جامعة الملك سعود
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
مجلة الآداب
ردمد (ورقي): ٣٦٢٠-١٠١٨
ردمد (النشر الإلكتروني): ٨٣٣٩-١٦٥٨

King Saud University
College of Humanities and Social Sciences
Journal of Arts
ISSN (Paper):1018-3620
ISSN (Electronic):1658-8339

مجلة الآداب، مج (٣٥)، ع (٢)، ص ص ٥٣-٧٩، جامعة الملك سعود، الرياض (٢٠٢٣م/ ١٤٤٤هـ)

Journal of Arts, Vol. 35 (2), pp 53-79, © King Saud University, Riyadh (2023 /1444H.)

ممارسة العمل التطوعي وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى عينة من المتقاعدين في القطاعين العام والخاص في منطقة الرياض

نورة بنت ناصر القحطاني

أستاذ علم الاجتماع المشارك، قسم الدراسات الاجتماعية، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة الملك سعود، السعودية

(قدم للنشر في ٨/ ٣/ ١٤٤٤هـ، وقبل للنشر في ٢١/ ٥/ ١٤٤٤هـ)

الكلمات المفتاحية: العمل التطوعي، الرضا عن الحياة، المتقاعدون.

ملخص البحث: هدفت الدراسةُ إلى التعرُّفِ على درجة ممارسة العمل التطوعي وعلاقته بالرضا عن الحياة، لدى عينة من المتقاعدين في القطاعين العام والخاص في منطقة الرياض، واعتمدت الباحثة المنهجَ الوصفي التحليلي منهجًا للدراسة، واستعانت بمقياس العمل التطوعي، ومقياس الرضا عن الحياة أدواتٍ للدراسة بعد أن قامت بتصميمها، ويتكون مجتمع الدراسة من جميع المتقاعدين في القطاعين العام والخاص بمنطقة الرياض، وبلغت عينة الدراسة (٣٥٠) متقاعدًا ومتقاعدة لتمثيل مجتمع الدراسة، وقد توصلت الدراسة للعديد من النتائج أهمها: أن درجة ممارسة العمل التطوعي لدى عينة من المتقاعدين في القطاعين العام والخاص في منطقة الرياض، جاءت بدرجة (عالية) من وجهة نظر المتقاعدين أفراد عينة الدراسة، وأن درجة الرضا عن الحياة لدى عينة من المتقاعدين في القطاعين العام والخاص في منطقة الرياض، جاءت بدرجة (عالية) من وجهة نظر المتقاعدين أفراد عينة الدراسة، ووجود علاقة ارتباطية (موجبة) ذات دلالة إحصائية بين ممارسة العمل التطوعي والرضا عن الحياة لدى عينة من المتقاعدين في القطاعين العام والخاص في منطقة الرياض، وذلك بمعامل ارتباط (.٤٣٢**)؛ وقد أوصت الباحثة بالعديد من التوصيات أهمها: ضرورة استثمار وقت فراغ المتقاعدين في نواحي النشاط الجمعي والترويحي والجسمي والنفسي والاجتماعي، وتوفير الأنشطة الترفيهية والأعمال الخيرية والتطوعية لهم، وضرورة الاستفادة من خبرات المتقاعدين وإشراكهم في أي نشاط عملي أو مجتمعي.

Voluntary Work Practice and its Relationship to Life Satisfaction among a Sample of Retirees in Public and Private Sectors in Riyadh Province

Noura Nasser Al-Qahtani
Associate Professor of Sociology, Department of Social Studies, College of Humanities and Social Sciences, King Saud University, Saudi Arabia
(Received: 8/ 3/1444 H, Accepted for publication 21/ 5/1444 H)

Keywords: voluntary work, life satisfaction, retirees.
Abstract. The current study aimed at identifying the degree of voluntary work practice and its relationship to life satisfaction in a sample of retirees in public and private sectors in Riyadh Province. The researcher utilized a descriptive-analytical design to approach the topic, and implemented both the volunteering and life satisfaction scales as instruments for the study. The population consisted of all retirees in public and private sectors in Riyadh Province, while the sample included 350 male and female retirees representing the entire population. The study concluded with important findings, of which are: that the degree of voluntary work in the sample of retirees in public and private sectors in Riyadh Province, from the participants' point of view, is high; that the degree of life satisfaction in the same sample, from the participants' perspective, is also high; and that there is a statistically significant (positive) correlation between voluntary work practice and life satisfaction in the sample, with a correlation coefficient of (0.432**). The researcher offered several recommendations, of which the most important are: it is necessary to invest retirees' free time in collective, recreational, physical, psychological, and social activities, to provide recreational activities and charitable and voluntary works for them, and to benefit from and engage retirees in any practical or community activities.

أولاً: مقدمة:

أصبح العمل التطوعي في المجتمعات العربية متطلبًا ملحًا في الوقت الحاضر أكثر منه في أي وقت مضى؛ لأنه الدعامة الأساسية للمشاركة التي تتطلبها الجهود التنموية التي تُوَجَّه لخدمة الإنسان، وخاصة أن هذا العمل لا يشكل في جوهره ظاهرة جديدة طارئة على المجتمعات العربية التي عرفته في وقت مبكر من خلال أشكال وأنماط اجتماعية عديدة ،اقتضتها ظروف الحياة اليومية البسيطة ومتطلباتها في الماضي، وفرضتها المعاناة في مواجهة قسوة البيئة الطبيعية آنذاك، فكان التكاتف والتكافل الاجتماعي الذي دعت إليه قيم الدين الإسلامي الحنيف وتعاليمه، ورسخته القيم العربية الأصيلة والذي أصبح إطارًا اجتماعيًا يتشكل من خلاله نسيجٌ من الأعراف والتقاليد والعادات الاجتماعية (حريري، ٢٠١٧، ص٢٨٧).

ويمتلك بعض المتقاعدين الموارد والدافع للتطوع، وبذلك يصبح كبار السن من مقدمي الخدمات الأساسية التي يدعمها المتطوعون، حيث يتمتع المتقاعدون بالموارد والدوافع للمشاركة في العمل التطوعي بحكم وقت الفراغ المتاح لهم، والخبرة التي اكتسبوها في حياتهم المهنية، ورغبتهم في الانخراط في أنشطة هادفة (Mettenberger & Küpper, 2019, p. 740-741).

ويقدم المتقاعدون وكبار السن مساهمة مهمة للقطاع غير الربحي من خلال العمل التطوعي، وقد يكون التحرك نحو حياة العمل الممتدة مفيدًا لتوظيف المتطوعين؛ إذ يتوقع العديد من العاملين الأكبر سنًا أن يشمل انتقالهم إلى التقاعد فترة من العمل بدوام جزئي (أي نصف تقاعد)، وهو مستوى من الالتزام بالعمل-مقارنةً بالتوظيف بدوام كامل- مرتبط بمعدلات أعلى من العمل التطوعي (Brayley et al., 2014, p. 2).

وتحرص معظمُ دول العالم على تعزيز العمل التطوعي بوصفه سلوكًا حضاريًا يدل على وعي المجتمع والمتطوع على حد سواء، ويعبّر العمل التطوعي عن التكامل والتعاون ويعمّق روابط المحبة بين أفراد المجتمع، وقد ازداد حرص الدول على العمل التطوعي بعد إقرار الجمعية العامة للأمم المتحدة يوم التطوع الدولي، ليكون في الخامس من ديسمبر من كل عام، فأصبحت الدول تسعى إلى إحياء هذا اليوم وتنشيط البرامج التطوعية (النوح، ٢٠٢١أ ص٧٤).

وغالبًا ما يشير الرضا عن الحياة إلى تقييم حياة الأفراد من ناحية العاطفة والسعادة والرفاهية الذاتية، وقد تبين أن تقدم العمر والتقاعد يؤثران على الرضا عن الحياة بسبب الخسائر الجسدية والنفسية والاجتماعية، ويمكن أن يُنظر إلى هذا على أنه مشكلة، ويمكن للأنشطة الترفيهية الفعالة أن تعزز العلاقات الاجتماعية، والثقة بالنفس والصحة، وكلها مرتبطة بالرفاهية والرضا عن الحياة لدى كبار السن.

ثانياً: مشكلة الدراسة:

ارتفعت خلال الآونة الأخيرة مستويات الوعي حول أهمية العمل التطوعي في المجتمعات المعاصرة؛ ومن الجدير بالانتباه أن هذا الوعي ما عاد مقتصرًا على فئات محددة دون غيرها، ولكنه أصبح سمة منتشرة في جميع المجتمعات وقطاعاتها؛ ومن قطاعات المجتمع التي أصبحت تولي العمل التطوعي اهتمامًا متزايدًا فئة المتقاعدين؛ وعند الحديث عن العمل التطوعي لدى المتقاعدين، من المهم تناول أثر العمل التطوعي عليهم، ولا سيما في الجانب النفسي؛ ولعل من أبرز آثار العمل التطوعي على المتقاعدين ما يتعلق بمستوى رضاهم عن الحياة.

وأشارت الإحصائيات التي قدرت عدد المتقاعدين في المملكة العربية السعودية للعام ٢٠٢٢م بـ ٩٩٠,٥٧٧ متقاعدً ، الأحياء منهم قرابة ٧٣٠,٤٣١ متقاعدًا وعدد

المتوفين يقدر بـ ٢٦٠,١٤٦ متقاعدًا وإجمالي عدد المستفيدين من المعاشات التقاعدية يبلغ عددهم ٥٣٠,٢٦٠ شخصًا منهم قرابة ٢٦٩,٦٣١ مستفيدًا من التقاعد العسكري وقرابة ٢٦٠,٦٢٩ من المستفيدين من التقاعد المدني، كما يبلغ عدد المتقاعدين في منطقة الرياض ٢٤٩,١ بنسبة ٢٦,٤٪ وذلك حسب إحصائيات مؤسسة التأمينات الاجتماعية ، بعد دمجها مع المؤسسة العامة للتقاعد بتاريخ ١٥ يونيو ٢٠٢١ واعتمد بتاريخ ١ أغسطس ٢٠٢١م الموافق ٢٢ ذو الحجة ١٤٤٢ ه(مؤسسة التأمينات الاجتماعية، ٢٠٢٢).

وقد أشارت عدة دراسات إلى وجود علاقة إيجابية بين المشاركة في العمل التطوعي ومستوى الرضا عن الحياة لدى المتقاعدين؛ ومن هذه الدراسات دراسة جيانج وآخرين (Jiang et al., 2019) ودراسة راسل وآخرين (Russell et al., 2019) ودراسة هانسن وآخرين (Hansen et al., 2018) ودراسة كاهانا وآخرين (Kahana et al., 2013)، فقد أشارت جميع هذه الدراسات إلى أن المشاركة في العمل التطوعي مرتبطة بارتفاع مستوى الرضا عن الحياة لدى المتقاعدين.

ومع ذلك، فإن النتائج المشار إليها لا تمثل إجماعًا في الأدبيات ذات الصلة، فقد أظهرت بعض الدراسات الأخرى نتائج مختلفة؛ ومن هذه الدراسات دراسة بيلكبرينغ وآخرين (Bjälkebring et al., 2020)، فقد أشارت هذه الدراسة إلى أن المشاركة في العمل التطوعي لا تؤدي بالضرورة إلى ارتفاع مستوى الرضا عن الحياة؛ لأنه في العديد من الأحيان قد يكون يؤدي إلى أثر عكسي متمثل في انخفاض مستوى الرضا عن الحياة.

وقد تناولت دراسة بن شلهوب والشهراني (٢٠٢١) عددًا من العوامل السلبية التي تكتنف مشاركة المتقاعدين في العمل التطوعي، والتي قد تُسهم في توليد المشاعر السلبية لديهم عنه؛ وتتضمن هذه العوامل عدم معرفة الكثير من المتقاعدين بأساليب العمل التطوعي، والندرة النسبية لأنواع الأعمال التطوعية التي تناسب المتقاعدين، وانشغال الكثير من المتقاعدين بأعمالهم الخاصة.

ومما سبق عرضه يمكن إبراز مشكلة الدراسة من خلال التساؤل الرئيس التالي: (**ما درجة ممارسة العمل التطوعي وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى عينة من المتقاعدين في القطاعين العام والخاص في منطقة الرياض**)؟

أسئلة الدراسة:

- ما درجة ممارسة العمل التطوعي لدى عينة من المتقاعدين في القطاعين العام والخاص في منطقة الرياض؟
- ما درجة الرضا عن الحياة لدى عينة من المتقاعدين في القطاعين العام والخاص في منطقة الرياض؟
- هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) بين ممارسة العمل التطوعي والرضا عن الحياة لدى عينة من المتقاعدين في القطاعين العام والخاص في منطقة الرياض؟

ثالثاً: أهداف الدراسة:

- التعرُّفُ على درجة ممارسة العمل التطوعي لدى عينة من المتقاعدين في القطاعين العام والخاص في منطقة الرياض.
- التعرُّفُ على درجة الرضا عن الحياة لدى عينة من المتقاعدين في القطاعين العام والخاص في منطقة الرياض.
- الكشف عن وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) بين ممارسة العمل التطوعي والرضا عن الحياة لدى عينة من المتقاعدين في القطاعين العام والخاص في منطقة الرياض.

