

الهه احمدی نایینی / دانشجوی کارشناسی ارشد، دانشگاه هنر تهران
محمد رزاقی / دانشیار طراحی صنعتی دانشگاه هنر تهران

مبلمان تفریحی بزرگسالان؛ نیازها و تقابل‌ها

چکیده

تفریح افراد بزرگسال از نیازهایی است که با توجه به مشغله و شرایط این گروه اجتماعی آن چنان که باید مورد توجه قرار نگرفته است. البته تحقیقات در مورد تفریح و داشتن اوقات فراغت مفید، صورت گرفته که بیشتر در مورد فواید جسمی و روانی فعالیت جسمانی است به طوری که قوانین بین‌المللی متعددی در تأیید آن وجود دارند. هرچند مانند هر موضوع دیگری، برای تفریح، مخالفانی نیز هستند و آن را به عنوان یک حق قانونی قبول ندارند اما تحقیقات علمی و روان‌شناسی توانسته نظر بسیاری از این افراد را تغییر دهد. از نظر اجتماعی نیز دو عامل عرف و قانون وجود دارند که می‌توانند به مسئله تفریح در جامعه مشروعیت ببخشند. بنابراین با توجه به تفاوت‌های فرهنگی و اعتقادی جوامع مختلف، می‌توان دامنه فعالیت‌های تفریحی در فضاهای عمومی هر جامعه را تعیین نمود. در این بررسی، از پژوهش‌های کتابخانه‌ای، با هدف کاربردی و روش اجرای توصیفی استفاده شده است. این مطالعه نشان داد که تفریح برای نشاط روانی و اجتماعی بزرگسالان ضروری، لیکن تجهیزاتی برای آن در نظر گرفته نشده است.

کلیدواژه‌ها

مبلمان تفریحی، بزرگسالان، مبلمان شهری، نشاط روانی و اجتماعی

eli63410801@gmail.com

بازه پذیرش مقاله: ۸ ماه

مقاله
مروری

سبک زندگی شهری و بی‌تحرکی، دلیل عمده مرگ و میر، بیماری و ناتوانی است؛ به طوری که یافته‌های اولیه از تحقیق سازمان بهداشت جهانی حاکی از آن است که یکی از ده علت مرگ در جهان و همچنین عامل ۲۲ بیماری خطرناک برای سلامتی انسان‌ها، بی‌تحرکی است. از طرفی آمارهای این سازمان نشان می‌دهند که سالانه میلیاردها دلار برای درمان افسردگی در جهان هزینه می‌شود (سعیدی و همکاران، ۵۹۳۱). بنابراین فعالیت بدنی علاوه بر سلامت جسمانی، بر سلامت روانی و اجتماعی افراد نیز تأثیرگذار است و توجه به حضور در شهر، و بازی برای کلیه اقشار جامعه، در کلیه سنین، از اهمیت زیادی برخوردار است. البته به اندازه‌ای که کودکان به میلمان و تجهیزات تفریحی پارکی به صورت رایگان دسترسی دارند، برای بزرگسالان این موقعیت فراهم نیست و به مواردی از جمله سکوی شطرنج، میز پینگ پونگ و نظایر اینها که با سکون بیشتری نسبت به میلمان تفریحی کودکان همراه است، محدود می‌شود. از طرفی عوامل محدودکننده برای بازی بزرگسالان در فضاهای عمومی درگیری بیشتری را برای آنها با معذوریت‌های اجتماعی، جنسیتی، شغلی و عرفی همراه کرده است. گویی با گذار از کودکی، دیگر نه زمان کافی برای تفریح بزرگسالان وجود دارد و نه شرایط آن در شهر به لحاظ عرفی و قانونی. البته با توجه به این که مسئله اوقات فراغت پدیده‌ای کاملاً پویاست و عوامل متعددی از جمله شرایط محیطی، اجتماعی و فرهنگی نیز بر آن تأثیرگذار می‌باشد، نمی‌توان به یقین گفت که شرایط بزرگسالان در همه کشورها یکسان است. به عنوان مثال در آمریکا، کانادا، و برخی از کشورهای آسیایی تجهیزات پارکی بسیار مناسبی ویژه بزرگسالان قرار داده شده است (شکل ۱). اما در فضاهای عمومی ایران برای بزرگسالان بستر مناسبی در نظر گرفته نشده است.

بزرگسالان

بزرگسالان دانش، توانمندی و آزادی حرکتی دارند که به آنها اجازه می‌دهد در زمان‌ها و مکان‌ها و روش‌هایی بازی کنند که برای کودکان قابل دسترس نیست، این موضوع به ویژه در مورد فضاهای عمومی در داخل شهرها صدق می‌کند (Stevens, 1969). از دیگر فواید بازی برای بزرگسالان می‌توان به این موارد اشاره نمود: کاهش استرس، بهبود عملکرد مغز، بهبود روابط با دیگران و حس جوانی و پرنرزی بودن (Robinson, 2015). در واقع روابط اجتماعی کاملاً و به طور انحصاری وابسته به احتمال وجود کنش اجتماعی است که تا حدی از نظر معنایی قابل درک باشند (شایان مهر، ۱۳۷۷). روابط اجتماعی دارای معیارهای «دیدارگاهی بودن»^۱ و «همگانی بودن»^۲ هستند.

دیدارگاهی بودن، یک ویژگی است که به مکان اضافه می‌شود و به وقوع فعالیت‌های اجتماعی کمک می‌نماید. فعالیت‌هایی مانند نشستن و ملاقات با دوستان. بنابراین نوعی از روابط اجتماعی است که با تحقق آن به طور خودکار، گروه اجتماعی شکل می‌گیرد زیرا برای وقوع آن فعالیت به بیش از یک نفر نیاز است (غفوریان و حصاری، ۱۳۹۵). در واقع دیدارگاهی بودن، درگیری ذهنی و عاطفی اشخاص در موقعیت‌های گروهی است که آنان را برمی‌انگیزد تا برای دستیابی به هدف‌های گروهی و دستیابی به خواست‌های فردی و جمعی، دستیابی به عدل، همبستگی و امنیت، یکدیگر را یاری دهند (باقری بنجار و همکاران، ۱۳۹۱). و از نظر روان‌شناسی، پدیده‌ای ذهنی و فرایندی از خودآموزی اجتماعی است که به صورت جزئی از

بزرگسالی از دیدگاه‌های مختلف قابل تعریف است. از جمله مراجع قانونی که ۱۸ تا ۲۱ سالگی را با توجه به سن پذیرش مسئولیت‌های قانونی در جامعه، شروع این دوره می‌دانند. مسئولیت‌هایی از قبیل آموزش اجباری، رأی‌دهی، رانندگی، اشتغال، خدمت سربازی و تصمیم‌گیری در مورد مسائل پزشکی و درمانی که فارغ از تفاوت‌های فرهنگی موجود در جامعه در نظر گرفته می‌شوند. جامعه‌شناسان مسیر زندگی را توسط تغییر نقش‌های وابسته به سن، مفهوم پردازی می‌کنند، تغییر نقش‌هایی که در آن افراد با حقوق، وظایف و منابع جدید رو در رو می‌شوند. در این رویکرد مفهوم بزرگسالی بر رفتارهای واقعی افراد یک جامعه و مفاهیم ذهنی موجود در اذهان یک جامعه در مورد «زندگی به هنجارهای اجتماعی مورد انتظار» متمرکز است (Settersten et al., 2015). بنابراین به نظر می‌رسد که با شروع بزرگسالی و پذیرش مسئولیت‌ها، مسئله تفریح و بازی برای این گروه سنی، محدود می‌گردد. و این در حالی است که بزرگسالان نیز نیاز به تخلیه انرژی و هیجان‌های انباشته شده خود دارند تا از این طریق به رضایت روانی دست یابند.

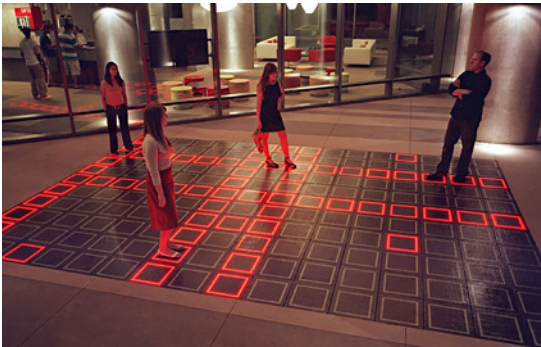
بازی، افراد را از قید و بندهای زندگی روزمره رها می‌کند و به بزرگسالان اجازه می‌دهد در حالت غیر رسمی، به فعالیت‌هایی بپردازند که در حالت عادی امکان پذیر نیستند (سعیدی رضوانی و همکاران، ۱۳۹۵، ص ۴۳). افراد بالغ ممکن است کمتر از کودکان بازی کنند با این حال



(playmart.com)



(contemporist.com)



(segd.org)



(worldlandscapearchitect.com)

شکل ۱. نمونه‌هایی از تجهیزات پارکی بزرگسالان در کشورهای مختلف
 (a) لوله‌های صوتی-سنگاپور، (b) سیلندرهای نورانی-کانادا، (c) بازی تعاملی و اینتراکتیو-آمریکا، (d) میلمان لایتینگ-چین

موجب اتصال افراد غریبه با تفاوت‌های فکری، فرهنگی، نژادی و غیره می‌شود که نشان از تأثیرات مثبت این فضاها در عرصه اجتماعی دارد. در مجموع، بزرگسالی دوره‌ای جالب و در عین حال پیچیده است که با شروع مسئولیت‌های مختلف در زندگی شخصی و اجتماعی افراد، آنها را وارد دنیایی متفاوت می‌کند. دنیایی که علی‌رغم ایجاد محدودیت‌های زمانی و اجتماعی، نمی‌تواند نیازهای غیر رسمی بزرگسالان را کتمان کند. مانند نیاز به تعامل با افراد غریبه و ناهمگن نیاز به تخلیه انرژی از طریق تفریح و بازی.

