

Katarina Lasić,
mag.paed.¹
Dubravka Konjevod,
univ.spec.act.soc.²

Znanstveni rad
Pregledni rad

Scientific paper
Subject Review

UDK/UDC: 316.7:37.018.43



ULOGA SLOBODNOG VREMENA U RAZVOJU MLADIH: IZAZOVI I MOGUĆNOSTI U SUVREMENOM DRUŠTVU

Sažetak:

Rad se bavi analizom slobodnog vremena kao ključnog elementa u životu pojedinca, s posebnim naglaskom na mlade. Svrha istraživanja je ispitati kako suvremeni društveni, tehnološki i ekonomski trendovi oblikuju poimanje i korištenje slobodnog vremena, te njegov utjecaj na kvalitetu života. Slobodno vrijeme omogućuje odmor, opuštanje i razvoj osobnih interesa, a njegovo pravilno korištenje može značajno utjecati na emocionalno zdravlje i akademski uspjeh učenika. U radu se istražuju različiti oblici provođenja slobodnog vremena, uključujući sportske aktivnosti, kreativne hobije i društvene interakcije. Također, razmatraju se izazovi s kojima se suočavaju različite društvene skupine u pristupu slobodnom vremenu, kao što su socioekonomski faktori koji utječu na dostupnost resursa. Istraživanja pokazuju da kvalitetno organizirano slobodno vrijeme može pozitivno utjecati na akademski uspjeh i socijalne vještine učenika. Stoga je važno poticati raznolikost u aktivnostima i razvijati strategije koje će pomoći mladima da uravnoteže digitalne i tradicionalne oblike zabave, čime se unapređuje njihova kvaliteta života.

Ključne riječi: Društvene vještine, emocionalno zdravlje, kvaliteta života, slobodno vrijeme, tehnologija.

THE ROLE OF LEISURE TIME IN YOUTH DEVELOPMENT: CHALLENGES AND OPPORTUNITIES IN CONTEMPORARY SOCIETY

Abstract

The paper explores the analysis of leisure time as a key element in an individual's life, with a particular focus on young people. The purpose of the research is to examine how contemporary social, technological, and economic trends shape the perception and utilization of leisure time, as well as its impact on quality of life. Leisure time provides opportunities for rest, relaxation, and the development of personal interests, and its proper use can significantly influence students' emotional well-being and academic success.

The study investigates various forms of leisure activities, including sports, creative hobbies, and social interactions. Additionally, it addresses the challenges faced by different social groups in accessing leisure time, such as socio-economic factors that affect the availability of resources. Research indicates that well-organized leisure activities can positively impact academic achievement and students' social skills. Therefore, it is essential to promote diversity in activities and develop strategies to help young people balance digital and traditional forms of entertainment, thereby enhancing their quality of life.

Keywords: Emotional well-being, leisure time, quality of life, social skills, technology.

¹Mediteranski centar za održivi razvoj, Ljubuški, BiH.

² Doktorandica na sveučilištu Uporabnih i društvenih študija Ljubljana, Strateškog komuniciranja i managementa, dukonjev5@gmail.com

UVOD

Slobodno vrijeme ima ključnu ulogu u životu svakog pojedinca, omogućujući odmor, opuštanje i razvoj osobnih interesa. U suvremenom društvu, gdje ubrzani tempo života često stvara stres i pritisak, slobodno vrijeme postaje dragocjen resurs koji doprinosi očuvanju mentalnog i fizičkog zdravlja. Prema Jankoviću (1973.) slobodno vrijeme nije samo vrijeme bez radnih obaveza, već i prostor za kreativnost, učenje i socijalnu interakciju. Njegovo pravilno korištenje može značajno utjecati na kvalitetu života i osobno zadovoljstvo.

Razvojem tehnologije i digitalizacije, način na koji ljudi provode slobodno vrijeme značajno se promijenio. Korištenje društvenih mreža, streaming platformi i videoigara postalo je svakodnevica, posebno među mlađim generacijama. Iako tehnologija omogućuje pristup raznovrsnim oblicima zabave i informacija, ona također donosi rizike poput ovisnosti, smanjenja fizičke aktivnosti i osjećaja socijalne izolacije. To otvara pitanje kako uravnotežiti korištenje tehnologije s tradicionalnijim oblicima provođenja slobodnog vremena, poput sporta, hobija ili druženja s obitelji i prijateljima.

Slobodno vrijeme ne utječe samo na pojedinca, već ima i šire društvene implikacije. Sociološka istraživanja pokazuju da razlike u dostupnosti slobodnog vremena često ovise o socioekonomskim faktorima, poput razine obrazovanja, dohotka i zanimanja (Puljiz i Zrinščak, 2011). Na primjer, osobe s višim primanjima obično imaju veći pristup kvalitetnijim oblicima rekreacije, dok oni s nižim primanjima često raspoložu ograničenim resursima za provođenje slobodnog vremena. Osim toga, radnici u nesigurnim oblicima zaposlenja ili oni s dužim radnim vremenom često se suočavaju s manjkom slobodnog vremena, što može negativno utjecati na njihovo zdravlje i dobrobit.

