

27.03.2014

מוסף כלכליסט

פנאי הוא העבודה החדשה

פרופ' רוברט סטבינס, הסוציולוג המוביל בעולם בחקר הפנאי, מסביר שאנחנו חייבים לעצמנו לפחות תחביב אחד שאליו נתייחס ברצינות, כמו אל עבודה. כל התירוצים - זמן, כסף, כוח - לא תקפים, כי רק כך יהיו לנו חיים שראוי לחיות

קרן צוריאל הררי 27.03.14 08:38

פרופ' רוברט סטבינס (Stebbins) הוא סוכן פנאי. כמו איש מכירות הוא מסתובב בעולם ומנסה להעביר לכולנו מסר חד-משמעי: הפנאי הוא הזמן הכי חשוב בחיינו, ולכן ראוי שנתייחס אליו ברצינות. "אנחנו מפיצים את השמועה שאנשים צריכים להקדיש זמן ומחשבה לפעילות הפנאי שלהם", מסביר סטבינס בראיון בלעדי ל"מוסף כלכליסט".

"פעילות הפנאי הכי נפוצה בעולם היא צפייה בטלוויזיה, אבל היא מייצרת רמה מינימלית של סיפוק, על גבול השעמום, ולאוויר קצר טווח, ברמה נמוכה. אנשים יכולים לעשות דברים שיגרמו להם תחושות עמוקות וארוכות יותר של אושר, סיפוק והגשמה. שילוב מוצלח של פנאי מזדמן ופנאי רציני מאפשר לנו לחיות חיים חיוביים, מתגמלים ובעלי ערך, חיים נחשקים שראוי לחיות".

סטבינס הוא פרופסור לסוציולוגיה וחוקר הפנאי החשוב בעולם. המסקנות שלו על חשיבות הפנאי מבוססות על עשרות שנות מחקר, שהובילו אותו ליצור בעצמו את התחום של חקר הפנאי, להתחיל לדבר על "אדם הפנאי", ההומו־אוטיוסוס (homo otiosus), ולהגדיר סוגים שונים של פעילויות שעונות על ההגדרה. אמנם קל ופשוט לברוח לטלוויזיה ולקנדי קראש, אבל הרבה יותר מתגמל לעסוק במה שהוא מכנה "פנאי רציני": להקדיש את עצמנו לתחביב או תחום עניין באופן כמעט מקצועי, להשקיע זמן, מאמץ וגם כסף, אם צריך, כדי לצבור התמחות וידע ולהתקדם עם הזמן. כמו שאנחנו משקיעים בעבודה. כי אנשים שעוסקים בפנאי רציני, הוכיחו המחקרים שלו ב-40 השנים האחרונות, מאושרים ומסופקים יותר.

וסטבינס יודע היטב כמה קשה למכור את המסר הזה בעולם הנוכחי, עולם של עבודה קשה והישרדות כלכלית. "אנחנו שואפים להיות חברת פנאי. אנשים לא רוצים לעבוד אלא שיהיה להם כמה שיותר פנאי. אנחנו רוצים שהם יחשבו על פנאי, יתנסו בו, יעסקו בו. הבעיה היא", הוא נאנח, "שקשה למכור את הרעיון הזה בעולם שלא חושב על כלום מלבד על עבודה".

לעשות שימוש חכם בזמן הפנוי

העובדה שפנאי חשוב אינה חדשה. החידוש של סטבינס הוא בהבנה שלא לכל פנאי יש אותה חשיבות, ולא כל פעילות מחוץ לשעות העבודה והמשפחה מספקת אותה תמורה. מתברר שמה שרובנו מגדירים כפנאי ועושים כדי לנוח ולרוקן את הראש הוא רק גרסה חיוורת של האושר והאנרגיה שלהם נזכה אם נתייחס לפנאי שלנו ברצינות. זה נשמע מעייף, הרי עבודה אחת שזולגת לשעות הפנאי היא די והותר. אבל זו בדיוק הנקודה: החיים מלאים ב"צריכים", דברים שאנחנו מוכרחים לעשות, כמו עבודה וכביסות והורים וילדים.

