



برنامج مقترح للوقاية من مشكلات التوافق الأسري لمرحلة ما بعد التقاعد لأسر المتقاعدين في المجتمع السعودي.

A proposed program for prevention of family compatibility problems .after retirement stage for retiree's families in the Saudi society

ندى بنت عبد الله عبد الرحمن السيامي

ماجستير علوم أسرية – كلية علوم الإنسان والتصاميم – جامعة الملك عبد العزيز – جدة

nalsiyami@stu.kau.edu.sa

د. عواطف بنت عبد العزيز عبد الملك لبني

أستاذ مشارك بقسم العلوم الأسرية – كلية علوم الإنسان والتصاميم – جامعة الملك عبد العزيز – جدة

aalabani@kau.edu.sa

الملخص

الكلمات المفتاحية: برنامج، التوافق الأسري، المشكلات الأسرية، مرحلة التقاعد، والمتقاعدين. التقاعد من المراحل الهامة، حيث أظهر تقرير المؤسسة العامة للتقاعد لعام (2020)، أن نسبة أعداد المتقاعدين تزايدت بمقدار (3.91%) عن العام (2019)، لذلك بات الاهتمام باحتياجات ومشكلات المتقاعدين وأسرهم، وإعداد البرامج المساهمة في تحسين أوضاعهم أمرًا تفرضه ظروف المجتمع وسعيه للتنمية، ويهدف البحث الحالي إلى الكشف عن مشكلات التوافق الأسري لمرحلة التقاعد من وجهة نظر كلاً من المتقاعدين وأسر المتقاعدين. واتبع الباحث المنهج الوصفي التحليلي، لوصف ظاهرة مشكلات التوافق الأسري المصاحبة لمرحلة التقاعد من خلال الأدبيات والدراسات السابقة، والتي أظهرت ضعف في التوافق الأسري بين المتقاعدين وأفراد أسرهم، ووجود قصور في توعية المتقاعدين وأسر المتقاعدين بمرحلة التقاعد والمشكلات المصاحبة لها، وتكونت عينة البحث من المتقاعدين (409) وأسر متقاعدين (430) بمدينة مكة المكرمة وجدة.

وشملت أدوات البحث: استبانتيين إلكترونيتين وُجهت أحدهما للمتقاعدين والثانية لأسر متقاعدين للتعرف على مشكلات التوافق الأسري لمرحلة ما بعد التقاعد من وجهة نظر كلا العينتين.

وكان من أهم النتائج التي توصل إليها البحث: قائمة مشكلات التوافق الأسري لمرحلة ما بعد التقاعد من وجهة نظر المتقاعدين وأسر المتقاعدين والفروق الوصفية بينهم. كما كشفت النتائج



www.mecsj.com/ar/

المجلة الإلكترونية الشاملة متعددة المعرفة لنشر الأبحاث العلمية والتربوية (MECSJ)

العدد الأربعون (آب) 2020

ISSN: 2617-9563

عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مشكلات التوافق الأسري لمرحلة ما بعد التقاعد من وجهة نظر كلاً من المتقاعدين وأسر المتقاعدين عند مستوى دلالة ألفا (0.05)، وفي ضوء النتائج تم تصميم البرنامج المقترح.

كما يوصي البحث الحالي بأهمية تصميم المزيد من البرامج الموجهة لأسر المتقاعدين، والأكثر اختصاصاً بفئاتهم (أزواج – أبناء)، بالإضافة إلى البرامج التوعوية للمتقاعدين فيما يختص بالتخطيط المسبق للميزانية والمعاش التقاعدي.

Abstract

Keywords: program, family adjustment, family problems, retirement stage, retirees

Retirement is one of the important stages, as the report of the Public Pension Agency for the year (2020) showed that the percentage of the number of retirees increased by (3.91%) over the year (2019), so paying attention to the needs and problems of retirees and their families, and preparing programs that contribute to improving their conditions is an issue imposed by the conditions of society. And his pursuit of development, and the current research aims to reveal the problems of family adjustment for the retirement stage from the point of view of both retirees and families of retirees

The research followed the descriptive analytical approach, to describe the phenomenon of family adjustment problems associated with the retirement stage through previous literature and studies, which showed a weakness in family adjustment between retirees and their family members, and a lack of awareness of retirees and families of retirees in the retirement stage and the problems associated with it. The research



sample consisted of retirees (409) and retired families (430) in the cities
.of Makkah and Jeddah

The search tools included: two electronic questionnaires, one of which
was directed to retirees and the second to retired families, to identify the
problems of family adjustment for the post-retirement stage from the
.point of view of both samples

Among the most important findings of the research: a list of family
compatibility problems for the post-retirement stage from the point of
view of retirees and families of retirees and the descriptive differences
between them. The results also revealed that there were no statistically
significant differences between family adjustment problems for the
post-retirement stage from the point of view of both retirees and retired
families at the alpha significance level (0.05), and in light of the results,
.the proposed program was designed

The current research also recommends the importance of designing
more programs directed at the families of retired people, and more
specialized in their categories (husbands - children), in addition to
awareness programs for retirees with regard to advance planning of the
.budget and pension

المقدمة:

يمر الإنسان في حياته بمراحل النمو المتتالية، بدايةً بالطفولة مروراً والمراهقة والشباب ثم
الكهولة وصولاً إلى مرحلة الشيخوخة، ولكل مرحلة احتياجاتها ومشكلاتها المختلفة والتي تزداد
تعقيداً مع التقدم في العمر، وتعد مرحلة التقاعد مرحلة هامة يمر بها الإنسان العامل؛ لما لها من
تأثير على حياته، ولأن العمل كما فسرتها نظرية الدور أحد الأدوار الأساسية التي يلعبها الفرد،



www.mecsaj.com/ar/

المجلة الإلكترونية الشاملة متعددة المعرفة لنشر الأبحاث العلمية والتربوية (MECSJ)

العدد الأربعون (آب) 2020

ISSN: 2617-9563

فهو الذي يحدد مركزه ونظريته إلى نفسه ونظرة الآخرين له، وقد يفقده التقاعد عددًا من هذه المزايا. ولأن غالبية الأفراد يستمدون قوتهم ومكانتهم الاجتماعية من منجزاتهم وأعمالهم، فإن فقدانهم للعمل يكون بمثابة مشكلة وأزمة لهم كما فسرتها نظرية الأزمة.

وكشفت دراسة (العيد، 2014) بأن المتقاعدين يعانون من تدهور في العلاقات الأسرية، الأمر الذي يؤدي إلى شعورهم بالوحدة و الانعزالية والانسحاب التدريجي من المجتمع والحياة الاجتماعية، وأضافت (البواليز، 2012) أن من مظاهر الانسحاب، فقدان العلاقات الاجتماعية وبعض الأنشطة والاهتمامات، وبعضها نتيجةً لتحديد سن التقاعد الإجباري (60 - 66) دون الأخذ باعتبار الحالة العقلية والإنتاجية للمتقاعدين، مما فرض عليهم التخلي عن ممارسة الكثير من أوجه أنشطتهم اليومية، والتي يفقدونها قد تعوق من توافق المتقاعد مع أسرته ومجتمعه. أما عن التقاعد المبكر فقد يأتي نتيجة لتدهور الحالة الصحية، أو تعنت رؤساء العمل أو ظروف شخصية وغيرها.

وفسرت نظرية الانسحاب السلوكيات السابقة بأنها نتائج تختلف بحسب استعداد الأفراد ومتغيراتها، وقد تأتي كنتيجة مصاحبة للمشكلات الصحية والنفسية المتوقعة في مرحلة الشيخوخة. كما أوضحت (غانم، 2016) أن من أهم المشكلات الاجتماعية التي قد يتعرض لها المتقاعدون داخل الأسرة مشاكل في العلاقات الأسرية، وصراع الأدوار، واضطراب الهوية، وأضاف عليها (السميري، 2015) المشكلات الاقتصادية ومشكلات التوافق النفسي.

إن أثر مرحلة التقاعد لا يقتصر على المتقاعد، وإنما يمتد ليشمل أفراد الأسرة، وتظهر هذه الآثار في مشاكل بطابع اجتماعي، فتأثر إيجابًا من خلال التخفيف من ضغوط العمل المؤثرة على علاقة الفرد مع أسرته، أو تؤثر سلبيًا على السعادة الزوجية نتيجة لتغير بعض الأدوار الاجتماعية للمتقاعد. (إبراهيم، 2004) أما عن التقاعد الناجح فيمكن في العلاقات الأسرية المنسجمة، ومواصلة الأنشطة والتفاعلات الاجتماعية، والروح المعنوية المرتفعة. (لوجلي، 2014)

ويؤكد (الشاذلي، 2001) على وجود ظروف معينة على التوافق مع مرحلة التقاعد كنوع التقاعد واتجاه المتقاعد نحو هذه المرحلة، والحالة الاقتصادية الجيدة، كذلك الأنشطة والاهتمامات البديلة التي أشارت إليها نظرية النشاط. وأضافت نظرية السمات والشخصية بأن هذه الأنشطة



www.mecsj.com/ar/

المجلة الإلكترونية الشاملة متعددة المعرفة لنشر الأبحاث العلمية والتربوية (MECSJ)

العدد الأربعون (آب) 2020

ISSN: 2617-9563

تأتي بما يتناسب مع سمات شخصية المتقاعد وميوله، بينما يضعف التوافق مع التقاعد ظروف أخرى، كالحالة الصحية الجيدة عند التقاعد، وضعف العلاقات الأسرية.

إن مشكلة مرحلة التقاعد ليست مسألة فردية بالمتقاعد، إنما هي مشكلة أسرية اجتماعية تخص المجتمع بأسره، فالأسرة هي الوحدة الأساسية في بناء المجتمع، وهي المؤثر والمتأثر بكل ما يدور حولها من متغيرات، فالخلل الذي يصيب البناء الأسري أو أحد أفراده يؤدي إلى خلق صعوبات تعوق التوافق أو القيام بالأدوار سواء من داخل الأسرة أو من خارجها، مما يؤدي إلى تغيرات اجتماعية تطرأ على المجتمع وتوهنه. (خطابي، 2015)

وأظهر تقرير المؤسسة العامة للتقاعد لعام (2020)، أن نسبة أعداد المتقاعدين تزايدت بمقدار (3.91%) عن العام (2019)، لذلك بات الاهتمام بمشكلات المتقاعدين وأسرهم وإعداد البرامج المساهمة في تحسين أوضاعهم أمراً تفرضه ظروف المجتمع وسعيه للتنمية، كما أن وضوح هذه المشكلات يساعد الرّاعين للمتقاعدين في وضع البرامج الوقائية لهم، وبينت (المرعب، 2010) أهمية البرامج التدريبية ودورها في خفض الآثار السلبية المصاحبة لمرحلة التقاعد والشيخوخة، مع الأخذ بالاعتبار العوامل (الاقتصادية، الصحية، الاجتماعية) وغيرها. (النوايسة، 2006) (خطابي، 2015) (المؤسسة العامة للتقاعد)

وتهدف البرامج الوقائية إلى تحليل الاحتياجات على نحو يساهم في تطوير المعارف والمهارات المطلوبة لدى الأفراد، ليؤدوا مهامهم بشكل صحيح وللوقاية من المشكلات المتوقعة، وأظهرت نتائج دراسة (النوايسة، 2006) بأن كبار السن أكثر ميلاً لاستخدام استراتيجيات التكيف الإيجابية، وممارسة سلوكيات التقبل للاستمرار في الحياة، وهو ما أكدت عليه نظرية الاستمرارية.