رابعاً: أهمية الدراسة:

تنبع أهمية الدراسة من أهمية الموضوع الذي تتناوله، وهو ممارسة العمل التطوعي وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى عينة من المتقاعدين في القطاعين العام والخاص في منطقة الرياض ويمكن إبراز أهمية الدراسة فيما يلي:

١- الأهمية النظرية:

-قد تساعد الدراسة الحالية في التعرُّفِ على درجة ممارسة العمل التطوعي لدى عينة من المتقاعدين في القطاعين العام والخاص في منطقة الرياض، وتعزيزه المستمر.

-قد تحقق الدراسة الحالية أهدافها من خلال الكشف عن مستويات الرضا عن الحياة لدى المتقاعدين، وإكسابهم المزيد من الكفايات الحياتية اللازمة؛ لزيادة معدل رضاهم عن الحياة.

-تأمل الباحثة بإثراء المكتبات العربية بالمزيد من الدراسات والأبحاث ذات الصلة بموضوع الدراسة الحالية، في ظل ندرة الدراسات في هذا المجال.

٢- الأهمية التطبيقية:

-قد تساعد نتائج الدراسة في طرح التوصيات المناسبة لتعزيز مستويات الرضا عن الحياة لدى المتقاعدين من القطاعين العام والخاص في منطقة الرياض.

-قد تُسهم نتائج الدراسة في إقامة دورات تدريبية مستمرة وورش عمل؛ لتوعية المتقاعدين من القطاع العام والخاص بأهمية ممارسة الحياة بطريقة صحيحة تزيد من قدرتهم على الالتزام بظروف الحياة وعدم الاكتئاب.

خامساً: حدود الدراسة:

•**الحدود الموضوعية**: تقتصر هذه الدراسة على معرفة درجة ممارسة العمل التطوعي وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى عينة من المتقاعدين في القطاعين العام والخاص في منطقة الرياض .

•**الحدود الزمانية** طُبِّقت الدراسة في الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي ١٤٤٣هـ/ ٢٠٢٢م.

•**الحدود المكانية**: تقتصر الدراسة في النطاق الجغرافي المحدد للدراسة الميدانية بالمملكة العربية السعودية بمنطقة الرياض.

•**الحدود البشرية**: تَكَوَّنَ مجتمع الدراسة من جميع المتقاعدين في القطاعين العام والخاص بمدينة (الرياض) للعام ١٤٤٣هـ/ ٢٠٢٢م ؛ وحُدد عددٌ منهم عينةً عشوائية للدراسة الميدانية.

سادساً: مصطلحات الدراسة:

١-العمل التطوعي:

يعرف التطوع في قاموس المعاني الجامع على أنه: طوّع الشّخص بمعنى تقدَّم لعمل ما مختارًا، قدَّم نفسه لإنجاز عمل أو مهمة بدون مكافأة أو أجر" تطوَّع كثير من الشباب للخدمة في الجيش- كثُر المتطوِّعون لتنظيف المسجد- قال تعالى:﴿فَمَنْ تَطَوَّعَ خَيْرًا فَهُوَ خَيْرٌ لَهُ﴾.

والعمل التطوعي هو العمل الذي يقوم به الفرد في أي مجال من المجالات الإنسانية طواعية وبدون أجر في أوقات منتظمة أو غير منتظمة؛ لأداء الواجب الاجتماعي، سواء كان العمل بالمجهود البدني أو المادي أو بأي شكل من أشكال المساعدة (الهزاني؛ العيبان، ٢٠٢٠: ص١٤١٧).

ويعرف هوراكوفا وشوباشوفا (Horáková & Šobáňová, 2016, p. 25) العمل التطوعي على أنه عمل الشخص المتطوع من أجل الآخرين بدون المطالبة بأجر.

وتعرف الباحثة العمل التطوعي إجرائياً: على أنه نشاط ينطوي على تقديم المساعدةِ والعون والجهد؛ مِن أجل العمل على تحقيقِ الخير للمجتمعِ عُموماً ولأفراده خصوصاً، والإنسان يقومُ به طواعيةً دون إجبارٍ من الآخرين على فعله،

فهو إرادةٌ داخليّة، ولا يسعى الإنسان من خلاله لكسب المال، أو كسب مادي لا يتساوى مع الجهد المبذول.

٢-الرضا عن الحياة:

تعريف الرضا في معجم اللغة العربية المعاصر: مصدر رضِيَ /رضِيَ بـ /رضِيَ على /رضِيَ عن. وهو سريعُ الرِّضا وسريع الغضب: ذو طبع حسَّاس، ونظَر بعين الرِّضا: قَبِل الشيءَ عن طيب نَفْس .

والرضا عن الحياة هو الدلالة على مدى تقييم الفرد عن نوعية الحياة التي يعيشها، ويكون هذا التقييم من خلال خبرة الفرد، ومن خلال منظومة نسقه القيمي، حيث يقارن بين ظروفه الحياتية، والمستوى الأمثل أو المعايير المثلى للحياة ككل (الشريدة، ٢٠١٦، ص٢٨٩).

كما يعرف الرضا عن الحياة بأنه: المقدرة على التكيف مع متغيرات الحياة وأحداثها السريعة التي تواجه الفرد وتؤثر على رضاه (الزهراني، ٢٠١٧، ص٧٦١).

ويعرفه جوكالب وتوبال Gökalp & Topal, 2019, p. (198) على أنه التقييمات المعرفية العامة للفرد حول ما إذا كان راضيًا عن حياته، أو من حيث مجالات معيشية معينة مثل الأسرة والأصدقاء وبيئة المعيشة.

وتعرف الباحثة الرضا عن الحياة إجرائياً على أنه: تقييم شامل إجمالي للمشاعر والمواقف حول حياة الفرد في وقت معين، وفقًا للمعايير المختارة لهذا الفرد، ومدى قدرته على التكيف مع المشكلات التي تواجهه في حياته، وتؤثر على الجانب النفسي عنده، وتفاعله مع المحيطين به.

٣-المتقاعدون:

تعريف المتقاعد في معجم المعاني الجامع: مُتَقاعِد :اسم فاعل مِنْ تَقَاعَدَ، وتقاعد صَارَ فِي سِنِّ التَّقَاعُدِ، أَيْ أُحِيلَ عَلَى الْمَعَاشِ لِيَتَقَاضَى مَبْلَغاً مِنَ الْمَالِ حَسَبَ سُلَّمِهِ الإِدَارِيِّ فِي الوَظِيفَةِ العُمُومِيَّةِ.

والمتقاعدون هم: كل الموظفين (مدنيين/ عسكريين) الذين انتهت مدة خدمتهم، وخصص لهم بموجب أنظمة التقاعد معاشًا تقاعديًا عن الفترة التي قضوها في العمل (آل عقران، ٢٠١٧، ص٩).

ويتم تعريف المتقاعدين على أنهم العاملون كبار السن الذين توقفوا عن العمل بأجر، ولكن يحق لهم الحصول على مزايا التقاعد على أساس سنوات الخدمة (Amaike, p, 435 ,2014).

وتعرف الباحثة المتقاعدين على أنهم: الأشخاص الذين سبق توظيفهم، وتركوا وظيفتهم سواء إجبارياً بسبب بلوغهم سن التقاعد، أو اختيارياً بسبب ظروف صحية، ويتلقون معاشات الشيخوخة، أو استحقاقات التقاعد من الوظيفة التي كانوا ينتسبون لها."

سابعاً: الإطار النظري للدراسة:

١-أهمية العمل التطوعي لدى المتقاعدين:

تنمو أعداد المتقاعدين بشكل مطرد في جميع أنحاء العالم، وبالتالي كان هناك اقتراح بالاستغلال الأمثل للإمكانات الكبيرة لهذه المجموعة من خلال تعزيز المشاركة المدنية بين كبار السن، وخاصة المتقاعدين، حتى إن بعضهم ذكر أن هذه المجموعة يمكن أن تنقذ المجتمع المدني من خلال الانخراط في أنشطة مجتمعية منتجة، مثل العمل التطوعي الرسمي، ويكون الهدف هو أن يستفيد المجتمع من القدرات الهائلة التي يتمتع بها المتقاعدون، بينما يمكنهم أنفسهم الاستفادة من المزايا غير النقدية التي يقدمها العمل التطوعي.

وللعمل التطوعي فوائد عدة بالنسبة للشباب والمتقاعدين والمرأة والمجتمع كله، ومن أهم هذه الفوائد الخاصة بفئة المتقاعدين: أن العمل التطوعي يقوي العلاقة بين الأفراد المتقاعدين وبين الله، كما يعزز العمل التطوعي مشاركة

المتقاعدين في حلِّ المشكلات الاجتماعية والنفسية والسلوكية، والاستفادة من خبراتهم في الحياة، بالإضافة إلى استثمار طاقاتهم في تنمية المجتمع ونهضته، كما يساعد على زيادة تماسك المجتمع: شبابه بشيوخه وترابطهم وترابط ثقافاته جيلًا بعد جيل، كما أن العمل التطوعي الذي يقوم به المتقاعدون يُسهم في سد ثغرات الجانب الحكومي لتحقيق التنمية المنشودة (عزازي، ٢٠١٤أ ص١٧١).

وترى الباحثة مما سبق أنه توجد علاقة بين التقدم في السن والقضايا البيئية، مما أدى إلى دعوات لتوسيع الفرص لكبار السن والمتقاعدين للمشاركة في الأنشطة التطوعية التي تعزز الحفاظ على البيئة واستدامتها، فالمتقاعدون من المرجح أن يكون لديهم الوقت لتكريس العمل التطوعي البيئي والمشاركة المدنية، وعلاوة على ذلك، ونظرًا لتزايد أعدادهم فإن تأثير السلوكيات الجماعية للمتقاعدين يكون عميقًا.

٢-أهداف العمل التطوعي لدى المتقاعدين:

يسعى العمل التطوعي لدى المتقاعدين لتحقيق عدة أهداف هي (المناور، يونس، ٢٠١٩، ص١٠):

٢-١ توجيه طاقات المتقاعدين إلى أعمالٍ تعود بالنفع على المجتمع، وتمكينهم من إدارة حياتهم بشكل أفضل بعد التقاعد.

٢-٢إشباع حاجات المتطوعين المختلفة بطرق مشروعة، من خلال النجاح في القيام بعمل داخل مؤسسة تطوعية تلقى تقديرًا من المجتمع، وهذا ما يعزز إحساسهم بالتقدير الاجتماعي والقبول.

٢-٣استغلال القدرات القيادية لدى المتقاعدين والتنفيذية وتطويرها في القيام بدور إيجابي في المجتمع من خلال التفاعل والتواصل مع الآخرين.

٢-٤تعزيز انتماء المتقاعدين للمجتمع من خلال المشاركة بآرائهم وأفكارهم في القضايا العامة التي تهم المجتمع.

٢-٥ربط المؤسسة التطوعية بالمجتمع المحلي عن طريق تعريف أفراده بها؛ مما يؤدي إلى مساعدتها للتعرف على احتياجات المجتمع، والحصول على دعمه لتلبيتها.

بالإضافة إلى النفقات المنزلية الأساسية، تشكل نفقات نمط الحياة جزءًا مهمًا من ميزانية الأسرة بالنسبة للمتقاعدين، وترتبط المشاركة في الأنشطة الترفيهية والاجتماعية ارتباطًا إيجابيًا بالرفاهية النفسية والاجتماعية لكبار السن وصحتهم واستمرارهم في مرحلة التقاعد، ويعتبر العديد من المتقاعدين الإنفاق الترفيهي -وخاصة السفر- من نفقات التقاعد المهمة، فقد ينفق المتقاعدون على بنود باهظة الثمن مثل تحسينات السيارات، والسفر إلى الخارج، ويخصصون موارد مالية كبيرة للحفاظ على صحتهم (Chambers et al., 2021).

٣-احتياجات المتقاعدين في القطاعين العام والخاص:

يعد المتقاعدون في القطاعين العام والخاص من الطاقات البشرية التي يجب أن تحظى باهتمام وعناية بالغة، حيث إنه يمكن الإفادة منهم في عملية التنمية المجتمعية، وذلك بتكوين البرامج التعليمية والتدريبية التي تتفق مع حاجاتهم وقدراتهم، وتقديم الخدمات المختلفة لهم، والتي تمكّنهم من تعويض أعمالهم المهنية على اختلاف أنواعها، لكي يمكنهم إكمال مسيرة العمل والإنتاج وخدمة المجتمع دون توقف، وينبغي على المجتمع العمل على سدِّ احتياجات المتقاعدين (الصحية- والاجتماعية- والنفسية) للإفادة من خبراتهم، وجعلهم أعضاء وطاقات منتجة على المدى الطويل (العنزي، ٢٠١٧، ص١٤٩).

ومن الاحتياجات النفسية الأساسية التي يحتاجها المتقاعدون (الغامدي، ٢٠١٧، ص٣٢٨):

١-شغل أوقات فراغهم لتخفيف شعورهم بالوحدة.

٢-أن يعاملوا معاملة أسرية خالية من المنغصات.

٣-تقدير ظروفهم الصحية.

٤-الشعور بأهميتهم داخل الأسرة والمجتمع.

٥-احترام الناس لآرائهم، والثقة بهم.

٦-توفير الأمن النفسي لهم؛ لتحقيق راحتهم النفسية.

