لَيْسَ مِنَّا مَنْ لَمْ يَحَاسِبْ نَفْسَهُ فِي كُلِّ يَوْمٍ فَإِنْ عَمِلَ حَسَنَةً اسْتَزَادَ مِنْهُ وَإِنْ عَمِلَ سَيِّئًا اسْتَغْفَرَ اللَّهُ مِنْهُ وَتَابَ»

خود و مقابله با رفتارهای مخرب به سرگرمی‌های مطلوبی مانند ورزش روی آورد. از این منظر نوجوان با پذیرش واقعیت و نه تحریف آن به زشت بودن و نادرستی آن اذعان کرده و به‌صورت آگاهانه برای پرهیز از رفتارهای ناشایست به یک سرگرمی مطلوب می‌پردازد. البته چنانچه سرگرمی جانشین رفتارهای مطلوب شود و مثلاً میل به کار و فعالیت شغلی و یا امیال آزادی‌خواهانه و انقلابی یک نوجوان را تحت تأثیر خود قرار دهد و نوعی بی‌خیالی و بیهودگی را به او القا کند، چنین جانشین شدنی از منظر اسلامی نامطلوب و یک آسیب روانی و اجتماعی محسوب می‌شود.

جامعه‌پذیری و انتقال ارزش‌ها

در فرآیند جامعه‌پذیری و انتقال ارزش‌ها شخصیت اصلی و محوری یک نوجوان شکل می‌گیرد و به باور صاحب‌نظران یکی از راه‌های مؤثر و مورد اقبال عموم مردم در پذیرش ارزش‌ها، عموم سرگرمی‌ها و خصوصاً سرگرمی‌های رسانه‌ای هستند (هریس، کدی و تران، ۲۰۰۶، ص ۷۸-۷۹). با توجه به این تأثیر نقش سرگرمی‌ها در تعیین هویت یک نوجوان امری انکارناشدنی است. از منظر اسلامی انسان از کودکی همواره با بازی و سرگرمی در ارتباط است و تربیت او با استفاده از این مشغولیت‌ها امری ممکن و بلکه لازم و ضروری است. در همین رابطه در روایات آمده است: «فرزندت را رها کن که هفت سال بازی کند و هفت سال تأدیب شود و هفت سال او را همراه خویش گیر؛ پس اگر رستگار گردید که هیچ و گرنه خیری در او نیست» (ابن‌بابویه، ۱۴۱۳ق، ج ۳، ص ۴۹۲).^۱ لغت تأدیب در زبان عربی، به معنی تعلیم خوبی‌های اخلاقی است (فیومی، ۱۴۱۴ق، ج ۲، ص ۹)؛ بنابراین روشن است این روایت یک دستور تربیتی برای کودکان را بیان کرده است. در سنین نوجوانی نیز از منظر اسلامی چنین استفاده‌ای از سرگرمی‌ها مطلوب و دلخواه است؛ به‌عنوان مثال در آموزه‌های اسلامی توصیه‌هایی به یادگیری ورزش‌های سوارکاری و تیراندازی شده است. در این خصوص در قرآن آمده است:

وَأَعِدُّوا لَهُمْ مَا اسْتَطَعْتُمْ مِنْ قُوَّةٍ وَمِنْ رِبَاطِ الْخَيْلِ تُرْهَبُونَ بِهِ عَدُوَّ اللَّهِ وَعَدُوَّكُمْ
(انفال: ۶۰)؛ هر نیرویی در قدرت دارید، برای مقابله با آنها [دشمنان]، آماده سازید!
و (همچنین) اسب‌های ورزیده (برای میدان نبرد) تا به‌وسیله آن، دشمن خدا و
دشمن خویش را بترسانید!