ويتضح مما سبق أهمية التعرف على مشكلات التوافق الأسري المصاحبة لمرحلة التقاعد من وجهة نظر المتقاعدين وأسر المتقاعدين، وحصرها وتصنيفها، مع ضرورة توعية المقبلين على مرحلة التقاعد بهذه المشكلات وطرق الوقاية منها، من خلال إعداد وتصميم البرامج التدريبية الموجهة لهم.



www.mecsaj.com/ar/

المجلة الإلكترونية الشاملة متعددة المعرفة لنشر الأبحاث العلمية والتربوية (MECSJ)

العدد الأربعون (آب) 2020

ISSN: 2617-9563

مشكلة البحث وتساؤلاته:

تتلخص مشكلة البحث في ضعف التوافق الأسري بين المتقاعدين وأفراد أسرهم كما أكدتها دراسة (البواليز، 2012)، وانسحابهم الاجتماعي مما نتج عنه تدخلات بشؤون أفراد أسرهم، ووجود قصور في توعية المتقاعد وأسر المتقاعدين بمرحلة التقاعد والمشكلات المصاحبة لها كما أكدتها دراسة (عبد الجليل، 2010) و(العديد، 2014)، إضافة إلى ندرة الدراسات السابقة في المجتمع السعودي في مجال وقاية أسر المتقاعدين، وعليه نشأت فكرة البحث الحالي، ويمكن صياغة السؤال الرئيس في/ ما البرنامج المقترح للوقاية من مشكلات التوافق الأسري لمرحلة

ما بعد التقاعد لأسر المتقاعدين في المجتمع السعودي؟

وينبثق من السؤال الرئيس السابق الأسئلة الفرعية التالية:

- ما مشكلات التوافق الأسري لمرحلة ما بعد التقاعد من وجهة نظر المتقاعدين؟
- ما مشكلات التوافق الأسري لمرحلة ما بعد التقاعد من وجهة نظر أسر المتقاعدين (الزوج أو الزوجة، الأبناء)؟
- ما الاختلاف بين مشكلات التوافق الأسري لمرحلة ما بعد التقاعد من وجهة نظر كلاً من المتقاعدين وأسر المتقاعدين؟
- ما إجراءات البرنامج المقترح للوقاية من مشكلات التوافق الأسري لمرحلة ما بعد التقاعد لأسر المتقاعدين في المجتمع السعودي؟
- أهداف البحث/ يهدف البحث إلى:
 - الكشف عن مشكلات التوافق الأسري لمرحلة ما بعد التقاعد من وجهة نظر المتقاعدين.
 - الكشف عن مشكلات التوافق الأسري لمرحلة ما بعد التقاعد من وجهة نظر أسر المتقاعدين (الزوج أو الزوجة، الأبناء).
 - التعرف على الفرق بين مشكلات التوافق الأسري لمرحلة ما بعد التقاعد لكلاً من المتقاعدين وأسر المتقاعدين.
 - تقديم برنامج مقترح يساهم في الوقاية من مشكلات التوافق الأسري لمرحلة ما بعد التقاعد لأسر المتقاعدين في المجتمع السعودي.

أهمية البحث/ قد تساعد نتائج البحث في:

1/ توعية المتقاعدين وأفراد أسر المتقاعدين بمشكلات التوافق الأسري المحتملة والمصاحبة لمرحلة التقاعد.

2/ تزويد المسؤولين في مجال رعاية المتقاعدين، بأبرز مشكلات التوافق الأسري لمرحلة التقاعد لتصميم البرامج الوقائية لهم.

3/ تزويد الباحثين في مجال العلوم الإنسانية والاجتماعية، بأبرز مشكلات التوافق الأسري لمرحلة التقاعد، لإجراء المزيد من الأبحاث والدراسات التي تسهم في فهم هذه المشكلات للوقاية منها.

فرض البحث/ توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ألفا (0,05) بين مشكلات التوافق الأسري لمرحلة ما بعد التقاعد من وجهة نظر كلاً من المتقاعدين وأسر المتقاعدين.

مصطلحات البحث:

(1) البرنامج: عرفها (الجندي، 2002) بأنها الخطة المرسومة لعمل ما، كما أنه مجموعة من الوحدات المخططة لتحقيق أهداف معينة بحيث تمهد كل وحدة للوحدة التي تليها بحيث يتضح الترابط فيما بينهما.

وعُرف إجرائياً بأنه كل ما تمارسه الأسرة من أنشطة تفاعلية منظمة، تعتمد على بعضها البعض، بحيث يمهد كل محور من الأنشطة للمحور الذي يليه، وتكون استجابة متكاملة من شأنها أن تؤدي إلى التوافق الأسري بين أفراد الأسرة الواحدة، من خلال اكتساب مهارات وخبرات مرغوبة.

(2) التقاعد: هو انقطاع الشخص عن أداء وظيفة ما ظل يؤديها حتى سن التقاعد، ولكن ذلك لا يعني أن الشخص أصبح غير قادر على العمل تماماً. (خليفة، 1997)

وعُرف إجرائياً بأنه المرحلة الحتمية للموظفين، حيث يترك فيها الموظف وظيفة كان يشغلها، إجبارياً دون اعتبار لمهاراته وإنجازاته بناءً على أنظمة معينة، أو اختيارياً بناءً على رغبات واحتياجات شخصية، وانسحابه من الحياة المهنية المملوءة بالنشاط، إلى حياة أكثر هدوءاً وفراغاً.

(3) المتقاعد: عرفه (المرزوق، 1423) بالعامل الذي أُحيل إلى التقاعد بعد بلوغه السن النظامية التي تحدده جهة العمل، ويتوقع أن تطرأ على حياته تغييرات محتملة في



www.mecsaj.com/ar/

المجلة الإلكترونية الشاملة متعددة المعرفة لنشر الأبحاث العلمية والتربوية (MECSJ)

العدد الأربعون (آب) 2020

ISSN: 2617-9563

العلاقات الاجتماعية و حياة العمل والنشاط ومقدار الدخل الشهري وزيادة وقت الفراغ، والتي يمكن أن يعبر عنها بالاحتياجات الاجتماعية والاقتصادية والتربوية. وعُرف إجرائيًا بأنه هو الموظف الذي أحيل للتقاعد إما إجباريًا لبلوغه السن النظامية في جهة عمله، أو اختياريًا بناءً على رغبة منه، ويتقاضى معاشًا تقاعديًا على خدمته، وساهم ذلك في التأثير على حياته، وعلى توافقه الأسري والاجتماعي، وعلى أسرته والأفراد المحيطين من حوله.

(4) التوافق الأسري: هو قدرة أفراد الأسرة على الانسجام معًا، وإحساسهم بالسعادة والراحة في نطاق الحياة الأسرية، وإقامة علاقات اجتماعية متبادلة مع الآخرين والتي تتسم بالحب والعطاء من ناحية والعمل المنتج الذي يجعل من الفرد شخصًا فاعلًا ونافعًا في محيطه من ناحية أخرى. (عبد الله، 2006)

وعُرف إجرائيًا بأنه قدرة أفراد الأسرة، على التغلب معًا على مشكلات مرحلة التقاعد المصاحبة لتقاعد أحد أفرادها، والمؤثرة على علاقاتهم و انسجامهم وترابطهم الأسري، من خلال التكيف الجيد بإشباع حاجات أفرادها، وتحقيق مطالبهم والموازنة بين الالتزامات والمتطلبات، لجعلهم أفراد فاعلين اجتماعيًا، مع الشعور بالسعادة والانتماء للأسرة.

الإطار النظري:

مرحلة التقاعد ونشأته:

نمى مفهوم التقاعد في المجتمعات الصناعية، وهو أكثر انحصارًا بالإنسان العامل، ويعد نظام اجتماعي شامل الهدف منه أن يكون وسيلة لرفع الظلم عن العمال الذين كانوا يقضون معظم حياتهم في ساعات العمل، دون وجود أي حفظ لحقوقهم، وبمجرد انخفاض قدراتهم الإنتاجية بسبب العوارض الصحية أو التقدم في العمر يتم الاستغناء عن خدماتهم.

لذلك اتفقت معظم قوانين التوظيف في بلدان العالم على وجوب تحديد سن معين تنتهي عندها خدمة الموظف يحال إلى التقاعد، وأصبح سن التقاعد سنًا معلومًا لا يتجاوز مده (60 - 70) سنة تبعًا لقوانين الدول بأجور تسمح للمتقاعد بالعيش الكريم في مجتمعه، لأن الاحتمال القائم والمتفق عليه هو أن إنتاجية الفرد وقدراته تتناقص في هذه الفترة نتيجة التقدم في العمر.



www.mecsaj.com/ar/

المجلة الإلكترونية الشاملة متعددة المعرفة لنشر الأبحاث العلمية والتربوية (MECSJ)

العدد الأربعون (آب) 2020

ISSN: 2617-9563

إن التقاعد لا يعني العجز والضعف، فليس كل متقاعد هو شيخ كبير، فمقياس العمر الزمني للشيخوخة وجعله مرتبطاً بالتقاعد ليس دقيقاً، لأن الشيخوخة مرحلة متقدمة عن التقاعد. وقد وضعت أنظمة التقاعد بالمملكة نوعين للتقاعد من الوظيفة هما: التقاعد الإجباري الذي يبلغ عنده الفرد سن التقاعد وهو (60) عامًا لغالبية الوظائف العامة، والتقاعد الاختياري أي حسب طلب الموظف نفسه كحق من حقوقه. (عبد الجليل، 2010) (الغريب، 2009)

أنواع التقاعد في المملكة العربية السعودية:

يوجد في المملكة العربية السعودية نوعين للتقاعد هما:

(1) **التقاعد الإجباري:** ويأخذ صفة الإلزام في الإحالة إلى التقاعد نتيجة بلوغ الفرد السن القانونية، أو حدوث طارئ أدى إلى إصابة عمل أو عجز كلي لغير الإصابة أثناء العمل، كما يأخذ صفة الإلزام في تنفيذ أمر التقاعد، مما يفاجئ المتقاعد فينتج عنه بعض الآثار السلبية عليه وعلى أسرته.