Cilj ovog rada je analizirati kako suvremeni društveni, tehnološki i ekonomski trendovi oblikuju poimanje i korištenje slobodnog vremena. Poseban naglasak stavit će se na istraživanje utjecaja slobodnog vremena na kvalitetu života, kao i na izazove s kojima se suočavaju različite društvene skupine. Proučit će se i potencijalne strategije koje mogu pomoći u promicanju kvalitetnijeg i zdravijeg korištenja slobodnog vremena, uzimajući u obzir različite potrebe i resurse pojedinaca.

1. UČENICI I SLOBODNO VRIJEME

Slobodno vrijeme predstavlja značajan aspekt svakodnevnog života učenika, jer omogućuje

razvoj osobnih interesa, druženje s vršnjacima i odmor od školskih obaveza. Prema istraživanjima Previšića (1999) i Vrcelja (2000), slobodne aktivnosti pozitivno utječu na emocionalno zdravlje i pridonose oblikovanju interesa i kreativnih potencijala kod mladih. Način na koji učenici provode slobodno vrijeme može imati značajan utjecaj na njihov akademski uspjeh, emocionalno zdravlje i društvene vještine (Vrcelj, 2000; Previšić, 1999).

1.1. Značaj slobodnog vremena kod učenika

Slobodno vrijeme je ključno za:

1. Osobni razvoj – Omogućava učenicima da istražuju svoje interese, razvijaju kreativnost i otkrivaju nove hobije.
2. Fizičko zdravlje – Sudjelovanje u sportskim aktivnostima ili rekreaciji pomaže u održavanju tjelesne kondicije.
3. Društvene vještine – Druženje s prijateljima potiče komunikaciju, timski rad i razumijevanje drugih.
4. Psihološku ravnotežu – Slobodne aktivnosti pomažu u smanjenju stresa i povećavaju opći osjećaj zadovoljstva (Hrvatić, 2004).

1.2. Kako učenici provode slobodno vrijeme

Način provođenja slobodnog vremena među učenicima može se razlikovati ovisno o njihovim interesima, dostupnim resursima i društvenim uvjetima. Neki od najčešćih načina su:

- Sportske aktivnosti: Nogomet, košarka, plivanje ili jednostavno trčanje u prirodi. Sportske aktivnosti omogućuju ne samo tjelesnu aktivnost već i razvoj timskog duha, natjecateljskog duha te osjećaj postignuća.
- Kreativne aktivnosti: Crtanje, sviranje instrumenata, pisanje ili izrada rukotvorina. Kreativne aktivnosti potiču izražavanje emocija, razvoj mašte i osjećaj samopouzdanja kroz stvaranje nečeg novog.
- Tehnološke aktivnosti: Video igre, surfanje internetom ili učenje programiranja. Tehnologija može biti vrijedan alat za stjecanje novih znanja i vještina, ali je važno osigurati ravnotežu kako bi se izbjegle negativne posljedice prekomjerne upotrebe.
- Druženje s prijateljima: Kava, kino ili zajednički izlasci. Ove aktivnosti jačaju međuljudske odnose, razvijaju empatiju i nude osjećaj pripadnosti zajednici.
- Volonterski rad: Pomoć u lokalnoj zajednici ili sudjelovanje u humanitarnim projektima. Volontiranje razvija osjećaj odgovornosti, solidarnosti i doprinosi osobnom zadovoljstvu jer

učenici osjećaju da su korisni i važni (Kamenov, 2006).

- Čitanje i istraživanje: Čitanje knjiga, časopisa ili istraživanje tema od interesa doprinosi širenju znanja, obogaćivanju rječnika i razvijanju kritičkog mišljenja (Bognar i Matijević, 2005).
- Aktivnosti na otvorenom: Planinarenje, biciklizam ili jednostavne šetnje u prirodi pomažu u opuštanju, povezivanju s prirodom i poboljšanju općeg zdravlja.
- Igra i učenje: Igra kao oblik slobodnog vremena potiče kognitivni i socijalni razvoj učenika. Edukativne igre, poput kvizova, slagalica ili društvenih igara, omogućuju zabavu uz istovremeno stjecanje novih znanja i vještina. Interaktivne aktivnosti koje uključuju učenje kroz igru pomažu učenicima razvijati kreativnost, kritičko razmišljanje i sposobnost rješavanja problema (Kamenov, 2006).

1.3. Pregled istraživanja

Prema istraživanju koje su proveli Hrvatić i suradnici (2004) provedenom na uzorku mladih, pokazalo se da većina učenika preferira provođenje slobodnog vremena u društvenim aktivnostima poput druženja s prijateljima (45%) i sportskih aktivnosti (30%). Manji postotak mladih navodi kreativne aktivnosti (15%) i volontiranje (10%) kao svoj prvi izbor. Također, istraživanje je ukazalo na sve veću prisutnost tehnologije u slobodnom vremenu, gdje značajan dio mladih (40%) koristi slobodno vrijeme za aktivnosti povezane s internetom i društvenim mrežama.

2. POVEZANOST IZMEĐU KVALITETE PROVOĐENJA SLOBODNOG VREMENA I AKADEMSKOG UPSJEHA

Postoji snažna povezanost između kvalitete provođenja slobodnog vremena i akademskog uspjeha. Učenici koji organizirano i kvalitetno provode slobodno vrijeme često imaju bolje rezultate u školi jer su odmorniji i motiviraniji. S druge strane, prekomjerno provođenje vremena na pasivne aktivnosti, poput gledanja televizije ili igranja videoigara, može dovesti do slabije koncentracije i niže razine produktivnosti (Previšić, 1999).