در این آیه لغت «قُوَّة» به ورزش اسب‌سواری و تیراندازی تفسیر شده است (ر.ک: مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۱۹، ص ۲۵۲؛ طبرسی، ۱۳۷۲، ج ۴، ص ۸۵۲؛ طباطبایی، ۱۴۱۷ق، ج ۹، ص ۱۳۰-۱۳۱). با توجه به متن آیه، یکی از اهداف توصیه به ورزش اسب‌سواری و تیراندازی، یادگیری فنون نظامی است. به نظر

۱. «دَعِ ابْنَكَ يَلْعَبُ سَبْعَ سِنِينَ وَيُؤَدِّبُ سَبْعَ سِنِينَ وَالْزِمَهُ نَفْسَكَ سَبْعَ سِنِينَ فَإِنْ أَقْلَحَ وَإِلَّا فَإِنَّهُ مِمَّنْ لَا خَيْرَ فِيهِ»

یادگیری این فنون در سنین نوجوانی امری مقدور و بلکه دارای اهمیت بیشتر است؛ چراکه مهارت در فنون نظامی برای یک نوجوان در هویت اجتماعی و دینی او نقش داشته و او را برای انجام جهاد در راه خدا در سنین بعدی کمک می‌کند؛ بنابراین نوجوانان صدر اسلام یکی از مهم‌ترین مخاطبان این آیه محسوب می‌شوند و در زمان حاضر نیز اهمیت استفاده از سرگرمی برای تربیت و انتقال ارزش‌های مطلوب به نوجوان همچنان به قوت خود باقی است.

تقویت کار گروهی و حس همکاری

مک لوهان^۱ معتقد است عرصه سرگرمی بازی‌ها به شکل بی‌بدیل و به‌سان یک هنر جمعی، همکاری مستقیم در زندگی گروهی اجتماعی را موجب می‌شوند (مک لوهان، ۱۳۷۷، ص ۲۷۷-۲۷۸). به اعتقاد ژان پیاژه^۲ روان‌شناس مشهور فرانسوی نیز، در سنین دوازده تا پانزده سالگی در خلال بازی‌ها، نوجوان دارای استقلال فکری می‌شود و قواعد بازی‌ها را تغییرناپذیر و مقدس نمی‌داند و می‌پذیرد که قاعده بازی عوض شود منوط به اینکه همه افراد درباره آن توافق کنند (پیاژه، ۱۳۷۹، ص ۵۶)؛ بنابراین نوجوان آماده تعامل جمعی و همکاری با همسالان می‌شود و قواعد واقعی اخلاق در این دوران شکل می‌گیرد (پیاژه، ۱۳۷۹، ص ۵۶).

تقویت کار گروهی و حس همکاری از دیدگاه اسلامی نیز، مورد تأیید است؛ توضیح اینکه یکی از اعمال صالح و پسندیده تعاون و همکاری بر خوبی‌هاست (ر.ک: مائده: ۲)، که سرگرمی‌ها می‌توانند بر آن تأثیر مثبت داشته باشند؛ چراکه سرگرمی شادی‌آور است و اذخال سرور در قلب یک انسان مؤمن نیز از مصادیق تعاون و همکاری بر خوبی‌هاست. در همین زمینه در روایتی از پیامبر اکرم (ص) سؤال شده است: «خداوند چه اعمالی را بیشتر دوست دارد؟ ایشان فرمودند: مسلمانی را پیایی شاد کردن» (حمیری، ۱۴۱۳ق، ص ۱۴۵).^۳ به نظر می‌رسد نوجوانان که از جمله مکلفان به ایمان هستند نیز مورد خطاب روایت پیش‌گفته قرار می‌گیرند و وظیفه دارند دیگران را شاد کنند و البته شاد کردن ایشان نیز دارای اهمیت و ضرورت است.

تأثیر سرگرمی در تقویت کارهای گروهی علاوه بر اثر شاد کردن از امور دیگری نیز ناشی می‌شود؛ یکی از این امور، دادن ایده‌های نو، ایجاد نبوغ و پرورش استعدادهاست. اهمیت این تأثیر به‌اندازه‌ای است که در برخی تعاریف سرگرمی به آن تصریح شده است؛ به‌عنوان نمونه برخی فعالیت‌های فراغتی که سرگرمی‌ها هستند را به فعالیتی که اعضای جامعه، فارغ از اجبارهای محیط کار و الزام‌های زندگی،