(2) **التقاعد الاختياري:** وهو التقاعد الذي يكون بناءً على رغبة الفرد العامل، ويبدأ هذا التقاعد في مرحلة مبكرة من العمر قبل بلوغ سن التقاعد بإنقاص ساعات العمل إلى النصف ثم الثلث ثم إلى الربع حتى ينتهي إلى التقاعد النهائي، وقد يتقاعد العامل نهائياً حسب اختياره دون تقليص في ساعات العمل إذا وافقت جهة العمل على ذلك. (عبد الجليل، 2010)

مشكلات مرحلة التقاعد:

بعد استمرار في العمل الوظيفي لسنين عديدة قد تصل لأكثر من نصف عمر الإنسان، تأتي مرحلة التقاعد والتي يترك فيها الفرد حياته الوظيفية، مما قد يدخله في دوامة من المشكلات المتعددة

والتي لم تكن موجودة من قبل، ومن هذه المشكلات ما يلي:

(1) **المشكلات النفسية:** وتأتي نتيجة لفك الارتباط بين الفرد والعديد من الالتزامات التي كان يمارسها، وما قد يصاحب ذلك من شعور بالعزلة والإحباط، وتغير روتين الحياة وزيادة في وقت الفراغ، وقد تتضافر بعض العوامل كضعف الصحة ونقص الدخل والاتجاهات الاجتماعية في مضاعفة المشكلات النفسية. (أبو عوض، 2007)

(2) **المشكلات الاجتماعية:** وتختلف باختلاف الإطار الحضاري والثقافي الذي ينتمي إليه الفرد والاتجاهات السائدة نحو المتقاعدين، وتتركز بوجه عام حول مفهوم التوافق الاجتماعي، والذي يقصد به عملية إحداث تغيير في أنماط السلوك حتى يوائم المتقاعد بين ما يحدث في نفسه من تغيرات مختلفة، وبين ظروف البيئة المحيطة به ليحصل على التوافق. (الشاوش، 2017)

(3) **المشكلات الاقتصادية:** مرحلة التقاعد تعني بمفهوم آخر تناقص في الدخل، وتغير مسمى الراتب الذي يقبضه المتقاعد إلى ما يعرف بالمعاش التقاعدي، وبالتالي انخفاض في مستوى المعيشة، وخاصةً إذا كانت الأسرة من ذوي الدخل المتدني أو المتوسط، وكل هذا قد يخلق التوتر بين أفراد الأسرة، وسوء التخطيط أو عدمه لمرحلة التقاعد يزيد من هذه المشكلات. (الشاوش، 2017)

(4) **مشكلات شغل وقت الفراغ:** إن الإحالة للتقاعد تمثل مرحلة انتقال من حياة مملوءة بالعمل والنشاط والعلاقات الاجتماعية إلى حياة العزلة والانسحاب، وأن العجز في شغل وقت الفراغ بما هو إيجابي ومفيد، يترتب عليه زيادة في المشكلات كالتدخل في شؤون الأسرة والأبناء، أو الإصابة بالوحدة والاكتئاب وبعض الأمراض الجسمية والنفسية. (عبد الجليل، 2010)

(5) **المشكلات الصحية:** تتأثر الحالة للصحة للمتقاعد بالعديد من العوامل الاجتماعية والثقافية، كمستوى المعيشة ودرجة التعليم، وارتفاع مستوى الصحة العامة، إضافة إلى التغيرات في عمل أجهزة الجسم تبعاً للتقدم في العمر، وظهور بعض أمراض الشيخوخة، وضعف الحواس. (السفاسفة وعربيات، 2005)

مراحل التقاعد للإنسان العامل:

تختلف الاستجابة لمرحلة التقاعد من فرد لآخر، فبعضهم يستقبلها بالمسرة والرضى، وبعضهم يعدّها كارثة نزلت عليه، إلا أن التقاعد كعملية ودور اجتماعي ينطوي على ست مراحل، ونظراً لاختلاف خبرة التقاعد من شخص لآخر، فإنه يستحيل تحديد عمر معين لكل مرحلة من هذه المراحل، كما أنه ليس من المحتمل أن يمر كل الأفراد بهذه المراحل جميعها وبنفس الترتيب.

أولاً/ **مرحلة ما قبل التقاعد** وفيها تتزايد السرعة التي يحدث بها العديد من التغيرات الحادة؛ مقاساً ذلك بدرجة انخفاض الكفاية الوظيفية، وتنقسم إلى **بعيدة المدى** وتحدث قبل الدخول في



www.mecsaj.com/ar/

المجلة الإلكترونية الشاملة متعددة المعرفة لنشر الأبحاث العلمية والتربوية (MECSJ)

العدد الأربعون (آب) 2020

ISSN: 2617-9563

مرحلة التقاعد عن العمل بفترة طويلة، وقريبة المدى حيث يدرك العاملون أن تقاعدهم بات وشيكًا.

ثانيًا/ مرحلة الأثر المبدئي وتمثل الانتقال من دور العامل إلى غير العامل، ويختلف سلوك المتقاعدين في هذه المرحلة، حيث يتطلع البعض لعمل أشياء لم يكن لديه وقت كافي لإنجازها، ويصاحبه الحماس والشعور الزائد بالنشاط.

ثالثًا/ مرحلة زوال الوهم حيث تُفقد الأحاسيس السابقة جاذبيتها، ويشعر المتقاعد ببطء إيقاع الحياة، وينظر نظرة جديدة لحياته التي يشوبها الاكتئاب في بعض الأحيان، وتتأثر هذه النظرة بعدة عوامل اقتصادية واجتماعية، كالدخل المنخفض، وسوء الصحة، وعدم تفهم المجتمع له.

رابعًا/ مرحلة إعادة التكيف فيبدأ المتقاعد بتطوير نظرة أكثر واقعية نحو موضوع التقاعد بما في ذلك تقليب الخيارات والفرص المتوفرة أمامه، ليبدأ بتقبل حقيقة التقاعد.

خامسًا/ مرحلة الاستقرار ويختلف الأفراد في معدلات وصولهم إلى هذه المرحلة، فالبعض يصل إليها متأخرًا بعدة مراحل، وبعضهم يصل إليها باكراً دون المرور بعدد من المراحل السابقة.

سادسًا/ المرحلة النهائية وفيها يفقد التقاعد الكثير من أهميته، وتحل محله أمور أخرى ذات أهمية أكبر لدى بعض المتقاعدين، كالأمراض وضعف الصحة، وبداية الإعاقات بسبب كبر السن، أو عندما يصبح الفرد عاجزاً غير قادر على العناية بنفسه. (أبو حطب، 2016)

أنماط تكيف المتقاعدين:

إن اختلاف المتقاعدين في مرورهم عبر مراحل التقاعد السابقة، يؤكد على وجود أنماط متعددة للتكيف مع مرحلة التقاعد، وهو ما أثبتته (Reichard, 1968) أنه يوجد خمسة أنماط للمتقاعدين، حيث مثلت الأنماط الثلاثة الأولى التوافق الجيد، و النمطين الأخيرين التوافق السيء فيما يلي:

- (1) النمط الناضج: وفيه يقع المتقاعدون الذين يقبلون التقاعد بسهولة ويسر، دون الندم على ما فات، كما يمتازون بالقدرة على إيجاد أعمال جديدة، وإقامة علاقات جيدة تملأ فراغهم.
- (2) نمط أصحاب الكرسي الهزاز: وهم الذين يستقبلون مرحلة التقاعد بالرضا، ويعتبرونها كمرحلة للاسترخاء والتأمل والراحة والاستمتاع بالتقدم في العمر.

- (3) **نمط ذوو الدروع:** وتمتاز هذه الفئة بتطوير أنماطاً جديدة لحياتهم تتصف بالنشاط والتنظيم الجيد حتى يكون سلاحاً لهم ضد التقدم في العمر، لحماية أنفسهم من مشكلات مرحلة التقاعد.
- (4) **النمط الغاضب:** وهذه الفئة تحاول إسقاط سبب فشلها في الوصول إلى أهدافها، والمشكلات التي يعانيتها على الآخرين، ويشمل هذا النمط المتقاعدين الذين لا يستطيعون مواجهة فكرة التقدم في العمر، وقد يفشلون في التغلب على مواجهة أزمة التقاعد.
- (5) **النمط الكاره للذات:** وهم الأشخاص الذين يلومون أنفسهم على كل فشل يلحقهم، وعادةً ما يقودهم هذا الشعور إلى الانزلاق في عالم الحزن والكآبة، وغالبًا ما يفشلون في التغلب على أزمتهم التقاعدية. (الطراونة، 2012) (عبد الجليل، 2010)

مجالات التوافق الأسري:

إن التوافق الأسري ليس توافقاً واحداً، وإنما توافق متعدد الأنواع أو متعدد الأبعاد والمجالات، ويختلف وفق حجم الأسرة، وتنوع العلاقات بين أفرادها، وتعدد الأدوار الاجتماعية فيها، ومن أبرز مجالات التوافق الأسري:

- (1) **التوافق الاجتماعي:** هو عقد الفرد لصلات وعلاقات طبيعية مرضية مع الآخرين والاعتراف بحاجته إليهم، ففي المجال الأسري أن يقيم الرجل والمرأة علاقة زوجية تقوم على السكينة والطمأنينة بحيث يشعر كل طرف بحاجته إلى الطرف الآخر، وينطبق ذلك على الآباء والأبناء.
- (2) **التوافق الاقتصادي والمادي:** إن انخفاض المستوى الاقتصادي للأسرة قد يثير كثيراً من المشكلات الأسرية، كذلك الأمر عند ترك العمل بتقاعد وغيره، فإن هذا الأمر يتطلب من أفراد الأسرة إعادة تشكيل عاداتهم ورغباتهم في إطار هذا التغيير الذي حدث للأسرة.
- (3) **التوافق الجنسي:** يلعب التوافق الجنسي دوراً بالغ الأهمية في الحياة الزوجية، في الإشباع الجنسي أحد أهم الدوافع التي يسعى إليها الإنسان بالزواج.
- (4) **التوافق الديني:** يعد الدين من أهم النظم الاجتماعية التي لها أهمية خاصة في مجال توافق الفرد مع أسرته ومجتمعه، ذلك أن الدين هو عقيدة وتنظيم للمعاملات بين الناس وذو أثر عميق في تكامل الشخصية واتزانها.



www.mecs.com/ar/

المجلة الإلكترونية الشاملة متعددة المعرفة لنشر الأبحاث العلمية والتربوية (MECSJ)

العدد الأربعون (آب) 2020

ISSN: 2617-9563

(5) التوافق الثقافي: ويقصد به التقارب بين أفراد الأسرة في المستوى الثقافي لكل منهم، كما أصبح من الأمور المهمة للتفاهم والانسجام والمحبة بينهم. (الربيعي، 2011)

العوامل المؤثرة على التوافق الأسري:

يتأرجح التوافق الأسري بين الحسن والسيئ بفعل عدد من العوامل المختلفة والمؤثرة عليه، والتي عادةً ما تكون إما داخلية بين أفراد الأسرة، أو خارجية من المجتمع المحيط، وقد تكون غريزة فطرية يولد بها الفرد، أو سلوكيات متعلمة ومكتسبة تربي عليها، وهي:

(1) العوامل الاجتماعية: تستجيب الأسرة للأحداث المتشابهة بصورة مختلفة، وهذه الأحداث قد تؤدي إلى تماسك الأسرة وتضامنها حتى يتمكنوا من التغلب عليها، وقد تؤدي إلى انهيارها.

(2) العوامل الشخصية: وتشمل السمات المزاجية وهي التي ترجع إلى ارتباط مجموعة من الصفات الوراثية التي تحدد ردود الفعل الانفعالية والعاطفية عند الفرد وقد تشابهها أو اختلافها عند الطرفين.

(3) العوامل المادية: كالقضايا المتعلقة بالاقتصاد والمال في الحياة الأسرية، فهي المعاملات الواقعية بين الزوجين وأطراف الأسرة، وهي دائمة ومستمرة لا يمكن التغاضي عنها ولا تسير الحياة بدونها. (الربيعي، 2011)

إجراءات البحث:

أولاً منهج البحث: اعتمد الباحث المنهج الوصفي التحليلي، والذي يعتمد على جمع البيانات والمعلومات المطلوبة (النفسية والصحية والاجتماعية والاقتصادية والثقافية) من عينة البحث المتمثلة في المتقاعدين وأسر المتقاعدين بواسطة الاستبانة، ومن ثم دراسة الاستجابات وتحليلها.