ومن الاحتياجات الأساسية التي ينبغي توفيرها للمتقاعدين (القحطاني، ٢٠٢٠):

١-الوفاء باحتياجاتهم الاجتماعية الأساسية، من خلال تقديم المشورة والمعلومات النافعة المبسطة.

٢-حثهم على المشاركة في العلاقات الاجتماعية المتبادلة بين الأشخاص، وتعزيز حبِّ الجماعة لديهم.

٣-إتاحة الفرصة لهم للإسهام في تقديم معرفتهم وخبراتهم للمجتمع بأسلوب مفيد.

٤-تقديم الرعاية الطبية والنصائح الصحية والوقائية لهم.

٥-تجنيب المتقاعدين الوحدة والاكتئاب من خلال اللقاءات والنشاطات والتفاعلات المجتمعية.

٦-بِرُّ الأبناء لآبائهم والتوعية بأهمية ذلك دينيًا ودنيويًا.

٤-دور المملكة العربية السعودية في رعاية المتقاعدين:

تحظى فئة المتقاعدين باهتمام عالمي من كل دول العالم وخاصة المملكة العربية السعودية، فقد أُنشئت المؤسسة العامة للتقاعد باسم مصلحة معاشات التقاعد عام ١٣٧٨ هجرياً بموجب المادة ٨ من نظام التقاعد، وفي عام ١٤٢٣ حُولت مصلحة معاشات التقاعد إلى المؤسسة العامة للتقاعد، مؤسسة عامة ذات شخصية اعتبارية تتمتع بالاستقلال الإداري والمالي، ودُمجت مع المؤسسة العامة للتقاعد بتاريخ ١٥ يونيو ٢٠٢١ واعتمد بتاريخ ١ أغسطس ٢٠٢١ الموافق ٢٢ ذو الحجة ١٤٤٢ ه(مؤسسة التأمينات الاجتماعية، ٢٠٢٢)، وقد راعت المملكة العربية السعودية تنوع برامج الرعاية التي تُقدم للمتقاعدين ومنها:

١-البرنامج الاقتصادي: وهو برنامج ملازم لمتطلبات المعيشة، وتختص به مؤسسة التأمينات الاجتماعية.

٢-البرنامج الاجتماعي: وهو جزء من الرعاية التي توفرها المجتمعات للمتقاعدين، وتشرف علية مؤسسة التأمينات الاجتماعية.

٣-البرنامج الصحي: وهو توفير الرعاية الصحية اللازمة للمتقاعدين مع تقدم السن بما يوفر مستوى صحيٍّ مرضيٍّ عنه.

(العتيبي، ٢٠٢١، ص١٠).

٥-النظريات المفسرة للتقاعد عن العمل:

تعددت النظريات الاجتماعية المفسرة للتقاعد عن العمل، وفيما يلي سوف نذكر بشيء من التفصيل أهم تلك النظريات وهي:

أ. نظرية الدور.

ب. نظرية النشاط.

ج. نظرية الحاجات.

أ. نظرية الدور:

إن الدور هو القواعد الاجتماعية والإطار المرجعي الذي يرجع إليه المتقاعدون؛ لتحديد سلوكهم وتقييمه عند تفاعلهم مع أفراد المجتمع الآخرين، وتبعًا لذلك؛ فإن الأدوار هي التي تقوم بربط المتقاعدين بالبناء الاجتماعي، فتماثل سلوك الأفراد في المجتمع الواحد يسهل من عملية التفاعلات والعلاقات الاجتماعية؛ لأنه يجعل من السهل معرفة توقعات والتزامات الدور، ونتيجة لذلك فإن الدور يرتبط بنمو الذات والسلوك الجمعي؛ لأن الفرد حين يلتزم بقواعد الدور فإنه يتبع المعايير الاجتماعية المتوقعة منه قبل الآخرين، ونظرية الدور تساعد على تفسير صراع الأدوار الذي يقع على كاهل المتقاعدين للموازنة بين حياة ما قبل التقاعد وحياة ما بعد التقاعد (حريري، ٢٠٢٠، ص٣٩).

وتهتم نظرية الدور بكيفية تأثير الخروج من الدور وانتقال الدور على المدى الذي يلزم فيه العاملين أنفسهم بأدوار مختلفة لنتائج التقاعد؛ وبشكل ضمني، فإن العاملين الذين لديهم شغف كبير بأدوارهم ويرتبطون بها بشدة، سيرون بطبيعة الحال التحولات في الأدوار نحو التقاعد ظواهرَ محفوفة بالمخاطر (Salifu et al., 2021, p. 2).

وترى الباحثة أن نظرية الدور تشير إلى أن الأفراد يشغلون أدوارًا مختلفة تحدد هوياتهم الشخصية والاجتماعية، مثل دور الموظف، ويمكن تعريف انتقالات الدور على أنها الحركة النفسية والجسدية -إذا كانت ذات صلة- بين الأدوار المتسلسلة؛ ووفقًا لنظرية الدور، فإن انتقال الفرد من كونه موظفًا إلى متقاعد، لا يركز فقط على التغييرات المتعلقة بتوفير الوقت، ولكنه يصاحب أيضًا عمليتين ذاتيتين مرتبطتين بالدور: عملية الخروج من دور العمل - العامل - وعملية دخول دور المتقاعد.

ب. نظرية النشاط:

تقوم هذه النظرية على أساس تكيف كبار السن مع مرحلة التقاعد، وأنهم يجب أن يشاركوا في النشاطات الاجتماعية، وأن يكون لهم أدوار بديلة تعوض تلك الأدوار التي فقدوها بالتقاعد، وكما أن العمل يعني للفرد أشياء مختلفة، فقد يعني لبعضهم مصدرًا للكسل، وقد يعني لبعضهم الآخر مصدرًا للاعتزاز، أو الإبداع، أو خدمة الآخرين، والفرد عندما يفقد عمله؛ يعتمد على قدراته لإيجاد بدائل ومن خلالها يحقق الأهداف الشخصية التي كان العمل السابق يحققها له، وقد حاول بعض الباحثين تطبيق هذه النظرية على المجتمع الأمريكي، وكانت نتائجها محدودة، حيث وجدوا أن العلاقة بين الرضا المعيشي والنشاط في تعويض الأدوار ضعيفة، مما يجعل فرضيات هذه النظرية غير عميقة (القيري، ٢٠١٨، ص١٤٧).

وقد بدأ هافيغورست وألبريشت إحدى أولى النظريات التي تعالج عملية التقدم في السن في ١٩٥٣م عندما ناقشا مفهوم المشاركة في النشاط والتكيف الإيجابي مع التقدم في السن، ومن خلال دراسة عينة من البالغين، استنتجوا أن المجتمع يتوقع من المتقاعدين أن يظلوا مساهمين نشطين، وتم تصور النظرية كنظرية فعلية في ١٩٦٣ م وجادلت بأن البقاء مشغولًا ومشاركًا هو مكون ضروري لحياة مُرضية في مراحلها المتأخرة، ويربط هافيغورست وألبريشت النشاط بالصحة النفسية ويقترحان النشاط وسيلةً لإطالة منتصف العمر وتأخير الآثار السلبية للتقدم في السن (Lange & Grossman, 2014, p. 66).

وترى الباحثة أن هذه النظرية تتناول كيف يمكن للأشخاص التكيف بشكل أفضل مع الظروف المتغيرة للتقاعد، على سبيل المثال: المرض، فقدان الأصدقاء والأحباء بسبب الوفاة ، إلخ، وعند معالجة هذه القضية، أوصى هافيغورست وألبريشت أن يشارك كبار السن في المنظمات التطوعية والترفيهية، ورعاية الأطفال وغيرها من أشكال التفاعل الاجتماعي، وبالتالي فإن نظرية النشاط تتجنب بشدة فكرة نمط الحياة المستقرة، وترى أنه من الضروري للصحة والسعادة أن يظل الشخص الأكبر سنًا نشيطًا بدنيًا واجتماعيًا.

ج. نظرية الحاجات:

تمثل حاجات المتقاعدين كل ما يفتقرون إليه من مطالب اجتماعية أو نفسية أو صحية أو مادية، فالاحتياجات الاجتماعية تتمثل في كل ما يرغب فيه المتقاعد من رعاية اجتماعية، تحقق له تدعيم العلاقات الاجتماعية وتحقيق التوافق الشخصي والاجتماعي، والاحتياجات النفسية وتتمثل في كل ما يرغبه المتقاعد من توفير المناخ النفسي الملائم، والذي يضمن احترامه وتقديره لذاته، وكذلك احترام الآخرين وتقديرهم له، وبالتالي تحقيق الأمان والاستقرار النفسي، والاحتياجات الصحية وتتمثل في

التغيرات الفسيولوجية التي يعاني منها المتقاعدون، وتؤدي إلى حاجتهم إلى خدمات طبية أو خدمات وقائية، والتي تُسهم في دعم صحتهم واستقرارها، كما تتمثل الاحتياجات المادية فيما يطلبه المتقاعد من نفقات ودخل مالي يكفيه لسد احتياجاته من سلع، وخدمات، ومتطلبات حياتية (الغامدي، ٢٠١٧: ص٣٠٥).

وتكون احتياجات المتقاعدين بسبب التغيرات الفسيولوجية والنفسية أكثر تعقيدًا؛ وبالتالي، يمكن تحليلها بمساعدة نظرية ماسلو عن الاحتياجات، وهي نظرية مهمة لدراسة العلوم السلوكية الحديثة، حيث تقسم احتياجات الإنسان إلى خمسة مستويات: فسيولوجية، وأمنية، وعاطفية، واحترام، وتحقيق الذات. وفي مرحلة معينة، قد يحتاج الشخص احتياجات متعددة، وتعتمد الاحتياجات على مستويات مختلفة على بعضها البعض وتتداخل، مما يحدد السلوك المحدد للفرد (Shi et al., 2021, p. 3).

وتؤكد الباحثة على أن جوهر الدعم الروحي هو تلبية الاحتياجات الروحية للمتقاعدين، والتأثير بشكل مباشر على نوعية حياتهم، والدعم الروحي الحديث ليس فقط لتلبية احتياجاتهم، ولكن أيضًا لتحفيز إمكاناتهم الحياتية، ولذلك فإن الدور الرئيس للمسنين يستحق الاهتمام أكثر، وهذا يتوافق مع نظرية ماسلو للاحتياجات: فبالإضافة إلى الاحتياجات الأساسية للبقاء والأمان، توجد حاجة إلى الدعم الروحي والاحتياجات العاطفية، وضرورة الاحترام، والحاجة إلى تحقيق الذات.

٦-أهمية الرضا عن الحياة لدى المتقاعدين:

يُعَدُّ الرضا عن الحياة ذا أهمية كبيرة لدى المتقاعدين حيث إن الرضا عن الحياة يمثل مجموعة العواطف والمشاعر والانفعالات الإيجابية تجاه الفرد نفسه، وكذلك تجاه الأشخاص الآخرين والموضوعات والمواقف التي يعيشها، والتي تشعره بالسعادة والرضا عن الحياة، وتدفعه للتفوق والتغلب على الصراعات والضغوط الداخلية والخارجية، مع تقبل الفرد لمظهره الخارجي والرضا عنه، وشعوره بالارتياح تجاه قدراته وإمكاناته، وميله للنشاط والحيوية معظم الوقت، وقدرته على الحركة والاتزان، مع الاستمرار في النشاط والعمل (عماشة؛ شقير، ٢٠١٧، ص٢٩).

والأفراد الذين يدخلون مرحلة التقاعد يواجهون إعادة تقييم لحياتهم، مما يسمح لهم بالتكيف، وتغيير ما هو غير مناسب، وتحسين رضاهم عن أهم الجوانب، وفيما يخص تأقلم المتقاعدين، يمكن اعتبار الرضا عن الحياة، والرضا عن التقاعد، والصحة المتصورة، مؤشراتٍ مهمةً للتكيف الشامل مع مرحلة التقاعد (Topa et al., 2017, p. 418).

وترى الباحثة أن التقاعد هو حدثٌ رئيسٌ في الحياة يؤثر على مستويات الرضا عن الحياة للمتقاعدين، على عكس أحداث الحياة مثل فقدان الزوج أو الطلاق أو البطالة، والتي يُنظر إليها على نطاق واسع على أنها مرهقة للغاية ومضرة بجودة الحياة، فإن عواقب التقاعد أكثر خطرًا، فبرغم أن التقاعد مرتبط بالحرية والمرونة من حيث الحياة المعيشية دون الحاجة إلى العمل، إلا أنه يرتبط أيضًا بخسائر في الموارد المالية والاجتماعية وتقليل الشعور بقيمة الذات.

٧-أبعاد الرضا عن الحياة:

تشير أبعاد الرضا عن الحياة إلى مدى تمتع الفرد بالسعادة والشعور بالارتياح عن ظروفه الحياتية، وتقبل الآخرين والتعايش معهم، واستقرار الحالة الانفعالية والصحية للفرد، وعدم المعاناة في المشاعر السلبية، بالإضافة إلى شعوره بالبهجة والتفاؤل تجاه المستقبل، وبالشعور بالاستقرار الاجتماعي والنفسي والرضا عن المستوى الذي وصل إليه (الشريدة، ٢٠١٦، ص٢٩٠).