1. Herbert Marshall McLuhan

2. Jean Piaget

۳. «سَلِّ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: أَى الْأَعْمَالِ أَحَبُّ إِلَى اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ؟ قَالَ: اتِّبَاعُ سُرُورِ الْمُسْلِمِ»

از طریق آن استعدادهای خود را توسعه می‌بخشند و شخصیت خود را گسترش می‌دهند، تعریف کرده‌اند و افزوده‌اند که این فعالیت‌ها هدف اقتصادی نداشته و معمولاً به صورت اختیاری به انگیزه رابطه اجتماعی، پیوند با دیگران و تحقق امری هنری، عام‌المنفعه، اخلاقی، دینی و... انجام می‌شوند (دفتر طرح‌های ملی، ۱۳۸۱، ص ۵). طبق این تعریف، مفهوم سرگرمی رابطه تنگاتنگی با توسعه استعدادها و ایجاد روابط اجتماعی و کارهای گروهی دارد.

ایجاد نبوغ و پرورش استعدادها توسط سرگرمی مورد توجه دین اسلام نیز بوده است؛ در همین زمینه پیامبر اکرم ﷺ می‌فرماید: «بازیگوشی کودک در سنین خردسالی باعث افزایش عقل او در سنین بزرگسالی می‌شود» (پاینده، ۱۳۸۲، ص ۵۶۴).^۱ بر اساس این روایت رشد عقلانی یک نوجوان با بازیگوشی و توجه به سرگرمی در سنین کودکی او ارتباط عمیق و قابل ملاحظه‌ای دارد. مشخص است حل بحران هویتی نوجوان نیز از این منظر امری وابسته به بازی و سرگرمی خواهد بود؛ چراکه رشد عقلانی بیشتر بر درک نیازها، استعدادها، اهداف و چالش‌های پیش روی یک نوجوان و انتخاب راه مناسب برای گذر از چالش‌ها و رسیدن به اهداف مد نظر تأثیرگذار است. در روایت دیگری امام کاظم ﷺ می‌فرماید: «شایسته است کودک در سنین کودکی بازیگوش باشد تا در سنین بزرگسالی صبور شود و غیر از این حالت، برای کودک خوب و مناسب نیست» (کلینی، ۱۴۰۷ق، ج ۴، ص ۵۲).^۲ این روایت صبر در نوجوانی را با بازی و سرگرمی در کودکی مرتبط می‌داند که می‌توان آن را مؤیدی دیگر بر اثرگذاری سرگرمی بر حل بحران هویت نوجوان دانست.

بحث و نتیجه‌گیری

در این پژوهش نتایج ذیل به دست آمد:

- ایجاد شادی حلال توسط سرگرمی در فرآیند ارزیابی نوجوانان از خود نقش مثبتی دارد و در مقابل، ایجاد شادی آنی و تفاخر به این شادی‌ها از اثرات منفی سرگرمی‌ها بر بحران هویت نوجوانان است و موجب فراهم کردن پایگاه اجتماعی برای نوجوان به شکل نامطلوب می‌شود.
- خاصیت شادی‌آوری و هم‌ذات‌پنداری در سرگرمی‌ها موجب ایجاد رفتارهای هدفمند در نوجوانان و آموزش دادن امور مختلف از جمله آداب رسوم، عادت‌ها و ارزش‌ها می‌شود. از منظر اسلامی آموزش اموری در سرگرمی‌ها بایسته است که موجب کنترل افکار عمومی به نفع اهداف دینی، کنترل هیجانات سرنوشت‌ساز و تقویت هویت دینی نوجوانان شود.

۱. «عَرَامَةُ الصَّبِيِّ فِي صَغَرِهِ زِيَادَةُ فِي عَقْلِهِ فِي كِبَرِهِ»

۲. «تُسَحِّبُ عَرَامَةُ الصَّبِيِّ فِي صَغَرِهِ لِيَكُونَ حَلِيمًا فِي كِبَرِهِ ثُمَّ قَالَ مَا يَنْبَغِي أَنْ يَكُونَ إِلَّا هَكَذَا»

- سرگرمی‌ها با اثراتی مانند آرامش‌دهی ذهنی، افزایش قدرت تفکر، برون‌ریزی هیجانات مزاحم و فروخورده، دور کردن فرد از مشکلات و احساسات تلخ و آزاردهنده مانند غم و ناتوانی می‌تواند موجب شکوفایی استعدادها و حل بحران هویت نوجوان شود.