ثانياً عينة البحث: طُبق البحث على عينة تكونت من (409) متقاعدين (ذكور وإناث) تقاعد إجباري أو مبكر، وأسر متقاعدين (430) بمدينة مكة المكرمة وجدة، تم اختيارهم بطريقة مقصودة شبكية (كرة الثلج)، وفيما يلي جداول عرض لخصائص العينة:

جدول رقم (1) وصف عينة المتقاعدين

المتغير	وصف المتغير	التكرار	النسبة المئوية
المدينة	مكة المكرمة	233	57%
	جدة	176	43%
الجنس	ذكر	142	35%
	أنثى	267	65%



www.mecsaj.com/ar/

المجلة الإلكترونية الشاملة متعددة المعرفة لنشر الأبحاث العلمية والتربوية (MECSJ)

العدد الأربعون (آب) 2020

ISSN: 2617-9563

26%	106	إجباري	نوع التقاعد
74%	303	اختياري (مبكر)	
83%	339	متزوج/متزوجة	الحالة الاجتماعية
7%	30	مطلق/مطلقة	
10%	40	أرمل/أرملة	
1%	5	أمي	مستوى التعليم
6%	25	أقل من ثانوي	
16%	65	المرحلة الثانوية أو ما يعادلها	
77%	314	جامعي	
45%	183	متعافى خالي من الأمراض	الحالة الصحية
54%	223	أعاني من بعض الأمراض المزمنة	
1%	3	متدهورة صحياً	
8%	33	منخفض	المستوى الاقتصادي
84%	342	متوسط	
8%	34	مرتفع	
100%	409 إجابة	مجموع الاستجابات	

يتبين من خلال جدول رقم (1) أنه بلغ عدد الذكور (35%) والإناث (65%)، نتيجة لطبيعة الإناث الاجتماعية وسرعة تفاعلهم وتجاوبهم، المتقاعدين إجبارياً بلغوا (26%) والمتقاعدين مبكراً (74%)، وقد تعزى ارتفاع نسبة التقاعد المبكر إلى أن غالبية المستجيبين من الإناث، حيث أن نسبة التقاعد المبكر للإناث بلغ (77%) بحسب إحصائية التقاعد لعام (2018)، جاء المتقاعدين الذين يعانون من أمراض مزمنة (54%)، والمتعافين (45%)، و(1%) للمتدهورة صحتهم، نتيجة لأن الفترة العمرية للمتقاعدين هي الفترة الزمنية التي تكثر فيها الإصابات بالأمراض المزمنة على اختلاف أنواعها.

جدول رقم (2) وصف عينة أسر متقاعدين

المتغير	وصف المتغير	التكرار	النسبة المئوية
المدينة	مكة المكرمة	148	34%
	جدة	282	66%
صلتك بالمتقاعد	زوج متقاعدة	20	5%
	زوجة متقاعد	80	18%
	ابن أو ابنة متقاعد	330	77%
المستوى التعليمي	أقل من ثانوي	11	3%
	ثانوي أو ما يعادلها	75	17%
	جامعي	344	80%
بيانات متقاعدي الأسر			
نوع التقاعد	إجباري	202	47%
	اختياري (مبكر)	228	53%
مستواه التعليمي	أمي	22	5%



www.mecsj.com/ar/

المجلة الإلكترونية الشاملة متعددة المعرفة لنشر الأبحاث العلمية والتربوية (MECSJ)

العدد الأربعون (آب) 2020

ISSN: 2617-9563

19%	82	أقل من ثانوي	حالته الصحية
26%	113	المرحلة الثانوية أو ما يعادلها	
50%	213	جامعي	
38%	163	متعافى خالي من الأمراض	
58%	250	يعانى من بعض الأمراض المزمنة	
4%	17	متدهور صحياً	المستوى الاقتصادي
16,5%	71	منخفض	
74%	318	متوسط	
9,5%	41	مرتفع	
100%	430 استجابة	مجموع الاستجابات	

يتبين من خلال جدول رقم (2) أنه قد شكّل أبناء المتقاعدين (77%)، ثم زوجات متقاعدين (18%)، وأزواج متقاعدات (5%)، وذلك نتيجة لنشر الأداة من خلال الإيميل الجامعي على طلبة جامعة الملك عبد العزيز ومنسوبيها.

ثالثاً أدوات البحث:

تم تصميم استبانتيين إلكترونيتين وُجهت أحدهما للمتقاعدين والثانية لأسر لديهم متقاعدين للتعرف على مشكلات التوافق الأسري لمرحلة ما بعد التقاعد من وجهة نظر كلا العينتين. تضمنت الاستبانات خمس مجالات للمشكلات (المجال النفسي، الصحي، الاجتماعي، الاقتصادي، الثقافي)، وتم استخدام مقياس ليكرت الثلاثي، حيث أن استجابات الفقرات على الاستبانة (دائماً = 3، أحياناً = 2، وأبداً = 1) للاتجاه السلبي، وبالعكس للاتجاه الإيجابي، وبلغ عدد الفقرات (35) فقرة لاستبانة المتقاعدين، و(32) فقرة لأسر المتقاعدين.

وتم التأكد من صدق وثبات الأداة من خلال:

1/ صدق المحكمين من خلال عرض أدوات البحث على المتخصصين في المجال.

2/ صدق الاتساق الداخلي وتم حسابه بين معدلات كل مجال والمعدل الكلي للعبارات، كما في

الجدول الآتية:

جدول رقم (3) قيم معاملات الارتباط للمجالات مع الدرجة الكلية للاستبانتيين

استبانة أسر المتقاعدين		استبانة المتقاعدين		المجالات
مستوى الدلالة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	معامل الارتباط	
0,01	**0,850	0,01	**0,659	المجال النفسي الشخصي
0,01	**0,693	0,01	**0,645	المجال الصحي
0,01	**0,886	0,01	**0,552	المجال الاجتماعي
0,01	**0,761	0,01	**0,713	المجال الاقتصادي
0,01	**0,842	0,01	**0,748	المجال الثقافي



www.mecsj.com/ar/

المجلة الإلكترونية الشاملة متعددة المعرفة لنشر الأبحاث العلمية والتربوية (MECSJ)

العدد الأربعون (آب) 2020

ISSN: 2617-9563

من الجدول رقم (3) نجد أن جميع معاملات الارتباط بيرسون بين معدلات كل مجال والمعدل الكلي لعبارات الاستبانة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0,01، حيث كان الحد الأدنى لمعاملات الارتباط لاستبانة المتقاعدين (0,552)، والحد الأعلى (0,748)، أما لاستبانة أسر المتقاعدين بلغ الحد الأدنى (0,693)، فيما بلغ الحد الأعلى (0,886)، وعليه فإن جميع مجالات الأداة متسقة اتساقاً داخلياً مع باقي المجالات مما يدل على صدق الاتساق الداخلي للاستبانيتين.

3/ الثبات الإحصائي:

ويعني استقرار المقياس وعدم تناقضه مع نفسه، أي أن المقياس يعطي نفس النتائج باحتمال مساوٍ لقيمة المعامل إذا أعيد تطبيقه على نفس العينة (عبد الفتاح، 2017). وتم حساب الثبات لأداة البحث باستخدام معامل ألفا كرونباخ، حيث يأخذ معامل الثبات قيمة تتراوح بين الصفر والواحد الصحيح.

جدول رقم (4) قيم معامل الثبات الإحصائي للاستبانيتين

المجالات	استبانة المتقاعدين		استبانة أسر المتقاعدين	
	عدد العبارات	الثبات	عدد العبارات	الثبات
المجال النفسي الشخصي	8	0,599	6	0,537
المجال الصحي	8	0,671	7	0,702
المجال الاجتماعي	8	0,614	8	0,815
المجال الاقتصادي	5	0,579	5	0,628
المجال الثقافي	6	0,446	6	0,768
مجموع العبارات	35	0.792	32	0.909

من الجدول رقم (4) نجد أن الاستبانيتين تتمتعان بقيمة ثبات عالية، حيث بلغت قيمة ألفا الإجمالية لعبارات استبانة المتقاعدين (0.792)، واستبانة أسر المتقاعدين (0,909) وهي قيم ثبات عالية تدل على أنه في حالة إعادة تطبيقهم مرة أخرى على نفس العينة وفي نفس الظروف تعطي نفس النتائج تقريباً، وبذلك يكون تم التأكد من صدق وثبات أداة البحث.

التحليل الإحصائي واستخلاص النتائج:



www.mecsj.com/ar/

المجلة الإلكترونية الشاملة متعددة المعرفة لنشر الأبحاث العلمية والتربوية (MECSJ)

العدد الأربعون (آب) 2020

ISSN: 2617-9563

للإجابة على تساؤل البحث الرئيس ما البرنامج المقترح للوقاية من مشكلات التوافق الأسري لمرحلة ما بعد التقاعد لأسر المتقاعدين في المجتمع السعودي، لا بد من الإجابة على أسئلته الفرعية الأربعة أولاً، وهي:

- ما مشكلات التوافق الأسري لمرحلة ما بعد التقاعد من وجهة نظر المتقاعدين؟
 - ما مشكلات التوافق الأسري لمرحلة ما بعد التقاعد من وجهة نظر أسر المتقاعدين (الزوج أو الزوجة، الأبناء)؟
 - ما الاختلاف بين مشكلات التوافق الأسري لمرحلة ما بعد التقاعد من وجهة نظر كلاً من المتقاعدين وأسرة المتقاعدين؟
 - ما إجراءات البرنامج المقترح للوقاية من مشكلات التوافق الأسري لمرحلة ما بعد التقاعد لأسر المتقاعدين في المجتمع السعودي؟
- وللإجابة على التساؤلين الأول والثاني، تم القيام بعملية تحليل البيانات باستخدام حزم المعالجات الإحصائية (SPSS) التالية وهي: حساب المتوسط الحسابي، والانحراف المعياري، والوزن النسبي، ودرجة الأهمية، وإيجاد الرتب للمتوسطات، وترتيب المشكلات بحسب الأهمية ترتيباً تصاعدياً، بحيث تأخذ المشكلة الأكثر أهمية الرتبة الأولى، والأقل أهمية الرتبة الأخيرة. وفيما يلي جداول التحليل الإحصائية لتساؤلات البحث الأولى والثانية:

التساؤل الأول: ما مشكلات التوافق الأسري لمرحلة ما بعد التقاعد من وجهة نظر المتقاعدين؟

جدول رقم (5) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة الأهمية للمجال النفسي الشخصي للمتقاعدين.