إن قدرة المتقاعدين على التكيف الشخصي والاجتماعي، تبدو في استمتاعهم بالحياة ورضاهم عنها، وعن علاقتهم مع أسرتهم وأصدقائهم وشعورهم بالطمأنينة وراحة البال، فالمتقاعد يتعرض للعديد من العوامل التي تؤثر على قدرته على التكيف النفسي والاجتماعي نتيجة تعرضه لمتغيرات ومشكلات مختلفة، تشكل بالنسبة له وضعًا جديدًا وحياة مختلفة عن حياته السابقة، وتكيف المتقاعد وشعوره بالرضا عن الحياة يخضع لعوامل وأبعاد عدة، سنتطرق لبعضٍ منها (العتيبي، ٢٠٢٠، ص٢٩٣- ٢٩٤).

ا. السعادة:

يعد الشعور بالرضا واحدًا من المكونات الأساسية للسعادة، والشعور بالرضا هو نوع من التقدير الهادئ والتأمل لمدى حسن سير الأمور، سواء الآن أو في الماضي، وإن تلك السعادة الناتجة عن الشعور بالرضا عن الحياة تجعل الفرد يشعر بالرضا عن عمله، وعن وقت فراغه، وعن المجالات الأخرى في الحياة عمومًا (العمري، ٢٠١٧، ص١٤).

فالسعادة هي نتيجة للتجارب الإيجابية في العلاقات الشخصية الوثيقة، وبالتالي فهي تميل إلى التركيز على شعور الناس وتجربتهم في طبيعتها (Ngoo & Tey, 2019, p. 71).

وتؤكد الباحثة على أن للسعادة مفهومًا متعدد الأبعاد يتكون من عدة أجزاء أساسية: ففي الجانب العاطفي يتمتع الشخص بمزاج سعيد؛ ومن الناحية الاجتماعية يتمتع الفرد السعيد بعلاقات اجتماعية جيدة مع الآخرين ويحصل على الدعم الاجتماعي منهم؛ ومن الناحية المعرفية يقوم الشخص السعيد بمعالجة المعلومات وتفسيرها بطريقة خاصة، بحيث يشعر في النهاية بالسعادة والتفاؤل؛ ولذلك فإن السعادة يمكن أن تشمل تقييم الناس لأنفسهم وحياتهم، سواء كانت جوانب معرفية مثل الأحكام المتعلقة بالرضا عن الحياة ،أو جوانب عاطفية بما في ذلك التصرف أو المشاعر كرد فعل لأحداث الحياة.

ب. الرضا عن العلاقات الاجتماعية:

العلاقات الاجتماعية هي العلاقات التي يقوم بها المتقاعدون لتلبية حاجاتهم الاجتماعية أو العاطفية أو الاقتصادية عن طريق (الشهري، ٢٠١٣، ص١٦):

البحث عن صداقات جديدة.

١-تعزيز علاقات الصداقة القديمة.

٢-التواصل مع الأقارب البعيدين.

٣-التواصل مع أصدقاء العمل القدامى.

والتمتع بعلاقات اجتماعية إيجابية مطلبٌ وغايةٌ لكل فرد على وجه العموم، وللمتقاعدين وكبار السن خاصة، سواء أكان داخل الأسرة أو في أي بيئة أخرى، وهذا ما يقابله بالضرورة الحاجة إلى مفهوم يعتمد على تقييم إيجابي للذات، وينضج مفهوم تقدير الذات بصفة رئيسة في العلاقات الاجتماعية مرتبطًا بالرغبات، فالفرد قد يعبر عن حاجاته للتقدير والاحترام من خلال رغبته في امتلاك القوة، وتحقيق الإنجاز، والتمكن، والكفاءة، أو الاستقلال والحرية، وقد يتطلع المتقاعدين إلى مكانة مرموقة وهيبة واحترام واعتراف بهم، وهذا ما يعكس المعنى الحقيقي لتقدير الذات من خلال العلاقات الاجتماعية (أحمد؛ عبد الحق، ٢٠٢٠، ص٩٧).

وترى الباحثة أن الجودة المدركة للعلاقات الاجتماعية للناس تؤثر على تقديرهم لذاتهم، وتفترض نظرية العلاقات الشخصية، ونظرية مقياس الاجتماع في أن تقدير الذات يتشكل من خلال تقييم الفرد لكيفية إدراك الآخرين له، ويمكن للعلاقات الاجتماعية أيضًا أن تخفف التوتر والخوف، مما يشير إلى فكرة أن العلاقات ذات الجودة الأفضل مفيدة لتقدير الناس لأنفسهم؛ ومن منظور آخر، ينبغي للأفراد الذين يتمتعون بتقدير أكبر لذاتهم أن يختبروا أيضًا علاقات أكثر إيجابية مع الآخرين.

ج. التقدير الاجتماعي:

من المهم للأفراد أن يهتم الآخرون بهم ويلبوا احتياجاتهم العاطفية، ويُعد هذا الشكل من التقدير مهم بشكل خاص في جميع مراحل الحياة، ويمهد الاهتمام المستمر من الآخرين الطريق إلى الثقة بالنفس بشكل صحي؛ ويشير الاحترام القائم على المساواة إلى تقدير الآخرين للفرد ومعاملته على أنه شخص يتمتع بحقوق متساوية ويؤخذ على محمل الجد؛ وأخيرًا، يشير التقدير الاجتماعي إلى التقييم الإيجابي الذي يحصل عليه الناس لإنجازاتهم ومساهماتهم، فمن خلال المدى الذي يقدر فيه الآخرون مساهمتهم، يمكن للأفراد أن يطوروا إحساسًا بتقدير الذات من حيث كونهم يتمتعون بالرضا.

ونظرا لما تتميز به فترة التقاعد من خصائص منها صعوبة ملاحقة التطور، مع عدم القدرة على مواكبة هذه السرعة، وزيادة التدهور في القدرات النفسية والجسمية، والميل إلى الانطواء، والشعور بقرب النهاية، ومنها أيضًا حب الذات والنرجسية، ويظهر تأثير هذه الخصائص بشكل واضح على حياة المتقاعد بحيث تمس جميع جوانبه النفسية والاجتماعية والجسمية وحتى العقلية منها، وعليه فلا بد من توفر القدر الكافي من العناية، والاهتمام، والتقدير الاجتماعي والتقبل؛ حتى يتسنى له التوافق مع ذاته ومع المحيطين به، مما يدعم بقدر كبير صحته النفسية وحسن توافقه العام (أحمد؛ عبد الحق، ٢٠٢٠، ص٩٩).

ويسعى المتقاعدون في هذه المرحلة إلى الشعور بالانتماء والقبول والاشتراك في العلاقات الاجتماعية؛ نظرًا لحاجتهم إلى تقدير ذواتهم، والشعور بتقدير الآخرين لهم، عن طريق تحقيق مكانة اجتماعية مرموقة، وتعظيم استخدام قدراتهم ومهارتهم؛ لتحقيق أكبر قدر ممكن من الإنجاز، والإحساس بالقوة والثقة (أبو دميك، ٢٠١٨، ص١٦٤).

وقد أولت المملكة العربية السعودية للمتقاعدين قدرًا كبيرًا من التقدير الاجتماعي والاحترام، ويسّرت لهم كثيرًا من الخدمات مع مراعاة التغيرات الفسيولوجية والنفسية والاجتماعية التي يمرون بها في هذه المرحلة العمرية، فقد أعطت المملكة العربية السعودية لهذه الشريحة الكثير من الاهتمام، ووفّرت لهم الاحتياجات الأساسية التي يطلبونها، وسعت للارتقاء بهم من الناحية التعليمية والاجتماعية والترويحية، لجعلهم قادرين على مواصلة العطاء والمساهمة في بناء مجتمعهم (القحطاني، ٢٠٢٠، ص٤٤٥).

وتؤكد الباحثة على أن التقدير الاجتماعي أيضًا يتضمن أن يدرك الشخص الممتن أهمية تقدير كل مساهمة يقدمها الآخرون، بحيث تصبح دافعًا لخلق مشاعر إيجابية، وأن يدرك أيضًا أهمية التعبير عن التقدير للمساعدة التي قدمها الآخرون، بالإضافة إلى موقف تقبل وتقدير الذات والآخرين الذي يمكن أن يكون له تأثير إيجابي على الرفاهية الذاتية.

٨-علاقة العمل التطوعي بالرضا عن الحياة لدى المتقاعدين:

في البداية جاء تفسير رضا المتطوعين عن الحياة من نظرية المصلحة الاجتماعية، حيث إن التطوع هو ظاهرة دعم اجتماعي، وهو أحد مكونات مجال المصلحة الاجتماعية، وتنطوي المصلحة الاجتماعية على الشعور بالانتماء، وربما تكون بمثابة أقوى آلية تفسيرية للتكامل الاجتماعي الذي يتم تجربته عندما ينخرط الشخص في أعمال تطوعية، ولقد ثبت أن المصلحة الاجتماعية عاملٌ مهم في الرضا عن الحياة، وتعتبر مكونًا رئيسيًا للصحة العقلية الإيجابية.

وتوضح وزارة الخدمة المدنية (٢٠١٧، ص١٤) أنه عند طلب التعاقد مع من أُحيل إلى التقاعد للقيام بغير أعمال وظيفته التي كان يشغلها، فعلى الحكومة أن تضمن الطلب بما يلي:

١-تحديد المهام التي سيكلف بها المتقاعد بدقة.

٢-عدم وجود موظفين في الجهة التي يعمل بها يمكن لأيٍ منهم القيام بما سوف يُسند إليه من أعمال.

٣-توفر ندرة في التأهيل أو التخصص أو خبرات يُراد الإفادة منها.

٤-توفر اعتماد مالي في بند المكافآت يغطي التكلفة المترتبة على التعاقد معه.

وتوضح عماشة وشقير (٢٠١٧، ص٢٠) أن الأعمال التطوعية قد ساعدت المتقاعدين على:

١-التركيز على أوجه الحياة الإيجابية، والتركيز على الأفكار والأحداث والتفسيرات التي تكون سببًا لسعادتهم.

٢-عدم الشكوى أو التذمر من التحديات التي تواجههم.

٣-شعورهم بقدرتهم على تحقيق ما يريدون.

٤-توظيفهم للمنطق لإيجاد طرق مناسبة لتقييم أهدافهم، بدلًا من الانسياق للمخاوف والأفكار اللاعقلانية.

٥-الشعور بأنهم يستحقون السعادة، وهذا ما يدفعهم نحو القيام بمحاولات هادفة لتحسين حياتهم.

فمع تقدم العمر لا مفر من المرور بالتدهور التدريجي في الصحة البدنية والأداء الإدراكي، وزيادة معدلات الإصابة بالأمراض المزمنة المختلفة، وفي ظل قيود الميزانيات المالية المحدودة، يأتي العمل التطوعي لدى كبار السن والمتقاعدين موردًا بديلًا وفعّالًا من حيث التكلفة للحفاظ على الصحة والرفاهية في التقدم في السن، فبخلاف زيادة رأس المال البشري والاجتماعي، تشمل فوائد التطوع أيضًا نتائج صحية بدنية وعقلية أفضل، مثل تحسين الأداء البدني والمعرفي والرفاهية النفسية، ويعتبر التطوع أيضًا وسيلة لتعزيز التقدم الناجح في السن (Lam et al., 2021, p. 2).

وأخيرا ترى الباحثة أن العمل التطوعي يؤدي إلى زيادة الرضا عن الحياة، وقد ثبت أن الشخصية تؤثر على العمل التطوعي، فالمتطوعون أكثر انبساطًا وانفتاحًا ووعيًا من غير المتطوعين، والمتطوعون لديهم أيضًا مستويات أقل من العصابية من غير المتطوعين، وبالتالي يتمتعون برضا أكبر عن الحياة.

ثامناً: الدراسات السابقة:

هدفت دراسة بن شلهوب والشهراني (٢٠٢١) التعرف على أهم المعوقات الشخصية والمجتمعية للمتقاعد عن القيام بالعمل التطوعي، بالإضافة إلى التعرف على أهم آليات استثمار الخبرات المهنية للمتقاعدين في العمل التطوعي، وتحديد واقع استثمار الخبرات المهنية للمتقاعدين في العمل التطوعي، وقد تكوَّن مجتمع الدراسة من عينة من المتقاعدين في منطقة الرياض، واشتملت العينة على (٣٨٠) فردًا، واعتمدت الدراسة المنهجَ الوصفي التحليلي منهجًا لها، واستعانت الدراسة بالاستبانة أداةً للدراسة، وقد توصلت الدراسة للعديد من النتائج أهمها: عدم معرفة الكثير من المتقاعدين بطرق العمل التطوعي، ويوجد الكثير من الأعمال التطوعية التي تناسب المتقاعدين، وانشغال الكثير من المتقاعدين بمشاريعهم الخاصة.

وتناولت دراسة بيلكبرينغ وآخرون (Bjälkebring et al., 2020) التعرُّف على العلاقة بين العمل التطوعي والرضا عن الحياة لدى كبار السن والمتقاعدين؛ وتكوَّن مجتمع الدراسة من جميع المتقاعدين عن العمل الذين تتراوح أعمارهم بين (٦٠-٦٦) عامًا في السويد؛ واشتملت العينة على (١١٢٣) متقاعدًا؛ واعتمد الباحثون على المنهج الكمي القائم على المقاييس؛ وأظهرت الدراسة العديد من النتائج، كان أهمها ما يلي: توجد علاقة سلبية بين المستويات المتزايدة في العمل التطوعي ومستويات الرضا عن الحياة لدى

المتقاعدين، وتوجد علاقة إيجابية بين ارتفاع مستويات الرضا عن الحياة وزيادة العمل التطوعي لدى المتقاعدين.

