

ملخص البحث  
تخطيط وقت الفراغ لدى المسنين  
وأثره على الشعور بالرضا عن الحياة  
مقدمة ومشكلة البحث:

يمر الإنسان في حياته بمراحل عديدة فهي إرادة الله تبارك وتعالى، حيث يخلق الإنسان ليعبر رحلة الحياة من خلال هذه المراحل، فمرحلة الشيخوخة واحدة من أهم هذه المراحل فهي تلي مرحلة الطفولة والرشد، كما أن فيها يحتل المسنون منزلة رفيعة المستوى؛ نظراً لما قدموه من إسهامات كثيرة على مدى عمرهم في خدمة أسرهم ومجتمعهم تواملاً مع من سبقهم من آبائهم وأجدادهم ودفعاً بالحياة المثمرة إلى الأجيال القادمة.

لذلك تعد دراسة المسنين من الموضوعات المثارة حديثاً على الساحة العلمية كما أنه زاد الاهتمام بها دولياً وخاصة في العصر الحديث، عصر التقدم الطبي والصحي والاقتصادي الذي ساهم في العناية بالبشرية مما ترتب عليه توقع زيادة متوسط عمر الفرد وبالتالي تزايد أعداد المسنين.

وهذا يتفق مع الإحصاءات في مصر التي تشير إلى التزايد المستمر في أعداد المسنين من ٢ مليون مسن عام ١٩٧٠ إلى ٣.٠٢ مليون مسن عام ١٩٨٣ أي بعد ١٣ عاماً ليصل إلى ٤.٢٤ مليون مسن في عام ٢٠٠٠ ومن المتوقع أن يصل عددهم إلى ١١.٠٢٥ مليون مسن في عام ٢٠٢٥.

لذلك فهذه الفئة من المسنين تحتاج إلى تضافر جهود العاملين في مختلف التخصصات العملية لفهم الأبعاد المتعددة والمتنوعة لمثل هذه الدراسة التي باتت تحتل مكاناً بارزاً واهتماماً متزايداً.

ففي مرحلة الشيخوخة يواجه المسنون العديد من المشكلات نتيجة لفقدان العمل فهم يشعرون بالضياح وفقدان هويتهم وهذا يعني فقدان مكانتهم في المجتمع بالإضافة إلى ذلك الهروب والانسحاب من هذا المجتمع.

فبالإضافة إلى مشكلات المسنين ( النفسية، الصحية، الاجتماعية، الاقتصادية، توجد مشكلة وقت الفراغ فالمسن لديه وقت فراغ طويل مقرون بخبرة محدودة في استثماره فهو لا يعرف ماذا يفعل بوقت فراغه الذي كان يقضيه في العمل، كما أن وقت الفراغ في الوقت الحاضر لا يمكن اعتباره من المشكلات الثانوية غير المهمة ولا يمكن التقليل من أهميته بأية صورة من الصور ولا يمكن

إهماله، وذلك لأنه محور أساسي لكافة المشكلات التي يعاني منها المسن كما أنه يؤثر على أهدافه في الحياة ومدى تكيفه مع وضعه الراهن ومن ثم رضاه عن نفسه.

وهذا يتفق مع نتائج العديد من الدراسات والبحوث السابقة التي تؤكد أن كثير من المسنين المتقاعدین ليس لديهم القدرة على التكيف التي تجعلهم غير قابلين لتغيير السلوك، هذا بالإضافة إلى مشاعر الحساسية النفسية وشدة التأثير الانفعالي، كما أن التوقف عن العمل وزيادة وقت الفراغ يترتب عليه الإحساس بالعزلة والوحدة وعدم النفع والملل.

ومن هنا نشأت فكرة البحث التي تساهم في معرفة العلاقة بين تخطيط وقت الفراغ والرضا عن الحياة للمسنين وتحدد المشكلة في الإجابة على التساؤلات الآتية:

١- ما هي الأهمية النسبية لمحاول تخطيط وقت الفراغ لدى عينة البحث.