العبارة	المتوسط الحسابي	الرتب	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	درجة الأهمية
ينتابني الشعور بالوحدة	1,68	1	0,608	1.68%	صغيرة
فقداني للعمل (التقاعد) يصيبني بالفتور ويقلل من أنشطتي وإنتاجيتي	1,60	2	0,664	1.60%	صغيرة
ينتابني القلق والتوتر من حياتي بعد التقاعد	1,55	3	0,685	1.55%	صغيرة
أجد الاهتمام بمشاعري وأحاسيسي من أفراد أسرتي	1,53	4	0,660	1.53%	صغيرة
أتق بأن التقاعد مرحلة طبيعية في حياة الإنسان	1,44	5	0,726	1.44%	صغيرة
أشعر بالراحة والأمان لوجود أسرتي حولي	1,33	6	0,651	1.33%	صغيرة
في بعض اللحظات أتمنى الموت	1,15	7	0,424	1.15%	صغيرة
أشعر بالخجل لكوني متقاعدًا	1,14	8	0,399	1.14%	صغيرة

يتضح في جدول رقم (5) بأن مشكلات المجال النفسي والشخصي جاءت بدرجة أهمية صغيرة، وذلك نتيجة لتعاليم الدين الإسلامي الحنيف الذي حفظ حقوق الكبير والوالدين والزوجين، واتفقت النتيجة مع دراسة (حسن، 2011) بأن واقع المتقاعدين في الدول الإسلامية والعربية، قد حفظها الإسلام وحرص عليها، فقد عني عناية خاصة بتوقير الكبار واحترامهم والعطف عليهم والإحسان إليهم، فكانت رعاية الشيوخ والمتقاعدين واجب علينا.

جدول رقم (6) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة الأهمية لمشكلات المجال الصحي للمتقاعدين.

العبارة	المتوسط الحسابي	الرتب	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	درجة الأهمية
أعاني ألماً مستمرة في مفاصلي	2,02	1	0,630	2.02%	متوسطة
تأقلمت مع انخفاض قواي البدنية	1,91	2	0,698	1.91%	متوسطة
أعاني من بعض الأمراض المزمنة	1,82	3	0,766	1.82%	متوسطة
أعاني من الأرق وقلة النوم	1,70	4	0,649	1.70%	صغيرة
أعاني من ضعف بعض حواسي الخمسة	1,60	5	0,591	1.60%	صغيرة
يزداد تمارضي وشكواي بعد التقاعد	1,59	6	0,632	1.59%	صغيرة
أعاني صعوبة في التركيز والاستيعاب	1,53	7	0,560	1.53%	صغيرة
أعاني من النسيان كصعوبة التعرف على أقاربي	1,20	8	0,442	1.20%	صغيرة

يتضح في جدول رقم (6) بأن مشكلات المعاناة من الأمراض المزمنة وآلام المفاصل جاءت بدرجة أهمية متوسطة نتيجة وقوع مرحلة التقاعد ضمن المراحل العمرية المتأخرة، حيث بلغت نسبة أعمار المتقاعدين من 40-60 سنة (71%) وأكثر من 60 سنة (27%)، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (دورغنت، 2019) (الشثري، 2011) (النوايسة، 2006) بأن ضعف الصحة العامة والإصابة بالأمراض المزمنة تزيد من الضغوط والتوتر لدى المتقاعدين، وتستوجب الرعاية والمراعاة لهم من قبل أفراد الأسرة، أما العبارة المعاكسة تأقلمت مع انخفاض قواي البدنية جاءت بدرجة انتشار متوسطة ومؤشرة على رغبة المتقاعدين للتوافق الحسن مع مشكلاتهم الصحية.

جدول رقم (7) الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة الأهمية لمشكلات المجال الاجتماعي للمتقاعدين.

العبارة	المتوسط الحسابي	الرتب	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	درجة الأهمية
أتجادل مع أفراد أسرتي (شريك الحياة - الأبناء) كثيراً	1,92	1	0,654	1.92%	متوسطة
أفضل الصمت على التحدث	1,88	2	0,634	1.88%	متوسطة
تنزعج أسرتي من كثرة تدخلاتي في أمورهم الشخصية	1,61	3	0,663	1.60%	صغيرة
أتألم من تجاهل الناس لي	1,58	4	0,652	1.58%	صغيرة
تسعدني المشاركة في الأنشطة والمناسبات الاجتماعية	1,55	5	0,636	1.55%	صغيرة
أخرج من سوء فهم الناس لتصرفاتي	1,47	6	0,581	1.47%	صغيرة
تكاد تنعدم مشاركتي لأسرتي في اتخاذ قرارات تخصصهم	1,42	7	0,610	1.42%	صغيرة
تربطني علاقات جيدة مع الآخرين	1,26	8	0,526	1.26%	صغيرة



www.mecsjs.com/ar/

المجلة الإلكترونية الشاملة متعددة المعرفة لنشر الأبحاث العلمية والتربوية (MECSJ)

العدد الأربعون (آب) 2020

ISSN: 2617-9563

يتضح في جدول رقم (7) بأن مشكلتيّ المجادلة مع أفراد الأسرة وتفضيل الصمت على التحدث جاءتا بدرجة أهمية متوسطة، وتعد من أبرز المشاكل التي تم رصدها في مجتمع البحث، واتفقت هذه النتيجة مع دراسة (غانم، 2016) (النوايسة، 2006) على أن تواجد المتقاعد بكثرة داخل المنزل وزيادة أوقات فراغه يسبب التوتر لأفراد الأسرة من حوله، وأن هذا التوتر يخلق المشاحنات والجدال بينهم، نتيجة الوضع الجديد الذي آلت إليه الأسرة ولم تعد عليه، واختلفت هذه النتيجة مع دراسة (الشثري، 2011) للمتقاعدين إجبارياً من الذكور في مدينة الرياض.

جدول رقم (8) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة الأهمية لمشكلات مجال الاقتصاد للمتقاعدين.

العبارة	المتوسط الحسابي	الرتب	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	درجة الأهمية
يضايقني نقص المعاش بعد التقاعد	2,06	1	0,784	2.1%	متوسطة
نقص الدخل يمنعني من الوفاء بالتزامات الأسرة واحتياجاتها الأساسية	1,87	2	0,750	1.87%	متوسطة
نقص الدخل يقلل من زيارتي للطبيب	1,70	3	0,734	1.70%	صغيرة
أدير معاشي بشكل متوازن لتلبية احتياجات الأسرة	1,59	4	0,713	1.59%	صغيرة
عدم كفاية معاشي يضعف سلطتي في الأسرة	1,40	5	0,665	1.40%	صغيرة

يتضح في جدول رقم (8) أن مشكلتيّ الضيق من نقص المعاش التقاعدي وعدم القدرة على الوفاء بالتزامات الأسرة جاءتا بدرجة أهمية متوسطة، نتيجة إلى فقدان المتقاعدين للبدلات والعلاوات والحوافز عند التقاعد وخصوصاً التقاعد المبكر حيث أن نسبتهم بلغت (74%) وهي الأعلى مقارنة بالمتقاعدين إجبارياً، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (السميري، 2015) و(الشثري، 2011) بأن المشكلات الاقتصادية هي الأكثر تأثيراً على المتقاعدين وعلى توافقهم الأسري، خصوصاً لدى ذوي الدخل المحدود أو المتوسط الذين بلغت نسبتهم من العينة (84%).

جدول رقم (9) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة الأهمية لمشكلات المجال الثقافي للمتقاعدين.

العبارة	المتوسط الحسابي	الرتب	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	درجة الأهمية
أعاني من وقت فراغ كبير بعد التقاعد	1,91	1	0,741	1.91%	متوسطة
أعاني في إيجاد أنشطة متنوعة لقضاء وقت فراغي مع أسرتي	1,80	2	0,666	1.80%	متوسطة
أنشطة أسرتي الثقافية لا تناسبني	1,75	3	0,652	1.74%	صغيرة
صحتي لا تمكنني من المشاركة في الأنشطة الاجتماعية	1,60	4	0,627	1.60%	صغيرة
أشعر بالحرية من قيود العمل والانطلاق لممارسة الهوايات	1,57	5	0,707	1.57%	صغيرة
أقضي أغلب وقتي في النوم	1,55	6	0,640	1.55%	صغيرة

يتضح في جدول رقم (9) بأن مشكلتيّ المعاناة من وقت الفراغ وعدم إيجاد الأنشطة لقضاء وقت الفراغ مع الأسرة جاءتا بدرجة أهمية متوسطة، نتيجة لتترك المتقاعدين لوظائفهم وعدم

تخطيطهم وإيجادهم للأنشطة الملائمة التي تسد أوقات العمل السابقة، وتعزى نتيجة عدم قدرتهم على إيجاد الأنشطة المناسبة هو إصابتهم ببعض الأمراض المزمنة، حيث بلغت نسبة المصابين بالأمراض المزمنة (54%)، أو عدم ملائمتها لمستوى فكرهم وتعليمهم كجامعيين الذين بلغت نسبتهم (77%)، بالإضافة إلى عدم اعتيادهم لنمط الحياة الجديدة، وانشغال أسرهم عنهم بالمشاغل اليومية، وقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسة (الحربي، 2013) (البواليز، 2012) (النوايسة، 2006) على أن التقاعد وترك العمل يفقد الفرد الكثير من الأنشطة والاهتمامات التي كان يمارسها، مما يخلق لديه أوقات فراغ كبيرة تشعره بفقدانه لبعض أدواره الحياتية ومكانته وبالتالي تؤثر على توافقه الأسري.

التساؤل الثاني: ما مشكلات التوافق الأسري لمرحلة ما بعد التقاعد من وجهة نظر أسر المتقاعدين (الزوج أو الزوجة، الأبناء)؟

جدول رقم (10) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة الأهمية للمجال النفسي لأسر المتقاعدين.

العبارة	المتوسط الحسابي	الرتب	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	درجة الأهمية
تتخفف أنشطة المتقاعد وإنتاجه الشخصي	1,91	1	0,723	1.91%	متوسطة
يزداد تمارضه وتشكيه بعد التقاعد	1,74	2	0,723	1.74%	صغيرة
نحرص على مراعاة مشاعر المتقاعد وأحاسيسه	1,66	3	0,727	1.66%	صغيرة
وجود المتقاعد باستمرار حولنا يشعرنا بالضيق والانزعاج	1,55	4	0,676	1.55%	صغيرة
بعض المواقف مع المتقاعد تجعلنا نتمنى موته	1,23	5	0,498	1.23%	صغيرة
ينتابنا شعور الخجل منه لأنه أصبح متقاعدًا	1,12	6	0,379	1.12%	صغيرة

ينضح في جدول رقم (10) بأنه جاءت مشكلة انخفاض إنتاجية المتقاعد بدرجة أهمية متوسطة، نتيجة الوضع الجديد للأسرة التي لم تعتاد على تواجد المتقاعد في المنزل وزيادة أوقات فراغه، واتفقت هذه النتيجة مع دراسة (دورغنت، 2019) (الحربي، 2013) على أن أنشطة المتقاعد وإنتاجيته وصحته النفسية تتأثر وتتناقص مع بداية مرحلة التقاعد، وحاجته الملحة إلى الدعم من قبل أفراد أسرته، وحاجة الأسرة إلى تفهم طبيعة مرحلة التقاعد لتجنب المشكلات.

جدول رقم (11) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة الأهمية للمجال الصحي لأسر المتقاعدين.