הלחצים עצומים. הציפיות אינסופיות. יש אנשים שהתמזל מזלם למצוא סיפוק ושמחה בעבודתם, אבל רבים לא חשים כך. את הסיפוק והשמחה האלה הם יכולים למצוא בפנאי, ולשם כך צריך לעשות שימוש חכם בזמן הפנוי המועט. זמן



צילום: אלכס קולומויסקי

הדרך אל האושר על פי פרופ' סטבינס: שילוב נכון בין פנאי רציני לפנאי מזדמן

שנתון לבחירה חופשית, למימוש עצמי, זמן שאם "צריך" לעשות בו משהו - זה מפני שבחרים בו.

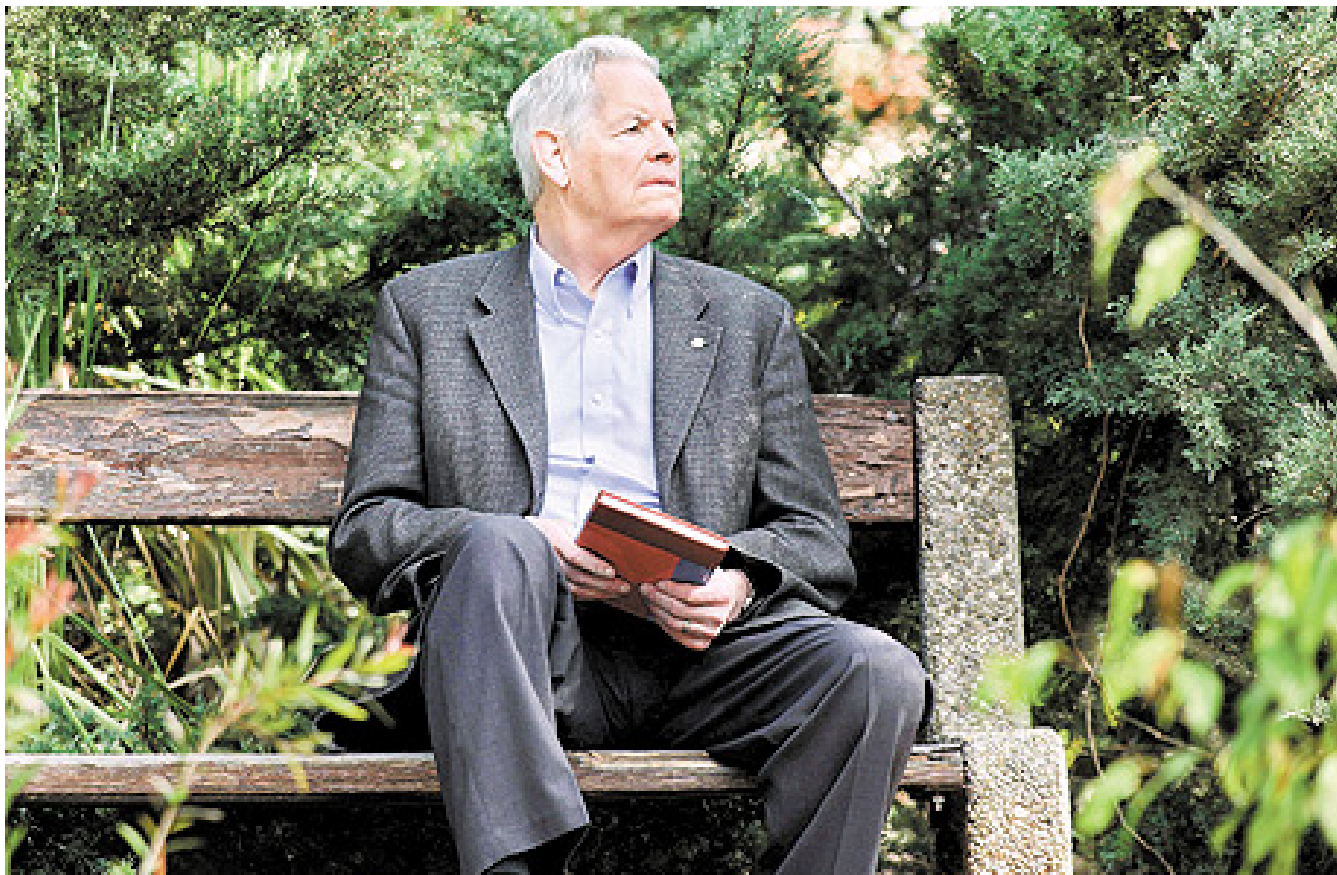
וכפי שאת הפנאי הרציני יש לעשות ברצינות, צריך גם לחקור אותו ברצינות. באמצע שנות השבעים סטבינס (76) יצר את חקר הפנאי כענף חדש בתוך עולם הסוציולוגיה, ומאז פרסם מאות מחקרים ו-24 ספרים (כעת הוא כותב עוד שלושה), ופיתח תיאוריה שעליה התבססו כבר יותר מאלף מחקרים. הוא חוקר עטור פרסים, עמית באגודה המלכותית של קנדה (הגרסה המקומית לאקדמיה הלאומית למדעים) ושימש נשיא האגודה הקנדית לסוציולוגיה ופסיכולוגיה, נשיא הפדרציה הקנדית למדעי החברה, סגן נשיא האגודה הקנדית לחקר הפנאי, ממיסדי האגודה העולמית לפנאי ועורך שותף בכמה ז'ורנלים אקדמיים.