١- هل توجد فروق في محاور مقياس تخطيط وقت الفراغ (وقت العلاقات الأسرية، وقت العلاقات الاجتماعية، وقت الأنشطة المختلفة) لدى أفراد عينة البحث الأساسية تبعاً لبعض المتغيرات الديموجرافية [الجنس، الحالة الاجتماعية، الدخل]؟

٢- هل توجد فروق في أبعاد مقياس الرضا عن الحياة [السعادة، الاستقرار النفسي، تقدير الذات، الطمأنينة، القناعة، السلوك الاجتماعي] لدى أفراد عينة البحث الأساسية تبعاً لبعض المتغيرات الديموجرافية (الجنس، الحالة الاجتماعية، الدخل)؟

٣- ما هي العلاقة بين محاور مقياس تخطيط وقت الفراغ وأبعاد مقياس الرضا عن الحياة؟

٤- ما هي العلاقة بين محاور مقياس تخطيط وقت الفراغ ومتغيرات البحث (الجنس، السن، الحالة الاجتماعية، مستوى التعليم، الدخل، الحالة الصحية، مكان السكن، الأفراد الذين تقيم معهم)؟

٥- ما هي العلاقة بين وأبعاد مقياس الرضا عن الحياة ومتغيرات البحث (الجنس، السن، الحالة الاجتماعية، مستوى التعليم، الدخل، الحالة الصحية، مكان السكن، الأفراد الذين تقيم معهم)؟

### أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى دراسة العلاقة بين تخطيط وقت الفراغ لدى المسنين على الرضا عن الحياة وذلك من خلال:  
- التعرف على الأهمية النسبية لمحاور تخطيط وقت الفراغ لدى عينة البحث.

- توضيح الفروق في محاور مقياس تخطيط وقت الفراغ (العلاقات الأسرية، العلاقات الاجتماعية، الأنشطة المختلفة) لدى أفراد عينة البحث تبعاً لبعض المتغيرات الديموجرافية.
- توضيح الفروق في أبعاد مقياس الرضا عن الحياة، (السعادة، الاستقرار النفسي، القناعة، تقدير الذات، الطمأنينة، السلوك الاجتماعي) لدى أفراد عينة البحث تبعاً لبعض المتغيرات الديموجرافية.
- توضيح العلاقة بين محاور مقياس تخطيط وقت الفراغ وأبعاد مقياس الرضا عن الحياة
- توضيح العلاقة بين محاور مقياس تخطيط وقت الفراغ ومتغيرات الدراسة (النوع، السن، الحالة الاجتماعية، مكان السكن، الدخل، مستوى التعليم).
- توضيح العلاقة بين أبعاد مقياس الرضا عن الحياة ومتغيرات الدراسة (النوع، السن، الحالة الاجتماعية، مكان السكن، الدخل، مستوى التعليم).

### أهمية البحث: يسهم البحث الحالي في:

- ١- إلقاء الضوء على قضايا المسنين والاحتياجات والمشكلات التي تواجههم حيث تناقص هذا الاهتمام حالياً نظراً لما تواجهه المجتمعات اليوم وما تتوقعه غداً من ارتفاع متزايد في أعداد المسنين لدرجة يصعب إهمالها لذلك لا بد من زيادة الاهتمام بهذه الشريحة.
- ٢- التعرف على أهمية مرحلة الشيخوخة ومشكلاتها مما يجعل صناع القرار يهتمون بتوفير البرامج التي تعمل على مواجهة تلك المشكلات وإشباع الاحتياجات المتعددة على أسس علمية سليمة وتوعيتهم لها.

٣- إلقاء الضوء على الوقت بصفة عامة ووقت الفراغ بصفة خاصة وأهميته ووظائفه للمسنين والأنشطة الإيجابية التي من خلالها يمكن استثمار وقت الفراغ استثماراً جيداً يعزز مركزهم ومكانتهم في المجتمع ويحققوا ذاتهم ويحيوا حياة إيجابية مليئة بالأمل والإشراق.

٤- التأكيد على أهمية دور الاقتصاد المنزلي في التوعية لدعم وقت الفراغ من خلال توضيح دور العلاقات الأسرية (العلاقة بين الزوج/ الزوجة، الأبناء والأحفاد)، العلاقات الاجتماعية (العلاقة بالأصدقاء، الأقارب، الجيران)، الأنشطة المختلفة (الثقافية، الترويحية، الاجتماعية) بما يفيد في تخطيط وقت الفراغ للمسنين والرضا عن الحياة.

٥- يعد هذا البحث مساهمة علمية في مجال التخصص حيث تحتاج المكتبة العربية إلى المزيد من هذه النوعية من الدراسات التي تناولت تخطيط وقت الفراغ.