تفریح

در دوران باستان تنها قشر مرفه جامعه از اوقات فراغت بهره‌مند بودند. در قرون وسطا برای این پدیده ارزش بیشتری قائل شدند به دلیل اینکه آن را تحت تأثیر مذهب می‌دانستند. پس از آغاز صنعتی شدن این «کار» بود که ارزشمند تلقی می‌شد و به همین دلیل اوقات فراغت بهبود یافته و تنها اوقات فراغت به شمار می‌آمد (جلالی فراهانی، ۱۳۹۱). بنابراین تحولات دوره رنسانس، اختراع ماشین بخار، پیشرفت علم جدید در سده‌های ۱۶ و ۱۷ میلادی، انقلاب کبیر فرانسه در ۱۸۸۹ میلادی و عواملی از این دست، در مفهوم اوقات فراغت تغییرات اساسی ایجاد کرد (محسنی، ۱۳۷۵). در ایران باستان نیز اوقات فراغت مختص طبقه حاکم بود که البته در دوره هخامنشی به ویژه زمان سلطنت داریوش کبیر این مسئله اهمیت بیشتری پیدا کرد به طوری که کشاورزان و صنعتگران هم از آن بهره‌مند شدند. در دوره اشکانیان همانند دیگر مسائل کشور که تحت تأثیر یونان قرار داشت، اوقات فراغت هم تحت تأثیر اصول دموکراتیک آنها قرار گرفت. از ورزش‌هایی که در ایام فراغت بیشتر مورد استفاده قرار می‌گرفت می‌توان به چوگان

فرهنگ مردم درآمده است. به عنوان مثال؛ در تحقیقی مشخص شد که فضاهای ورزشی، پارک‌ها و بوستان‌ها، مکان‌های مناسبی برای دیدار هستند در حالی که اماکن تجاری و خیابان‌های عمومی، کاربرد دیدارگاهی بودن را ندارند (محمدی و همکاران، ۱۳۹۱).

همگانی بودن عاملی است که بر تصمیم فرد جهت ماندن در یک مکان تأثیر می‌گذارد. در واقع جامعیت فضا و میزان آزادی افراد در ورود و خروج از آن مکان‌ها، تعیین‌کننده میزان همگانی بودن است. هر چند مردم به دنبال مکان‌هایی هستند که افراد همگن با خود از نظر قوم، مذهب، تحصیلات، نژاد و مانند اینها را بیابند و این عامل مشوق آنها برای تعامل اجتماعی است، اما حضور در مکان‌های اجتماعی غیرهمگن نیز فرصتی را برای با هم بودن و تعاملات اجتماعی غنی و آزاد ایجاد می‌کند (Marcus & Sarkissian, 1986) و (Ghanbaran, 2004). در تحقیقی مشخص شده که خیابان‌های عمومی بالاترین میزان همگانی بودن و فضاهای مذهبی کمترین میزان را داشتند (محمدی و همکاران، ۱۳۹۱). به کمک معیارهای دیدارگاهی بودن و همگانی بودن، تعاملات اجتماعی شکل می‌گیرند و افراد متفاوت در کنار هم حضور پیدا می‌کنند. تعامل اجتماعی نوعی رابطه معنادار بین دو نفر یا بیشتر است که باعث بروز واکنشی شناخته شده بین آنها می‌شود. این برقراری ارتباط می‌تواند به صورت یک نگاه، مکالمه یا برخورد فیزیکی بین افراد باشد که می‌تواند موجب عضویت افراد در گروه‌های اجتماعی گردد (دانش‌پور و چرخچیان، ۱۳۸۶، ص ۲۲). اهدافی که تعاملات اجتماعی دنبال می‌کنند شامل اهداف عاطفی مانند دوستی، روابط همسایگی و خویشاوندی و همچنین اهداف عقلانی که می‌توانند به افراد در رسیدن به هدف شخصی خود، کمک کنند، می‌باشند (Özgülner, 2011). این تعاملات در فضاهای عمومی

شورای توسعه اجتماعی کانادا تفریح را شامل تمامی فعالیت‌های اجتماعی قابل قبول که یک فرد آن را به منظور ایجاد اوقات فراغتی جذاب تر و لذتبخش تر انجام می‌دهد، معنا می‌کند^{۱۵} (CCSD, 2001). گوشمن و لیدلر، تفریح را یکی از راه‌های گذران اوقات فراغت می‌دانند (Gushman & Laidler, 1990).

از نظر جامعه‌شناسان تفریح به دو نوع فعالانه و منفعلانه تقسیم می‌شود. در تفریح فعال، انرژی جسمی یا فکری صرف می‌کنیم و دچار هیجان می‌شویم مانند بازی کردن، نقاشی کشیدن یا کتاب خواندن. اما در تفریح منفعل انرژی جسمی و ذهنی چندانی لازم نیست مانند تماشای تلویزیون که البته محیط، نقش مهمی در نوع تفریح بازی می‌کند. نتایج حاصل از پژوهش‌های تا قبل از سال ۱۳۹۲ خورشیدی که شامل ۴۳ تحقیق است، نشان می‌دهد که اکثر ایرانیان اوقات فراغت خود را با روش‌های غیرفعال می‌گذرانند (سفری و مدیری، ۱۳۹۰). البته امروزه با توجه به تغییراتی که در جریان است مانند برگزاری جشنواره‌های موسیقی، غذا، بازی‌ها و ورزش‌های محلی و مواردی از این دست، مردم دوباره به سمت شیوه‌های جمعی‌گرایش پیدا کرده‌اند. اوقات فراغت ایرانیان به طور میانگین ۲۹ ساعت در هفته است. این رقم طی تحقیقی که بین ۱۶ هزار نفر در سراسر ایران صورت گرفته، به دست آمده و نشان می‌دهد مردان، مجردان، افراد گروه‌های سنی پایین‌تر (۱۵ تا ۲۹ سال)، افراد دارای سطح تحصیلات بالاتر، افراد غیرشاغل و افرادی که از نظر اقتصادی در سطح پایین‌تر از متوسط قرار دارند، اوقات فراغت بیشتری دارند (سازمان ملی جوانان، ۱۳۸۴). البته با توجه به اینکه معمولاً افراد با تحصیلات بالاتر، مسئولیت‌های بیشتری می‌پذیرند از جمله تدریس در دانشگاه‌ها، به نظر می‌رسد که داشتن فراغت بیشتر، در مورد این قشر از جامعه جای تأمل دارد. این نتایج نشان می‌دهند که علاوه بر در نظر گرفتن افراد نامبرده در تأمین امکانات لازم جهت گذران اوقات فراغت، باید به کسانی که فراغت کمتری دارند و باید حداقل استفاده را از همان مقدار زمان محدود خود داشته باشند، نیز توجه ویژه داشت. از جمله زنان، افراد متأهل، شاغلین و بزرگسالان دارای سن بالاتر از ۳۰ سال.

دو عامل در مشروعیت بخشیدن به تفریح و فعالیت‌های فراغتی مؤثرند؛ اول قانون است که می‌گوید تا زمانی که آزادی، آرامش، اخلاق و نظم عمومی جامعه را نقض نکنند منعی ندارد به عبارتی با توجه به نسبی بودن آزادی، محدودیت‌هایی از طرف قانون جهت انجام فعالیت‌های فراغتی و تفریحی وجود دارد تا از حقوق همه شهروندان حمایت کند. دومین عامل عرف می‌باشد.