ובכל זאת, סטבינס עדיין יוצא דופן בעולם הסוציולוגיה. בענף שנוטה להתמקד בבעיות, הוא מחפש את הפתרונות החיוביים (הוא אף טבע את המושג סוציולוגיה חיובית, שמתכתב עם הפסיכולוגיה החיובית). ובעוד סוציולוגים נוטים להתמקד בעבודה, סטבינס עוסק במה שאנשים עושים כשאינם עובדים. "התעניינתי בזה כי אני מוזיקאי חובב, אני מנגן קונטרבס, ג'אז וקלאסי. הייתי צריך להכין פרזנטציה על הסוציולוגיה של האמנויות, והחלטתי לשתף בניסיון שלי כמוזיקאי. קראתי 250 מאמרים, ביוגרפיות וספרים שנכתבו בידי חובבים שמנגנים מוזיקה קלאסית, התחברתי לזה בקלות והחלטתי לפתח תיאוריה".

השנה היתה 1973, וב-15 השנים שלאחר מכן סטבינס חקר אנשים שעוסקים בפנאי רציני: ארכיאולוגים חובבים, זמרי איקפלה, שחקני בייסבול ופוטבול, שחקני תיאטרון ומוזיקאים. "זו היתה סדרת מחקרים שנועדה לצבור מידע מבוסס מפי האנשים שעוסקים בזה. חפרתי עם ארכיאולוגים, הייתי עם השחקנים מאחורי הקלעים, זמרי האיקפלה העלו אותי לבמה כדי שאוכל לשמוע איך הם יוצרים אקורד, הדבר הכי משמעותי עבורם. הייתי בחזרות, קונצרטים ותחרויות עם מוזיקאים, בחדרי הלבשה ועל המגרש עם שחקני פוטבול. עשיתי מה שאנתרופולוגים עושים".

תוצאת המחקר הזה היא "פרספקטיבת הפנאי הרציני", התיאוריה שסטבינס ממשיך לפתח היום, כפרופסור באוניברסיטת קלגרי הקנדית. סטבינס חקר חובבים (amateur), למשל מוזיקאים חובבים; תחביבנים (hobbyist), בעלי תחביב רציני, כמו קוסמים, אסטרונומים, תיירי תרבות, שייטי קיאקים, גולשי סקי ומטפסי הרים; ומתנדבים, שפעילות הפנאי שלהם היא התמסרות אלטרואיסטית לאנשים או מטרות. כדי לתאר את פעילותם נדרש סטבינס קודם כל להגדיר מהו פנאי, מושג שהסוציולוגיה לא ביררה עד שנות השבעים.

סטבינס הגדיר פנאי כפעילות לא כפויה, שאנשים עוסקים בה בזמנם החופשי בחלל מסוים; פעילות שגורמת עונג



פרופ' סטבינס בישראל, בשבוע שעבר. סוציולוג במקצועו ומוזיקאי בתחביבו, שהשילוב בין השניים הוביל אותו להמציא את חקר הפנאי כתחום אקדמי צילום: עמית שעל

ויוצרת איזון בין החיים לעבודה. מהקבוצות שחקר הוא למד מהו פנאי רציני, וכנגדו הגדיר את הפנאי המזדמן - פעילויות קצרות טווח, שלא דורשות מיומנות, השקעה ומאמץ גדולים; אותם דברים שאנחנו עושים פשוט כהפוגה, כמו קריאת עיתון, צפייה בטלוויזיה או בסרט, משחקי מחשב, מסעדות, שיחות חברתיות וסתם מנוחה. את אנשי הפנאי הרציני הוא אפיין כמי שעוסקים בתחביב שלהם בהקפדה על למידה והתפתחות וברמה גבוהה של מחויבות ומסירות.