وأجرى جيانج وآخرون (Jiang et al., 2019) دراسة بهدف التعرُّف على تأثير العمل التطوعي على الرضا عن الحياة لدى كبار السن والدور المعدل لحجم الشبكة الاجتماعية؛ وتكوّن مجتمع الدراسة من جميع الأفراد كبار السن المشاركين في العمل التطوعي والبالغ عمرهم (٦٦) عامًا في أستراليا، وقد استمرت الدراسة لمدة (٤)سنوات؛ واشتملت العينة على (١٥٩١) فردًا؛ واعتمد الباحثون على المنهج الكمي القائم على المقاييس؛ وأظهرت الدراسة العديد من النتائج، كان أهمها ما يلي: توجد علاقة إيجابية بين وقت التطوع الأطول ومستويات الرضا عن الحياة لدى كبار السن، وتوجد علاقة إيجابية بين الأهداف العاطفية وسلوكيات التطوع على المدى القصير والطويل.

وأجرى جيانج وآخرون (Jiang et al., 2019) دراسة بهدف التعرُّف على تأثير العمل التطوعي على الرضا عن الحياة لدى كبار السن، والدور المعدل لحجم الشبكة الاجتماعية؛ وتكوَّن مجتمع الدراسة من جميع الأفراد كبار السن المشاركين في العمل التطوعي والبالغ عمرهم(٦٦) عامًا في أستراليا، وقد استمرت الدراسة لمدة (٤)سنوات؛ واشتملت العينة على (١٥٩١) فردًا؛ واعتمد الباحثون على المنهج الكمي القائم على المقاييس؛ وأظهرت الدراسة العديد من النتائج، كان أهمها ما يلي: توجد علاقة إيجابية بين وقت التطوع الأطول ومستويات الرضا عن الحياة لدى كبار السن، وتوجد علاقة إيجابية بين الأهداف العاطفية وسلوكيات التطوع على المدى القصير والطويل.

واستقصت دراسة البسام (٢٠١٩) التعرُّف على دور المتقاعدين في التنمية المستدامة بمنطقة القصيم (بريدة وعنيزة والرس)، والتعرُّف على الخصائص الديموغرافية والاجتماعية والاقتصادية للمتقاعدين بمدن بريدة وعنيزة والرس، ومدى التباين بينهم حسب التوزيع الجغرافي، والتعرُّف على آراء المتقاعدين حول محوري أسباب التقاعد وأهم المشكلات التي تواجههم بعد التقاعد في المدن الثلاث بمنطقة القصيم، وقد تكوَّن مجتمع الدراسة من عينة من المتقاعدين عن طريق المؤسسة العامة للتقاعد من ثلاث مدن رئيسية بالمنطقة (بريدة- عنيزة- الرس)، وقد تكون مجتمع الدراسة من (١٨٦٥١) متقاعدًا، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي كمنهج لها، واستعانت بالاستبانة أداةً للدراسة، وقد توصلت الدراسة إلى العديد من النتائج أهمها: أن من أهم أسباب التقاعد عدم التوفيق بين المهنة والحياة الخاصة، وكثرة الأعباء الإضافية، كما يعاني الكثير من المتقاعدين من فراغ كبير غير مستثمر، وأن أهم محاسن وخبرات ما بعد التقاعد أنه أتاح لهم الاهتمام بأسرهم، وأتاح لهم الفرص لتجربة أعمال وأنشطة أخرى.

وهدفت دراسة حمدان (٢٠١٨) إلى الكشف عن العلاقة الارتباطية بين اتجاه المسنين المتقاعدين نحو خدمة المجتمع وتنميته تبعًا لمتغيرات الدراسة (النوع، و المستوى العلمي، و المهنة قبل التقاعد، والدخل الشهري) والكشف عن الأوزان النسبية التي يرغب المسنون المتقاعدون المشاركة من خلالها في خدمة المجتمع وتنميته، ومعرفة الفروق الإحصائية في اتجاهات المسنين المتقاعدين نحو خدمة المجتمع وتنميته، وقد تكوَّن مجتمع الدراسة من مجموعة من المسنين المتقاعدين من الإناث والذكور في المملكة العربية السعودية، وجمهورية مصر العربية، والجمهورية الهاشمية الأردنية، واشتملت العينة على (٢٠٠) فردًا، واعتمدت الدراسة المنهج الكمي منهجًا لها، واستعانت بالاستبانة أداةً للدراسة، وقد توصلت للعدد من النتائج أهمها: وجود علاقة ارتباطية بين اتجاه المسنين المتقاعدين نحو خدمة المجتمع وتنميته ومتغيرات الدراسة،

واختلاف نسبة مشاركة العوامل المؤثرة (المستوى التعليمي، والمهنة قبل التقاعد، و الدخل الشهري) على اتجاه المسن نحو خدمة المجتمع وتنميته.

وهدفت دراسة هانسن وآخرون (Hansen et al., 2018) إلى فحص العلاقة بين العمل التطوعي والرضا عن الحياة في منتصف العمر والشيخوخة؛ وتكوَّن مجتمع الدراسة من جميع الأفراد كبار السن والمتقاعدين المشاركين وغير المشاركين في العمل التطوعي في النرويج، والسويد، والدنمارك، وهولندا، وبلجيكا، وفرنسا، وألمانيا، والنمسا، وسويسرا، وإسبانيا، وإيطاليا واليونان؛ واشتملت العينة على (١٨٥٥٩) فردًا؛ واعتمد الباحثون على المنهج الوصفي التحليلي القائم على الاستبانة والمقابلات الشخصية؛ وقد أظهرت الدراسة العديد من النتائج، كان أهمها ما يلي: توجد علاقة إيجابية بين التطوع المستقر ومستويات الرضا عن الحياة لدى كبار السن والمتقاعدين.

تاسعاً: الإجراءات المنهجية للدراسة:

١- منهج الدراسة:

من أجل تحقيق أهداف الدراسة؛ سوف تقوم الباحثة باستخدام المنهج الوصفي التحليلي: وهو "أحد أشكال التحليل والتفسير العلمي المنظم لوصف ظاهرة أو مشكلة محددة وتصويرها كميًّا عن طريق جمع البيانات والمعلومات المعينة عن ظاهرة أو مشكلة، وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسة الدقيقة" (عبد المؤمن، ٢٠٠٨، ص٢٨٧).

٢- مجتمع الدراسة وعينته

يشتمل مجتمع البحث الدراسة الحالي على جميع المتقاعدين في منطقة الرياض واشتملت عينة الدراسة على (٣٥٠) متقاعدًا منهم؛ لتمثيل مجتمع الدراسة.

٣- خصائص عينة الدراسة:

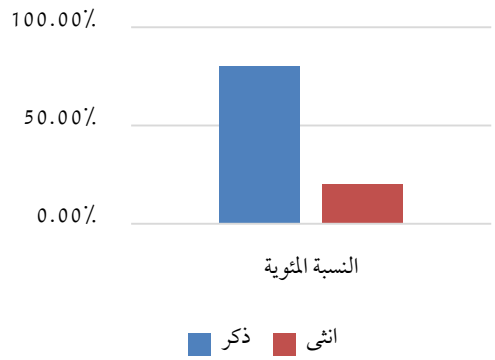
تم حساب التكرارات والنسب المئوية لأفراد عينة البحث وفقاً (الجنس ، و عدد سنوات التقاعد).

أ.توزيع أفراد العينة حسب الجنس:

جدول رقم (١) توزيع أفراد العينة وفقًا للجنس

م	الجنس	التكرار	النسبة المئوية
١	ذكر	280	٪80.0
٢	انثى	70	٪20.0
المجموع		**350**	**٪100.0**

يتضح من الجدول رقم (١) أن نسبة (٪80.0) من أفراد العينة ذكور، بينما نسبة (٪20.0) من أفراد العينة إناث.



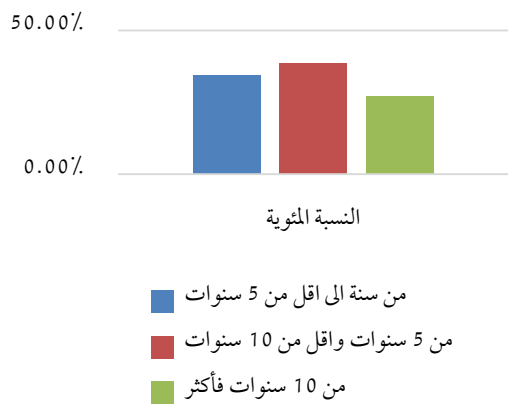
شكل رقم (١) رسم بياني يوضح نسبة أفراد العينة: الذكور والإناث

ب.توزيع أفراد العينة حسب عدد سنوات التقاعد:

جدول رقم (٢) توزيع أفراد العينة وفقًا لعدد سنوات التقاعد

م	عدد سنوات التقاعد	التكرار	النسبة المئوية
١	من سنة إلى أقل من ٥ سنوات	120	٪34.3
٢	من ٥ سنوات وأقل من ١٠ سنوات	135	٪38.6
٣	من ١٠ سنوات فأكثر	95	٪27.1
المجموع		**350**	**٪100.0**

يتضح من الجدول رقم (٢) أن نسبة (٪34.3) من أفراد العينة متقاعدين لفترة من سنة إلى أقل من ٥ سنوات، بينما نسبة (٪38.6) من أفراد العينة متقاعدون لفترة من ٥ سنوات وأقل من ١٠ سنوات ، بينما نسبة (٪27.1) من أفراد العينة متقاعدون لفترة من ١٠ سنوات فأكثر.



شكل رقم (٢) رسم بياني يوضح توزيع أفراد العينة، وفقًا لعدد سنوات التقاعد

٤- أدوات الدراسة:

بعد أن اطّلعت الباحثة على الأبحاث ذات الصلة، والدراسات السابقة المتعلقة بموضوع البحث، قامت ببناء وتطوير مقاييس بهدف التعرُّف على درجة ممارسة العمل التطوعي وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى عينة من المتقاعدين في القطاعين العام والخاص في مدينة الرياض.

١-٤ وصف أدوات الدراسة:

لقد احتوت أدوات الدراسة في صورتها النهائية على جزأين رئيسين:

الجزء الأول: ويشتمل على البيانات الأولية لأفراد العينة وهي (الجنس، وعدد سنوات التقاعد).

الجزء الثاني: ويشتمل على عبارات المقاييس، وقد تكونت المقاييس في نسختها النهائية من (٣٣) عبارة موزعة على كلٍ من مقياس الرضا عن الحياة ومقياس العمل التطوعي:

- **المقياس الأول: "العمل التطوعي"** ويتكون من (٢٠) عبارة.
- **المقياس الثاني: "الرضا عن الحياة"** ويتكون من (١٣) عبارة.

ولقد تم استخدام مقياس ليكرت الخماسي **(بدرجة كبيرة جدا – بدرجة كبيرة – بدرجة متوسطة – بدرجة ضعيفة – بدرجة ضعيفة جدًا)، (دائماً – غالباً – أحياناً – نادراً – أبداً)** للتعرف على درجة ممارسة العمل التطوعي وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى عينة من المتقاعدين في القطاعين العام والخاص في مدينة الرياض.

٥- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة

قامت الباحثة باستخدام البرنامج الإحصائي SPSS في تحليل بيانات الدراسة من خلال استخدام الأساليب التالية (معامل ثبات ألفا كرونباخ، التكرارات والنسب المئوية، والانحراف المعياري، ومعامل ارتباط بيرسون).

٢-٣ صدق أدوات الدراسة

أ. الصدق الظاهري:

بعد الانتهاء من إعداد أدوات الدراسة وبناء فقراتها، أعادت الباحثة صياغة أدوات الدراسة فقد حذفت وأعادت صياغة بعض العبارات فيها، وبذلك أصبحت المقاييس في شكلها النهائي بعد التأكد من صدقها الظاهري مكونة من (٣٣) عبارة مقسمة على مقياسيين رئيسين.

صدق الاتساق الداخلي لأدوات الدراسة:

تم حساب صدق الاتساق الداخلي وفقاً لاستجابات أفراد العينة الاستطلاعية (ن= ٣٠) بحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات كل عبارة والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه العبارة من محاور الاستبانة كما يوضح نتائجها جدول رقم (٣) التالي:

جدول رقم (٣) معاملات ارتباط بيرسون بين درجات كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس الذي تنتمي إليه العبارة

رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
المقياس الأول "العمل التطوعي"					
1	.576**	8	.661**	15	.540**
2	.761**	9	.595**	16	.826**
3	.733**	10	.779**	17	.642**
4	.540**	11	.576**	18	.661**
5	.540**	12	.761**	19	.595**
6	.826**	13	.733**	20	.692**
7	.758**	14	.540**		
المقياس الثاني "الرضا عن الحياة"					
1	.430*	6	.368*	11	.509**
2	.697**	7	.567**	12	.375*
3	.609**	8	.617**	13	.711**
4	.490**	9	.444*		
5	.521**	10	.710**		

**** دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (٠,٠١)**

*** دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (٠,٠٥)**

يتبين من جدول (٣) السابق أن معاملات ارتباط العبارات بالدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه العبارة من محاور الاستبانة جاءت جميعها دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١)، وجاءت جميع قيم معاملات الارتباط قيم عالية، حيث تراوحت في المقياس الأول: "العمل التطوعي" بين (.540**-.826**)، أما في المقياس الثاني: "الرضا عن الحياة" فقد تراوحت معاملات الارتباط بين (.368*-.711**)؛ مما يدل على وجود درجة عالية من صدق الاتساق الداخلي لعبارات المقياسين.