2.1. Preporuke za kvalitetno provođenje slobodnog vremena

Za optimalno korištenje slobodnog vremena, važno je:

1. Planiranje aktivnosti – Postavljanje dnevnih ili

tjednih ciljeva za slobodne aktivnosti.

2. Raznolikost – Kombiniranje fizičkih, kreativnih i društvenih aktivnosti.
3. Izbjegavanje prekomjerne upotrebe tehnologije – Postavljanje granica za vrijeme provedeno na ekranima.
4. Poticanje hobija – Pronalazak aktivnosti koje izazivaju zanimanje i zadovoljstvo.
5. Uključivanje u zajednicu – Poticanje na sudjelovanje u lokalnim događajima, radionicama ili kulturnim aktivnostima.
6. Učenje kroz igru – Uključivanje u aktivnosti koje kombiniraju zabavu i edukaciju, poput kreativnih radionica, edukativnih igara ili timskih projekata.

3. SLOBODNO VRIJEME U SUVREMENOM DRUŠTVU

U XIX. stoljeću dolazi do shvaćanja potrebe postojanja slobodnog vremena za sve ljude. Tek krajem devetnaestog i tokom dvadesetog stoljeća pružaju se povoljnije mogućnosti za kvalitetnije provođenje slobodnog vremena.

Glavnu ulogu u organiziranju i provođenju slobodnog vremena preuzimaju obitelj i škola. Dvadeseto stoljeće postaje stoljeće slobodnog vremena, pa ga valja korisno isplanirati i ciljano usmjeriti i njime obogatiti čovjekov život uopće (Vidulin – Orbanić, 2008). Bilo kakvo autonomno i aktivno djelovanje kroz igru, hobi ili stvaralaštvo uključuju konkretne i planirane aktivnosti koje mogu dovesti do temeljnih promjena u životu. Slobodno vrijeme koje je osmišljeno, čini život smislenijim, raznovrsnijim, organiziranijim i kreativnijim. Mladi svoju individualnost razvijaju uz pomoć primjerenih programskih sadržaja, amaterski upoznaju znanstveno – tehničke – umjetničke – sportske sadržaje i aktivnosti. Slobodno vrijeme je određeno društvenim položajem mladih, njegovim cjelokupnim životnim iskustvom, nivoom izgrađenih navika, njegovim individualnim potrebama i mogućnostima koje mu pruža društvena sredina. Mladi biraju kako će provesti to vrijeme, hoće li ga provesti opušajući se, aktivno ili pasivno, u zabavi, igri ili u stvaralaštvu (Vidulin – Orbanić, 2008). Isti autor navodi da se u današnjem poimanju slobodnoga vremena nalaze sljedeće potrebe: potreba za zabavom, potreba za odmorom, potreba za rekreacijom i potreba za kulturnim aspektom provođenja slobodnog vremena te objašnjava:

1. Potreba za zabavom - zabava pomaže mladima da ispune slobodno vrijeme koje im ostaje na raspolaganju nakon obavljenih školskih obveza, a poznato je da zabavni sadržaji traže malen ili

nikakav angažman. Mladi to vrijeme koriste izlazeći u disko klubove, gledajući televizijski program, čitajući „žuti tisak“ i slušajući glazbu različite kvalitete. Ova „kultura“ stvorena je prema masovnim normama industrijske proizvodnje, raširena je sredstvima masovne difuzije a obraća se široj populaciji.

2. Potreba za odmorom je također vrlo važna. Pojedinaac odmarajući se obnavlja svoje produktivne i reproduktivne snage, opušta se od svakodnevne napetosti života. Odmor može biti pasivan čin, a može biti regeneracija snage i energije. Podrazumijeva mirno opuštanje, san ili drijemanje, listanje časopisa ili čitanje knjige. Mogu se upražnjavati i različite tehnike opuštanja, na primjer bavljenje jogom. Vrlo je malo odmora, uslijed užurbanosti suvremenoga načina života i pritiska okoline.

3. Potreba za rekreacijom je također jako važna i neophodno ju je zadovoljiti u slobodnom vremenu. U praksi se upražnjavaju raznovrsni oblici okupljanja djece i mladih u školskom razdoblju u izvannastavnim i izvanškolskim aktivnostima kao što su sportske aktivnosti, kulturno – umjetničke, tehničke i druge. One se najčešće odvijaju u sklopu škole, udruga, organizacija, pokreta i saveza i otvorene su za sve koji se žele uključiti u njih.