נשמע שפנאי רציני זה המון עבודה.

"נכון. הארכיאולוגים שלי היו הראשונים שאמרו 'אנחנו רציניים במה שאנחנו עושים'. בהמשך שמעתי משפטים דומים משחקני התיאטרון ומשחקני הבייסבול - אף שהם פחות רהוטים", הוא צחק. "כולם אמרו 'אנחנו עושים משהו שאחרים לא עושים'. הם הרחיקו את עצמם מהקונספט שמחבר בין פנאי להנאה פשוטה והבליטו את הרצינות שבה הם מתייחסים לתחביבים שלהם. אנשים אחרים צופים בטלוויזיה, משחקים מדי פעם פוטבול, וזה כיף, אבל אין בזה מיומנות. אנשי הפנאי הרציני משקיעים זמן, צוברים ידע, משתפרים. ספורטאים מתאמנים ושומרים על כושר. שחקני תיאטרון משננים שורות, מפתחים דמויות וחושבים עליהן כל הזמן, אפילו בעבודה. והם מתים על זה. היו אפילו אנשים שאמרו לי שהתחביב שלהם חשוב להם יותר מבני ובנות זוגם, שהפכו לאלמנות גולף ואלמני קווילטינג (תפירת שמיכות טלאים)".

מול העושר של הפנאי הרציני נשמעות הפעילויות המזדמנות - משחקים, גלישה באינטרנט, ברים - כמו פחמימות ריקות, חטיפים שטובים כהסחת דעת בלבד. אבל סטבינס מדגיש שגם להן יש יתרונות. "קודם כל, זה זמן חופשי, זמן מנוחה. והרבה יחסים אישיים מתחילים בפעילויות פנאי מזדמנות, למשל בסרט או במסעדה. היתרון השלישי הוא שככה נולדים מקצוענים. ילדים מקישים באצבע אחת על הפסנתר, ואז הוריהם שואלים אותם אם הם רוצים ללמוד. חלק רוצים, מתקדמים ועשויים להפוך לפסנתרנים מקצועיים. עוד נקודה חשובה היא שחלק מהפנאי המזדמן הוא edutainment - הנאה מבידור ורכישת ידע באותו זמן. חלק ממה שאנחנו רואים במוזיאונים גם מבדר וגם מלמד אותנו בדרך אטרקטיבית".

מה הנוסחה האופטימלית לפנאי שלנו?

"אין נוסחה, זה משתנה, כי מה שאופטימלי לבן 20 לא אופטימלי לבן 60. מה שחשוב הוא שכל אחד ימצא לעצמו את הקומבינציה בין פנאי מזדמן לפנאי רציני".

הזדמנות לקצת חירות בחיינו



צילום: תומי הרפז

פנאי מזדמן. פעילויות שדורשות מאמץ רגעי בלבד וגם מספקות הנאה רגעית בלבד

"רוב האנשים חושבים על הפנאי המזדמן וקצר הטווח, לא על הפנאי הרציני, או שלא מוכנים להשקיע בו את המאמץ", אומר סטבינס בצער. "הארכיאולוגים שלי אמרו שכשהם מספרים לחבריהם מה הם עושים, החברים עושים פרצוף ואומרים 'זה נשמע כמו עבודה'. הם לא מצליחים להבין את הנקודה. נכון, זה נשמע כמו עבודה, ויש מקרים שבהם אנשים משקיעים בפנאי הרציני שלהם יותר מבעבודה, אבל זה מתגמל.

"הדרך הכי טובה לסכם את התועלות של פנאי רציני היא לדבר על הגשמה עצמית", הוא אומר. "הגשמה עצמית מתמשכת נובעת בראש ובראשונה ממסירות לפנאי רציני. לעתים נדרשות שנים לרכישת המיומנויות, הידע והניסיון כדי להצליח בביטוי העצמי הזה. אתה מרחיב את היכולות שלך, את הכישרונות, את התחושה האינדיבידואלית של הגשמה. אתה זוכה בתחרות, מציג בתערוכות, משחק בתיאטרון תפקיד או דמות שלא היית בחייך - אלה התנסויות מאתגרות ומעשירות".