العبارة	المتوسط الحسابي	الرتب	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	درجة الأهمية
نتأقلم مع ضعف قوته البدنية وما يترتب عليها من اتكال مستمر علينا	2,04	1	0,850	2.04%	متوسطة
يزعجنا تشكيه من معاناته من الأرق وقلة النوم	1,44	2	0,633	1.44%	صغيرة
يضايقنا كثرة أسألته لصعوبة استيعابه وتركيزه	1,32	3	0,561	1.32%	صغيرة
يضايقنا اعتماده علينا في القيام بأمور حياته اليومية لآلام مفاصله المستمرة	1,23	4	0,494	1.23%	صغيرة
يزعجنا تشكيه من إصابته ببعض الأمراض المزمنة	1,23	5	0,500	1.23%	صغيرة



www.mecsj.com/ar/

المجلة الإلكترونية الشاملة متعددة المعرفة لنشر الأبحاث العلمية والتربوية (MECSJ)

العدد الأربعون (آب) 2020

ISSN: 2617-9563

صغيرة	1.19%	0,472	6	1,19	بضايقنا عدم اعتماده على نفسه لضعف بعض حواسه الخمسة
صغيرة	1.1%	0,268	7	1,07	تخرجنا كثرة نسيانه كصعوبة تعرفه على الأقارب

يتضح في جدول رقم (11) بأنه جاءت العبارة العكسية تأقلم الأسرة مع ضعف قوة المتقاعد بدرجة أهمية متوسطة، دلت على التوافق الصحي النابع من تعاليم الدين الإسلامي وحسن الرعاية، كون مرحلة التقاعد من المراحل العمرية المتقدمة التي تزداد فيها نسبة الإصابة بالأمراض المزمنة، وبلغت نسبة المصابين من المتقاعدين (58%)، مما يزيد من حاجتهم إلى الرعاية.

جدول رقم (12) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة الأهمية للمجال الاجتماعي لأسر المتقاعدين.

العبارة	المتوسط الحسابي	الرتب	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	درجة الأهمية
مشاغل الحياة اليومية تعيق من جلوسنا مع المتقاعد	2,0	1	0,690	2.0%	متوسطة
تكثر مشكلات المتقاعد مع أفراد الأسرة لتفرغه معظم الوقت	1,92	2	0,761	1.92%	متوسطة
تكثر تدخلات المتقاعد في الأمور الشخصية لأفراد الأسرة	1,92	3	0,795	1.92%	متوسطة
يرجع سبب خلافات أفراد الأسرة مع المتقاعد إلى عدم فهمه لهم	1,82	4	0,706	1.82%	متوسطة
تكثر الجدالات بين أفراد الأسرة والمتقاعد لتجاهلهم له	1,64	5	0,707	1.64%	صغيرة
أفراد أسرة المتقاعد لا يشركونه في مشاكلهم وقراراتهم الخاصة	1,62	6	0,681	1.62%	صغيرة
نفضل الصمت على التحدث مع المتقاعد لعدم استيعابه حديثنا	1,61	7	0,730	1.61%	صغيرة
تسعدنا المشاركة مع المتقاعد في الأنشطة والمناسبات الاجتماعية	1,45	8	0,638	1.45%	صغيرة

يتضح في جدول رقم (12) بأنه جاء فيه العدد الأعلى من المشكلات ذوات درجات أهمية متوسطة وهي أربع مشكلات تمثلت في انشغال أفراد الأسرة عن المتقاعد بحياتهم اليومية، حيث بلغت نسبة أفراد الأسرة العاملين (30%) والطلبة (42%)، بالإضافة إلى انزعاج الأسرة من كثرة مشاكل المتقاعد، وتدخلاته في أمورهم الشخصية لتفرغه، وعدم فهمه لشؤونهم وانشغالهم عنه، مما يسبب سوء الفهم لدى الطرفين ويعيق من عملية التواصل السليمة، فينتج عن ذلك ضعف في العلاقات الأسرية وبالتالي سوء التوافق الاجتماعي، واتفقت هذه النتيجة مع دراسة (دور غنت، 2019) (العيد، 2014) (حماد، 2012) على أن علاقات أسرة المتقاعدين تتأثر بمرحلة التقاعد وتؤثر على توافقهم الأسري.

جدول رقم (13) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة الأهمية للمجال الاقتصادي لأسر المتقاعدين.

العبارة	المتوسط الحسابي	الرتب	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	درجة الأهمية
يؤثر الأسرة عدم كفاية المعاش التقاعدي لمصاريفهم	1,93	1	0,795	1.93%	متوسطة
نقص المعاش لا يغطي تكاليف مراجعة أفراد الأسرة للطبيب	1,69	2	0,787	1.69%	صغيرة
خلافاتنا في الأسرة ترجع لعدم كفاية المعاش التقاعدي	1,58	3	0,704	1.58%	صغيرة



www.mecsj.com/ar/

المجلة الإلكترونية الشاملة متعددة المعرفة لنشر الأبحاث العلمية والتربوية (MECSJ)

العدد الأربعون (آب) 2020

ISSN: 2617-9563

مشكلة نقص المعاش لا نتشارك حلها كأسرة للوفاء بالتزاماتها واحتياجاتها الأساسية	1,57	4	0,731	1.57%	صغيرة
تربط الأسرة علاقات جيدة مع المتقاعد لا تتأثر بنقص المعاش التقاعدي	1,56	5	0,745	1.56%	صغيرة

يتضح في جدول رقم (13) بأنه جاءت مشكلة التوتر من عدم كفاية المعاش بدرجة أهمية متوسطة، لأن الأسرة المتأثر الثاني بعد المتقاعد، وما يترتب على نقص المعاش من تخفيض لاحتياجاتهم وخصوصاً لدى ذوي الدخل المحدود والمتوسط وبلغت نسبتهم (74%) هي الأعلى، واتفقت هذه النتيجة مع دراسة (السميري، 2015) (الشثري، 2011) على أن المشكلات الاقتصادية من أهم المشكلات المؤثرة على التوافق الأسري، وأن عدم مواجهتها يزيد من سوء التوافق.

جدول رقم (14) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة الأهمية للمجال الثقافي لأسر المتقاعدين.

العبارة	المتوسط الحسابي	الرتب	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	درجة الأهمية
نعاني في إيجاد ما يبهج الأسرة من الأنشطة الترفيهية لتقلب مزاج المتقاعد	1,77	1	0,734	1.77%	متوسطة
أوقات فراغ الأسرة لا نقضيها مع المتقاعد	1,76	2	0,638	1.76%	متوسطة
أنشطة المتقاعد الثقافية لا تلائم أفراد الأسرة	1,71	3	0,724	1.71%	صغيرة
نعتبر مرحلة التقاعد حرة من قيود العمل والانطلاقة لممارسة الهوايات	1,67	4	0,722	1.67%	صغيرة
صحة المتقاعد لا تمكنه من مشاركتنا في الأنشطة الاجتماعية	1,53	5	0,639	1.53%	صغيرة
تزايد ساعات نوم المتقاعد تعطل فعاليات الأسرة الترفيهية	1,43	6	0,644	1.43%	صغيرة

يتضح من جدول رقم (14) بأنه جاءت مشكلة معاناة الأسرة في إيجاد الأنشطة الترفيهية لتقلب مزاج المتقاعد بدرجة أهمية متوسطة، نتيجة لتوتر العلاقات الأسرية وضعفها جراء المشكلات المتكررة، أو عدم ملائمة الأنشطة لمستوى فكرهم وتعليمهم كجامعيين الذين بلغت نسبتهم (50%) مما يرفع من مستوى الأنشطة الترفيهية المقدمة لهم، واتفقت هذه النتيجة مع دراسة (البوايز، 2012) (حماد، 2012) (عبد الجليل، 2010) على ضرورة تبصير أفراد أسر المتقاعدين بتغيرات مرحلة التقاعد، وأهمية الأنشطة الترفيهية ودورها الفعال للتغلب على المشكلات.

التساؤل الثالث: ما الاختلاف بين مشكلات التوافق الأسري لمرحلة ما بعد التقاعد من وجهة

نظر كلاً من المتقاعدين وأسر المتقاعدين؟

وللإجابة على هذا التساؤل تم حساب المتوسطات الحسابية والوزن النسبي لكل مجال من مجالات الأداتين، وأوجدت الرتب للمتوسطات وترتيبها تصاعدياً بحيث أخذ المجال الأكثر أهمية

الرتبة الأولى والأقل أهمية الرتبة الأخيرة، بعدها تم مقارنة النتائج بين العينتين لإظهار الاختلافات في مشكلات التوافق الأسري بين المتقاعدين وأسر المتقاعدين.

جدول رقم (15) المقارنة بين رتب المتوسطات الحسابية لمجالات الأداة للعينتين مرتبة تصاعدياً

الرتب	عينة المتقاعدين			عينة الأسر المتقاعدين		
	مجمالات المشكلات	المتوسط الحسابي	الوزن النسبي	مجمالات المشكلات	المتوسط الحسابي	الوزن النسبي
1	التوافق الاقتصادي	1,72	8.62%	التوافق الاجتماعي	1.75	13.99%
2	التوافق الثقافي	1,70	10.19%	التوافق الاقتصادي	1.67	8.33%
3	التوافق الصحي	1,67	13.38%	التوافق الثقافي	1.64	9.86%
4	التوافق الاجتماعي	1,59	12.69%	التوافق النفسي	1.54	9.21%
5	التوافق النفسي والشخصي	1,43	11.42%	التوافق الصحي	1.36	9.52%

يوضح جدول رقم (15) الاختلافات في درجة الأهمية لمجالات مشكلات التوافق الأسري من وجهة نظر المتقاعدين وأسر المتقاعدين بناءً على رتب المتوسطات الحسابية للمجالات، ونظراً لأن هذه الدراسة هي الأولى من نوعها التي تبحث في معرفة مشكلات التوافق الأسري من وجهة نظر المتقاعدين وأسر المتقاعدين، لم يتم العثور على دراسات لمقارنتها بنتائج البحث الحالي، كما لم يتم إيجاد دراسات اهتمت بمعرفة مشكلات التوافق الأسري من وجهة نظر أسر المتقاعدين، وإنما دراسات اهتمت بالعلاقات الأسرية والتوافق الأسري للمتقاعدين كدراسة (العيد، 2014) (البوليز، 2012) واتفقت بعض من نتائجهم مع بعض نتائج هذا البحث، ودراسة (حماد، 2012) التي اهتمت بمعرفة اتجاهات الزوجة نحو تقاعد الزوج وعلاقة ذلك بالتوافق الأسري.

وبناءً على نتائج تساؤلات البحث، تم إعداد قائمة لأبرز مشكلات التوافق الأسري الشائعة لمرحلة ما بعد التقاعد من وجهة نظر كلاً من المتقاعدين وأسر المتقاعدين في المجتمع السعودي، وتم ترتيب المشكلات في القائمة بناءً على درجة أهمية كل مشكلة ضمن مجالها (النفسي، الصحي، الاجتماعي، الاقتصادي، الثقافي)، ويوضح ذلك الجدول التالي رقم (16):

جدول رقم (16) قائمة لأبرز مشكلات التوافق الأسري من وجهة نظر المتقاعدين وأسر المتقاعدين.