جدول (٤) معاملات ثبات ألفا كرونباخ لعبارات المقياسين

رقم الفقرة	معامل الثبات	رقم الفقرة	معامل الثبات	رقم الفقرة	معامل الثبات
المقياس الأول "العمل التطوعي"					
1	.943	8	.943	15	.943
2	.941	9	.946	16	.937
3	.941	10	.938	17	.941
4	.944	11	.943	18	.943
5	.943	12	.941	19	.946
6	.937	13	.941	20	.940
7	.939	14	.944		
معامل الثبات الكلي	**.944**				
المقياس الثاني "الرضا عن الحياة"					
1	.833	6	.862	11	.824
2	.811	7	.828	12	.827
3	.818	8	.830	13	.809
4	.853	9	.838		
5	.834	10	.809		
معامل الثبات الكل	**.839**				

يتضح من الجدول رقم (٤) السابق أن قيم معاملات الثبات لعبارات كلٍ من المقياسين جاءت بقيم عالية، حيث بلغ معامل الثبات الإجمالي لمقياس العمل التطوعي (.944)، بينما جاء معامل الثبات الإجمالي لمقياس الرضا عن الحياة (.839)؛ وتشير هذه القيم من معاملات الثبات إلى صلاحية المقاييس للتطبيق وإمكانية الاعتماد على نتائجها والوثوق بها.

عاشراً: عرض النتائج ومناقشتها:

١-عرض ومناقشة السؤال الأول: "ما درجة ممارسة العمل التطوعي لدى عينة من المتقاعدين في القطاعين العام والخاص في منطقة الرياض؟ "

للإجابة على هذا السؤال تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لكل عبارة من عبارات المقياس الأول "مقياس العمل التطوعي لدى عينة من المتقاعدين في القطاعين العام والخاص في منطقة الرياض " ثم ترتيب تلك العبارات تنازلياً بناء على المتوسط الحسابي، كما تبين نتائج الجدول (٥) التالي:

جدول (٥) التكرارات والنسب المئوية والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد العينة حول درجة ممارسة العمل التطوعي لدى عينة من المتقاعدين في القطاعين العام والخاص في منطقة الرياض

	العبارة		درجة الاستجابة					المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ترتيب العبارة	درجة الاستجابة
			أبداً	نادراً	أحياناً	غالباً	دائماً				
1	أرفض التطوع بالإشراف على النزلاء بالمؤسسات العقابية	ك	10	25	80	145	90	3.80	.996	14	عالية
		٪	2.9	7.1	22.9	41.4	25.7				
2	أحرص على المساعدة في الاحتفالات الوطنية	ك	5	35	80	170	60	3.70	.917	17	عالية
		٪	1.4	10.0	22.9	48.6	17.1				
3	أحرص على المشاركة في إقامة الأنشطة الرياضية	ك	0.0	15	80	155	100	3.97	.829	8	عالية
		٪	0.0	4.3	22.9	44.3	28.6				
4	أحرص على المشاركة في رعاية الأيتام	ك	5	15	60	135	135	4.09	.923	5	عالية
		٪	1.4	4.3	17.1	38.6	38.6				
5	لا أهتم بالمشاركة في رعاية المسنين	ك	0.0	25	55	135	135	4.09	.908	4	عالية
		٪	0.0	7.1	15.7	38.6	38.6				
6	أحرص على المشاركة في رعاية ذوي الاحتياجات الخاصة	ك	0.0	20	110	110	110	3.89	.920	11	عالية
		٪	0.0	5.7	31.4	31.4	31.4				
7	أحرص على المشاركة في عملية محو الأمية	ك	15	30	105	120	80	3.63	1.059	18	عالية
		٪	4.3	8.6	30.0	34.3	22.9				
8	أفضل تقديم خبراتي العملية والعلمية في نفس مجالي للجهات الأهلية	ك	0.0	15	55	155	125	4.11	.821	1	عالية
		٪	0.0	4.3	15.7	44.3	35.7				
9	لا أهتم بنشر التوعية الصحية بين فئات المجتمع	ك	35	70	75	120	50	3.23	1.211	20	متوسطة
		٪	10.0	20.0	21.4	34.3	14.3				
10	أسعى في إيصال التبرعات العينية كالملابس والأغذية لمستحقيها	ك	5	20	80	120	125	3.97	.972	9	عالية
		٪	1.4	5.7	22.9	34.3	35.7				
11	أفضل تنظيم المحاضرات والمؤتمرات	ك	10	25	80	140	95	3.81	1.006	13	عالية
		٪	2.9	7.1	22.9	40.0	27.1				
12	لدي الرغبة في تقديم الخدمات للحجاج والمعتمرين	ك	5	30	90	165	60	3.70	.901	16	عالية
		٪	1.4	8.6	25.7	47.1	17.1				
13	لدي القدرة على ترتيب المعسكرات لطلبة الجامعات	ك	0.0	15	85	160	90	3.93	.817	10	عالية
		٪	0.0	4.3	24.3	45.7	25.7				
14	لدي القدرة على المشاركة في الاعمال السياحية	ك	5	10	65	135	135	4.10	.898	3	عالية
		٪	1.4	2.9	18.6	38.6	38.6				
15	يمكنني المشاركة في التعداد السكاني	ك	0.0	30	50	140	130	4.06	.925	6	عالية

تابع جدول (٥) التكرارات والنسب المئوية والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد العينة حول درجة ممارسة العمل التطوعي لدى عينة من المتقاعدين في القطاعين العام والخاص في منطقة الرياض

	العبارة		درجة الاستجابة					المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ترتيب العبارة	درجة الاستجابة
			أبداً	نادراً	أحياناً	غالباً	دائماً				
16	يمكنني تقديم استشارات ودراسات جدوى في مجال تخصصي	ك	0.0	25	105	105	115	3.89	.951	12	عالية
		٪	0.0	7.1	30.0	30.0	32.9				
17	أسعى إلى تقديم الدعم لأجهزة الدولة في مجالات خبرتي	ك	15	20	100	125	90	3.73	1.042	15	عالية
		٪	4.3	5.7	28.6	35.7	25.7				
18	أسعد بالتطوع للمشاركة في تقديم الدعم النفسي للمرضى بالمستشفيات	ك	0.0	20	45	160	125	4.11	.839	2	عالية
		٪	0.0	5.7	12.9	45.7	35.7				
19	أهتم بنشر ثقافة العمل التطوعي بين المحيطين بي	ك	30	60	70	130	60	3.37	1.199	19	متوسطة
		٪	8.6	17.1	20.0	37.1	17.1				
20	أحرص على جذب الشباب والمراهقين للأعمال التطوعية	ك	5	25	75	105	140	4.00	1.016	7	عالية
		٪	1.4	7.1	21.4	30.0	40.0				
	المتوسط الحسابي الإجمالي لمقياس " درجة ممارسة العمل التطوعي لدى عينة من المتقاعدين في القطاعين العام والخاص في منطقة الرياض "							3.85	.583	---	عالية

يتبين من الجدول رقم (٥) السابق أن درجة ممارسة العمل التطوعي لدى عينة من المتقاعدين في القطاعين العام والخاص في منطقة الرياض جاءت بدرجة (عالية) من وجهة نظر المتقاعدين أفراد عينة الدراسة، حيث جاء المتوسط العام للمقياس (3.85) بانحراف معياري بلغ (.583) وبلغت الانحرافات المعيارية لعبارات المقياس بين (.817–1.211).

وجاءت في الترتيب الأول العبارة رقم (٨) (أفضل تقديم خبراتي العملية والعلمية في نفس مجالي للجهات الأهلية) بمتوسط حسابي بلغ (4.11)، وانحراف معياري بلغ (.821)، يليها في الترتيب الثاني العبارة رقم (٢) (أسعد بالتطوع للمشاركة في تقديم الدعم النفسي للمرضى بالمستشفيات) بمتوسط حسابي بلغ (4.11)، وانحراف معياري بلغ (.839)، بينما جاءت في الترتيب الأخير العبارة رقم (٩) (لا أهتم بنشر التوعية الصحية بين فئات المجتمع) بمتوسط حسابي بلغ (3.23)، وانحراف معياري بلغ (1.211)، وجاءت باقي عبارات المقياس الخاص بـ (درجة ممارسة العمل التطوعي لدى عينة من المتقاعدين في القطاعين العام والخاص في منطقة الرياض) بدرجة استجابة عالية.

وترى الباحثة أن حصول درجة ممارسة العمل التطوعي لدى عينة من المتقاعدين في القطاعين العام والخاص في منطقة الرياض على درجة استجابة (عالية) من وجهة نظر المتقاعدين أفراد عينة الدراسة، قد يُعزى إلى اهتمام أغلب المتقاعدين من أفراد العينة بمنطقة الرياض على الخروج من حالة الملل والرتابة التي يشعرون بها بعد التقاعد، ورغبتهم في الشعور بأنهم مازال لديهم القوة والإضافة النافعة للمجتمع السعودي؛ حيث يمتلك العديد من المتقاعدين في مختلف التخصصات الخبرات والمعارف اللازمة، وبإمكانهم أن يقدموا الكثير لأفراد منطقة الرياض؛ مما يزيد من اهتمامهم بممارسة الأعمال التطوعية بمختلف أشكالها.

كما اتفقت نتيجة البحث الحالي مع نظرية الدور التي أكدت على أن عمل المتقاعد وإن كان له دور أساسي في تحقيق

الاستقرار النفسي والاجتماعي للفرد، فهو أيضًا يعتبر حجر الزاوية في استقرار أنواع السلوك المميز للفرد بعد التعوّد عليها؛ لذلك فإن فقد الفرد لوظيفته يجعله يبحث عن دور آخر يستبدله بدوره الوظيفي، ويؤكد من خلاله ذاته؛ ليتكيف مع وضعه الجديد، وتتفق النتيجة الحالية للبحث مع نظرية الحاجات، حيث إن الدعم الروحي والاحتياجات العاطفية، وضرورة الاحترام والحاجة إلى تحقيق الذات من العوامل التي كان لها أثر إيجابي في الاستجابة العالية للعمل التطوعي للمتقاعدين من وجهة نظر الباحثة، كما أكدت النتيجة ما تقوم علية نظرية النشاط، حيث تقوم هذه النظرية على أساس تكيف كبار السن مع مرحلة التقاعد، وأنهم يجب أن يشاركوا في النشاطات الاجتماعية، وأن يكون لهم أدوار بديلة تعوض تلك الأدوار التي فقدوها بالتقاعد.

وتتفق تلك النتيجة مع ما أشارت إليه نتيجة دراسة البسام (٢٠١٩) التي توصلت إلى أنه من أهم محاسن وخبرات ما بعد التقاعد أنه أتاح لهم الاهتمام بأسرهم، وأتاح لهم الفرص لتجربة أعمال وأنشطة مجتمعية أخرى.

بينما تختلف تلك النتيجة مع ما أشارت إليه نتيجة دراسة بن شلهوب والشهراني (٢٠٢١) التي أكدت على عدم معرفة الكثير من المتقاعدين بطرق العمل التطوعي، ويوجد الكثير من الأعمال التطوعية التي تناسب المتقاعدين، وانشغال الكثير من المتقاعدين بمشاريعهم الخاصة.