במילים אחרות, זה גורם אושר.

"פנאי מניב רמה מסוימת של אושר", סטבינס אומר, ועושה שימוש זהיר בבאזז-וורד התורנית של מדעי החברה. "פנאי מזדמן יוצר הרגשה טובה, תחושת רווחה, אבל לא בעומק של אושר. זה אושר מדרגה נמוכה, קצר טווח. אנשי הפנאי הרציני מאושרים וזהו אושר ארוך טווח, כמו הפעילות שלהם".

הכול טוב ויפה בתיאוריה, אלא שבמציאות אנחנו נמצאים בעבודה שעות ארוכות, ובאדיבות הטכנולוגיה היא זולגת לזמנים שבעבר נחשבו כשעות הפנאי, כמו שעות הערב וסופי השבוע. וכשנגמרת העבודה מתחילות משימות הילדים והתחזוקה של החיים (קניות, סידורים). למי בכלל נשאר זמן פנוי? סטבינס עצמו כתב ש"למצוא זמן חופשי זהו הצעד הראשון והמהותי בשיפור איכות החיים, ורק לאחר שמצליחים בזה מתחיל הדיון כיצד למלא אותו".

"שעות הפנאי באמת השתנו מאוד", מסכים סטבינס. "בעבר זה היה משהו שעשינו רק בזמננו החופשי, ועבודה ופנאי היו מנותקים זה מזה. היום הגבול נזיל, ואני חושב שהנקודה היא שאדם צריך להיות מודע למה שקורה - מתי זו עבודה בתשלום, אפילו שהוא אוהב אותה, ומתי זה אספקט אחר של החיים. חלק מלהיות אדם חופשי זה להתמסר לפנאי שלך, להיות יצירתי, להיות חופשי ליצור מניפולציות בזמן וברעיונות. אדם צריך להיות הסוכן של עצמו ולבחור בסגנון החיים שמספק אותו. הגמישות פה קריטית, ולצדה הנכונות לכוון את עצמך, לא להיות מכוון בידי אחרים. תמיד יהיו אילוצים: כמה כסף יש לנו, מה מעניין אותנו, איפה אנחנו גרים - כי אם אני גר בהרי הרוקי אני לא יכול לעסוק בגלישת גלים. אף פעם אין לנו חירות מושלמת, אבל עדיין יש הרבה אפשרויות שנוכל לבחור ביניהן".



"פנאי מזדמן, כמו צפייה בטלוויזיה, גורם אושר ברמה נמוכה. בפנאי הרציני יש אושר ארוך טווח. שילוב בין השניים מאפשר לנו לחיות חיים מתגמלים. הבעיה היא שקשה למכור את הרעיון הזה בעולם שלא חושב על כלום פרט לעבודה"

צילום: שאטרסטוק

זה מעורר השראה, אבל קל יותר להושיט את היד לאייפון ולשחק 2048 מלהקים את עצמך מהספה ולהצטרף לקבוצת רכיבת אופניים.

"נכון. אנשים מותשים אחרי יום עבודה. עמית שלי עבד באוניברסיטה בתפקיד אדמיניסטרטיבי. הוא לא אהב את העבודה אבל אהב את הכסף, ונהג לומר שאחרי יום עבודה לא נשאר לו כוח, זה רק וויסקי וטלוויזיה. זה קורה להרבה אנשים, במיוחד לאלה שלא אוהבים את העבודה שלהם אבל אוהבים את המשכורת. זו לא נוסחה טובה, אני מכנה את זה פנאי התרסקות, פעולת רגיעה שהיא בריחה מלאכותית. אמנם פנאי רציני דורש מאמץ אבל הוא מתגמל. שחקני תיאטרון חובבים הולכים לשלוש חזרות בשבוע, ומישהו פעם אמר לי 'לפעמים אני לא רוצה ללכת לחזרה, אבל כשאני מגיע אני שמח שבאתי', ואז הוא נשאב לזה ונהנה".