٦- تصميم كتيب إرشادي يتضمن نصائح لتخطيط وقت الفراغ للمسنين.

#### **فروض البحث:**

١- تختلف الأهمية النسبية لمحاور تخطيط وقت الفراغ لدى عينة البحث.

٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين محاور مقياس تخطيط وقت الفراغ (العلاقات الأسرية، العلاقات الاجتماعية، الأنشطة المختلفة) لدى أفراد عينة البحث الأساسية تبعاً لبعض المتغيرات الديموجرافية (الجنس، الحالة الاجتماعية، الدخل).

٣- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أبعاد مقياس الرضا عن الحياة (السعادة، الاستقرار النفسي، تقدير الذات، الطمأنينة، القناعة، السلوك الاجتماعي) لدى أفراد عينة البحث الأساسية تبعاً لبعض المتغيرات الديموجرافية (الجنس، الحالة الاجتماعية، الدخل).

٤- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين محاور مقياس تخطيط وقت الفراغ وأبعاد مقياس الرضا عن الحياة لأفراد عينة البحث الأساسية .

٥- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين محاور مقياس تخطيط وقت الفراغ و متغيرات الدراسة.

٦- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين أبعاد مقياس الرضا عن الحياة و متغيرات الدراسة.

#### منهج البحث:

يتبع هذا البحث المنهج الوصفي التحليلي.

#### حدود البحث :

#### أولاً : النطاق البشري:

- ١- عينة البحث الاستطلاعية وقوامها (٣٠) من المسنين من الجنسين بالتساوي.
- ٢- عينة البحث الأساسية وقوامها (١٩٣) من المسنين مقسمين إلى (٩١) مسن، (١٠٣) مسنة، تتراوح أعمارهم من (٦٠ - ٧٥) سنة. متقاعدین عن العمل ولديهم أبناء و يقيم المسن/ المسنة مع أفراد أسرته أو أحد أقاربه وليس مقيم في دور مسنين أو بمفرده وينتمون إلى مستويات اقتصادية واجتماعية مختلفة.

#### ثانياً : النطاق الجغرافي:

يتحدد النطاق الجغرافي في (ريف وحضر) محافظة الفيوم.

#### أدوات البحث:

وتشتمل أدوات البحث الحالي على:

- ١- استمارة البيانات الخاصة للمسن/ والمسنة وتشتمل على: (إعداد الباحثة)  
أ) بيانات عامة (الجنس - السن - عدد الأبناء - مستوى التعليم - الدخل - الحالة الصحية).

ب) بيانات عن السكن (مكان السكن - مع من يقيم).

ج) بيانات عن الحالة الاجتماعية (أرمل - متزوج - مطلق).

د) بيانات عن الحالة الصحية (الحالة الصحية بصفة عامة - الأمراض التي

يعاني منها المسن)

- ٢- استبيان تخطيط وقت الفراغ ويشمل المحاور الآتية:

أ) محور العلاقات الأسرية ويشمل: (علاقة الزوج/ الزوجة - الأبناء والأحفاد).

ب) محور العلاقات الاجتماعية ويشمل: (العلاقة بالأصدقاء - الأقارب - الجيران).

ج) محور الأنشطة المختلفة ويشمل: (ثقافية - اجتماعية - ترويحية - دينية -

رياضية - هوايات).

(إعداد الباحثة)

- ٣- مقياس الرضا عن الحياة ويشمل الأبعاد الآتية:

أ) بعد السعادة ب) بعد الاستقرار النفسي.

ج) بعد الطمأنينة. د) بعد السلوك الاجتماعي.

هـ) بعد تقدير الدات. و) بعد القناعة.