از دیدگاه جامعه‌شناسی، جامعه مجموعه‌ای است که براساس دو ضابطه به وجود می‌آید؛ اول وجوه عینی که شامل عوامل فرهنگی از قبیل زبان، مذهب، عرف، عادات و رسوم می‌باشد و دوم وجوه ذهنی که افکار و عقاید جمعی، باورها و نگرش‌های مشترک و اهداف و آرمان‌های واحد را در بر می‌گیرد (پیروین، ۱۳۹۳، ص ۳۳۷). با این ارزش‌ها، رفتارهایی در جامعه به وجود می‌آید که به آنها هنجارهای اجتماعی گفته می‌شود (ربانی و شاهنوشی، ۱۳۸۵، ص ۸۲). با تکرار و تأیید آن توسط جامعه عرف شکل می‌گیرد (صمدانیان، ۱۳۸۸، ص ۱۰۵). در واقع عرف شامل قوانین نانوشته‌ای است که در طول زمان و از آنجایی که منافع اکثریت اعضای آن جامعه را تأمین می‌کند، در جامعه جا افتاده و مردم خود را ملزم به رعایت آن می‌دانند و با کسی که این قوانین را نقض کند برخورد می‌نمایند حتی اگر قانون الزامی در رعایت آن قرار نداده باشد. بنابراین با در نظر گرفتن این دو عامل، یعنی قانون

و «شطرنج یا ویچژن چترنگ»^{۱۶} اشاره کرد (خدادادیان، ۱۳۷۸، ص ۲). سرگرمی دیگری که در دوره اشکانیان و ساسانیان در بین اشراف رایج شد نواختن موسیقی بود (جلالی فراهانی، ۱۳۸۷، ص ۵۳). بعد از ورود اسلام به ایران مردم اوقات فراغت خود را با اسب دوانی، شرکت در مهمانی، قصه‌گویی و نقالی می‌گذراندند. در دوره صفویه نیز سرگرمی‌هایی نظیر شرکت در جشن‌ها و اعیاد مذهبی بیشتر مختص درباریان بود که بعدها شعبده بازی، دلچک بازی و ریسمان بازی هم به آنها اضافه شد. در واقع بعد از ورود اسلام، گذران اوقات فراغت بر اساس تفاوت طبقاتی، تفاوت جنسیتی، دوری و نزدیکی از شهرها، تفاوت فرهنگی و سطح علم و تربیت مردم تعیین می‌شد (سازمان ملی جوانان، ۱۳۸۱). به طور کلی می‌توان گفت که تفریحات تا سال‌های پایانی دوره قاجار و پیش از حکومت پهلوی، بیشتر جنبه جمعی داشتند. مانند ورزش زورخانه‌ای، قهوه‌خانه نشینی^{۱۷}، نرد^{۱۸}، تَرنا بازی^{۱۹}، الک دولک^{۲۰} و مانند آنها که سرگرمی‌های مردانه محسوب می‌شدند و تماشای رقص و آواز زنان و نمایش‌های اجرا شده در مجالس زنانه و وقت گذرانی در حمام‌ها از جمله تفریحات زنانه به شمار می‌رفتند. البته تفریحاتی هم بودند که میان زنان و مردان مشترک انجام می‌شدند مانند دیدن نمایش خیمه شب بازی^{۲۱}، سیاه بازی یا نمایش روحی^{۲۲}، شهرزنگ^{۲۳}، تماشای مارگیران^{۲۴} و گردش در باغ‌ها^{۲۵} (میرزا زمانی، ۱۳۹۹). با تغییرات جهان معاصر خصوصاً در نیمه دوم قرن بیستم، از جمله گسترش وسایل ارتباط جمعی و تبادل فرهنگی بین مردم جهان، نحوه گذران اوقات فراغت و انجام بازی‌ها شباهت زیادی پیدا کردند و حتی با مقایسه کشورهای پیشرفته جهان و کمتر توسعه یافته نیز می‌توان این نزدیکی را مشاهده نمود (محمدیان، ۱۳۸۸).

اوقات فراغت پدیده‌ای کاملاً متغیر و پویا است که دائماً در حال تغییر است. عوامل فردی، محیطی، اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی بر آن تأثیرگذار است به همین دلیل نمی‌توان مفهوم اوقات فراغت را در زمان‌های مختلف یکسان در نظر گرفت (میرزا زمانی، ۱۳۹۹). به عنوان مثال در عصر دیجیتال، با پدیده‌ای به نام فراغت دیجیتال مواجه هستیم که به کاربرد فناوری‌های اطلاعات و ارتباطات برای مقاصد فراغتی گفته می‌شود. مانند استفاده از اینترنت، تلفن همراه، رایانه و فضای مجازی (علیزاده خانقاهی، ۱۳۹۵). دیوید رایزمن^{۲۶} فراغت را به عنوان ارزش تمدن، وسیله رهایی، رشد و شکوفایی شخصیت در چهارچوب جامعه تحت سلطه مصرف توده وار تلقی کرده است (اسدی، ۱۳۵۲، ص ۴-۵). و ژوزف پی پر^{۲۷} موجودیت و اصالت فرهنگ را بر مبنای فرصت‌های اوقات فراغت افرادی که در آن اجتماع زندگی می‌کنند قابل پی‌ریزی دانسته است (شجاع‌الدین، ۱۳۷۰، ص ۱۹). علاوه بر صاحبان نظر همچون رایزمن و پی‌یر، حقوقدانان نیز قوانینی در سطح بین‌المللی تصویب کردند، از جمله بند ۲ میثاق بین‌المللی حقوق اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی، و کنوانسیون رفع کلیه اشکال تبعیض علیه زنان، که بر وظیفه دولت‌های عضو در مورد تأمین حق تفریح یکسان برای همه بدون تبعیض‌های نژادی، قومی، جنسیتی و غیره تأکید دارند.

تفریح فعالیت و یا حتی استراحت در زمان اوقات فراغت است که فرد با انجام آن احساس خوشایندی پیدا می‌کند. بنابراین علاوه بر تأثیر جسمانی مثبت، تأثیر روانی آن نیز حتی با اهمیت بیشتری به نظر می‌رسد. چراکه با ایجاد شادی که در ذات تفریح قرار دارد، به افزایش امید در افراد و در نتیجه در جامعه کمک می‌نماید (میرزا زمانی، ۱۳۹۹).

و عرف، می‌توان دامنه فعالیت‌های تفریحی را در فضاهای عمومی تعیین نمود. در جامعه امروزی، فراغت و تفریح دارای ویژگی‌های منحصر به فردی هستند که اساسی‌ترین آنها ارضاء، لذت و شادمانی می‌باشند. زمانی که ارضای ناشی از یک فعالیت کاهش یابد، فرد تمایل دارد تا از آن فعالیت دست بکشد. بنابراین اگر در فراغت و تفریح شادی یا ارضای مورد نظر حاصل نشود، فراغت و تفریح، سرشت خود را از دست می‌دهند (امیرشاکرمی، ۱۳۹۵). در واقع می‌توان گفت که لذت از عملکردهای اوقات فراغت است. از نظر علمی، احساس لذت زمانی ایجاد می‌شود که در اثر محرکی در بدن انسان، چه به صورت طبیعی و چه به صورت مصنوعی، هورمونی به نام دوپامین و نوراپی نفرین، که از مناطق پایینی مغز ترشح می‌شوند، ایجاد شوند. این مواد بر قشر و سایر مراکز حیاتی مغز اثر می‌گذارند به طوری که احساس پاداش به وی دست می‌دهد و تمایل به تکرار آن عمل دارد (کشاورز پیر، ۱۳۹۵، ص ۵۹). تفریحاتی مانند رفتن به پارک، این لذت را در انسان ایجاد می‌کنند.

از نظر روان‌شناسی و جامعه‌شناسی، شادی یعنی احساس لذت، خوشی و خشنودی که احساس درونی و زاینده ذهن، فکر، خیال و روح یک فرد است (ربانی و گنجی، ۱۳۸۶). شادی اجتماعی آثار مثبتی مانند کاهش آسیب‌های اجتماعی و ارتقاء شاخص‌های سلامت روانی و اجتماعی را به همراه دارد (طباطبایی نسب، ۱۳۹۹). مردم‌شناسان به مطالعه بازی در جوامع باستانی و بدوی پرداخته‌اند و به این نتیجه رسیده‌اند که بازی در شکل‌های مختلفی انجام می‌شده از جمله رقص که با درگیر کردن جسم و ذهن به تقویت حواس و سلامت جسمی کمک می‌نماید. رقص را در شرایط مختلف اجرا می‌کردند از جمله بومیان آندامان^{۱۶} که قبل از عزیمت به جنگ و یا پس از شکار موفق به آن می‌پرداختند علاوه بر این موارد، در زمان فراغت نیز با بازی و رقص خود را سرگرم می‌نمودند.

نکته دیگری که قابل تأمل است تجاری شدن تفریح و بازی است. امروزه رفتن به سینما، تئاتر، مسافرت و غیره نیاز به هزینه دارد. در مورد بازی‌های کامپیوتری نیز این گردش سرمایه به صورت جدی وجود دارد که البته به دلیل نداشتن فعالیت جسمی، آثار مطلوب کافی را ندارند (محمدیان، ۱۳۸۸). بنابراین بازی نیز با ویژگی‌هایی مانند دوری از واقعیت، داشتن انگیزه درونی و ایجاد شادی، فارغ از سن، جنسیت و شرایط اجتماعی و اقتصادی افراد، به رشد شخصیت و سلامت روان افراد جامعه کمک می‌نماید.