Kulturni aspekt provođenja slobodnog vremena je također vrlo važan. Kultura je širi pojam društva, uključuje materijalna i duhovna dobra; ona održava i prenosi tradiciju; pojam kulture uključuje znanje, vjerovanje, umjetnost, moral, zakon, običaje, odnosno kulturne činjenice i građu; kultura označava proizvodnju novog mišljenja, potiče otkriće i stvaralaštvo. Kulturni aspekt slobodnog vremena podrazumijeva vrijeme pogodno za razmišljanje i za stvaranje kritičkog stava prema pojavama i svijetu. S njim se povezuje obrazovni sustav, koji treba naučiti kako učiti i kako kvalitetno ispuniti slobodno vrijeme. Organizirane kulturno – umjetničke aktivnosti doprinose kulturnom prosperitetu, potiču razvoj sposobnosti, umijeća, vještina, njeguju stvaralaštvo, a istovremeno navikavaju mladež da svoje slobodno vrijeme provode na kulturni način. Kultura osigurava osobno i društveno vrijedan i koristan način života. Kultura provođenja slobodnog vremena podrazumijeva da se ono koristi na pozitivan način u vidu učenja, usavršavanja, razvijanja osobnosti i stvaralačkog doprinosa. Inače je slobodno vrijeme jako pogodno za usavršavanje osobnosti, na intelektualnom i na emocionalnom planu. Slobodno vrijeme doprinosi stvaranju uvjeta za razvoj dispozicija, sklonosti, vještina, pomaže da se otkriva i nadarenost za određeno područje te doprinosi razvoju svih

ljudskih kvaliteta. Slobodno vrijeme može poslužiti za kritičko promišljanje, osobnu nadogradnju, stvaranje, za odgoj i učenje, kulturni doprinos i za promicanje kulture življenja. Škola kreira raznovrsne programe namijenjene učenicima u slobodnom vremenu, koji doprinose afirmaciji velikoga broja djece, a škola po tome postaje zapažena. Sudjelovanjem i uključivanjem u kulturu, i u kulturne aktivnosti, kako bi se samoostvario pojedinac postaje stvaratelj kulture, odnosno stvaratelj društvenog i osobnog identiteta. U današnje vrijeme rijetki su pojedinci koji cijene kulturne vrijednosti i aktivnosti koje doprinose oblikovanju opće kulture. Zato bi škola trebala odigrati ključnu ulogu u educiranju mladih za kulturno provođenje slobodnog vremena. Važnu ulogu u tome imaju vannastavne aktivnosti koje škola organizira.

4. POVEZANOST OSOBNIH I DRUŠTVENIH ČIMBENIKA I PROVEDENJA SLOBODNOG VREMENA

Aktivnostima slobodnog vremena pojedinac se bavi po slobodnoj volji i interesu što ukazuje na njihovu osnovnu karakteristiku: slobodu izbora i postojanje motivacijskog sklopa koji taj izbor uvjetuje. Pored slobode izbora, one podrazumijevaju uživanje u njima. Kelly (1982), Kačavenda Radić (1989) smatraju slobodno vrijeme aktivnošću izabranom u relativnoj slobodi radi kvalitete zadovoljstva koje posjeduje. Na izbor aktivnosti u slobodnom vremenu utječu i drugi faktori među kojima je i usmjerenost pojedinca ka određenim vrijednosnim orijentacijama. Zna se da vrijednosne orijentacije motiviraju i potiču pojedince, usmjeravaju njihovo ponašanje, pa na taj način utječu i na izbor aktivnosti u slobodnom vremenu. Prema Lenz (1991) i Valjan Vukić (2013) koji naglašavaju da nije važno koliko pojedinac ima slobodnog vremena na raspolaganju, važno je kako je ono iskorišteno i kakve su posljedice samog angažmana. Odabirom stvaralačkih i kreativnih aktivnosti može se djelovati na fizičke, zdravstvene, intelektualne i druge komponente razvoja ličnosti. Mužić i Malić (1986: 283) smatraju da se mladi odabranim aktivnostima mogu zaštititi od negativnih utjecaja koji djeluju u svakom društvu, a da ovim aktivnostima slobodnog vremena mogu razvijati svoj identitet i poboljšati samoregulaciju navode brojni znanstvenici.

Prema Valjan Vukić (2013) društveno prihvatljive aktivnosti slobodnog vremena smatraju se sve one koje pridonose rekreativno-produktivnom osmišljavanju slobodnog vremena. Ove su

aktivnosti planirane i sadržajno osmišljene, dok su motivacijski istinski utemeljene i razvojno usmjerene. Previšić (1975) navodi da je problem pojedinca motivirati da „pedagogizirani” prostor slobodnog vremena prihvati i iskoristi i da mu aktivnosti slobodnog vremena postanu oblikom osmišljavanja slobodnog vremena i osobnom potrebom za artikuliranje vlastita životnog prostora. Izbor aktivnosti mladih u slobodnom vremenu uvjetovan je subjektivnim činiteljima koji uključuju društveni status roditelja, osobno obrazovanje, sposobnosti i stečene navike, te objektivnim činiteljima koji podrazumijevaju kulturno naslijeđe uže i šire okoline, postojeću ponudu i dostupnost određenih sadržaja i slično (Ilišin, 2001). Obzirom da je slobodno vrijeme univerzalna pojava modernog društva, njegovo smisleno provođenje je pedagoška kategorija i važno je područje odgoja i obrazovanja (Previšić, 2000). Pedagogija slobodnog vremena podrazumijeva osmišljavanje, kreiranje, poticanje i slobodan izbor aktivnosti kojima će se odgajanci baviti u slobodno vrijeme. Ponekad učenici i nastavnici nisu dovoljno osviješteni o mogućnostima korištenja, organiziranja i planiranja slobodnog vremena. Nastavnici preko predmetnih kurikuluma mogu osmišljavati, poticati i kreirati slobodno vrijeme učenika i njihove aktivnosti u slobodno vrijeme. Učenik sam slobodno odlučuje o svom slobodnom vremenu, pa njegova sloboda i kreativnost ne bi smjeli biti sputani niti ograničeni. Ilišin (2000: 420) naglašava da su aktivnosti u slobodno vrijeme određene subjektivnim čimbenicima (društveni položaj mladih i njihovih roditelja, obrazovanje, sposobnosti, stečene navike), a s druge strane objektivnim čimbenicima (kulturno naslijeđe uže i šire okoline, aktualna ponuda i dostupnost određenih sadržaja itd.). Kulturu provođenja slobodnog vremena kod učenika trebaju poticati roditelji, ali je presudna uloga nastavnika, škole i kurikuluma. Prema Rosiću (2005) nastavnik ima zadatak usmjeravati učenika u korištenju slobodnog vremena, vršiti nenametljiv nadzor i kontrolu slobodnog vremena, organizirati slobodno vrijeme uz bogatstvo, raznolikost, zanimljivost i atraktivnost ponuđenih sadržaja i aktivnosti koje će osvojiti učenika i privući njegovu pažnju.