**ועדיין, לא כל כך פשוט למצוא את הזמן הזה.
"אבל מוכרחים לנסות".**

זה לא חייב להיות סיפור יקר

הרבה פעמים כשמחליטים לאמץ תחביב, בשלב הראשון יוצאים למסע קניות. הרי לא יעלה על הדעת להצטרף לחוג תפירה בלי מכונת תפירה ראויה, לרכוב על אופניים בלי קולקציה איכותית, להתאמן בריצה בלי שעון דופק או לנגן בפסנתר בלי להיות בעלים של אחד. אצל חלק מהאנשים התחביב החדש נעצר פה, בשלב הקניות - גם זו פעילות פנאי, אך מזדמנת, מהזן הנחות יותר. ד"ר טלי היוש, חוקרת תרבות הפנאי מבית ברל שבשבוע שעבר אירחה את סטבינס בכנס "הצד היפה והאפל של שעות הפנאי", מספרת שישראלים בוחרים להשתתף בפעילות פנאי מסיבות חיצוניות, באדיבות תרבות הצריכה והתדמיות שבונה המדיה. הם מקווים שצריכת פעילות פנאי מסוימת תעניק להם יוקרה וקשרים. היא מספרת, למשל, על משתתפים בקורס משיטי יאכטות שהעידו באחד המחקרים ש"משיטי יאכטות נחשבים באזרחות כמו טייסים בצבא - חכמים, עשירים, חזקים ואמיצים".

סטבינס מאשר כי "הצד המסחרי לפעמים מוגזם, ואז פעילות הפנאי היא פשוט צרכנות. אבל יש לא מעט פעילויות זולות, כמעט בחינם, כמו קריאה. יש אנשים שאוספים צדפים וזכויות צבעוניות שנשטפים לחוף ועושים מהם מוזאיקות ותכשיטים. זה חינם. אפשר לצפות בציפורים. אולי תצטרך לקנות משקפת, אבל פרט לזה - הציפור שם. צריך פשוט לגשת ולראות".

אבל אם זה פנאי רציני, בשלב הבא תרצה לצאת למסעות צפרות.



"הגשמה עצמית מתמשכת נובעת בראש ובראשונה ממסירות לפנאי רציני. לעתים נדרשות שנים לרכישת המיומנויות, הידע והניסיון כדי להצליח בביטוי העצמי הזה. אתה מרחיב את היכולות שלך, וצובר חוויות מעשירות"

צילום: שאטרסטוק

"פעמים רבות כשמתקדמים רוצים ציוד טוב יותר, שמאפשר לעסוק בתחביב בצורה אופטימלית - מחבט טניס יותר טוב, כלי נגינה יותר טוב. אנשים מתחילים בצניעות, וככל שהם מתקדמים הם קונים ציוד טוב יותר שיעזור להם להשתפר. ילדים, למשל, מתחילים לנגן בכינור פח, ואם הם רוצים להתקדם הם צריכים לעבור לכינור רגיל. לא חייבים לקפוץ לסטרדיבריוס, אבל כן צריך לעבור למשהו טוב יותר מקופסת אלומיניום ששורדת מכות ונפילות. ויש מקרים אחרים. כשניגנתי בתזמורת היה לנו צ'לן עם צ'לו נהדר, והזהות שלו לא היתה בכישרון שלו אלא בכלי שלו. ציוד טוב יכול להקנות לך תחושה חזקה של זהות וזכויות התרברבות".

זכויות התרברבות זה חשוב.