سازمان بهداشت جهانی، بهزیستی کامل فیزیکی و روانی و اجتماعی را به عنوان سلامت روان تعریف می‌نماید (سازمان بهداشت جهانی، ۲۰۰۷). هرگونه نقصان در سلامت روانی می‌تواند بر سلامت جسمی و عاطفی افراد تأثیر منفی بگذارد و آنها را در مواجهه با فعالیت‌های روزانه دچار مشکل سازد (Macdonald, 2011). سلامت عاطفی در واقع توانایی ما در تصدیق و احترام به احساسات خود و همچنین احساسات دیگران است (Brocklesby, 2011.P. 369). بنابراین زمانی که رفتار انسان برگرفته از درک صحیح، اندیشه منطقی و واقع‌گرا و متناسب با جامعه وی باشد، می‌توان گفت در حالت سلامت روانی به سر می‌برد (رستمی و همکاران، ۱۳۸۷). همچنین تعریف سازمان بهداشت جهانی^{۱۷} از سلامت، حالت کاملی از رفاه جسمی، روانی و اجتماعی است و صرفاً به معنای عدم وجود بیماری یا ناتوانی نیست و سلامت اجتماعی از سلامت جسمی و روانی تأثیر می‌پذیرد و بر آنها تأثیرگذار است. «کمیت و کیفیت تعامل فرد با اجتماع به منظور ارتقای

رفاه آحاد جامعه یکی از تعاریف سلامت اجتماعی است. نتیجه نهایی این تعامل، ارتقای سرمایه اجتماعی، امنیت اجتماعی، کاهش فقر و بی‌عدالتی است و نقطه مقابل آن، افزایش آسیب‌های اجتماعی» (دماری و همکاران، ۱۳۹۲، ص ۴۵). شاخص‌هایی در خصوص سلامت روانی و اجتماعی وجود دارند که در حوزه صلاحیت شهرداری‌ها جهت بسترسازی مناسب برای تأمین این ابعاد از سلامت در سطح جامعه، قرار دارند. یکی از این شاخص‌ها، «ارتقای مشارکت اجتماعی شهروندان» است. با مشارکت اجتماعی شهروندان و ترغیب آنها به پذیرش مسئولیت‌های اجتماعی و نقش‌آفرینی در عرصه اجتماع، از انزوای افراد جلوگیری شده و در نتیجه سلامت آنها تأمین می‌شود. از نظر قانونی، شهرداری‌ها این قابلیت و ظرفیت را دارند که با ایجاد وظایف فرهنگی و اجتماعی، به این امر دست یابند (رضانی، ۱۳۹۹). هرچند قوانین جهانی متعددی در حمایت از حق تفریح و فراغت تصویب و تأکید شده اما همچنان افرادی هستند که با این حق مخالفانند و از آن انتقاد می‌کنند. به‌طور کلی منتقدین حق فراغت به دو گروه تقسیم می‌شوند:

۱- گروه کاهش‌گرایان^{۱۸}: این گروه تنها حقوق مدنی و سیاسی را شایسته نامیدن «حق» می‌دانند و نه تنها حق فراغت، بلکه حقوق اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی را نیز جزو مطالبات رفاهی و مواردی فرعی می‌دانند. به عنوان مثال یکی از مشهورترین منتقدان کاهش‌گرا، کرانستون^{۱۹} معتقد است که حقوق اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی و به ویژه حق تفریح و فراغت حقوقی فرعی هستند که نمی‌توان آنها را در رده حقوق اساسی قرارداد و به اندازه حقوق اساسی قابل دفاع نیستند.

۲- گروه ضرورت‌گرایان^{۲۰}: این گروه بر تأمین نیازهای حیاتی انسان تأکید دارند و مواردی مانند حقوق اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی و فراغت را فقط در صورت مزاد بودن منابع در دسترس قابل تأمین می‌دانند. به عنوان مثال جامعه به آتش‌نشانی و آمبولانس نیاز دارد اما ساخت پارک و کمپین‌های تفریحی هیچ ضرورتی ندارند. از ضرورت‌گرایان می‌توان به شوو^{۲۱} اشاره کرد که می‌گوید: «ندارک این کالاها یک تصور اخلاقی است اما هیچ الزام و وظیفه اخلاقی لازم و ضروری برای حقوق بشر به شمار نمی‌آیند» (امیرشاکرمی، ۱۳۹۵، ص ۳۱-۳۳). حقوق‌دانی به نام قاری سید فاطمی نیز از ضرورت‌گرایان ایرانی به شمار می‌رود که معتقد است «حیات انسانی جز با بهره‌مندی آدمیان از حداقل‌های رفاهی، به شدت در معرض مخاطره و تهدید است» (قاری سید فاطمی، ۱۳۸۹، ص ۲۶۵). البته در سال‌های اخیر و با رشد تحقیقات روان‌شناسی، اثرات مثبت اوقات فراغت و تفریح بر همگان آشکار شده است. به‌که برخی از کاهش‌گرایان نظیر فیننس^{۲۲} از موضع خود عقب‌گرفته‌اند. فیننس می‌گوید: «بازی به عنوان یک حق ضروری که در یک زمان، امنیت به واسطه آن تضمین شده، دارای اهمیت اساسی برای تندرستی و رفاه است. این در واقع یک نگرش بلندمدت است، مبنی بر این‌که فراغت و تفریح هدر دادن و یا تلف کردن وقت یا رهایی از کار نیست بلکه ضرورتی برای حیات و کرامت ذاتی انسان است (امیرشاکرمی، ۱۳۹۵، ص ۳۴).

بنابراین با توجه به تأثیرات مثبت تفریح بر بزرگسالان و در نتیجه بر کل جامعه، و همچنین تأیید این تأثیرات از طرف صاحب‌نظران و حقوق‌دانان، جای خالی تفریح، بیش از پیش در فضاهای عمومی احساس می‌شود. جای خالی‌ای که می‌توان در چهارچوب قانون و عرف حاکم بر جامعه، پر نمود.

مبلمان شهری - پارکی

(al., 2019). حال برای پرداختن به مبلمان پارکی، نیاز است که مفهوم مبلمان شهری روشن شود.

مبلمان کلمه‌ای فرانسوی است به معنی مجموعه اثاثه و دکوراسیون یک محل (مرتضایی، ۱۳۸۱). مبلمان شهری متداول‌ترین عبارت در حوزه مفاهیم کاربردی تجهیزات شهری است. می‌توان گفت مبلمان شهری، وسایل و امکاناتی است که در یک شهر در قالب فضاهای محیطی شهری به کار گرفته می‌شود و برای حفظ پاکیزگی و سلامت، نظارت و هدایت ترافیک، آسایش و ایمنی عابران، اطلاع‌رسانی، هویت بخشی، زیبایی منظر، تبلیغات، ارائه خدمات به شهروندان، روشنایی و غیره مورد استفاده قرار می‌گیرد (هویت و مبلمان شهری، ۱۳۹۲). به عبارتی در فضای میان ساختمان‌ها و بناها، وسایل و ضمایم مکملی برای زندگی شهری نیاز است. این عناصر جریان حرکت، سکون، تفریح و اضطراب را در شهر تنظیم می‌کنند و به آن روح می‌بخشند. لوازم، تجهیزات یا مبلمان شهری، خیابانی یا فضای باز اصطلاحات رایج این تسهیلات هستند. در انگلستان این تجهیزات به «مبلمان خیابانی» و در آمریکا به «مبلمان همگانی» یا «مبلمان فضای باز» معروف‌اند (تاریخچه مبلمان شهری، ۱۳۹۲، ص ۱۶-۱۵).

مبلمان شهری دارای عناصر مختلفی است که در تقسیم‌بندی‌های متنوع ارائه شده، از جمله: عناصر زیستی، محیطی و بهداشتی، عناصر تأسیسات و تجهیزات شهری، عناصر اطلاع‌رسانی، عناصر تسهیلات ترافیکی و عناصر و تسهیلات گذران اوقات فراغت (پاکزاد، ۱۳۸۸)، که در زیرمجموعه عناصر گذران اوقات فراغت، وسایل بازی یا تفریح بزرگسالان دیده نمی‌شود و فقط در برخی تقسیم‌بندی‌ها به وسایل ورزشی اشاره شده است. از طرفی با بررسی نمونه‌های موجود در داخل کشور توسط نگارنده، مشخص شد که این موارد محدود هستند به میز شطرنج، فوتبال دستی و میز پینگ‌پنگ. در نمونه‌های خارجی تنوع بیشتری دیده می‌شود که البته اکثر آنها در زیر مجموعه تجهیزات ورزشی و بدنسازی قرار می‌گیرند. بنابراین می‌توان از پتانسیل موجود در این حوزه استفاده نمود و به طراحی و ساخت امکانات تفریحی مناسب و متنوع جهت تأمین نیاز بزرگسالان پرداخت و به مزایایی که در این نوشتار به آنها اشاره شد، دست یافت (شکل ۲). در نتیجه، پارک‌ها به عنوان بُعد فیزیکی و کالبد فضاهای عمومی، محیطی را فراهم می‌کنند تا بزرگسالان بتوانند در آن با هم تعامل داشته باشند و به شرایط روحی و روانی بهتر و سالم‌تری دست یابند. این روابط و تعاملات که بُعد اجتماعی فضاهای عمومی