5. AKTIVNOSTI U SLOBODNOM VREMENU

Sadržaj slobodnog vremena je veoma važan. Prema Rosić (2005); Tomić i Hasanović 2008.; Tomić, Avdić, 2011.) postoje raznovrsne aktivnosti kojima se pojedinac može baviti u

slobodno vrijeme. Prilikom izbora sadržaja aktivnosti odgajnik razvija prislan odnos s tom djelatnosti. To su interesne aktivnosti jer pojedinci odabiru one koje su od njihovog interesa. Pošto su interesi za izbor aktivnosti kojima će se baviti različite kod svakog pojedinca, zapaža se da je interesna aktivnost individualizirana. Takve aktivnosti se odvijaju spontano, s određenom namjerom i slobodno, a kroz njih pojedinac nastoji izraziti svoj osobni stil. Ovo su samopotkrepljujuće aktivnosti, jer je njihovo obavljanje nagrada samo po sebi. Aktivnosti kojima se pojedinac bavi u slobodno vrijeme su vrlo kompleksne i po broju i vrsti, jer ne postoji lista kojom su obuhvaćene sve. Svaka sredina u kojoj se pojedinac živi ili boravi, u skladu sa svojim mogućnostima i interesima odgajnika nudi raznovrsne aktivnosti, s ciljem podizanja kvalitete života. (Rosić, 2005). Uzimajući u obzir funkcije slobodnog vremena, Rosić (2005) aktivnosti kojima se bave djeca i mladi u slobodnom vremenu dijeli u tri skupine: za odmor, rekreaciju i razvoj ličnosti.

Prvu skupinu aktivnosti čine one koje su namijenjene za odmor, bez fizičke i psihičke aktivnosti. U ovo vrijeme pojedinac dobiva snagu za daljnji život i rad. Svrha ovih aktivnosti je odmor, a mogu se provoditi na razne načine i na raznim mjestima. U ovu skupinu ubrajaju se aktivnosti kao što su: šetnje, lagane igre, izleti, kupanja i slično.

Druga skupina su aktivnosti za rekreaciju, a zadatak im je aktivan odmor, zdrava razonoda i zabava. Ove aktivnosti su: društvene i pokretne igre, šetnje, izleti, kupanja i slično.

Treća skupina aktivnosti namijenjena je razvoju ličnosti. Ove se aktivnosti odvijaju kroz razna područja ljudske djelatnosti, kao što su: obrazovne, kulturne, umjetničke, društvene i slično. (Rosić, 2005).

Znanstvenici koji su se bavili pedagogijom slobodnog vremena proveli su brojna istraživanja o najčešćim načinima provođenja slobodnog vremena djece i mladih i o najčešćim aktivnostima kojima se bave u slobodnom vremenu. Rosić (2005) navodi karakteristike slobodnog vremena kod mladih: najdražu lokaciju, najčešće aktivnosti kojima se bave u slobodnom vremenu, vođenje slobodnog vremena, najdražu osobu i društvo za provođenje slobodnog vremena i dužinu vremena posvećenu druženju s drugima. Navedene karakteristike utječu na pojedinca i na njegov razvoj. U istraživanju Leburic i Relja (1999) prikazuju temeljne odrednice slobodnog vremena mladih. Došlo se do saznanja da su najdraža mjesta na kojima mladi provode svoje slobodno vrijeme disko-klubovi i kafici, a najdraže osobe s kojima

provode svoje slobodno vrijeme su prijatelj ili mladić/djevojka. Druženja su svakodnevna. Najčešće posjećuju disko-klubove, kafiće, kina, sportska igrališta ili sportske dvorane, video-klubove i kazališta. Došli su do saznanja da mladi zanemaruju prirodu s parkovima, livade i čist zrak u slobodnom vremenu. Rezultati pokazuju da među mladima prevladavaju masovni mediji, odnosno radio, televizija i internet, a ne za prenošenje informacija, nego postaju mediji kojima mladi međusobno komuniciraju.