### (إعداد الباحثة)

#### الخطوات الإجرائية للبحث

#### قامت الباحثة بالخطوات الآتية لإجراء البحث:

- ١- إعداد الإطار النظري من خلال استعراض أهم المراجع والأبحاث والدراسات المرتبطة بموضوع البحث وتحديد الأسس النظرية التي بني عليها البحث الحالي.
- ٢- إجراء مقابلات شخصية لبعض المسنين لبناء أدوات البحث.
- ٣- إعداد استمارة البيانات العامة الخاصة بالمسنين لتحديد بعض خصائص العينة.
- ٤- إعداد مقياس تخطيط وقت الفراغ للمسنين بمحاوره المختلفة في صورته المبدئية.
- ٥- إعداد مقياس الرضا عن الحياة بأبعاده المختلفة في صورته المبدئية.
- ٦- عرض لأدوات البحث على مجموعة من الأساتذة المتخصصين في مجال إدارة المنزل ومؤسسات الأسرة والطفولة والمجالات المرتبطة وذلك للحكم على صدق أدوات البحث ومدى مناسبة محتواها للهدف الذي وضع من أجله.
- ٧- إجراء التعديلات المقترحة على أدوات البحث بناء على رأي السادة المحكمين.
- ٨- تطبيق أدوات البحث على عينة البحث الاستطلاعية وقوامها (٣٠) مسن ومسنة لحساب معامل الثبات لأدوات الدراسة والتأكد من صلاحيته للتطبيق.
- ٩- حساب صدق الاتساق الداخلي عن طريق إيجاد معادلات الارتباط وثباتها إحصائياً.
- ١٠- تطبيق الأدوات في صورتها النهائية على عينة البحث الأساسية وهي (١٩٣) من المسنين (٩١) مسن، (١٠٣) مسنة.
- ١١- إجراء التحليلات الإحصائية المناسبة لاستخلاص النتائج والتحقق من صحة الفروض.
- ١٢- استخلاص النتائج وتفسيرها ومناقشتها.
- ١٣- عرض التوصيات والمقترحات.
- ١٤- تصميم كتيب أرشادي لتخطيط واستثمار وقت الفراغ.

#### ملخص لأهم نتائج البحث

١)-تختلف الأهمية النسبية لمحاور تخطيط وقت الفراغ حيث يحتل محور العلاقات الأسرية المحور الأول، تليها محور العلاقات الاجتماعية ، و أخيرا محور الأنشطة المختلفة.

٢)-وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المسنين عنية البحث لصالح الذكور في محاور(العلاقات الاجتماعية-الأنشطة الثقافية – الأنشطة الترويحية – الأنشطة الاجتماعية – الرياضية – الأنشطة ككل) عند مستوى دلالة (٠.١) و (٠.٥).

▪ وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المسنين عنية البحث لصالح الإناث في محاور (العلاقات الأسرية-الأنشطة الإنتاجية – الأنشطة الدينية) عند مستوى دلالة (٠.١).

▪ وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.١) و (٠.٥) بين كل من الحالة الاجتماعية للمسن ومحور العلاقات الأسرية وذلك لصالح المسن (الأرمل والمتزوج) .

• وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من الحالة الاجتماعية للمسن و محور العلاقات الاجتماعية و ذلك لصالح المسن(الأرامل والمتزوج) وذلك عن مستوى دلالة (٠.١).

▪ وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من الحالة الاجتماعية للمسن ومحور الأنشطة الترويحية وذلك لصالح المسن (الأرمل والمطلق) وذلك عند مستوى دلالة (٠.١) و (٠.٥).

▪ وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من الحالة الاجتماعية للمسن ومحور الأنشطة الاجتماعية وذلك لصالح المسن (الأرمل) عند مستوى دلالة (٠.١).

▪ وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من الحالة الاجتماعية للمسن ومحور الأنشطة الدينية وذلك لصالح المسن (المتزوج والأرمل) وذلك عند مستوى دلالة (٠.١).

- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين كل من الحالة الاجتماعية للمسن ومحور الأنشطة الرياضية وذلك لصالح المسن (المطلق والأرمل) وذلك عند مستوى دلالة (٠.١).
- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين كل من الحالة الاجتماعية للمسن محور الأنشطة الإنتاجية وذلك لصالح المسن (الأرمل والمطلق) وذلك عند مستوى دلالة (٠.١).
- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين كل من الحالة الاجتماعية للمسنة ومحور العلاقات الأسرية وذلك لصالح المسنة (المتزوجة والأرملة) وذلك عند مستوى دلالة (٠.١).
- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين كل من الحالة الاجتماعية للمسنة ومحور العلاقات الاجتماعية وذلك لصالح المسنة (المتزوجة والأرملة) وذلك عند مستوى دلالة (٠.١).
- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين كل من الحالة الاجتماعية للمسنة ومحور الأنشطة الثقافية وذلك لصالح المسنة (الأرملة والمطقة) وذلك عند مستوى دلالة (٠.١) و (٠.٥).
- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين كل من الحالة الاجتماعية للمسنة ومحور الأنشطة الترويحية وذلك لصالح المسنة (المتزوجة والمطلقة) وذلك عند مستوى دلالة (٠.١).
- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين كل من الحالة الاجتماعية للمسنة ومحور الأنشطة الاجتماعية وذلك لصالح المسنة (الأرملة والمتزوجة) وذلك عند مستوى دلالة (٠.١).
- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين كل من الحالة الاجتماعية للمسنة ومحور الأنشطة الرياضية وذلك لصالح المسنة (الأرملة والمتزوجة) وذلك عند مستوى دلالة (٠.١).