مبلمان پارکی مجموعه‌ای از عناصر مبلمان شهری در پارک‌ها هستند که در بستر فضای عمومی شهری قرار دارند. اینجا، فضای عمومی در تعابیر مختلف، از دو بعد فیزیکی و اجتماعی بررسی شده است. در واقع کالبد آن خیابان‌ها، پارک‌ها، میدانی و فضاهای عمومی از این دست هستند و روح آن روابط، تعاملات و رویارویی‌هایی است که در کالبد آن اتفاق می‌افتد که این تعاملات با وجود تفاوت‌های نژادی، جنسیتی، فرهنگی و علایق مختلفی که وجود دارد به رشد فکری و منسجم شدن روابط اجتماعی کمک می‌نماید. از دیدگاه شهرسازی، فضای سبز شهری، بخشی از سیمای شهر است که با پوشش‌های گیاهی متنوع، ساختار مورفولوژیک شهر را تشکیل می‌دهد و به کالبد شهر روح می‌بخشد (ربانی و همکاران، ۱۳۹۰). پارک در واقع فضای سبز عمومی است که استفاده از آن برای همه شهروندان آزاد است و به صورت شبکه‌ای زنجیره‌ای در مقیاس‌های مختلف طراحی می‌شوند. انواع آن عبارت‌اند از پارک کودک، پارک محله، پارک ناحیه، پارک شهر، پارک جنگلی و حاشیه‌ای، پارک منطقه‌ای و پارک ملی (سعیدی و رضوانی، ۱۳۷۵). پارک‌های عمومی شهری که دارای امکاناتی از قبیل چمن کاری، گل کاری، نیمکت، آبخوری، زمین‌های ورزشی و زمین بازی کودکان هستند و باید به گونه‌ای طراحی و ساخته شوند که نیازهای مراجعه‌کنندگان متنوع پارک، از گروه‌های سنی و سلیق مختلف را پاسخگو باشند. پارک‌ها دارای کارکردهای مختلف از جمله کارکرد اقتصادی، اجتماعی و اکولوژیکی هستند که طبق برخی از پژوهش‌ها، کارکردهای اجتماعی آن دارای اهمیت بیشتری نسبت به کارکرد اقتصادی می‌باشد. کارکردهای اجتماعی مطلوبی مانند ارتقاء بهداشت روانی و جسمی، مصاحبت با دوستان، افزایش تعامل و همکاری، گذران اوقات فراغت و افزایش شکل‌گیری نهادهای مشارکتی (پاک‌نهاد و پژوهان‌فر، ۱۳۹۶). تفریح که یکی از جنبه‌های جذاب پارک‌ها به شمار می‌رود به ایجاد ارتباطات اجتماعی منجر می‌شود. پارک‌های شهری این پتانسیل را دارند تا با ایجاد محیطی شاد و اجتماعی به بهبود شرایط روحی و روانی افراد به ویژه بزرگسالان کمک کنند (توتونچیان، ۱۳۹۰). یکی از ویژگی‌های جالب توجه پارک‌ها این است که تفاوت مردم در پارک‌ها قابل توجه نیست و افراد با ویژگی‌های متفاوت می‌توانند از آنها استفاده کنند، این نکته نشان می‌دهد که پارک محیطی برای پرورش هنجارهای مدنی نیز به شمار می‌رود. هنجارهایی که افراد غریبه را به هم متصل می‌کند و باعث ایجاد تعامل بین آنها می‌شود (Barker et)



(segd.org)



(worldlandscapearchitect.com)

شکل ۲. نمونه‌هایی از تجهیزات پارکی بزرگسالان در کشورهای مختلف
(a) تاب دو نفره بشقابی - چین و (b) تاب لایتینگ - بوستن آمریکا

را تشکیل می‌دهند، در واقع زمینه‌ساز پرورش هنجارهای مدنی هستند. این امر بر جایگاه مهم وسایل تفریحی بزرگسالان در مبلمان شهری، تأکید دارد.

بحث

به تفریح، به عنوان محصول اوقات فراغت و یکی از نیازهای مهم بزرگسالان همواره پرداخته شده است. طبق بررسی‌های انجام شده، ایرانیان به طور متوسط ۲۹ ساعت در هفته اوقات فراغت دارند. اما اینکه تفریح و امکانات تفریحی نیز برای پرکردن این اوقات وجود دارد یا خیر، جای تأمل دارد. از نظر سنی، با شروع بزرگسالی و پذیرش مسئولیت‌ها، افراد بسیار محدود می‌شوند. انتظار خانواده و جامعه از بزرگسالان کمتر به آنها اجازه بازی و تفریح را می‌دهد. اما آیا می‌توان نیاز آنها به تخلیه انرژی و هیجان‌های انباشته شده را نادیده گرفت؟ از آنجایی که سازمان بهداشت جهانی، سلامت را مجموعه‌ای از رفاه جسمی، روانی و اجتماعی تعریف می‌کند و از طرفی بازی عاملی است که به بهبود سلامت جسمی و بهبود روابط با دیگران کمک می‌نماید، اهمیت تفریح و بازی برای بزرگسالان روشن می‌شود. البته مواردی وجود دارد که به نظر می‌رسد در محدود کردن افراد بزرگسال نقش دارند از جمله:

شرایط فیزیکی: از نظر محدوده حرکتی و شرایط بدنی، کودکان نسبت به بزرگسالان بسیار آزادانه‌تر عمل می‌کنند اما بزرگسالان به خاطر دانش، توانمندی و حتی آزادی حرکتی، می‌توانند از بازی بهره‌مند شوند و به سلامت جسمی خود کمک کنند.

شرایط محیطی: با مطالعه تاریخچه بازی و تفریح در می‌یابیم که هر چه افراد دورتر از شهرها زندگی می‌کردند، فضای بیشتری برای انجام بازی‌های محلی داشتند. امروزه در شهرها فضای کافی وجود ندارد و پارک‌ها هم که فضای مناسبی برای این امر به شمار می‌روند به دلیل نداشتن امکانات کافی، ناخواسته افراد را به نشستن و انجام فعالیت‌هایی که بیشتر ساکن هستند تشویق می‌کنند.

تفاوت‌های قومیتی و نژادی: با توجه به پدیده مهاجرت به شهرها، دیگر مثل گذشته تفکیک قومی و نژادی وجود ندارد و تنوع نژادی و فرهنگی را در شهرها شاهدیم. از نظر روابط اجتماعی و تعاملات این می‌تواند یک امتیاز تلقی شود هر چند مردم ترجیح می‌دهند در مکان‌هایی حضور پیدا کنند که در آن با افراد همگن از نظر قومیتی، مذهب، نژادی و مانند اینها تعامل برقرار کنند. اما این نکته نیز حائز اهمیت است که حضور در مکان‌های اجتماعی غیرهمگن مثل پارک‌ها، به ایجاد تعاملات اجتماعی غنی و آزاد کمک می‌کند.

عرف: همان‌طور که در تعریف گفته شد، عرف قوانین نانوشته‌ای است که در گذر زمان شکل می‌گیرد و تضمین‌کننده منافع اکثریت اعضای جامعه است. به عنوان مثال مذهب، به عنوان یکی از وجوه عینی جامعه که به شکل‌گیری هنجارهای اجتماعی و عرف می‌انجامد، می‌تواند بر عرف و تعیین محدوده تفریح در فضاهای عمومی تأثیرگذار باشد.

قانون: با توجه به اینکه در سطح بین‌المللی از حق تفریح به طور مفصل دفاع و قوانینی وضع شده است، نمی‌توان به قانون به عنوان مانعی جهت فعالیت‌های تفریحی در فضاهای عمومی نگاه کرد. همان‌طور که اشاره شد تا زمانی که تفریح، آزادی، آرامش، اخلاق و نظم عمومی جامعه را نقض نکند، منعی ندارد. البته باید به قوانین هر کشور مراجعه و طبق آن اقدام نمود.

عوامل محدودکننده برای حضور زنان در فضاهای عمومی بیش از مردان است که از این عوامل می‌توان به محدودیت‌های مالی، احساسات منفی مانند استرس و ترس، مسئولیت‌های بازدارنده مانند کارهای خانه و مراقبت از کودکان و شرایط و هنجارهای اجتماعی-فرهنگی اشاره کرد. در این میان هنجارهای جنسیتی بیش از همه بر محدودیت‌های زنان تأثیرگذار است (Day, 2000). ریشه این هنجارها را می‌توان در تفاوت‌های بیولوژیکی زنان با مردان جستجو کرد. البته با وجود این که نمی‌توان تفاوت‌ها را انکار کرد، اما در واقع، این کلیشه‌های جنسیتی هستند که مبنای نگرش فرهنگی و اجتماعی مردم نسبت به موضوع جنسیت قرار می‌گیرند. کلیشه‌های جنسیتی مجموعه‌ای از باورهای ذهنی هستند که به افراد از کودکی آموزش داده می‌شوند که عمدتاً بدن و تنانگی و مظاهر بیرونی جنسیت مورد توجه قرار می‌گیرد. از این طریق ویژگی‌های خاصی به صورت جداگانه به زنان و مردان تعلق می‌گیرد و مختص تنها یک جنس تلقی می‌شود (معینی فر، ۱۳۸۸).