Do sličnih rezultata došli su Ilišin i Radin (2002) koji su ispitivali interese mladih za provođenje slobodnog vremena. Rezultati su pokazali da mladi svoje vrijeme najčešće provode na tulumima, u disko-klubovima i kafićima, koncertima, i ljenčareći i družeći se s vršnjacima. To je najrašireniji urbani kulturni obrazac provođenja slobodnog vremena. Mnogo manje vremena provode u kinima, izletima i šetnjama, posjetima umjetničkim izložbama, sportskim priredbama, javnim tribinama i kazališnim predstavama. Došli su do saznanja da mladi sve češće eksperimentiraju s alkoholom i lakim drogama. Zabrinjavajuće je što su mladi skloni kušanju ili konzumiranju alkohola jer koji konzumiraju alkohol, najčešće i konzumiraju drogu. I pušenje je rašireno u svim segmentima među mladima. Prema rezultatima istraživanja o fenomenu slobodnog vremena, Ilišin (1999b) došla je do saznanja da tijekom slobodnog vremena kod mladih prevladavaju aktivnosti čija je prvenstvena funkcija zabava, razonoda i rekreacija, dok se intelektualno i kreativno zahtjevnijim aktivnostima bavi manji broj ispitanika. Mlinarević (2004) provela je jedno istraživanje stilova provođenja slobodnog vremena srednjoškolaca. Rezultati su ukazali da ga provode aktivno i pasivno. U aktivnim sadržajima zastupljena je intelektualna i kulturna angažiranost, sportska i rekreativna, okupiranost glazbom, dok je pasivno provođenje vremena u hedonističkim sadržajima (zabava i tulum u kafićima, bistroima i disko-klubovima, gledanje televizije i videa, slušanje različitih vrsta glazbe i suvremeni načini komuniciranja).

Prema rezultatima istraživanja do kojih je došao Vrkić-Dimić (2005) sa studentima o stvarnim i željenim aktivnostima u slobodno vrijeme najviše ispitanika se u slobodno vrijeme druži s prijateljima, partnerom, susjedima i rođacima, prati TV i radio programe i sluša glazbu. Zatim slijede šetnje parkom i boravak u prirodi te čitanje knjiga, časopisa, dnevnog tiska, stripova i slično te rekreativno bavljenje sportom. Aktivnosti koje ispitanici najrjeđe navode su igranje društvenih i individualnih igrica, kulturni sadržaji slobodnog vremena, poput posjeta kinima, kazalištima,

galerijama, knjižnicama, te korištenje droge i alkohola. Mlinarević (2006) je provela istraživanje na uzorku srednjoškolaca ispitujući njihove aktivnosti u slobodnom vremenu. Rezultati pokazuju kako ispitanici svoje slobodno vrijeme najčešće provode s prijateljima, svojim vršnjacima.

Rezultati istraživanja koje su proveli Tomić i Hasanović (2007) o slobodnom vremenu mladih ukazuju da: Većina ispitanika (učenika osnovne i srednje škole) shvaća ispravno pojam slobodnog vremena i imaju ga dva-tri sata dnevno, s tim da ga srednjoškolci imaju manje. Pri manifestiranju slobodnog vremena većina se izjasnila da se uvažava načelo slobode i dobrovoljnosti. Manji broj se izjasnio da se bavi uslužnom djelatnošću, ručnim i humanitarnim radom. Ispitanici najčešće u slobodno vrijeme: slušaju radio, gledaju TV, sudjeluju u radu školskih sekcija, bave se sportskim aktivnostima, čitaju knjige. Manji broj se izjasnio da se bavi uslužnom djelatnošću, ručnim i humanitarnim radom. Najveći broj ispitanika sudjeluje u radu sportskih sekcija, kulturno-umjetničkih i likovne sekcije. Većina učenika su članovi više sekcija. Jedan broj ispitanika članovi su lokalnih udruga i organizacija u mjestu. Jedan broj ispitanika sklon je igricama na kompjutoru, sjedeljama, pijankama, pušenju, alkoholizmu i drogi, te kocki i igrama na sreću. Samo povremeno jedna broj ispitanika provodi slobodno vrijeme na društveno-koristan način. Oko polovina ispitanika se izjasnila da društvo ne vodi brigu o slobodnom vremenu mladih, a oko 45% da djelomično vodi ovu brigu. Iznijeli su i mjere za unapređenje kvaliteta slobodnog vremena. Bave se stručnim i humanitarnim radom. Ispitanici profesori su stava da mladi većinom troše slobodno vrijeme na društveno negativan način. Mišljenja profesora su da mladi u slobodnom vremenu najčešće: gledaju TV, rade u sekcijama u školi, bave se sportom, slušaju radio, čitaju stripove, dok rjeđe čitaju novine, bave se stručnim i humanitarnim radom. Veliki ih je broj sklon delinkventnom ponašanju i ovisnosti.