▪ وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من الحالة الاجتماعية للسيدة ومحور الأنشطة الإنتاجية وذلك لصالح المسنة (الأرملة والمتزوجة) وذلك عند مستوى دلالة (0.1) و (0.05).

▪ وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من متوسط الدخل الشهري ومحور العلاقات الأسرية وذلك للمسنين ذات الدخل (المتوسط والعالي) وذلك عند مستوى دلالة (0.1).

▪ وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من متوسط الدخل الشهري ومحور العلاقات الاجتماعية وذلك للمسنين ذات الدخل (العالي والمتوسط) وذلك عند مستوى دلالة (0.1).

▪ وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من متوسط الدخل الشهري ومحور الأنشطة الثقافية وذلك للمسنين ذات الدخل (المتوسط والعالي) وذلك عند مستوى دلالة (0.1).

▪ وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من متوسط الدخل الشهري ومحور الأنشطة الترويحية وذلك للمسنين ذات الدخل (العالي والمتوسط) وذلك عند مستوى دلالة (0.1).

▪ وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من متوسط الدخل الشهري ومحور الأنشطة الاجتماعية وذلك للمسنين ذات الدخل (العالي والمتوسط) وذلك عند مستوى دلالة (0.1).

▪ وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من متوسط الدخل الشهري ومحور الأنشطة الدينية وذلك للمسنين ذات الدخل (المنخفض والمتوسط) وذلك عند مستوى دلالة (0.1) و (0.05).

▪ وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من متوسط الدخل الشهري ومحور الأنشطة الرياضية وذلك للمسنين ذات الدخل (العالي والمتوسط) وذلك عند مستوى دلالة (0.1).

▪ وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من متوسط الدخل الشهري ومحور الأنشطة الإنتاجية وذلك للمسنين ذات الدخل ( المنخفض والمتوسط) وذلك عند مستوى دلالة (٠.١).

٣- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المسنين عينة البحث في أبعاد (السعادة والطمأنينة والاستقرار النفسي والقناعة) لصالح الإناث عند مستوى دلالة (٠.١).

▪ وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المسنين عينة البحث في أبعاد (السلوك الاجتماعي - التقدير الاجتماعي) لصالح الذكور عند مستوى دلالة (٠.١).

▪ وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من الحالة الاجتماعية للمسن وبعد السعادة وذلك لصالح المسن (المتزوج والأرمل) عند مستوى دلالة (٠.١).

▪ وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من الحالة الاجتماعية للمسن وبعد السلوك الاجتماعي وذلك لصالح المسن (المتزوج والأرمل) وذلك عند مستوى دلالة (٠.١).

▪ وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من الحالة الاجتماعية للمسن وبعد الطمأنينة وذلك لصالح المسن (المتزوج والأرمل) وذلك عند مستوى دلالة (٠.١) و (٠.٥).

▪ وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من الحالة الاجتماعية للمسن وبعد الاستقرار النفسي وذلك لصالح المسن (المتزوج والأرمل) وذلك عند مستوى دلالة (٠.١).

▪ وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من الحالة الاجتماعية للمسن وبعد تقدير الذات وذلك لصالح المسن (الأرمل والمتزوج) وذلك عند مستوى دلالة (٠.١).