از تفکر فلسفی یونان باستان تا الهیات مسیحی و حتی فلسفه و معرفت‌شناسی دکارت، بدن به عنوان امر جسمانی در تقابل با امر اجتماعی بوده است (Turner, 2009). اما ترنر این تقابل را نقد کرده و معتقد است جسمانیت یک کلیت ایستا نیست و همواره درون جامعه اجتماعی و تعاملات کنشگران اجتماعی با هم شکل می‌گیرد و یک وضعیت فردی در حال تحقق در انزوا نیست (Turner, 2006). همچنین داگلاس می‌گوید «بدن اجتماعی ما واسطه آگاهی ما از بدن جسمانی مان است» (Douglas, 1996). از طرفی اوکلی با بررسی جوامعی دریافت که نقش‌های جنسیتی در جوامع مختلف متفاوت هستند و در هر جامعه در مورد این که چه فعالیت‌هایی برای زنان یا مردان مناسب است عرف و قاعده‌ای وجود دارد (Oakley, 1972). در اینجا می‌توان گاهی کلیشه‌هایی را یافت که ممکن است بیانگر ویژگی‌های واقعی افراد نباشند. از طرفی بدن تحت تأثیر تنظیم اجتماعی قرار می‌گیرد. ترنر نهاد‌های حقوقی، مذهبی و پزشکی را از عوامل اصلی این تنظیم می‌داند. به این ترتیب هویت بدن ما شکل و تحت کنترل تنظیم اجتماعی قرار می‌گیرد (Turner, 2008). به علاوه به گفته فوکو، جامعه امروز، جامعه انضباطی است و تنظیم بدن در تحقق نظم مؤثر است. بنابراین جامعه مدرن از این تنظیم جهت توانمندی‌های اقتصادی و فرمانبرداری سیاسی، جهت نیل به یک نظام انضباطی بهره می‌برد. در بسیاری از موارد، این فناوری‌های انضباطی، ماهیتی فراتر از قلمرو آشکار دولت و رویه‌های رسمی حقوقی دارند و در واقع به شیوه‌های درونی، موجب خودتنظیمی و نظم‌دهندگی به افراد جامعه می‌شوند (فوکو، ۱۳۷۸). اگر این نظام انضباطی تنها در جهت محدود کردن نیمی از جامعه، یعنی زنان حرکت کند، جامعه دچار فرایند تفکیک و اختلال رابطه‌ای می‌شود و خاص‌گرایی رواج پیدا می‌کند که آثار مخربی از جمله انزوای زنان، عدم خودباوری، پایین آمدن اعتماد به نفس و امنیت روانی، اجتماع‌گریزی و پایین آمدن سطح اعتماد اجتماعی برای آنان در پی خواهد داشت (کمالی و اسکندری، ۱۳۹۰).

بنابراین باید به نیاز تعامل بزرگسالان در فضاهای عمومی توجه شود. از طرفی تعامل دو جنس ممکن است در جوامعی که تحت سیطره سنت محض هستند و یا دارای توهم باورهای موجه و نسبت داده شده به آیین از هر نوع و از جمله آیین‌های دینی یا مذهبی

دچار فرایند تفکیک می‌شود که آثار نامطلوبی در شخصیت زنان و نیز مردان خواهد داشت.

اما مواردی که هم شامل مردان و هم زنان می‌شود و در ظاهر مانع به نظر می‌رسند؛ مانند سن، عرف، قانون، تفاوت‌های قومیتی، موقعیت‌های شغلی و اجتماعی، شرایط فیزیکی و شرایط محیطی، در واقع مانع نیستند و می‌توانند در مسیر طراحی راهگشا باشند. با توجه به موارد یاد شده، با ایجاد زمینه‌های مناسب جهت حضور بزرگسالان، فارغ از تفاوت‌هایی که دارند، به خصوص تفاوت‌های جنسیتی، می‌توان شرایط ایجاد تعاملات مؤثر را در فضاهای عمومی ایجاد نمود. به طوری که هم از نظر قانونی و هم عرفی، خللی در نظم موجه جامعه ایجاد نشود. البته مواردی مانند کلیشه‌های جنسیتی که اشاره شد، نیاز به آموزش و زمان دارند تا اصلاح شوند. منتها در قدم اول می‌توان از طراحی تجهیزات تفریحی و همچنین طراحی فضاهای مناسب شروع کرد.

تصدیق و قردردانی

بدین وسیله تصدیق می‌شود که این مقاله مستخرج از پایان‌نامه کارشناسی ارشد طراحی صنعتی نویسنده اول در دانشکده هنرهای کاربردی دانشگاه هنر است که به راهنمایی نویسنده دوم انجام شده است. همچنین از سازمان زیباسازی شهر تهران به دلیل مساعدت در دسترسی به منابع مکتوب کتابخانه تخصصی این سازمان قردردانی می‌شود.

هستند، ایجاد تابو کند. باورها باید هم صادق و هم موجه باشند تا درست باشند. باور صادق آن است که با واقعیت عینی و بیرونی (غیرذهنی) انطباق داشته باشند مثلاً «یخ سرد است» و باور موجه آن است که بر اساس شواهد کافی و استدلال منطقی حاصل شده باشد. مثلاً ابرهای نیمبواستراتوس، از نوع ابرهای باران‌زا هستند زیرا این یک حقیقت اثبات شده علمی است. اگر دو معیار صادق بودن باور و موجه بودن آن وجود نداشته باشد این «توهم باور موجه» یا The illusion of justified belief است. تابو در لغت به معنای تحریم شده، نهی شده و حرام است. این لغت در زبان فارسی معادل نداشته، از واژه انگلیسی آن استفاده می‌شود (ابوالحسن تنهایی و همکاران، ۱۳۹۱، ص ۱۲). البته از دیدگاه فروید محدودیت‌های تابویی چیزی غیر از ممنوعیت اخلاقی و مذهبی محض است که محرومیت‌ها و محدودیت‌های بسیاری در زندگی ایجاد می‌کند. در واقع تابو ترسی است که صورت عینی و خارجی پیدا کرده، علت و انگیزه ظهور آن جنبه ناخودآگاه دارد (فروید، ۱۳۸۵، ص ۴۴). و برنیز در تأیید این موضوع مقصد اصلی تابو را امور اقتصادی، تربیتی و عملی می‌داند. از نگاه وبر، تابو نظامی از هنجارها را به وجود می‌آورد که تخطی از آنها مجازات و گاهی حتی مرگ در پی دارد. همچنین وبر بیان می‌دارد که ما به دلیل نیازی که به نظم داریم، مفهوم تابو را درک می‌کنیم و گاهی جنبه‌های اخلاقی مفیدی هم به همراه دارد. مانند تابوی ازدواج با محارم (ابوالحسن تنهایی و همکاران، ۱۳۹۱). در برخی الگوهای روابط اجتماعی زن و مرد هم می‌توان رد پای تابو را دید. مثلاً نظریه ارتباط آزاد که طرفدارانش معتقدند هر نوع محدودیت و ممنوعیت در ارتباط میان زن و مرد باعث برانگیختگی حساسیت و اشتیاق آنها می‌شود (بهادروند، ۱۳۹۲، ص ۳). بنابراین تابوها در مواردی می‌توانند به جهت‌گیری جامعه در مسیر سلامت اخلاقی کمک نمایند. در مورد حضور دو جنس در جامعه و فضاهای عمومی، از آنجایی که تعاملات اجتماعی در سایه قانون و عرف مطرح می‌باشد، نگرانی از بروز تابو و مشکلات احتمالی ناشی از آن، بی‌مورد به نظر می‌رسد.