Prema istraživanju koje je provela Bouillet (2008) studenti svoje slobodno vrijeme najčešće žele provoditi u druženju s prijateljima, djevojkom ili dečkom, u odmoru, opuštanju i relaksaciji, izletima u prirodi, sportskim sadržajima, druženju s obitelji, putovanjima, izlascima i provodima te u čitanju. Mlinarević, Miliša i Proroković (2007) došli do rezultata da mladi svoje slobodno vrijeme najčešće provode u kafićima, gledanju televizije i slušanju radija. Poslije ovih aktivnosti su čitanje novina, obavljanje kućnih poslova, spavanje ili izležavanje, posjećivanja disko-klubova i slično. Ježud i Novak (2006) su istraživali načine

provođenja slobodnog vremena djece i mladih s poremećajima u ponašanju u domovima za odgoj djece i mladeži Zagreb i Karlovac. Došli su do saznanja da se mladi bave u slobodno vrijeme gledanjem filmova, slušanjem glazbe, čitanjem, crtanjem i stjecanjem nekih novih vještina. Većina ispitanika je potpuno pasivna, i vrijeme provodi u spavanju i odmaranju. S obzirom na organizirane aktivnosti nekolicina ispitanika je izjavila kako se bavi nekim sportom, dok je isto tako nekolicina njih izjavilo i kako su se prije bavila nekim sportom, ali su odustali. Neki od njih su naveli kako svoje slobodno vrijeme provode s obitelji i u adrenalinskim aktivnostima/sportovima.

Rezultati provedenih istraživanja pokazuju da mladi slobodno vrijeme najčešće provode u aktivnostima s funkcijom zabave, dok se rijetko bave intelektualnim aktivnostima. Slobodno vrijeme najčešće provode družeći se s prijateljima ili curom, odnosno dečkom kao i izlascima u disko-klubove i kafiće. Među mladima je sve popularnija upotreba masovnih medija, televizije, radija i interneta. Mladi u svoje slobodno vrijeme vole ljenčariti i odmarati, i igrati se raznih igrica na računalnu. Mali broj ih se bavi sportskim aktivnostima. Veliki utjecaj na provođenje slobodnog vremena mladih i na izbor sadržaja imaju vršnjaci u ovoj dobi.

ZAKLJUČAK

Slobodno vrijeme u suvremenom društvu predstavlja važan aspekt kvalitete života, ali njegov koncept, dostupnost i načini korištenja prolaze kroz značajne promjene pod utjecajem tehnoloških, društvenih i ekonomskih čimbenika. Digitalizacija je omogućila pristup raznovrsnim oblicima zabave i učenja, no istovremeno je donijela izazove poput smanjenja fizičke aktivnosti, povećane izolacije i ovisnosti o tehnologiji.

Osim tehnoloških utjecaja, komercijalizacija

slobodnog vremena također ima značajan utjecaj na način na koji pojedinci koriste svoje slobodno vrijeme. Organizirani oblici rekreacije, sportske aktivnosti i kulturna događanja postaju sve popularniji, ali i financijski zahtjevniji, čime se produbljuju društvene nejednakosti (Puljiz i Zrinščak, 2011.). Pojedinci s višim primanjima i većom slobodom u organizaciji radnog vremena imaju bolje mogućnosti za kvalitetno provođenje slobodnog vremena, dok su ekonomski slabije skupine često ograničene na manje raznovrsne i besplatne aktivnosti.

Iz sociološke perspektive, slobodno vrijeme je odraz društvenih odnosa i struktura moći. Pavić (2018) naglašava važnost promicanja zdravih oblika slobodnog vremena, poput sporta i rekreacije, kako bi se smanjili negativni učinci sedentarnog načina života i poboljšalo opće zdravlje stanovništva. Istovremeno, potrebno je razvijati strategije i politike koje omogućuju ravnopravniji pristup slobodnom vremenu za sve društvene skupine.

U konačnici, slobodno vrijeme ne smije se promatrati isključivo kao vrijeme za odmor i zabavu, već i kao prilika za osobni razvoj, jačanje društvenih veza i doprinos zajednici. Janićijević (2012.) zaključuje da smisleno i kvalitetno provedeno slobodno vrijeme može značajno unaprijediti osobnu dobrobit, ali i pridonijeti socijalnoj koheziji i razvoju društva u cjelini.

Kako bi se ostvario puni potencijal slobodnog vremena, potrebno je podizati svijest o njegovoj važnosti te poticati zdrave i raznolike aktivnosti koje odgovaraju različitim potrebama i mogućnostima pojedinaca. To uključuje ulaganje u infrastrukturu za sport i rekreaciju, organizaciju kulturnih i edukativnih programa te prilagodbu radnih politika kako bi svi građani imali ravnopravnu priliku za kvalitetno korištenje slobodnog vremena. Na taj način, slobodno vrijeme može postati važan alat za izgradnju zdravijeg i pravednijeg društva.