ت	من وجهة نظر المتقاعدين			من وجهة نظر أسر المتقاعدين		
	المجال	العبرة	المشكلة	المجال	العبرة	المشكلة

1	الصحي	أعاني آلامًا مستمرة في مفاصلي	آلام المفاصل المزمنة	النفسي	تتخفص أنشطة المتقاعد وإنتاجه الشخصي	قلة أنشطة المتقاعد بعد التقاعد
2	الاجتماعي	أعاني من بعض الأمراض المزمنة	الأمراض المزمنة	الاجتماعي	مشاغل الحياة اليومية تعيق من جلوسنا مع المتقاعد	الانشغال عن المتقاعد بمشاغل الحياة اليومية
3		أتجادل مع أفراد أسرتي (شريك الحياة – الأبناء) كثيرًا	كثرة الجدال مع أفراد الأسرة		تكثر مشكلات المتقاعد مع أفراد الأسرة لتفرغه معظم الوقت	زيادة المواجهات بعد التقاعد بين أفراد أسرته
4		أفضل الصمت على التحدث	الانعزال بالصمت		تكثر تدخلات المتقاعد في الأمور الشخصية لأفراد الأسرة	تدخلات المتقاعد في خصوصيات أفراد الأسرة
5	الاقتصادي	يضايقني نقص المعاش بعد التقاعد	نقص المعاش التقاعدي	الاقتصادي	يرجع سبب خلافات أفراد الأسرة مع المتقاعد إلى عدم فهمهم لهم	عدم فهم المتقاعد لأفراد الأسرة
6	نقص الدخل يمنعني من الوفاء بالتزامات الأسرة واحتياجاتها الأساسية	عدم القدرة على تلبية الاحتياجات الأساسية للأسرة	يؤثر الأسرة عدم كفاية المعاش التقاعدي لمصاريفهم		نقص المعاش التقاعدي	
7	الثقافي	أعاني من وقت فراغ كبير بعد التقاعد	وقت الفراغ الكبير	الثقافي	نعاني في إيجاد ما يبهج الأسرة من الأنشطة الترفيهية لتتقلب مزاج المتقاعد	نقص الأنشطة الترفيهية الملائمة للمتقاعدين وقلة الوعي بها
8	أعاني في إيجاد أنشطة متنوعة لقضاء وقت فراغي مع أسرتي	نقص الأنشطة الترفيهية لأفراد الأسرة وقلة الوعي بها	أوقات فراغ الأسرة لا نقضيها مع المتقاعد		تجنب الأسرة لقضاء أوقات الفراغ مع المتقاعد	

التحقق من فرض البحث/ توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ألفا (0,05) بين مشكلات التوافق الأسري لمرحلة ما بعد التقاعد من وجهة نظر كلاً من المتقاعدين وأسر المتقاعدين.

وللتحقق من صحة الفرضية الصفرية السابقة تم استخدام اختبار T test لعينتين مستقلتين (عينة المتقاعدين، وعينة أسر المتقاعدين) أُجري على متوسطات المجالات لأداتي العينتين (المجال النفسي، الصحي، الاجتماعي، الاقتصادي، الثقافي)، بعد أن تم التأكد من تحقق شروط الاختبار وهي (العشوائية والكمية والتوزيع الطبيعي للبيانات)، وتظهر النتائج موضحة أدناه:

جدول رقم (17) نتائج اختبار T test لعينتين مستقلتين للفرق بين متوسطات المجالات

العينة	عدد المجالات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	القيمة الاحتمالية	الدلالة الاحصائية
المتقاعدين	5	162,2	11,81	0.351	0,734	غير دال
أسر المتقاعدين	5	159,2	14,99			إحصائياً

يتضح من بيانات الجدول رقم (17) أن المتوسط الحسابي لمجالات مشكلات التوافق الأسري للمتقاعدين بلغ (162,2) بانحراف معياري (11,81)، أما المتوسط الحسابي لمجالات مشكلات التوافق الأسري لأسر المتقاعدين فبلغ (159,2) بانحراف معياري (14,99)، كما جاءت نتيجة اختبار (ت) (0.351) بقيمة احتمالية (0.734) وهي أكبر من مستوى الدلالة ألفا (0.05)، وعليه نرفض الفرض الصفري ونقرر أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ألفا (0.05) بين متوسطات مجالات مشكلات التوافق الأسري لمرحلة ما بعد التقاعد من وجهة نظر المتقاعدين وأسر المتقاعدين.

التساؤل الرابع: ما إجراءات البرنامج المقترح للوقاية من مشكلات التوافق الأسري لمرحلة ما بعد التقاعد لأسر المتقاعدين في المجتمع السعودي؟

لتحديد إجراءات البرنامج المقترح للوقاية من مشكلات التوافق الأسري لمرحلة ما بعد التقاعد لأسر المتقاعدين في المجتمع السعودي، تم عمل الآتي:

- 1) البحث في الأدب النظري المتعلق بتصميم البرامج التدريبية وما له علاقة بالتوافق الأسري والمتقاعدين، للتعرف على البرنامج التدريبي، ونماذج التصميم التعليمي، والتعرف على التجارب المصممة والمنفذة لبرامج المتقاعدين، من أجل إعداد أدوات ومواد البحث.
- 2) توظيف النتائج التي أسفر عنها البحث في التساولين الأول والثاني، والمتمثلة في قائمة لأهم مشكلات التوافق الأسري لمرحلة ما بعد التقاعد من وجهة نظر المتقاعدين وأسر المتقاعدين في جدول رقم (16)، لتصميم البرنامج التدريبي المقترح.

(3) استغلال فترة الحجر المنزلي نتيجة جائحة كورونا (كوفيد-19- COVID19) وعمل دراسة استطلاعية للأسر لجمع آرائهم حول الأنشطة المختلفة والمتنوعة (التعليمية، الدينية، الترفيهية، الثقافية) التي مارسوها مع بعضهم البعض، للاستفادة منها في بناء أنشطة البرنامج.

(4) اعتماد النموذج العام للتصميم التعليمي ADDIE لملائمته في عملية تصميم مثل هذه البرامج التدريبية التعليمية الوقائية، ويعد الأساس لكل نماذج التصميم التعليمي والتي تدور حول خمسة مراحل هي:

● المرحلة الأولى: التحليل Analysis

تمت فيها عملية تحليل الآتي:

- تحليل الأدبيات والدراسات السابقة وحصر مشكلات التوافق الأسري في مرحلة التقاعد، ومن ثم تصنيفها إلى خمس مجالات، بُنيت عليها أدوات البحث الموجهة للعينتين.
- تحليل استجابات العينتين لتحديد خصائصهم في الجداول رقم (1-2)، وحصر مشكلاتهم وتحديد احتياجاتهم، وبناء قائمة في ضوء النتائج لأهم مشكلات التوافق الأسري لمرحلة ما بعد التقاعد من وجهة نظر المتقاعدين وأسر المتقاعدين في جدول رقم (16).
- تحليل استجابات استطلاع الرأي للأنشطة الأسرية الممارسة أثناء الحجر المنزلي لجائحة كوفيد 19، والموضحة في الرسم البياني شكل رقم (1):



● المرحلة الثانية: التصميم Design

بناء على نتائج مرحلة التحليل تم تصميم الآتي: المسودة الأولية للبرنامج المقترح جدول رقم (18)

اسم البرنامج:	"بصحتهم أئمن اللحظات".
الهدف العام من البرنامج:	يهدف البرنامج إلى تدريب أسر المتقاعدين من أجل وقايتهم من مشكلات التوافق الأسري المصاحبة لمرحلة تقاعد أحد أفرادهم، وتهيئتهم لتقبل هذه المرحلة وتبصيرهم بها لزيادة توافقهم الأسري وإزالة مخاوفهم من مرحلة التقاعد.
الفئة المستهدفة:	زوجات المتقاعدين وأزواج المتقاعدين، أبناء المتقاعدين.
الفئة العمرية:	من 18 – 50 سنة.
نوع البرنامج:	تدريبي - وقائي - توعوي.
الأفكار الرئيسية للبرنامج، التعرف على:	<ul style="list-style-type: none"> - مراحل التقاعد للفرد العامل. - أنظمة التقاعد وأنواعه في المملكة العربية السعودية. - المتقاعدين وضرورة الاهتمام بهم. - أنواع استحقاق المعاشات التقاعدية. - المتقاعد مفهومه وتعريفه. - مشكلات التوافق الأسري التي أظهرتها نتائج البحث من وجهة نظر كلاً من المتقاعدين وأسر المتقاعدين. - الأنشطة والحلول المقترحة للتغلب على مشكلات التوافق الأسري بناءً على نتائج استطلاع الرأي أثناء الحجر المنزلي.
الاستراتيجيات:	العصف الذهني، المناقشة والحوار، التعلم التعاوني، طرح الأسئلة، استراتيجية تدوين الملاحظات، استراتيجية تحليل الصور، استراتيجية الأنشطة المنوعة.
الوسائل:	عرض تفاعلي(بوربوينت) - شاشة عرض - مقاطع فيديو (يوتيوب) - صور - أوراق عمل - أوراق ملاحظات(نوت) - أقلام - سبورة.
الإمكانات المادية:	قاعة تدريب - جهاز كمبيوتر- شاشة العرض - سبورة وأقلام - سبورة ورق قلاب - كراسي وطاولات.
الإمكانات البشرية:	المدرّب - الحضور- منسق اللقاء - مساعد للمدرّب.
مدة البرنامج:	180 دقيقة متضمنة (15د) فترة استراحة.
الأماكن المقترحة:	جمعية مراكز الأحياء / فروع المؤسسة العامة للتقاعد / فروع الجمعية الوطنية للمتقاعدين.
أساليب الإعلان عن البرنامج:	عبر مواقع التواصل الاجتماعي لكلاً من (مراكز الأحياء، مؤسسة التقاعد، جمعية المتقاعدين)، الإعلان من خلال مركز الحي، مؤسسة التقاعد، جمعية المتقاعدين.
طريقة التسجيل في البرنامج:	عن طريق إرسال رابط التسجيل من خلال (الرسائل النصية، البرودكاست، حسابات التواصل الاجتماعي)، التسجيل من خلال الاتصال على هاتف مركز الحي، مؤسسة التقاعد، جمعية المتقاعدين.
مبررات عمل البرنامج:	<ol style="list-style-type: none"> 1/ قلة البرامج المقدمة لأسر المتقاعدين الوقائية والتوعوية في مجال إعدادهم للإقبال على مرحلة تقاعد أحد أفرادهم. 2/ تحقيق رؤية المملكة 2030 في بناء مجتمع قوي بنيانه متين من خلال تقوية العلاقات الأسرية والتوافق الأسري. 3/ نتائج البحث التي أظهرت وجود مشكلات لدى أسر المتقاعدين وحاجتهم للتوعية والوقاية من هذه المشكلات.
احتمالات تطبيق البرنامج:	أندية الحي ومراكز الأحياء، وأنشطة المؤسسة العامة للتقاعد والجمعية الوطنية للمتقاعدين، الجمعيات والمؤسسات الخيرية التي تقدم برامج ودورات تعليمية لكافة شرائح المجتمع، في المدارس والجامعات كتقديم دورات وورش لأسر المتقاعدين من المعلمين وأعضاء هيئة التدريس ضمن الشراكة المجتمعية.

● المرحلة الثالثة: التطوير Development

ويتم فيها ترجمة المسودات الأولية الورقية للبرنامج إلى مواد تعليمية حقيقية، متضمنة على المواد التعليمية، والوسائط المتعددة، ووسائل وأدوات التقويم والتي تمثلت في:

1 - التقويم القبلي: يتم عمله في بداية اللقاء في صورة أنشطة يتم من خلالها معرفة الخلفية المعرفية للمتدربين.