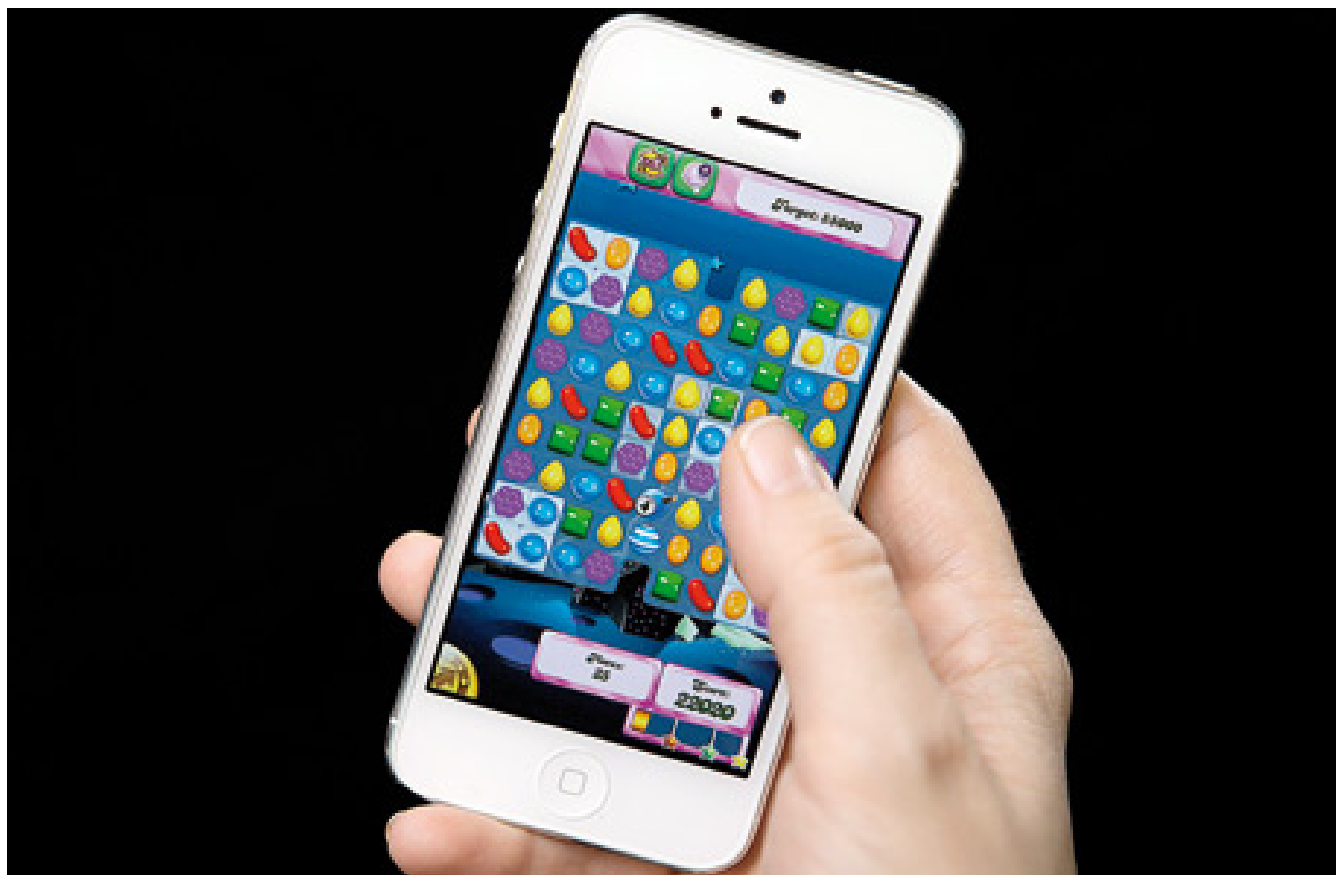
"זו התחושה שאנחנו משהו מיוחד, שאנחנו עושים משהו שאחרים בדרך כלל לא עושים ואנחנו טובים מהם בזה".

רק הפנאי ישנה את העולם

ב-2005 הוזמן סטבינס למסיבת הפתעה לכבוד יום הולדתה ה-60 של חברה קרובה. בעלה היה אחראי לארגון המסעדה והזמנת האורחים. בתה אספה תמונות ואינפורמציה על חייה מחברים ובני משפחה, ובנה הפך אותם למצגת מרגשת. שם, בסלון ביתם של המארחים, מול המצגת, התחיל סטבינס לנסח סוג חדש של פעילות פנאי, כזו שמבוססת על פרויקטים. "הסתכלתי על המצגת וחשבתי שמה שהמשפחה עשתה לא מתאים למה שאני יודע על פנאי, אז ישבתי שם וכתבתי", הוא משחזר. "פנאי מבוסס פרויקטים הוא דרך להשתמש בזמן החופשי למשהו קצר טווח, שמתחיל ונגמר. צריך בו מידה של ידע והכשרה, אבל זה אף פעם לא מתפתח למשהו רציני. למשל, ב-1988 התקיימה בקלגרי (העיר שבה הוא גר) אולימפיאדת החורף, ועבור האנשים שהתנדבו בה זו היתה פעילות פרויקטלית. האולימפיאדה נגמרה וההתנדבות הסתיימה".