٢-عرض ومناقشة السؤال الثاني: "ما درجة الرضا عن الحياة لدى عينة من المتقاعدين في القطاعين العام والخاص في منطقة الرياض؟"

للإجابة على هذا السؤال، تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لكل عبارة من عبارات المحور الثاني "درجة الرضا عن الحياة لدى عينة من المتقاعدين في القطاعين العام والخاص في منطقة الرياض" ثم ترتيب تلك العبارات تنازلياً بناء على المتوسط الحسابي كما تبين نتائج الجدول (٦) التالي:

جدول (٦) التكرارات والنسب المئوية والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد العينة حول درجة الرضا عن الحياة لدى عينة من المتقاعدين في القطاعين العام والخاص في منطقة الرياض

	العبارة		درجة الاستجابة					المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ترتيب العبارة	درجة الاستجابة
			بدرجة ضعيفة جدًا	بدرجة ضعيفة	بدرجة متوسطة	بدرجة كبيرة	بدرجة كبيرة جدًا				
1	أرى نظرة الأخرين تجاهي نظرة احترام	ك	0.0	5	40	145	160	4.31	.729	7	عالية جدًا
		٪	0.0	1.4	11.4	41.4	45.7				
2	أشعر بنجاح علاقاتي الاجتماعية مع الآخرين	ك	0.0	25	30	155	140	4.17	.863	9	عالية
		٪	0.0	7.1	8.6	44.3	40.0				
3	أطمح لمكانة مرموقة في المجتمع	ك	0.0	10	15	120	205	4.49	.713	1	عالية جدًا
		٪	0.0	2.9	4.3	34.3	58.6				
4	تعجبني ظروف حياتي وأعمل على تحسينها	ك	60	65	85	90	50	3.01	1.306	13	متوسطة
		٪	17.1	18.6	24.3	25.7	14.3				

تابع جدول (٦) التكرارات والنسب المئوية والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد العينة حول درجة الرضا عن الحياة لدى عينة من المتقاعدين في القطاعين العام والخاص في منطقة الرياض

	العبارة		درجة الاستجابة						المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ترتيب العبارة	درجة الاستجابة
			بدرجة ضعيفة جدًا	بدرجة ضعيفة	بدرجة متوسطة	بدرجة كبيرة	بدرجة كبيرة جدًا					
5	تتراجع ثقتي بنفسي	ك	10	30	75	155	80	3.76	.993	11	عالية
		٪	2.9	8.6	21.4	44.3	22.9				
6	أنا راضٍ عما يقدم لي من خدمات صحية	ك	10	5	40	145	150	4.20	.905	8	عالية جدا
		٪	2.9	1.4	11.4	41.4	42.9				
7	كثيرًا ما أشعر بالتعاسة	ك	0.0	0.0	35	145	170	4.39	.662	5	عالية جدا
		٪	0.0	0.0	10.0	41.4	48.6				
8	لا أتمتع بنفس النشاط الذي كنت أتمتع به في فترة شبابي	ك	0.0	5	30	130	185	4.41	.708	3	عالية جدًا
		٪	0.0	1.4	8.6	37.1	52.9				
9	لا أشعر بنفس السعادة التي كنتُ تشعر بها عندما كنت أصغر سنًا	ك	5	35	85	145	80	3.74	.968	12	عالية
		٪	1.4	10.0	24.3	41.4	22.9				
10	ينتابني باستمرار شعور القلق	ك	5	10	20	130	185	4.37	.832	6	عالية جدًا
		٪	1.4	2.9	5.7	37.1	52.9				
11	أشعر بتحسن نفسي أكثر من قبل	ك	0.0	0.0	25	150	175	4.43	.624	2	عالية جدًا
		٪	0.0	0.0	7.1	42.9	50.0				
12	أشعر بالسعادة عند تقديم خبراتي للآخرين	ك	0.0	5	30	135	180	4.40	.706	4	عالية جدًا
		٪	0.0	1.4	8.6	38.6	51.4				
13	أشعر بالسعادة عند تقديم أي جهد تطوعي	ك	5	35	50	140	120	3.96	1.008	10	عالية
		٪	1.4	10.0	14.3	40.0	34.3				
	المتوسط الحسابي الإجمالي للمقياس الثاني "درجة الرضا عن الحياة لدى عينة من المتقاعدين في القطاعين العام والخاص في منطقة الرياض"							4.12	.400	---	عالية

يتبين من الجدول رقم (٦) السابق أن "درجة الرضا عن الحياة لدى عينة من المتقاعدين في القطاعين العام والخاص في منطقة الرياض" جاءت بدرجة (عالية) من وجهة نظر المتقاعدين أفراد عينة الدراسة، حيث جاء المتوسط العام للمقياس (4.12) بانحراف معياري بلغ (.400) وبلغت الانحرافات المعيارية لعبارات للمقياس بين (.624-1.306).

وجاءت في الترتيب الأول العبارة رقم (٣) (أطمح لمكانة مرموقة في المجتمع) بمتوسط حسابي بلغ (4.49)، وانحراف

معياري بلغ (.713)، يليها في الترتيب الثاني العبارة رقم (١١) (أشعر بتحسن نفسي أكثر من قبل) بمتوسط حسابي بلغ (4.43)، وانحراف معياري بلغ (.624) بينما جاءت في الترتيب الأخير العبارة رقم (٤) (تعجبني ظروف حياتي وأعمل على تحسينها) بمتوسط حسابي بلغ (3.01)، وانحراف معياري بلغ (1.306) وجاءت باقي عبارات المقياس الخاص بـ "درجة الرضا عن الحياة لدى عينة من المتقاعدين في القطاعين العام والخاص في منطقة الرياض" بدرجة استجابة عالية وعالية جداً.

وترى الباحثة أن حصول "درجة الرضا عن الحياة لدى عينة من المتقاعدين في القطاعين العام والخاص في منطقة الرياض" على درجة استجابة (عالية) من وجهة نظر المتقاعدين أفراد عينة الدراسة، قد يُعزي إلى امتلاك أغلبهم لأهداف ذات قيمة عالية، مثل قبول الذات والانتماء، والتي تزيد من شعورهم بالرضا والقبول الداخلي لأنفسهم ومحيطهم، وربما كان السبب في ذلك أيضا رغبة أغلب أفراد العينة في التغلب على ما يواجهون من ظروف شخصية مثل الوحدة، أو صحية تتعلق بالأمراض التي يكثر تواجدها لدى المتقاعدين بسبب تقدم أغلبهم بالعمر؛ مما يزيد لديهم الدافعية نحو الرضا عن حياتهم، وتقبلها للتمكن من عيشها بالطريقة الأنسب من وجهة نظرهم.

وجاءت النتيجة متفقة مع نظرية الحاجات والتي تؤكد على أن إشباع الحاجات هو المحرك الأقوى في حياة الإنسان، حيث احتلت عبارة (أطمح لمكانة مرموقة في المجتمع) الترتيب الأول، وهذا يوضح أهمية الحاجات المعنوية للمتقاعد، وأنها لا تقل أهمية عن الحاجات المادية، فبالإضافة إلى الاحتياجات الأساسية للبقاء والأمان، توجد حاجة إلى الدعم الروحي والاحتياجات العاطفية، وضرورة الاحترام والحاجة إلى تحقيق الذات، وهذا يتوافق مع نظرية ماسلو للاحتياجات.

وتختلف تلك النتيجة مع ما أشارت إليه نتيجة دراسة هانسن وآخرون (Hansen et al., 2018) التي أكدت على ارتفاع مستويات الرضا عن الحياة بين أغلب أفراد العينة.

٣-عرض ومناقشة السؤال الثالث: "هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) بين ممارسة العمل التطوعي والرضا عن الحياة لدى عينة من المتقاعدين في القطاعين العام والخاص في منطقة الرياض؟"

وللإجابة عن هذا السؤال تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين الدرجة الكلية لكل من المقياسين وكانت نتائج التحليل كما هو موضح بالجدول التالي:

جدول رقم (٧) نتائج معامل ارتباط بيرسون بين الدرجة الكلية لكل من محوري الاستبانة

	مستويات الرضا عن الحياة	
	معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية
ممارسة العمل التطوعي	.432**	.000

***الارتباط دال عند مستوى معنوية ٠,٠٥**

تشير نتائج الجدول رقم (٧) إلى وجود علاقة ارتباطية (موجبة) ذات دلالة إحصائية بين ممارسة العمل التطوعي والرضا عن الحياة لدى عينة من المتقاعدين في القطاعين العام والخاص في منطقة الرياض وذلك بمعامل ارتباط (.432**) مما يدل على أنه كلما زادت مستويات ممارسة العمل التطوعي، ساهم ذلك في زيادة وتحسين مستويات الرضا عن الحياة لدى المتقاعدين؛ ولعل السبب في ذلك يُعزي إلى أن الأنشطة والممارسات المجتمعية التي تُطبق في أثناء عملية التطوع تساعد في زيادة شعور المتقاعد بأهمية تواجده، وتزيد من مستويات السعادة لديه، كونه ما زال قادراً على العطاء وإفادة الآخرين.

وتتفق تلك النتيجة مع نظرية النشاط، وتقوم هذه النظرية على أساس تكيف كبار السن مع مرحلة التقاعد، وأنهم يجب

أن يشاركوا في النشاطات الاجتماعية، وأن يكون لهم أدوار بديلة تعوض تلك الأدوار التي فقدوها بالتقاعد، وأن العمل يعني لبعضهم مصدرا للاعتزاز، والإبداع، والتأكيد على التكيف الإيجابي مع التقدم في السن، والرضا عن الحياة، وارتفاع معدلات الصحة النفسية، وتأخير الآثار السلبية للتقدم في السن، وتحسين نمط الحياة، وارتفاع معدلات السعادة.

وتتفق تلك النتيجة مع ما أشارت إليه نتيجة دراسة بيلكبرينغ وآخرون (Bjälkebring et al., 2020) التي توصلت إلى وجود علاقة إيجابية بين ارتفاع مستويات الرضا عن الحياة وزيادة العمل التطوعي لدى المتقاعدين.

وكذلك تتفق مع نتيجة دراسة جيانج وآخرون (Jiang et al., 2019) التي توصلت إلى وجود علاقة إيجابية بين وقت التطوع الأطول ومستويات الرضا عن الحياة لدى كبار السن.

خاتمة: ملخص نتائج الدراسة:

١-أن درجة ممارسة العمل التطوعي لدى عينة من المتقاعدين في القطاعين العام والخاص في منطقة الرياض جاءت بدرجة (عالية) من وجهة نظر المتقاعدين أفراد عينة الدراسة.

٢- وجاءت في الترتيب الأول العبارة رقم (٨) (أفضل تقديم خبراتي العملية والعلمية في نفس مجالي للجهات الأهلية) بمتوسط حسابي بلغ (4.11) وانحراف معياري بلغ (.821) يليها في الترتيب الثاني العبارة رقم (٢) (أسعد بالتطوع للمشاركة في تقديم الدعم النفسي للمرضى بالمستشفيات) بمتوسط حسابي بلغ (4.11) وانحراف معياري بلغ (.839) بينما جاءت في الترتيب الأخير العبارة رقم (٩) (لا أهتم بنشر التوعية الصحية بين فئات المجتمع) بمتوسط حسابي بلغ (3.23) وانحراف معياري بلغ (1.211) وجاءت باقي عبارات المقياس الخاص بـ (درجة ممارسة العمل التطوعي لدى عينة من المتقاعدين في القطاعين العام والخاص في منطقة الرياض) بدرجة استجابة عالية.

٣-أن "درجة الرضا عن الحياة لدى عينة من المتقاعدين في القطاعين العام والخاص في منطقة الرياض" جاءت بدرجة (عالية) من وجهة نظر المتقاعدين أفراد عينة الدراسة

٤-جاءت في الترتيب الأول العبارة رقم (٣) (أطمح لمكانة مرموقة في المجتمع) بمتوسط حسابي بلغ (4.49) وانحراف معياري بلغ (.713) يليها في الترتيب الثاني العبارة رقم (١١) (أشعر بتحسن نفسي أكثر من قبل) بمتوسط حسابي بلغ (4.43) وانحراف معياري بلغ (.624) بينما جاءت في الترتيب الأخير العبارة رقم (٤) (تعجبني ظروف حياتي وأعمل على تحسينها) بمتوسط حسابي بلغ (3.01) وانحراف معياري بلغ (1.306) وجاءت باقي عبارات المقياس الخاص بـ "درجة الرضا عن الحياة لدى عينة من المتقاعدين في القطاعين العام والخاص في منطقة الرياض" بدرجة استجابة عالية وعالية جداً.

٥-وجود علاقة ارتباطية (موجبة) ذات دلالة إحصائية بين ممارسة العمل التطوعي والرضا عن الحياة لدى عينة من المتقاعدين في القطاعين العام والخاص في منطقة الرياض، وذلك بمعامل ارتباط (.432**).

توصيات الدراسة:

- ضرورة إنشاء قاعدة بيانات للمسنين المتقاعدين الراغبين في توظيف خبراتهم واستثمار أوقاتهم بعد مرحلة التقاعد، في مختلف مناطق المملكة العربية السعودية.

- ضرورة الاستفادة من خبرات المتقاعدين، وإشراكهم في أي نشاط عملي أو مجتمعي والتنمية الشاملة للمجتمع.
- ضرورة العمل على توفير ضمانات وتأمينات اجتماعية وتيسير سبل الحياة للمتقاعدين.
- العمل على التنسيق بين المؤسسات التنفيذية والمؤسسات المجتمعية بالمملكة ومراكز البحث والجامعات؛ لإمكان تحقيق الاستفادة القصوى من عملية تطوع المتقاعدين في مختلف المجالات.
- ضرورة استثمار وقت الفراغ لدى المتقاعدين في نواحي النشاط الجمعي والترويحي والجسمي والنفسي والاجتماعي، وتوفير الأنشطة الترفيهية والأعمال الخيرية والتطوعية أمامهم.
- ضرورة تزويد المتقاعدين بإمكانية الوصول الشامل والمتساوي إلى خدمات الصحة البدنية والعقلية.
- ضرورة توفير بيئة صديقة أمنة للمتقاعدين، تتيح لهم التعايش بيسر وأمان ومراعاة ظروفهم الصحية.
- التأكيد من خلال وسائل الإعلام المختلفة على توعية المجتمع بأهمية إشراك المتقاعدين في الأعمال الاجتماعية والاستفادة بخبراتهم في التخصصات المختلفة.
- نشر ثقافة الاستفادة من خبرات المتقاعدين بين الشباب ورجال الأعمال وأطياف المجتمع كافةً من خلال عمل الندوات واللقاءات المستمرة.
- تفعيل دور المؤسسات الاجتماعية المختلفة في الاستفادة من خبرات المتقاعدين، وتغذية المجتمع بتلك الخبرات.
- زيادة عدد المؤسسات الرقابية؛ بما يضمن جودة حياة متميزة للمتقاعدين.
- ضرورة توعية المتقاعدين بكيفية تحقيق الرضا عن حياتهم الشخصية والصحية والمجتمعية، من خلال نشر الدراسات والأبحاث ذات الصلة إعلامياً.
- إجراء المزيد من الدراسات للتعرُّفِ بشكل أفضل على الوقت والأشخاص الذين يمكن أن يكون للمستويات المتزايدة من العمل التطوعي آثار إيجابية على الرضا عن الحياة لديهم.
- إجراء المزيد من الدراسات لدمج الجانب الاجتماعي لعادات التطوع في فحص آثار الأنواع المختلفة من التطوع، وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى المتقاعدين.
- إجراء المزيد من الدراسات في مناطق مختلفة من المملكة العربية السعودية، حول علاقة العمل التطوعي بالرضا عن الحياة للمتقاعدين ومقارنة نتائجها مع نتائج الدراسة الحالية.