نتیجه

لزوم توجه به سلامت جسمی، روانی و اجتماعی تمامی افراد جامعه، از جمله بزرگسالان، برکسی پوشیده نیست. اما زمانی که به مطالعه و بررسی بستر و شرایط لازم جهت نیل به این امر می‌پردازیم، با خلاءهای بسیاری مواجه می‌شویم. از جمله نبود تجهیزات کافی برای تفریح بزرگسالان و همچنین محدودیت‌های حاصل از تابوهای موجود در جامعه که جنبه‌ی ناخودآگاه پیدا کرده‌اند، به گونه‌ای که در تنظیم اجتماعی بدن افراد تأثیرگذارند. در واقع تابوها، نظامی در هنجارها ایجاد می‌کنند که ریشه در باورهای مذهبی و حاکمیت دارد. جامعه جهت دستیابی به یک نظام انضباطی که منجر به فرمانبرداری سیاسی و توانمندی اقتصادی می‌شود، از تنظیم اجتماعی بدن افراد بهره می‌گیرد. این نظام انضباطی حالتی درونی پیدا کرده و فراتر از سطح حقوقی عمل می‌کند به صورتی که موجب خودتنظیمی افراد جامعه می‌شود. این جریان نیز مانند عرف، در طول زمان و نسل به نسل انتقال می‌یابد مانند کلیشه‌های جنسیتی که از کودکی به افراد آموزش داده می‌شود و در بسیاری از موارد مبین ویژگی‌های واقعی افراد نمی‌باشد. حال اگر نظام انضباطی بیشتر در مسیر محدودسازی زنان پیش رود، جامعه

پی‌نوشت‌ها

۱. از ریشه دیدگاه به معنای محل دیدار
۲. فضایی که همه افراد جامعه اجازه ورود به آن را دارند.
۳. ویچژشن چترنگ نام ابتدایی بازی شطرنج است که در هند اختراع و در زمان خسرو انوشیروان جهت آزمون خرد و دانایی ایرانیان، به ایران فرستاده شد.
۴. قهوه‌خانه نشینی، با حضور درویشان سخنور و نقالان به تفریح مردم، به خصوص مردان تبدیل شده بود.
۵. نرد یک نوع بازی است که توسط بزرگمهر بختگان در برابر شطرنج ساخته و به هندوستان فرستاده شد. شامل تخته‌ای چوبی است که توسط ریختن تاس اجرامی شود.
۶. تُرنا یک نوع بازی بود که در آن یکی دزد و یکی حاکم می‌شد. لوله شده به دست یکی برای زدن و اجرای حکم حاکم می‌دادند (در زبان فارسی تُرنا به لُنگ یا کرباس به هم پیچیده و تاب داده شده‌ای گویند که با آن یکدیگر را می‌زنند).
۷. الک دولک یک بازی گروهی است که با دو عدد چوب اجرا می‌شود. به چوب بلند الک و به چوب کوتاه دولک گفته می‌شود.
۸. خیمه شب‌بازی یا تئاتر عروسکی از تفریحات مدرنی محسوب می‌شد که در دوره قاجار در تهران رونق پیدا کرد و علاقه‌مندان زیادی داشت.
۹. سیاه بازی یا روحی، نمایشی کمیک و ایرانی که با رقص، آواز و موسیقی همراه بود و صحنه‌ی آن با قرار دادن تخته چوبی بزرگی روی حوضی خانه‌ها ساخته می‌شد. به دلیل وجود شخصیت طنز سیاه در این نمایش، به سیاه بازی شهرت یافت.
۱۰. شهر فرنگ یک جعبه چهارگوش فلزی سوار بر چهار چرخ بود که از سوراخ‌های دیواره آن عکس‌های قدیمی و عکس‌های اماکن دیدنی و معروف جهان به نمایش درمی‌آمد و از ۷۰ سال پیش به تفریحات ایرانیان اضافه شد.
۱۱. مارگیران با استفاده از مارهای بزرگ که نیش آنها کشیده شده بود به اجرای نمایش‌های سرگرم‌کننده می‌پرداختند.
۱۲. مردم در روزهای تعطیل به باغ‌ها و سایر گردشگاه‌های تهران همانند چشمه علی، عشرت آباد و میدان باغ شاه می‌رفتند تا ساعاتی از روز را در هوای آزاد و فضای سبز بگذرانند.
13. David Riesman
14. Joseph P Year
15. The Canadian Council on Social Development
۱۶. بومیان آندامان قبیله‌ای ساکن در جزایر آندامان اقیانوس هند هستند که به صورت بدوی زندگی می‌کنند.
17. World Health Organization (WHO, 2020)
18. Reductionists
19. Cranston
20. Essentialists
21. Shue
22. Finni
۲۳. مورفولوژی یا ریخت‌شناسی، دانش شناخت شکل ظاهری و ساختمان بیرونی موجودات زنده و ویژگی‌های ساختاری آنها می‌باشد.

منابع

- ابوالحسن تنهایی، ح. قاسمی، ز. اسداللهی، ش. (۱۳۹۱). تابوی جنسی و عوامل مؤثر بر آن. مطالعات جامعه‌شناختی جوانان، ۳(۸)، ۱۴-۱۲.
- اسدی نیک، ع. (۱۳۵۲). تعاریف فراغت و دیدگاه‌های آن، سمینار ملی رفاه اجتماعی، کمیته‌گذاران اوقات فراغت سازمان برنامه و بودجه، تهران
- امیرشاکرمی، م. (۱۳۹۵). حق تفریح و فراغت از منظر نظام بین‌المللی حقوق بشر. دانشکده حقوق و الهیات دانشگاه شهید اشرفی اصفهانی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد
- ادکایی، پ. (۱۳۸۴). گزارشی درباره شطرنج (موادی برای تاریخ شطرنج در ایران). نشریه آینه میراث، ۳۱-۳۰.
- استیونس، ک. (۱۳۹۷). شهرهای شادی فرا کشف فرصت‌های بازی در عرصه‌های عمومی. ترجمه: سولماز حسینیون. تهران: سازمان زیباسازی شهر تهران.
- باقری بنجار، ع. رحیمی، م. (۱۳۹۱). بررسی رابطه میزان احساس تعلق اجتماعی شهروندان با میزان مشارکت اجتماعی، فرهنگی و سیاسی آنان (شهروندان مناطق ۳ و ۱۲ شهر تهران). مطالعات جامعه‌شناختی شهری، ۵(۵)، ۱۷۰-۱۴۳.
- بهادروند، م. (۱۳۹۲). مبانی نظری روابط اجتماعی زن و مرد. مجله پیام‌زن، ۳(۲۵۳)، ۳.
- پروین، خ. (۱۳۹۲). از قانون اساسی عرفی تا عرف حقوق اساسی. فصلنامه حقوق دانشکده حقوق و علوم سیاسی، ۸۶-۸۲ و ۹۳.
- پاک‌نهاد، ح. یزوهان فرم. (۱۳۹۶). بهبود الگوهای کیفیت فضایی پارک‌های شهری به منظور افزایش تعاملات اجتماعی شهروندان (نمونه‌موردی: پارک‌های شهر گرگان). مجله آمایش جغرافیایی فضا، فصلنامه علمی- پژوهشی دانشگاه گلستان، ۲۶(۷)، ۲۶۷.
- پاکزاد، ج. (۱۳۸۸). مبانی نظری و فرایند طراحی شهری. تهران: انتشارات شهیدی.
- توتونچیان، ع. (۱۳۹۰). مقایسه میزان سلامت روانی و تعادل ایستا در بزرگسالان فعال و غیرفعال شهر تهران. دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه آزاد اسلامی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد
- جلالی فراهانی، م. (۱۳۸۷). مدیریت اوقات فراغت و ورزش‌های تفریحی. تهران: انتشارات دانشگاه تهران.
- جواهری، ف. (۱۳۸۷). بدن و دلالت‌های فرهنگی اجتماعی آن. نامه پژوهش بهار، ۹(۱۱)، ۵۳.
- خدادادیان، الف. (۱۳۷۸). تاریخ ایران باستان (سلوکیان)، مجموعه چهارم (ساسانیان)، مجموعه ششم و (اشکانیان) مجموعه پنجم، تهران: نشر به دید.
- دانش پور، ع. چرخچیان، م. (۱۳۸۶). فضاهای عمومی و عوامل مؤثر بر حیات جمعی. باغ نظر، (۷).
- دمازی، ب. ناصحی، ع. وثوق مقدم، ع. (۱۳۹۲). برای ارتقای سلامت اجتماعی ایرانیان چه کنیم؟ مروری بر وضع موجود، راهبردهای ملی و نقش وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی. مجله دانشکده بهداشت و انستیتو تحقیقات بهداشتی، ۱(۱)، ۲۵-۵.
- ربانی، ر. شاهنوشی، م. (۱۳۸۵). مبانی جامعه‌شناسی (ویرایش ۲). تهران: آوای نور.
- ربانی، ع. ربانی، ر. گنجی، م. (۱۳۹۰). رویکردی جامعه‌شناختی به احساس شادمانی سرپرستان خانوار در شهر اصفهان. نشریه مسائل اجتماعی ایران، ۱(۲)، ۷۳-۳۹.
- ربانی، ر. نظری، ج. مختاری، م. (۱۳۹۰). تبیین جامعه‌شناختی کارکرد پارک‌های شهری (مطالعه موردی پارک‌های شهر اصفهان). مطالعات و پژوهش‌های شهری و منطقه‌ای، ۳(۱۰)، ۱۱۹-۱۱۸.
- رستمی، ع. نوروزی، ع. زارعی، ع. امیری، م. سلیمانی، م. (۱۳۸۷). بررسی رابطه فرسودگی شغلی و سلامت روان با نقش کنترل‌کنندگی جنسیت و تاب‌آوری در میان معلمان ابتدایی. ۳۵(۳-۴)، ۶۸-۷۴.
- رضانی، م. (۱۳۹۹). قلمروی صلاحیت شهرداری‌ها در عرصه ارتقای سطح سلامت روانی و اجتماعی. فصلنامه علمی تخصصی مطالعات طراحی شهری و پژوهش‌های شهری، ۴(۳)، ۴۸.
- سازمان بهداشت جهانی. (۲۰۰۷). به نقل از موسی زاده، ع. (۱۳۹۶). ارتقاء سرزندگی فضاهای شهری با رویکرد شهر شاد به منظور ارتقاء سلامت روان استفاده‌کنندگان. نمونه موردی: خیابان چهارباغ عباسی اصفهان. پردیس بین‌المللی فارابی دانشگاه هنر تهران، پایان‌نامه کارشناسی ارشد
- سازمان زیباسازی شهر تهران (۱۳۹۲). تاریخچه مبلمان شهری (ویرایش ۱).