- گرچه تخلیه هیجانات یک نوجوان به‌وسیله سرگرمی ممکن است با آسیب‌هایی مانند هرزه‌نگاری، تخلیه انرژی‌های لازم برای سایر مسئولیت‌ها همراه باشد؛ با این حال، حلال بودن سرگرمی و تجدید قوا کردن در خلال پرداختن به آن می‌تواند نوجوان را از این آسیب‌ها در امان نگه دارد و موجب تصمیم‌گیری بهتر او برای انتخاب‌های هویتی شود.

- هیجان‌خواهی در خلال سرگرمی‌ها از جمله تمایلات شایع در نوجوانان است که ممکن است با کاهش حس همدلی و واکنش‌های مثبت عاطفی و بروز رفتارهای فاقد دوردیشی، همراه شده و نقش منفی در بحران هویت نوجوان داشته باشد. از منظر اسلامی تجربه یک هیجان چنانچه شدید و مداوم نباشد و واکنش‌های مثبت عاطفی نوجوان را تحت تأثیر خود قرار ندهد و به رفتارهای مضر و نکوهیده منجر نشود؛ همچنین موجب تنوع‌بخشی به زندگی نوجوان گردد، بر بحران هویت نوجوان تأثیر مثبت می‌گذارد.

- سرگرمی‌ها و بازی‌ها می‌توانند موجب غفلت از خانواده و گروه‌های همسال در نوجوانان شوند. این نوع سرگرمی‌ها که در قرآن از آن تعبیر به «لهو» شده است در بحران هویتی نوجوان نقش منفی دارند. البته از منظر اسلامی چنانچه سرگرمی‌ها موجب غفلت از امور یکنواخت و ملالت‌آور، فراموشی هدفمند و موقت مشکلات و مسئولیت‌های فرساینده و سنگین شوند، می‌توانند در این زمینه نقش مثبت و مطلوبی داشته باشند.

- در بسیاری از اوقات سرگرمی‌های مدرن با هدف ایجاد حس هم‌ذات‌پنداری با شخصیت‌های اصلی سرگرمی و هویت‌بخشی به مخاطبان عرضه می‌شوند. از منظر اسلامی هرچند هم‌ذات‌پنداری و رابطه تخیلی با شخصیت‌های اصلی سرگرمی و القاءات آنها به‌خودی‌خود نکوهیده و ناپسند نیست، اما تأثیر اصلی سرگرمی در زمینه خودیابی زمانی است که این مشغولیت مقدمه‌ای برای رفع خستگی و تقویت قوا از جمله تقویت قوای عقلی و ارزیابی بهتر از خود باشد.

- به باور برخی روان‌شناسان از جمله مکانیسم‌های دفاعی انسان در مقابل اضطراب، جانشین قرار دادن رفتارهای جامعه‌پسند (مانند سرگرمی) به‌جای رفتارهای خاصی است که امکان بروز آن در جامعه وجود ندارد. این خاصیت در سرگرمی‌ها گاه به شکل مطلوب موجب می‌شود نوجوان به‌جای اعمال زشت به یک سرگرمی مطلوب روی آورد و گاه به شکل نامطلوب موجب می‌شود سرگرمی جانشین رفتارهای پسندیده شود و مثلاً میل به کار و فعالیت شغلی و یا امیال آزادی‌خواهانه و انقلابی یک نوجوان را تحت تأثیر خود قرار دهد.

- از منظر اسلامی سرگرمی در فرآیند جامعه‌پذیری و انتقال ارزش‌ها نقش داشته و به تبع آن در بحران هویتی نوجوان نیز تأثیرگذار است؛ از این‌رو در آموزه‌های اسلامی بر یادگیری بازی‌ها و سرگرمی‌هایی چون اسب‌سواری و تیراندازی به منظور تقویت هویت دینی نوجوان و جامعه‌پذیر شدن او در جامعه اسلامی به‌عنوان یک سرباز مدافع دین تأکید ویژه شده است.