المصادر والمراجع

أولاً – المراجع العربية

أبو دميك، سليمان عودة سليمان (٢٠١٨). الخصائص السيكو مترية لمقياس براون وألكساندر لتقدير الذات للفئة العمرية (١٣ –١٨) سنة في مدينة تبوك، *مجلة العلوم التربوية والنفسية*، ٢ (١٩): ص١٥٧– ص١٧٦.

أحمد، سني؛ عبد الحق، منصوري (٢٠٢٠). تقدير الذات وعلاقته بالتوافق النفسي لدى المسن: دراسة ميدانية على عينة من المسنين بمراكز رعاية الشيخوخة، *المجلة الدولية للعلوم التربوية والنفسية*، (٦٠): ص٩٤– ص١٥١.

البسام، أحمد بن محمد بن عبدالرحمن (٢٠١٩). دور المتقاعدين في التنمية المستدامة: حالة منطقة القصيم (بريدة وعنيزة والرس) المملكة العربية السعودية، *مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية*، ٣ (١١): ص١– ص٢٧.

بن شلهوب، هيفاء عبد الرحمن؛ الشهراني، هند فايع (٢٠٢١). استثمار الخبرات المهنية للمتقاعدين في العمل التطوعي في المملكة العربية السعودية، *مجلة الدراسات الاجتماعية السعودية*، (٨): ص١ – ص٣٢.

حريري، إنجي عبد الحميد (٢٠٢٠). اتجاه المرأة العاملة نحو التقاعد المبكر وعلاقته بمسؤوليات الرعاية الأسرية، *المجلة العربية للنشر العلمي*، ٢ (٢٥): ص٢٩– ص٥٨.

حريري، هند حسين محمد (٢٠١٧). واقع العمل التطوعي في مجال البحث العلمي عبر شبكات التواصل الاجتماعي لطالبات كلية التربية بجامعة جدة، *مجلة كلية التربية*، جامعة الأزهر، ٢ (١٧٣): ص٢٨٥– ص٣٢٧.

حمدان، سماح محمد سامي (٢٠١٨). تفعيل دور المسنين المتقاعدين في خدمة وتنمية المجتمع، *العلوم التربوية*، جامعة القاهرة، ٢٦ (٤): ص٤٢٥– ص٤٥٣.

الزهراني، نوره مسفر عطية الغبيشي (٢٠١٧). القيم في ضوء التطور التكنولوجي وانعكاسها على رضا الأسرة السعودية، *مجلة جامعة الباحة للعلوم الإنسانية*، جامعة الباحة، (١١): ص٧٥٧– ص٧٨٦.

الشريدة، أمل بنت صالح سليمان (٢٠١٦). الثقة بالنفس والتوافق مع الحياة الجامعية كمنبئات بالرضا عن الحياة لدى طالبات كلية التربية جامعة القصيم، *دراسات عربية في التربية وعلم النفس*، (٧٦): ص٢٨١– ص٣٠٢.

الشهري، حنان بنت شعشوع (٢٠١٣). *أثر استخدام شبكات التواصل الإلكترونية على العلاقات الاجتماعية "الفيس بوك وتويتر نموذجًا" دراسة ميدانية على عينة من طالبات جامعة الملك عبد العزيز بجدة*، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب والعلوم الإنسانية، جامعة الملك عبد العزيز، المملكة العربية السعودية.

عبد المؤمن، علي معمر (٢٠٠٨). *البحث في العلوم الاجتماعية*، منشورات جامعة ٧ أكتوبر إدارة المطبوعات والنشر، ليبيا.

العتيبي، منيرة متعب سلطان (٢٠٢٠). دور الأسرة في تحقيق التكيف الاجتماعي وتعزيز الرضا عن الحياة لدى المسنين، *مجلة الخدمة الاجتماعية*، (٦٥): ص٢٨١– ص٣٠٤.

العتيبي، نورة بنت شارع (٢٠٢١). الأوضاع الاجتماعية والنفسية للمتقاعدين دراسة مطبقة على عينة من المتقاعدين في مدينة الرياض، *مجلة الخدمة الاجتماعية* ٦٧ (١): ص١– ص٣٠.

عزازي، فاتن محمد عبد المنعم (٢٠١٤). تدعيم العمل التطوعي داخل الجامعات السعودية: مدخل استراتيجي، *المجلة التربوية الدولية المتخصصة*، ٣ (٤): ص١٦٦– ص١٨٢.

علي، علاهن محمد؛ مهدي، أريج حازم (٢٠١٨). الحاجات الإرشادية لكبار السن: المتقاعدين نموذجًا، *مجلة أكاديمية شمال أوروبا المحكمة للدراسات والبحوث*، ١ (٢): ص٢– ص٣٠.

عماشة، سناء حسن حسين؛ شقير، زينب محمود أبو العينين (٢٠١٧). الرضا عن الدراسة والاغتراب الدراسي كمنبئين للتوجه نحو الحياة لدى طلاب وطالبات السنة التحضيرية بجامعة الطائف: دراسة وصفية تنبؤية، *المجلة الدولية للعلوم التربوية والنفسية*، (٧): ص١٢– ص٦٩.

العمري، نادية محمد (٢٠١٧). المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن، *مجلة الإرشاد النفسي*، جامعة عين شمس، (٥٠): ص١– ص٤٩.

العنزي، خلف بن قليل (٢٠١٧). الخدمات التي تقدمها مؤسسات المجتمع الحكومية للكبار ذوي الاحتياجات

الخاصة بالمملكة العربية السعودية، *آفاق جديدة في تعليم الكبار*، جامعة عين شمس، (٢٢): ص١٤٩- ص١٨١.

عودة، جهاد عبد الملك؛ صلاح الدين، سمير رمزي (٢٠١٧). نظرية الدور وتحليل السياسة الخارجية، *المجلة العلمية للبحوث والدراسات التجارية*، ٣١ (٣): ص٥٧٧- ص٦٠٠.

الغامدي، عادل بن مشعل عزيز آل هادي (٢٠١٧). الاحتياجات الاجتماعية والنفسية والصحية والمادية للمسنين من وجهة نظرهم مع تصور مقترح لتضمينها في مناهج التعليم بالمملكة العربية السعودية، *مجلة جامعة الباحة للعلوم الإنسانية*، (١١): ص٢٩٩- ص٣٥٦.

غانم، ابتسام (٢٠١٦). بعض المشاكل الاجتماعية للمتقاعدين المسنين داخل الأسرة، *مجلة جيل العلوم الإنسانية والاجتماعية*، (٢٢): ص١١- ص٢٠.

القحطاني، غادة بنت علي (٢٠٢٠). رؤية مستقبلية لرعاية المسنين في ضوء رؤية المملكة العربية السعودية ٢٠٣٠، *مجلة كلية التربية*، جامعة المنصورة، (١١٠): ص٤٤٥- ص٤٧٦.

القيري، يحيى علي منصور (٢٠١٨). أسباب ارتفاع معدلات التقاعد المبكر كما يدركها المعلمون المتقاعدون بمنطقة عسير بالمملكة العربية السعودية، *مجلة العلوم الاقتصادية والإدارية والقانونية*، ٢ (٤): ص١٤٢- ص١٧٠.

المناور، فيصل حمد؛ يونس؛ عبد الله بو عجيلة محمد (٢٠١٩). *العمل التطوعي والتنمية*، جسر التنمية، (١٤٥): ص٦- ص٢٤.

موقع مؤسسة التأمينات الاجتماعية "بالمملكة العربية السعودية" (٢٠٢٢)

https://www.gosi.gov.sa

النوح، عبد العزيز بن سالم بن محمد (٢٠٢١). تنظيم عمل تطوع المعلمين المتقاعدين في المدارس: تصور مقترح، *مجلة العلوم التربوية*، جامعة الملك سعود، ٣٣ (١): ص٧٣- ص٩٨.

الهزاني، الجوهرة ناصر عبد العزيز؛ العيبان، نوال بنت عبد المحسن (٢٠٢٠). معوقات مشاركة المرأة السعودية في العمل التطوعي: دراسة مطبقة على منطقة الرياض، *مجلة العلوم الإنسانية والعربية*، جامعة القصيم، ١٣ (٣): ص١٤١١- ص١٤٦١.

وزارة الخدمة المدنية "بالمملكة العربية السعودية" (٢٠١٧). *قواعد تمديد الخدمة وقواعد التعاقد مع المحالين إلى التقاعد.*

ثانياً – المراجع الأجنبية

Amaike, B. (2014). Education as a correlate of life satisfaction among formal sector retirees in Lagos State, Nigeria. *African Population Studies*, *27*(2), 434-445.

Bjälkebring, P., Henning, G., Västfjäll, D., Dickert, S., Brehmer, Y., Buratti, S., Hansson, I., & Johansson, B. (2020). Helping out or helping yourself? Volunteering and life satisfaction across the retirement transition. *Psychology and Aging*, 1-22.

Brayley, N., Obst, P., White, K. M., Lewis, I. M., Warburton, J., & Spencer, N. M. (2014). Exploring the Validity and Predictive Power of an Extended Volunteer Functions Inventory within The Context of Episodic Skilled Volunteering by Retirees. *Journal of Community Psychology*, *42*(1), 1-18.

Chambers, B., Walker, R., Feng, J., & Gu, Y. (2021). The silver tsunami: an enquiry into the financial needs, preferences and behaviours of retirees. *Accounting & Finance*, *61*, 645-687.

Gökalp, M., & Topal, T. (2019). Investigation of Life Satisfaction of University Students according to Various Variables. *The Turkish Online Journal of Educational Technology*, *2*, 191-204.

Hansen, T., Aartsen, M., Slagsvold, B., & Deindl, C. (2018). Dynamics of Volunteering and Life Satisfaction in Midlife and Old Age: Findings form 12 European Countries. *Social Sciences*, *7*, 1-15.

Horáková, N., & Šobáňová, P. (2016). Volunteering and its influence on volunteers' working life. *Humanizacja pracy*, *3*(285), 25-42.

Jiang, D., Hosking, D., Burns, R., & Anstey, K. J. (2019). Volunteering benefits life satisfaction over 4 years: The moderating role of social network size. *Australian Journal of Psychology, 71*(2), 183-192.

Kahana, E., Bhatta, T., Lovegreen, L. D., Kahana, B., & Midlarsky, E. (2013). Altruism, Helping, and Volunteering: Pathways to Well-Being in Late Life. *Journal of Aging and Health, 25*(1), 159-187.

Lam, A. H. K., Yeung, D. Y., & Chung, E. K. H. (2021). Benefits of volunteerism for middle-aged and older adults: comparisons between types of volunteering activities. *Ageing & Society*, 1-20.

Lange, J., & Grossman, S. (2014). Theories of Aging. In K. L. Mauk (Ed.), *Gerontological Nursing: Competencies For Care* (pp. 63-94). Burlington: Jones & Bartlett Learning.

Mettenberger, T., & Küpper, P. (2019). Potential and Impediments to Senior Citizens' Volunteering to Maintain Basic Services in Shrinking Regions. *Sociologica Ruralis, 59*(4), 739-762.

Ngoo, Y. T., & Tey, N. P. (2019). Human Development Index as a Predictor of Life Satisfaction. *Journal of Population and Social Studies, 27*(1), 70-86.

Russell, A. R., Nyame-Mensah, A., de Wit, A., & Handy, F. (2019). Volunteering and Wellbeing Among Ageing Adults: A Longitudinal Study. *Voluntas, 30*, 115-128.

Salifu, I., Odame, E. D., & Abubakar, J. U. (2021). University Teachers' Decisions on Post-retirement Employment: Do Demographic Variables Count?. *Gerontology & Geriatric Medicine, 7*, 1-10.

Shi, J., Hua, W., Tang, D., Xu, K., & Xu, Q. (2021). A Study on Supply-Demand Satisfaction of Community-Based Senior Care Combined with the Psychological Perception of the Elderly. *Healthcare, 9*, 1-20.

Topa, G., Jiménez, I., Valero, E., & Ovejero, A. (2017). Resource Loss and Gain, Life Satisfaction, and Health Among Retirees in Spain: Mediation of Social Support. *Journal of Aging and Health, 29*(3), 415-436.