אולי פרויקטים הם תחליף טוב עבור אנשים שאין להם מספיק זמן חופשי להתעסק בפנאי איכותי?
 "נכון. זה אמנם קצר טווח, אבל זה יותר מעמיק מצפייה בטלוויזיה. הרבה פעילויות 'עשה זאת בעצמך' הן פרויקטים שאנשים עושים בעצמם כי הם אוהבים את זה, וזה מין תחביב. אני בניתי פעם בחצר קיר סלעים באורך 20 מטר. תכננתי, בחרתי את האבנים, בניתי, נהיית מזה, ואז הפרויקט נגמר".

יכול להיות שאנשים פוחדים מהזמן החופשי? הם התרגלו כל כך להיות עסוקים שהם לא יודעים מה לעשות בו?
 "אני חושב שכשיש להם זמן חופשי הם ממלאים אותו בדברים מזדמנים, כמו משחקים באיפון, כי הם פוחדים להשקיע בפעילות רצינית יותר. הם תוהים אם יוכלו לעשות אותה, אם יאהבו אותה, אם יוכלו להתחייב. למסלול החיים יש בזה



צילום: רויטרס

סמארטפון. משחקי מחשב הם פנאי מזדמן. בדומה לסרטים, פייסבוק, מסעדות, אפייה וטיולים בעיר חלק מעניין: אנשים מפסיקים לעסוק בפנאי רציני כשהילדים שלהם צעירים וחוזרים אליו כשהילדים מתבגרים." או בפנסיה. זה הזמן לפנאי רציני.



שובר שורות. צפייה בטלוויזיה היא פנאי מזדמן

"הרבה אנשים שיוצאים לפנסיה פוחדים מהזמן החופשי, מהלא נודע, מהריקנות. הם פורשים עם חלומות, לעתים קרובות לא ריאליסטיים, או ללא חלומות כלל, ולא עושים דבר כדי למצוא כאלה. הם יודעים שאם יצפו בטלוויזיה כל

היום הם ישתגעו. זו הסיבה ששיחות חברתיות הן העיסוק העיקרי אחרי הפרישה. ויש כאלה שלא עוזבים את העבודה או עובדים בחצי משרה. זה יותר תעסוקה, כי אין להם דברים אחרים".

כלומר צריך להתכונן לפנסיה.

"אנחנו מנסים לקדם תכנון מוקדם, שאנשים יחשבו על זה, יתנסו בפעילויות. יש אנשים שעסקו קודם בפנאי רציני או בפנאי מזדמן שהיה משמעותי עבורם, והוא ממלא אותם בפרישה. לא לומדים לנגן בן לילה. הם למדו את זה קודם וכשפרשו הצטרפו לתזמורת".

פעילות ממלאת נוספת, בכל הגילים ובפנסיה במיוחד, היא התנדבות. "יש לה צד אלטרואיסטי שאין לפעילויות אחרות", מסביר סטבינס. "כנר רוצה לנגן עם התזמורת ולהיות שותף ליצירת מוזיקה, ומתנדב רוצה לעזור לאדם, לקבוצה, לרעיון. מתנדבים נוטים לעסוק במה שמעניין אותם, במטרה חשובה בעיניהם. הם נהנים מקידום המטרה, מהעולם החברתי שסביבם, מהאקשן. הם רוצים להיות שייכים למשהו, וההתנדבות מתגמלת מאוד".

ההתנדבות מובילה את סטבינס לעוד היבט חשוב, מפתיע ומתגמל של הפנאי, שבולט במיוחד כשמדברים על אקטיביסטים. "אקטיביזם הוא עבודה התנדבותית שקשורה בתנועות חברתיות, והיא גם מזדמנת וגם רצינית", הוא מסביר. "בדרך כלל זה פנאי מזדמן - אנשים מחזיקים שלטים שכתוב עליהם 'תפסיקו את זה' או 'תתחילו את זה', הולכים לאירועים וכו'. אבל לעתים אקטיביזם דורש תכנון, מחויבות, ידע וניסיון, ואז הוא פנאי רציני".

אז פנאי יכול לשנות את העולם.

"פנאי הוא אחד הגורמים העיקריים לשינוי חברתי. הוא המוסד הכי חופשי שיש, והוא מציע מקום רב להתנסות. אם לא יהיה פנאי, לא יהיה שינוי חברתי".