- از دیدگاه اسلامی از جمله اثرات سرگرمی‌ها تقویت کار گروهی و حس همکاری است. این اثر در ادخال سرور در قلب مؤمن نمود و بروز دارد؛ چراکه این امر از جمله مصادیق همکاری و تعاون بر خوبی‌هاست.

منابع

قرآن کریم.

- آوینی، سیدمرتضی (۱۳۷۹). *آینه جادو* (مقالات سینمایی). تهران: ساقی.
- ابن بابویه، محمد بن علی (۱۳۶۲). *الخصال*. قم: جامعه مدرسین.
- ابن بابویه، محمد بن علی (۱۴۰۳ق). *معانی الاخبار*. قم: جامعه مدرسین.
- ابن شعبه حرانی، حسن بن علی (۱۳۶۳). *تحف العقول*. مصحح: علی‌اکبر غفاری. قم: جامعه مدرسین.
- استریناتی، دومینیک (۱۳۸۰). *مقدمه‌ای بر نظریه‌های فرهنگ عامه* ترجمه ثریا پاک‌نظر. تهران: گام نو.
- الامام الرضا^{علیه السلام}، علی بن موسی (۱۴۰۶ق). *فقه الرضا^{علیه السلام}*. قم: مؤسسه آل البيت^{علیهم السلام}.
- بازرگان، فریدون (۱۳۴۶). بازی از نظر روان‌شناسی. *پژوهش‌های فلسفی*، ۱۹(۸۱)، ۸۹-۱۱۰.
- بروجردی، آقاحسین (۱۳۷۰). *جامع احادیث الشیعه*. تهران: فرهنگ سبز.
- پاینده، ابوالقاسم (۱۳۸۲). *نهج الفصاحه*. تهران: دنیای دانش.
- پیازه، ژان، (۱۳۷۹). *قضاوت‌های اخلاقی کودکان*. ترجمه محمدعلی امیری. تهران: نی.
- تیمی، آمدی، عبدالواحد بن محمد (۱۴۱۰ق). *غرر الحکم و درر الکلم*. قم: دار الکتب اسلامی.
- توسلی، غلامعباس (۱۳۷۵). *جامعه‌شناسی کار و شغل*. تهران: سمت.
- جعفریان، هادی و سمیعانی، محمد (۱۳۹۸). *واکاوی تأثیر مؤلفه‌های رسانه‌های اخلاقی بر اخلاق نوجوانان*. مجموعه مقالات اولین همایش علمی پژوهشی اخلاق و رسانه. قم: دین و رسانه.
- چاوشیان، حسن و ابادری، یوسف (۱۳۸۱). از طبقه اجتماعی تا سبک زندگی، رویکردهای نوین در تحلیل جامعه‌شناختی هویت اجتماعی. *مطالعات جامعه‌شناختی*، ۱۰(۲۰)، ۲۸-۳.
- حمیری، عبدالله بن جعفر (۱۴۱۳ق). *قرب الاسناد*. قم: مؤسسه آل البيت^{علیهم السلام}.
- دفتر طرح‌های ملی (۱۳۸۱). *رفارهای فرهنگی ایرانیان*. تهران: وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی.
- ذکایی، محمدسعید (۱۳۹۱). *فراغت، مصرف و جامعه: گفتارهای انتقادی*. تهران: تیسار.
- رضاپورنیزی، مریم (۱۳۹۸). ملاحظات ارتباط کودکان و نوجوانان با فضای مجازی با توجه به گروه‌های سنی از منظر اسلامی. مجموعه مقالات اولین همایش علمی پژوهشی اخلاق و رسانه. قم: دین و رسانه.
- ریو، جان مارشال (۱۳۸۱). *انگیزش و هیجان*. ترجمه یحیی سیدمحمدی، تهران: ویرایش.
- شرف‌الدین، حسین (۱۳۹۴). *سرگرمی رسانه‌ای: رویکردی اسلامی - ارتباطی به سرگرمی در سیمای ملی*. قم: مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی^{علیه السلام}.
- شولتز، دوان و شولتز، سیدنی آلن (۱۳۸۵). *نظریه‌های شخصیت*. ترجمه یحیی سیدمحمدی تهران: ویرایش.