- تهران: نشر هنر معماری قرن.
- سازمان زیباسازی شهر تهران (۱۳۹۳). هویت و مبلمان شهری (ویرایش ۱). تهران: نشر هنر معماری قرن.
 - سازمان ملی جوانان (۱۳۸۱). بررسی وضعیت اوقات فراغت جوانان. تهران: انتشارات اهل قلم.
 - سازمان ملی جوانان (۱۳۸۴). اوقات فراغت و سبک زندگی جوانان. تهران: دفتر مطالعات و تحقیقات.
 - سفیری، خ و مدیری، م. (۱۳۹۰). فراتحلیل مطالعات عوامل اثرگذار بر اوقات فراغت. مطالعات جامعه شناختی، شماره ۱۸.
 - سعیدی رضوانی، ن. حبیبی، م. فتاحی، م و امیراحمدی، الف. (۱۳۹۵). شهر پربازی (ویرایش ۱). تهران: موسسه نشر شهر.
 - سعیدی رضوانی، ن. (۱۳۷۵). شهرداری ها و اوقات فراغت شهروندان. تهران: مرکز مطالعات برنامه ریزی شهری.
 - شایان مهر، ع. (۱۳۷۷). دایرة المعارف تطبیقی علوم اجتماعی. تهران.
 - شجاع الدین، ص. (۱۳۷۰). بررسی نحوه گذران اوقات فراغت کارمندان آموزش و پرورش تهران. دانشگاه تربیت معلم تهران، پایان نامه کارشناسی ارشد
 - صمدانیان، م. (۱۳۸۸). عوامل تبدیل ارزش ها به هنجارهای اجتماعی از دیدگاه نهج البلاغه. نشریه پژوهش های نهج البلاغه، ۴(۲۵)، ۱۲۱-۱۰۰.
 - طباطبایی نسب، م. (۱۳۹۹). بررسی و تحلیل عوامل جامعه شناختی مؤثر بر شادی و نشاط. نشریه رهیافت های نوین در مطالعات اسلامی، ۳(۳)، ۲۶۱.
 - عزیزی خاقلی، س. (۱۳۹۵). تحلیل جامعه شناختی اوقات فراغت دیجیتال کاربران ایرانی (مطالعه موردی شهروندان شهر تالش). دانشکده علوم انسانی و اجتماعی دانشگاه مازندران، پایان نامه کارشناسی ارشد
 - غفوریان، م و حصاری، الف. (۱۳۹۵). بررسی عوامل و متغیرهای زمینه ای مؤثر بر رضایتمندی ساکنین از محیط مسکونی. مطالعات شهری، ۱۸(۱)، ۹۱-۱۰۰.
 - فروید، ز. (۱۳۸۵). توت و تابو (چاپ سوم). ترجمه: ایرج پوریافر. تهران: انتشارات آسیا.
 - فوکو، م. (۱۳۷۸). مراقبت و تنبیه تولد زندان (چاپ سوم). ترجمه: نیکو سرخوش و افشین جهان دیده. تهران: انتشارات نی.
 - قاری سیدفاطمی، م. (۱۳۸۹). حقوق بشر در جهان معاصر جستارهایی تحلیلی از حق ها و آزادی ها (ویرایش ۱). تهران: انتشارات شهر دانش.
 - کشاورزپیر، ز. (۱۳۹۵). طراحی وسیله بازی برای زمین بازی سرباز با هدف سرگرم کردن کودکان و بزرگسالان همراه آنها. دانشکده هنرهای کاربردی دانشگاه هنر تهران، پایان نامه کارشناسی ارشد
 - کمالی، الف و اسکندری، ل. (۱۳۹۰). زنان و اعتماد: مطالعه اعتماد اجتماعی زنان تهران. مطالعات اجتماعی روان شناختی زنان، ۲۷(۲)، ۱۱۵.
 - گرت، اس. (۱۳۹۶). جامعه شناسی جنسیت (چاپ اول). ترجمه: کتابیون بقایی. تهران: نشر نی.
 - محسنی، م و همکاران. (۱۳۷۵). بررسی آگاهی ها، نگرش ها و رفتارهای اجتماعی در تهران. معاونت پژوهش های بنیادی وزارت فرهنگ ارشاد اسلامی، تهران.
 - محمدی، م. عظیمی، م. مقدم، ح. رفیعیان، م. (۱۳۹۱). فضاهای عمومی شهری، تحقق تعاملات اجتماعی در بافت های تاریخی (نمونه موردی: شهر قدیم لار). دو فصلنامه علمی- پژوهشی، نشریه مرمت آثار و بافت های تاریخی، فرهنگی، ۲۴(۴)، ۲۴.
 - محمدیان، الف. (۱۳۸۸). مطالعه جایگاه بازی ها، سرگرمی ها و تفریحات در فرهنگ مردم گرد ایران از دیدگاه انسان شناسی (مورد مطالعه: هورامان). دانشکده اقتصاد و علوم اجتماعی دانشگاه بوعلی سینا، پایان نامه کارشناسی ارشد
 - مرتضایی، ر. (۱۳۸۱). رهیافت هایی در طراحی مبلمان شهری. تهران: انتشارات سازمان شهرداری های کشور.
 - میرزایانی، م. (۱۳۹۵). طراحی مجموعه تفریحی مبتنی بر بهبود رفتار اجتماعی. دانشکده معماری و شهرسازی دانشگاه هنر تهران، پایان نامه کارشناسی ارشد
 - معینی فر، ح. (۱۳۸۸). بازنمایی کلیشه های جنسیتی در رسانه (مطالعه موردی: صفحه حوادث روزنامه همشهری). فصلنامه تحقیقات فرهنگی، ۲(۷)، ۷.
- Barker, A., Crawford, A., Booth, N & Churchill, D. (2019). Everyday encounters with difference in urban parks: forging 'openness to otherness in segmenting cities. *International Journal of Law in Context*, 495. <https://doi.org/10.1017/S1744552319000387>
 - Brocklesby, A. (2011). *Let's Hang on to Mental Health*. United Kingdom: Chipmunka Publishing
 - Contemporist. (2016). *Illuminated Cylinders Display*. <https://www.contemporist.com/illuminated-cylinders-montreal>
 - Damian, H. (2015). *Funmix Shopping Centre, Beijing China*, LSA Design. *World Landscape Architect*. <https://www.worldlandscapearchitect.com/funmix-shopping-centre-beijing-china-lsa-design>.
 - Day, K. (2000). *The Ethic of Care and Women's Experience of Public Space*. *Journal of Environmental Psychology*. 103 - 124.
 - Douglas, M. (1996). *Natural Symbols Explorations in Cosmology with a new Introduction*. Routledge: London and New York.
 - Dynamo. (2022). *Biggo Swings*. Retrieved February 25, 2022, from <https://www.dynamoplaygrounds.com/catalogue>.
 - Ghanbaran, AH. (2004). *Iranischer Basar im Wandel*. Stuttgart.
 - Gushman and Laidler. (1990). 2.
 - Howeleryoon. (2014). *Swing Time*. Retrieved July 30, 2022, from <https://www.howeleryoon.com/work/48/swing-time>.
 - Macdonald, S. (2011). *Mayes' Midwifery E-Book: A Textbook for Midwives*. Elsevier Health Sciences.
 - Marcus, CC., & Sarkissian, W. (1986). *Housing as if People Mattered; Site design guidelines for medium-density family housing*. university of California press.
 - Oakley, A. (1972). *Sex, Gender and Society*. London: Maurice Temple Smith.
 - Play Mart. (2022). *Contrabass Chimes*. Retrieved July 30, 2022, from <https://www.playmart.com/product/music/contrabass-chimes-silver/>
 - Özgüner, H. (2011). *Cultural Differences in Attitudes towards Urban Parks and Green Spaces*. *Land scape Research*. 36.
 - Robinson, L., Smith, M & Segal, J. (2015). *The Benefits of Play for Adults*. <https://www.helpguide.org/articles/>
 - SEG.D. (2007). *Electroland*. Retrieved July 30, 2022, from <https://www.segd.org/15-digital-technology-projects-transformed-public-spaces-forever>.
 - Settersten, JR .R A., Ottusch, T. M & Schneider, B. (2015). *Becoming adult: Meanings of markers to adulthood. Emerging trends in the social and behavioral sciences: An interdisciplinary, searchable, and linkable resource*. 1 - 16.
 - The Canadian Council on Social Development. (2001). 2.
 - Turner, B.S. (2006). *Body, Theory, Culture, Society*. 23(2), 223 - 236.
 - Turner, B.S. (2008). *The Body and Society. Explorations in Social Theory*. Oxford: Blackwell.
 - World Health Organization. (2004). 10.