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من الحالة الاجتماعية للمسن وبعد القناعة وذلك لصالح المسن (المتزوج والأرمل) وذلك عند مستوى دلالة (٠.١).
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من الحالة الاجتماعية للمسنة وبعد السعادة وذلك لصالح المسنة (المتزوجة والأرملة) وذلك عند مستوى دلالة (٠.١) و (٠.٥).
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من الحالة الاجتماعية للمسنة وبعد السلوك الاجتماعي وذلك لصالح المسنة (المتزوجة والأرملة) وذلك عند مستوى دلالة (٠.١).
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من الحالة الاجتماعية للمسنة وبعد الطمأنينة وذلك لصالح المسنة (المتزوجة والأرملة) وذلك عند مستوى دلالة (٠.١).
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من الحالة الاجتماعية للمسنة وبعد الاستقرار النفسي وذلك لصالح المسنة (المتزوجة والأرملة) وذلك عند مستوى دلالة (٠.١).
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من الحالة الاجتماعية للمسنة وبعد تقدير الذات وذلك لصالح المسنة (المتزوجة والأرملة) وذلك عند مستوى دلالة (٠.١).
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من الحالة الاجتماعية للمسنة وبعد القناعة وذلك لصالح المسنة (المتزوجة والأرملة) وذلك عند مستوى دلالة (٠.١).
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من متوسط الدخل الشهري وبعد السعادة وذلك للمسنين ذات الدخل (العالي والمتوسط) وذلك عند مستوى دلالة (٠.١).

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من متوسط الدخل الشهري وبعد الاستقرار النفسي وذلك للمسنين ذات الدخل (المتوسط والعالي) وذلك عند مستوى دلالة (٠.١).
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من متوسط الدخل الشهري وبعد الطمأنينة وذلك للمسنين ذات الدخل (العالي والمتوسط) وذلك عند مستوى دلالة (٠.١).
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من متوسط الدخل الشهري وبعد تقدير الدات وذلك للمسنين ذات الدخل (المنخفض والمتوسط) وذلك عند مستوى دلالة (٠.١) و (٠.٥).
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من متوسط الدخل الشهري وبعد القناعة وذلك للمسنين ذات الدخل (العالي والمتوسط) وذلك عند مستوى دلالة (٠.١).
- ٤- عدم وجود علاقة ارتباطيه بين محور العلاقات الأسرية وكل من المتغيرات الأتية (الجنس - الحالة الاجتماعية - الدخل - عدد الأبناء - مكان السكن - الأفراد الذين تقيم معهم).
- وجود علاقة ارتباطيه عكسية عند مستوى دلالة (٠.١) بين محور العلاقات الأسرية و متغير السن.
- وجود علاقة ارتباطيه موجبة عند مستوى دلالة (٠.١) بين محور العلاقات الأسرية و كلا من المتغيرات الأتية (مستوى التعليم والحالة الصحية).
- عدم وجود علاقة ارتباطيه بين محور العلاقات الاجتماعية وكل من المتغيرات الأتية (عدد الأبناء - مكان السكن - الأفراد الذين تقيم معهم).
- وجود علاقة ارتباطيه عكسية عند مستوى دلالة (٠.١) بين محور العلاقات الاجتماعية ومتغير السن.

- وجود علاقة ارتباطيه موجبة بين محور العلاقات الاجتماعية وكل من المتغيرات الأتية (الجنس - الحالة الاجتماعية - الدخل - مستوى التعليم - الحالة الصحية) وذلك عند مستوى دلالة (0.1).
- عدم وجود علاقة ارتباطيه بين محور تخطيط الأنشطة وكل من المتغيرات الأتية (الجنس- وعدد الأبناء - مكان السكن - الأفراد الذين تقيم معهم).
- وجود علاقة ارتباطيه عكسية عند مستوى دلالة (0.1) بين محور تخطيط الأنشطة ومتغير السن.
- توجد علاقة ارتباطيه موجبة عند مستوى دلالة (0.1) بين محور تخطيط الأنشطة وكل من المتغيرات الأتية (الحالة الاجتماعية - الدخل - مستوى التعليم - الحالة الصحية).
- عدم وجود علاقة ارتباطيه بين محور الأنشطة الثقافية وكل من المتغيرات الأتية (الجنس - الحالة الاجتماعية - عدد الأبناء - مكان السكن - الأفراد الذين تقيم معهم).
- وجود علاقة ارتباطيه عكسية عند مستوى دلالة (0.1) بين محور الأنشطة الثقافية ومتغير السن.
- وجود علاقة ارتباطيه موجبة عند مستوى دلالة (0.1) بين محور الأنشطة الثقافية وكل من المتغيرات الأتية (الدخل - مستوى التعليم - الحالة الصحية).
- عدم وجود علاقة ارتباطيه بين محور الأنشطة الترويحية وكل من المتغيرات الأتية (الحالة الاجتماعية - عدد الأبناء - مكان السكن - الأفراد الذين تقيم معهم).
- وجود علاقة ارتباطيه عكسية عند مستوى دلالة (0.1) بين متغير السن وكل من المحاور (الأنشطة الترويحية - الأنشطة الاجتماعية الأنشطة الدينية - الأنشطة الرياضية - الأنشطة الإنتاجية).