- شهیدی، هاشم (۱۳۸۷). بررسی تأثیر ویژگی‌های خانوادگی بر چگونگی گذران اوقات فراغت فرزندان در کوی‌های سازمانی. مدیریت نظامی، ۸(۳)، ۱۰۲-۳۵.
- طباطبایی، سیدمحمدحسین (۱۴۱۷ق). *المیزان فی تفسیر القرآن*. قم: جامعه مدرسین.
- طبرسی، حسن بن فضل (۱۴۱۲ق). *مکارم الأخلاق*. قم: الشریف الرضی.
- فرانکن، رابرت (۱۳۸۹). *انگیزش و هیجان*. ترجمه حسن شمس اسفندآباد، غلامرضا محمودی و سوزان امامی‌پور. تهران: نی.
- فیومی، احمد بن محمد (۱۴۱۴ق). *المصباح المنیر فی غریب الشرح الكبير للرافعی*. قم: منشورات دار الرضی.
- کالینگوود، جرج (۱۳۹۹). *اصول هنر*. ترجمه عبدالله سالاروند. تهران: نقش جهان.
- کریمی، یوسف (۱۳۷۰). *روان‌شناسی شخصیت*. تهران: پیام نور.
- کلینی، محمد بن یعقوب (۱۴۰۷ق). *الکافی*. تهران: دار الکتب الاسلامیه.
- مجلسی، محمدباقر (۱۴۰۳ق). *بحارالانوار*. بیروت: دار إحياء التراث العربی.
- مقدس، علیرضا (۱۳۹۳). بررسی سیر تحولی و توزیع فراوانی اختلال‌های شخصیت و صفات شخصیتی در بین اعضای خویشاوند یک فامیل و نقش آن در رفتار. *روان‌شناسی افراد/استثنایی*، ۴(۱۴)، ۱۵۱-۲۰۰.
- مک لوهان، هربرت مارشال (۱۳۷۷). *برای درک رسانه‌ها*. ترجمه سعید آذری. تهران: مرکز تحقیقات، مطالعات و سنجش برنامه‌ای صداوسیما.
- میرخندان، سیدعبدالله و خیری، حسن (۱۴۰۱). واکاوی مفهومی فراغت و سرگرمی از دیدگاه اسلامی. *مطالعات فرهنگی اجتماعی حوزه*، ۶(۱۲)، ۴۷-۶۸.
- وبلن، تورستین (۱۳۸۳). *نظریه طبقه مرفه*. ترجمه فرهنگ ارشاد، فرهنگ. تهران: نشر نی.
- هیوز، فرگاس پیتر (۱۳۸۴). *روان‌شناسی بازی (کودکان، بازی و رشد)*. ترجمه کامران گنجی. تهران: رشد.
- هیوود، لس و همکاران (۱۳۸۰). *اوقات فراغت*. ترجمه محمد احسانی. تهران: امید دانش.
- Cohen, Jonathan (2006). Article Audience Identification With Media Characters in the book *Psychology of entertainment*. New York: Routledge.
- Harris, Richard Jackson, Cady, Elizabeth Tait & Tran (2006). Tuan Quoc, Article "Comprehension and Memory" in the book *Psychology of entertainment*. e. New York: Routledge.
- Pavlik, John & McIntosh, Shawn (2018). *Converging Media A New Introduction to Mass Communication*, Sixth Edition. New York: Oxford University press.
- Surdam, David George (2015). *Century of the Leisured Masses* Century of the Leisured Masses Entertainment and the Transformation of Twentieth-Century America. New York: Oxford University Press.
- Schreier, Margrit (2006). Article (Subjective) Well-Being in the book *Psychology of entertainment*. New York: Routledge.
- Zillmann, Dolf (2006). Article Empathy: Affective Reactivity to Others' Emotional Experiences in the book *Psychology of entertainment*. New York: Routledge.