الترويح عن النفس هو البيئة التي يقضي فيها الحدث أوقات فراغه، باتخاذ وسيلة ترويحية أو أكثر للحصول على ما يحتاجه من
انتعاش و متعة، وتنقسم الوسائل الترويحية تبعاً لما تسفر عنه إلى وسائل مفيدة وأخرى ضارة، فالوسائل الترويحية المفيدة تحقق
املتعة والفائدة معاً، كالمطالعة النافعة وممارسة الرياضة. النفس، فإن مجرد اتخاذ بعضها يعد جريمة بحد ذاته، كتعاطي
املخدرات واملقامرة، والتردد على أماكن الفساد الجنسي، ومنها ما يمهد للسلوك الإجرامي،