LITERATURA

1. Bouillet, D. (2008). Slobodno vrijeme zagrebačkih studenata: prilika za hedonizam ili samoostvarenje. *Sociologija i prostor*, 46(3-4), 341-367. Dostupno na: <http://idiprints.knjiznica.idi.hr/355/>, pristupljeno 2.6.2017.
2. Čilić, B., & Miletić, S. (2019). Digitalni mediji i obrasci provođenja slobodnog vremena u Hrvatskoj. Zagreb: Institut za društvena istraživanja.
3. Hrvatić, N. i Piršl, E. (2005). Kurikulum pedagoške izobrazbe i interkulturalne kompetencije učitelja. *Pedagogijska istraživanja*, 2(2), 256-266.
4. Ilišin, V. (1999a). Mladi i televizijski medij. *Napredak*, 140(2), 143-153.
5. Ilišin, V. (1999). Slobodno vrijeme mladih s posebnim osvrtom na ruralnourbani kontinuum. *Sociologija i prostor: časopis za istraživanje prostornoga i sociokulturnog razvoja*, 143: 21-44. Dostupno na: <http://hrcak.srce.hr/119964> (preuzeto 12.12.2016.)
6. Ilišin, V., Radin, F. (2002). Mladi uoči trećeg milenija. Zagreb: Institut za društvena istraživanja u Zagrebu i Državni zavod za zaštitu obitelji, materinstva i mladosti.
7. Ilišin, V. (2000). Promjene u slobodnom vremenu mladih. *Napredak*, 141(4), 419-429.
8. Ilišin, V. (2002). Interesi i slobodno vrijeme mladih. Mladi uoči trećeg milenija. Zagreb: Biblioteka znanost i društvo, 269-302.
9. Janković, V. (1973). Slobodno vrijeme u suvremenoj pedagoškoj teoriji i praksi. Zagreb: Pedagoško književni zbornik.
10. Kačavenda-Radić, N. (1992). Refleksije o/ slobodnog vremena. Beograd: Institut za pedagogiju i andragogiju Filozofskog fakulteta.
11. Karačić, M., Babić, I., & Tomić, R. (2020). *Pedagogija slobodnog vremena*. Napredak. Mostar.
12. Kuzmanić, T. (2005). *Sociologija slobodnog vremena*. Split: Filozofski fakultet.
13. Leburić, A., & Relja, I. (1999). *Kultura i zabava mladih u slobodnom vremenu*. Zagreb: Napredak, 140(2), 175-184.
14. Mlinarević, V. (2004). *Stilovi slobodnog vremena srednjoškolaca Slavonije i Baranje*. Pedagogijska istraživanja, 1(2), 241-255. Dostupno na: http://hrcak.srce.hr/index.php?show=clanak&id_clanak_jezik=205503, pristupljeno 2.6.2017.
15. Mlinarević, V. (2006). *Kultura slobodnog vremena*. Napredak, 148(1), 54-70. Dostupno na: <https://bib.irb.hr/datoteka/505836.Kultura.pdf>, pristupljeno 2.6.2017.
16. Mlinarević, V., & Gajger, V. (2010). *Slobodno vrijeme mladih-prostor kreativnog djelovanja*. Dostupno na: http://bib.irb.hr/datoteka/505378.Slobodno_vrijeme_mladih__prostor_kreativnog_djelovanja.pdf, pristupljeno 25.5.2017.
17. Mlinarević, V., Miliša, Z., & Proroković, A. (2007). *Slobodno vrijeme mladih u procesima modernizacije—usporedba slavonskih gradova i Zadra*. Pedagogijska istraživanja, 4(1), 81-97. Dostupno na: http://hrcak.srce.hr/index.php?show=clanak&id_clanak_jezik=174925, pristupljeno 2.6.2017.
18. Mužić, V., & Malić, J. (1986). *Pedagogija*. Zagreb: Školska knjiga.
19. Martinić, T. (1977). *Slobodno vrijeme i suvremeno društvo*. Zagreb: Izdavačka kuća Informator.
20. Pavić, R. (2018). *Sedentarni način života i zdravlje: izazovi suvremenog društva*. Osijek: Fakultet za tjelesnu kulturu.
21. Previšić, V. (1975). *Slobodno vrijeme i permanentno obrazovanje U: Šoljan, N.(ur.). Permanentno obrazovanje*, Split: Marko Marulić.
22. Previšić, V.(1987). *Izvannastavne aktivnosti i stvaralaštvo*. Zagreb: Školske novine.
23. Previšić, V.(2000). *Slobodno vrijeme između pedagoške teorije i odgojne prakse*. Napredak: časopis za pedagošku teoriju i praksu ,141(4),403-410;
24. Puljiz, V., & Zrinščak, S.(2011). *Socijalna politika i kvaliteta života*. Zagreb : Pravni fakultet Sveučilišta u Zagrebu.
25. Rosić, V.(2005). *Slobodno vrijeme-slobodne aktivnosti*. Rijeka : Žagar.
26. Tomić, R., & Hasanović, I.(2007). *Mladi i slobodno vrijeme*. Tuzla : Ofset.
27. Tomić, R., & Avdić Tomić, A.(2011). *Slobodno vrijeme i razvoj ličnosti*. Tuzla : Papir karton.
28. Vidulin-Orbanić, S.(2008a). *Poticanje individualnog razvoja učenika izvannastavnim glazbenim aktivnostima*. Tonovi ,52 ,85-91.
29. Vidulin-Orbanić, S.(2008b). *Glazbenom umjetnošću prema cjeloživotnom učenju*. Metodčki ogleđi ,vol .15 ,1, str.99-114.
30. Vidulin Orbanić, S.(2008). *Fenomen slobodnog vremena u postmodernom društvu*. Sveučilište Jurja Dobrile u Puli .
31. Vrkić Dimić, J.(2005) *Stvarne i željene aktivnosti studenata u slobodnom vremenu*. Pedagogijska istraživanja ,2(2),313-326