- وجود علاقة ارتباطيه موجبة بين محور الأنشطة الترويحية وكل من المتغيرات الأتية (الجنس - الدخل - مستوى التعليم - الحالة الصحية) وذلك عند مستوى دلالة (٠.١).
- عدم وجود علاقة ارتباطيه بين محور الأنشطة الاجتماعية وكل من المتغيرات الأتية (الحالة الاجتماعية- عدد الأبناء - مكان السكن - الأفراد الذين تقيم معهم).
- وجود علاقة ارتباطيه موجبة عند مستوى دلالة (٠.١) بين محور الأنشطة الاجتماعية وكل من المتغيرات (الجنس - الدخل - مستوى التعليم - الحالة الصحية).
- عدم وجود علاقة ارتباطيه بين محور الأنشطة الدينية وكل من المتغيرات (الجنس - الحالة الاجتماعية - الدخل - عدد الأبناء - مكان السكن - الأفراد الذين تقيم معهم).
- وجود علاقة ارتباطيه موجبة عند مستوى دلالة (٠.١) و (٠.٥) بين محور الأنشطة الدينية و متغيرى(مستوى التعليم - الحالة الصحية).
- عدم وجود علاقة ارتباطيه بين محور الأنشطة الرياضية وكل من المتغيرات (الجنس - الحالة الاجتماعية - عدد الأبناء - مكان السكن - عدد الأفراد الذين تقيم معهم).
- وجود علاقة ارتباطيه موجبة عند مستوى دلالة (٠.١) بين محور الأنشطة الرياضية وكل من المتغيرات (الدخل - مستوى التعليم - الحالة الصحية).
- عدم وجود علاقة ارتباطيه بين محور الأنشطة الإنتاجية وكل من المتغيرات (الجنس - الحالة الاجتماعية للرجل - عدد الأبناء - مكان السكن - الأفراد الذين تقيم معهم).
- ٥-عدم وجود علاقة ارتباطيه بين أبعاد مقياس الرضا عن الحياة (السعادة - السلوك الاجتماعي - الطمأنينة - الاستقرار النفسي -تقدير الدات-القناعة

وكل من ملتغيرات (الجنس- عدد الأبناء - مكان السكن - الأفراد الذين تقيم معهم).

■ وجود علاقة ارتباطيه عكسية عند مستوى دلالة (0.1) و (0.5) بين أبعاد مقياس الرضا عن الحياة (السعادة - السلوك الاجتماعي - الطمأنينة - الاستقرار النفسي - تقدير الذات - القناعة) ومتغير (السن).

■ وجود علاقة ارتباطيه موجبة عند مستوى دلالة (0.1) و (0.5) بين أبعاد مقياس الرضا عن الحياة (السعادة - السلوك الاجتماعي - الطمأنينة - الاستقرار النفسي - تقدير الذات - القناعة) ومتغير الحالة الاجتماعية (للمسن - للمسنه).

■ وجود علاقة ارتباطيه موجبة عند مستوى دلالة (0.1) بين أبعاد مقياس الرضا عن الحياة (السعادة - السلوك الاجتماعي - الطمأنينة - الاستقرار النفسي - تقدير الذات - القناعة) ومتغير (الدخل).

■ عدم وجود علاقة ارتباطيه بين بعد (السلوك الاجتماعي) ومتغير (الدخل).

■ وجود علاقة ارتباطيه موجبة عند مستوى دلالة (0.1) و (0.5) بين أبعاد مقياس الرضا عن الحياة (السعادة - السلوك الاجتماعي - الطمأنينة - الاستقرار النفسي - تقدير الذات - القناعة) ومتغير (مستوى التعليم).

■ وجود علاقة ارتباطيه موجبة عند مستوى دلالة (0.1) بين أبعاد مقياس الرضا عن الحياة (السعادة - السلوك الاجتماعي - الطمأنينة - الاستقرار النفسي - تقدير الذات - القناعة) ومتغير (الحالة الصحية).