2 - التقويم المرحلي: عبارة عن عدد من الأسئلة يجيب عليها المتدربين أثناء اللقاء أو بعد الانتهاء من كل موضوع وتم إدراجه في العرض التفاعلي.

3 - التقويم النهائي: عبارة عن استبيان إلكتروني يهدف إلى تقييم البرنامج من ناحية (المدرّب -المحتوى- العرض- الترتيب والتنسيق-التفاعل أثناء عرض المحاور).

● المرحلة الرابعة والخامسة: التطبيق Implementation والتقييم Evaluation

البرنامج عبارة عن مقترح، لذا فإن التطبيق والتقييم ليس من ضمن نطاق البحث الحالي.

(5) عرض البرنامج في صورته الأولية على المشرف العلمي ثم على عدد من المحكين ذوي الخبرة في نفس المجال ومن ثم تعديله لإخراجه في صورته النهائية.

● خلاصة الدراسة ونتائجها:

● تمثلت مشكلات التوافق الأسري من وجهة نظر المتقاعدين في نقص المعاش التقاعدي، والمعاناة من بعض الأمراض المزمنة، وكثرة الجدل مع أفراد الأسرة، إضافةً إلى زيادة أوقات الفراغ والشعور بالوحدة.

● تمثلت مشكلات التوافق الأسري من وجهة نظر أسر المتقاعدين في كثرة تدخلات المتقاعدين في شؤونهم، وانعدام الأنشطة الترفيهية المشتركة معهم، وكثرة تشكيهم وتمارضهم بعد التقاعد، إضافةً إلى مشكلة نقص المعاش التقاعدي.

● جاءت المشكلات الاقتصادية في الرتبة الأولى ضمن مشكلات التوافق الأسري من وجهة نظر المتقاعدين، في حين جاءت المشكلات الاجتماعية من وجهة نظر أسر المتقاعدين.



www.mecsaj.com/ar/

المجلة الإلكترونية الشاملة متعددة المعرفة لنشر الأبحاث العلمية والتربوية (MECSJ)

العدد الأربعون (آب) 2020

ISSN: 2617-9563

- الإجابة على فرض البحث أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين مشكلات التوافق الأسري لمرحلة ما بعد التقاعد من وجهة نظر كلاً من المتقاعدين وأسر المتقاعدين عند مستوى دلالة ألفا (0.05).
- صُمم البرنامج بناءً على النموذج العام للتصميم التعليمي ADDIE والمكون من خمسة مراحل أساسية ومتسلسلة هي: التحليل، التصميم، التطوير، التطبيق، التقييم، في جدول رقم (18).

وكانت أهم توصيات البحث في ضوء النتائج والبرنامج المقترح الآتي:

- (1) تطبيق البرنامج المقترح في البحث، لمعرفة مدى فاعليته على المتقاعدين وأسر المتقاعدين.
- (2) ضرورة تصميم وتطوير مثل هذه البرامج التدريبية الوقائية الموجهة لأسر المتقاعدين والأكثر اختصاصاً بفئاتهم من (الأزواج – الأبناء)، للوقاية من مشكلات التوافق الأسري لمرحلة التقاعد.
- (3) ضرورة تصميم البرامج التدريبية التوعوية الموجهة للمتقاعدين، للتوعية بأهمية التخطيط المسبق للمعاش التقاعدي، وأهمية التخطيط المسبق للأنشطة الترفيهية البديلة لأنشطة العمل السابقة.
- (4) إجراء المزيد من الأبحاث التي تعنى بأسر المتقاعدين وإعدادهم لمرحلة التقاعد، كالتعرف على اتجاهات الأسرة نحو مرحلة التقاعد وتوقعاتها، والتعرف على أساليب استعداد الأسرة للدخول إلى مرحلة تقاعد أحد أفرادها.

المراجع:

- إبراهيم، أسماء عبد المنعم (2004)، التخطيط للتقاعد وعلاقته ببعض سمات الشخصية دراسة ميدانية، مجلة فكر وإبداع، ج 25، ص 149-210، مصر.
- أبو حطب، رامي محمد حمد (2016)، العوامل التي تؤثر في اتجاهات الموظفين نحو التقاعد المبكر: دراسة حالة موظفي هيئة الأمم المتحدة لإغاثة وتشغيل اللاجئين الفلسطينيين، رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية، فلسطين.
- أبو عوض، سليم (2007)، التوافق النفسي للمسنين، دار أسامة، عمان.
- البواليز، مها أحمد (2012)، العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وعلاقتها بالتوافق الأسري والتوافق الاجتماعي لدى عينة من المتقاعدين العسكريين، رسالة ماجستير، جامعة مؤتة، الأردن.
- الجندي، كرم محمد حمدي وآخرون (2002)، العمل مع الجماعات (النظرية والتطبيق)، مركز نشر وتوزيع الكتاب الجامعي، ص 109، جامعة حلوان.



www.mecsaj.com/ar/

المجلة الإلكترونية الشاملة متعددة المعرفة لنشر الأبحاث العلمية والتربوية (MECSJ)

العدد الأربعون (آب) 2020

ISSN: 2617-9563

- الحربي، جواهر بنت شباب بن غازي (2013) المشكلات الاجتماعية المترتبة على الانسحاب الاجتماعي للمسنين ودور الخدمة الاجتماعية في التخفيف منها: دراسة مطبقة بدور كبار السن بمنطقة القصيم، رسالة ماجستير، جامعة القصيم، كلية اللغة العربية والدراسات الاجتماعية، السعودية.
- حسن، مرح مؤيد (2011) الحياة الاجتماعية لما بعد التقاعد (دراسة ميدانية عن المتقاعدين في مدينة الموصل)، مجلة دراسات موصلية، مركز دراسات الموصل بجامعة الموصل، العراق.
- حماد، وجيدة نصر (2012) اتجاهات ربة الأسرة نحو تقاعد الزوج وعلاقته بالتوافق الأسري، بحوث المؤتمرات، المؤتمر العلمي السنوي العربي الرابع، مج 3، ص 1573-1597، كلية التربية، جامعة المنصورة، مصر.
- خطابي، د.أحمد عيسى (2015)، احتياجات المتقاعدين ومشكلاتهم في مجتمع الإمارات (دراسة ميدانية)، شؤون اجتماعية، الإمارات.
- خليفة، عبد اللطيف محمد (1997)، دراسات في سيكولوجية المسنين، دار غريب، القاهرة.
- الربيعي، علاء جمال (2011)، الاضطرابات السلوكية والانفعالية لدى الأطفال الصم وعلاقتها بالتوافق الأسري، رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية بغزة، فلسطين.
- السفاسفة، محمد، وأحمد عربيات (2005)، مبادئ الصحة النفسية، دار وائل للنشر والتوزيع، عمان.
- السميري، د. نجاح (2015)، المشكلات المرتبطة بمرحلة التقاعد وعلاقتها بالمرونة النفسية لدى المتقاعدين الفلسطينيين بمحافظة غزة، بحث، مجلة البحوث التربوية والنفسية، العدد 46.
- الشاذلي، عبد الحميد (2001)، التوافق النفسي للمسنين، المكتبة الجامعية، الإسكندرية.
- الشاوش، ربيعة محمد أحمد (2017)، بعض مشكلات المسنين من وجهة نظر الأخصائي الاجتماعي في المجتمع العربي الليبي ودور الخدمة الاجتماعية في مواجهتها، بحوث ومقالات، عالم التربية، العدد 58، ص 1-35، المؤسسة العربية للاستشارات العلمية وتنمية الموارد البشرية.
- الشثري، د.عبد العزيز بن حمود (2011)، بعض المشكلات الاجتماعية للمتقاعدين عن العمل: دراسة ميدانية لعينة من المتقاعدين في مدينة الرياض، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، كلية العلوم الاجتماعية، قسم الاجتماع والخدمة الاجتماعية، المملكة العربية السعودية.
- الطراونة، أسماء حسن (2012)، مستوى التكيف النفسي وتقدير الذات عند المتقاعدين في لواء المزار الجنوبي، رسالة ماجستير، جامعة مؤتة، الأردن.
- عبد الله، سها أحمد (2006)، الاحتياجات النفسية والاجتماعية لوالدي الأطفال المتخلفين عقليًا وعلاقتها بالتوافق الأسري، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الزقازيق.
- عبد الجليل، نجاح محمد (2010)، التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى عينة من المتقاعدين: دراسة مقارنة بين الريف والحضر، رسالة ماجستير، جامعة الفاتح، كلية الآداب، ليبيا.

- عبد الفتاح، عز حسن (2017)، مقدمة في الإحصاء الوصفي والاستدلالي باستخدام SPSS-IBM، خوارزم العلمية للنشر والتوزيع، ط2.
- العيد، هدى بنت عبد الرحمن (2014)، العلاقات الأسرية وأثرها على الأمن النفسي لدى عينة من السيدات المتقاعدات، جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن، كلية التصاميم والفنون، تخصص سكن وإدارة منزل، قسم الابتكار وتصميم المنتجات، المملكة العربية السعودية.
- غانم، د. ابتسام (2016)، بعض المشاكل الاجتماعية للمتقاعدين المسنين داخل الأسرة، ورقة علمية، مركز جيل البحث العلمي، مجلة جيل العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد22، الجزائر.
- الغريب، عبد العزيز بن علي بن رشيد (2009)، اتجاهات عينة من الموظفين في القطاع المدني الحكومي نحو التخطيط للتقاعد الإجباري، بحوث ومقالات، مجلة الاجتماعية – الجمعية السعودية لعلم الاجتماع والخدمة الاجتماعية، العدد 2، ص30-80، السعودية.
- لوجلي، د. حميدة عبد السلام عبد الحميد (2014)، التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بالرضا لدى المعلمين المتقاعدين، فكر وإبداع، مصر.
- المرزوق، خالد بن صالح (1423)، التخطيط لإشباع بعض احتياجات المسنين المتقاعدين الاجتماعية والاقتصادية والترويحية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الملك سعود، قسم الدراسات الاجتماعية، السعودية.
- المرعب، د. منيرة بنت محمد صالح (2010)، فاعلية برنامج إرشادي متعدد الأوجه في تنمية تقدير الذات والتوافق الاجتماعي لدى المسنين المتقاعدين في المجتمع السعودي، جامعة حائل، المملكة العربية السعودية.
- المؤسسة العامة للتقاعد (التقرير الإحصائي السنوي للعام المالي 2018، 2019)، موقع المؤسسة العامة للتقاعد، الرياض، الموقع الإلكتروني الرسمي الخاص بالمؤسسة [/https://www.pension.gov.sa](https://www.pension.gov.sa)
- النوايسة، سميا جميل عوض (2006)، مشكلات كبار السن في الأردن وبناء برنامج تدريبي لمساعدتهم على التكيف مع تلك المشكلات، رسالة دكتوراه، جامعة عمان العربية، كلية الدراسات التربوية العليا، عمان، الأردن.
- Durgante, Dell'Aglio, (2019). Multicomponent positive psychology Intervention For health promotion of Brazilian retirees: a quasi experimental study. *Psicologia (Reflexao e Critica. (Psicologia: Reflexao e Critica, 1 December 2019, 32(1*