٦- هناك ارتباط موجباً دالاً إحصائياً بين محور العلاقات الأسرية وأبعاد (الاستقرار النفسي - تقدير الذات) وذلك عند مستوى دلالة (0.1).

■ هناك ارتباط موجباً دالاً إحصائياً بين محور العلاقات الاجتماعية وأبعاد (السلوك الاجتماعي - الطمأنينة) وذلك عند مستوى دلالة (0.1).

■ هناك ارتباط موجباً دالاً إحصائياً بين محور تخطيط الأنشطة وأبعاد (تقدير الذات - السلوك الاجتماعي) وذلك عند مستوى دلالة (0.1).

- هناك ارتباط موجباً دالاً إحصائياً بين محور الأنشطة الثقافية وأبعاد (القناعة - السلوك الاجتماعي) وذلك عند مستوى دلالة (٠.١).
- هناك ارتباط موجباً دالاً إحصائياً بين محور الأنشطة الترويحية وأبعاد (السلوك الاجتماعي-تقدير الذات) وذلك عند مستوى دلالة (٠.١).
- هناك ارتباط موجباً دالاً إحصائياً بين محور الأنشطة الاجتماعية وأبعاد (السعادة - القناعة) وذلك عند مستوى دلالة (٠.١).
- هناك ارتباط موجباً دالاً إحصائياً بين محور الأنشطة الدينية وأبعاد (الطمأنينة -تقدير الذات) وذلك عند مستوى دلالة (٠.١).
- هناك ارتباط موجباً دالاً إحصائياً بين محور الأنشطة الرياضية وأبعاد (السعادة - القناعة) وذلك عند مستوى دلالة (٠.١).
- هناك ارتباط موجباً دالاً إحصائياً بين محور الهوايات وأبعاد (الطمأنينة - الاستقرار النفسي) وذلك عند مستوى دلالة (٠.١).

#### توصيات البحث:

- ١- ضرورة قيام المؤسسات الإعلامية والتربوية الراديو والتلفزيون والصحف والمجلات والكتب والجامعات والمعاهد بشرح أهمية أوقات الفراغ للمسنين وكيفية استثمارها في أنشطة وفعاليات الفراغ والترويج الإيجابية.
- ٢- ضرورة تطوير مناهج ومقررات المراحل التعليمية المختلفة لزيادة وعي الطلاب لماهية مرحلة الشيخوخة والتغيرات المصاحبة لها واحتياجاتها وأن نصح فيها النظرة والمعتقدات الخاطئة عن تلك المرحلة.
- ٣- التوسع في إنشاء أندية المسنين في كافة المحافظات فهي تساعد على خلق العلاقات الاجتماعية بينهم وتحول بينهم وبين المشكلات المترتبة على بقائهم في المنزل، كما أنها تساعد على شغل وقت فراغهم بطريقة إيجابية وتعمل على استمرار ربطهم بالحياة والناس ويمكنهم من خلال ممارسة هواياتهم المختلفة.

- ٤- وضع آلية لرعاية المسنين على المستوى القومي كما هو متاح لفئتي الطفولة والشباب وما يتم في الوقت الحاضر بالنسبة للمرأة والعمل على تحقيق ذلك انطلاقاً من ترسيخ قيم العدل والمساواة لكل فئات المجتمع.
- ٥- اهتمام وسائل الإعلام المقروءة والمسموعة والمرئية بالمسنين وقضاياهم وأن يتم تخصيص مساحة محددة لهم ضمن الخريجة الإعلامية.

#### البحوث المقترحة

- ١- فاعلية برنامج إرشادي للأستفادة من الأنشطة الترويحية في مشروعات انتاجية و علاقته بالتوافق الاجتماعي لدى المسنين.
- ٢- الرعاية المنزلية للمسنين وأثرها على تكيفهم النفسي.
- ٣- العلاقة بين الرضا عن الحياة والشعور بالوحدة النفسية لدى المسنين.
- ٤- تأثير العلاقات الاجتماعية والأزمات المادية على الرضا عن الحياة لدى المسنين.
- ٥- اتجاهات الأبناء نحو آبائهم المسنين وعلاقته برضا الآباء عن الحياة.
- ٦- تخطيط وقت الفراغ للمسنين وأثره على التوافق الاجتماعي.
- ٧-دراسة مقارنة لتخطيط وقت الفراغ بين المسنين المقيمين داخل أسرهم والمقيمين في دور المسنين.