# الفصـــل الســـادس

## خلاصـة الدراســـة والتوصيـــات

### أولا : خلاصـــة الدراســـة

تناول الباحث فى الدراسة الحالية موضوع " توافق المسنين وعلاقته ببعـــــض المتغيرات النفسية والاجتماعية ٠" ٠

وقد تم اختيار عينة الدراسة عشوائيا من المقيمين بمدينة أسوان ، وقد بلغ عـــــدد أفراد العينة (٨٠) فردا منهـم (٤٠) من الذكور ، (٤٠) من الاناث تتراوح أعمارهـم بين ٦٠ ، ٧٠ عاما بمتوسط قدره (٩ر١٤) عاما وكانوا من ذوى الموءهل المتوســـــط أو الموءهل العالـى ٠

وتتحدد مشكلة الدراسة الحالية فى التساؤلين التاليين :

- هل يوجد ارتباط دال احصائيا بين كل من المتغيرات النفسية والمتغيرات الاجتماعيه المستخدمة فى الدراسة والتوافق العام لدى عينة المسنين موضع الدراسة ؟
- ماطبيعة العلاقة الارتباطية بين كل من المتغيرات النفسية والمتغيرات الاجتماعيـة المستخدمة فى الدراسة والتوافق العام لدى عينة المسنين موضع الدراسة ؟

وتكمن أهمية الدراسة الحالية فى أن ما أجرى من بحوث تتناول المتغيرات المرتبطة بتوافق المسنين كان قليلا ، وحتى هذا القدر القليل من البحوث قد أجرى معظمه فـــى بيئات وظروف مختلفة عن ظروفنا كما أن هذه البحوث لم تتفق فىنتائجها نظرا لاختـــلاف عيناتها والمناهج المتبعة فىأجرائها وأهداف الباحثين وأتجاهاتهم ٠

ومن هنا تعتبر النتائج التى ستتوصل ألبها الدراسة إسهاما فى تفهم ظاهرة الكبـــر والمسنين وموءشرا يوضح دور المجتمع نحوهم ويعدل بعض الأتجاهات الخاطئة حتى يمكـــن الاستفادة من خبرتهم وقيامهم بدور أيجابى فى بناء مجتمعاتهم ٠

ويمكن ايجاز أهداف الدراسة الحالية فى التعرف على طبيعة العلاقة الارتباطية بين التوافق النفسى وكل من تحقيق الذات والروح المعنوية لدى أفراد العينة موضع الدراسة ، والتعرف على طبيعة العلاقة الارتباطية بين التوافق النفسى وكل من الحالة الزواجية ومزاولة العمل والتردد على نوادى المسنين والعلاقات الاجتماعية والمستوى الاجتماعى ( الاقتصادى ــ الثقافى ) والتعرف على ما اذا كان هناك فروق جوهرية بين كل من مجموعتى المسنين الذكور والاناث ذوى التوافق المنخفض وذوى التوافق المرتفع فى تحقيق الذات والروح المعنوية كما تهدف الدراسة الى التخطيط العلمى من أجل المحافظة على المسنين فى حالة صحية واجتماعية جيدة تحقق لهم أفضل درجة من التوافق مع مجتمعاتهم وتتيح الاستفادة من خبرتهم الى أقصى الحدود ٠

وقد استخدم فى الدراسة الأدوات التالية :

- استمارة المتغيرات الاجتماعية المتعلقة بالتوافق لدى المسنين ( اعداد الباحث )
- مقياس فيلادلفيا للروح المعنوية لدى المسنين م ٠ بويل لوتون ( اعداد الباحث )
- اختبار التوجه الشخصى وقياس تحقيق الذات أ٠ شوستروم اعداد طلعت منصور ، فيولا البيلاوى ( ١٩٨٦ )
- مقياس التوافق للمسنين اعداد سامية القطان ( ١٩٨٢ )
- استمارة المستوى الاجتماعى ( الاقتصادى ــ الثقافى ) اعداد سامية القطان ( ١٩٧٩ )

وقد استخدم فى تحليل بيانات الدراسة الأساليب الأحصائية التالية :

- معامل ارتباط بيرسون ٠
- تحليل التباين ذى الاتجاهين ( ٢ × ٢ ) ٠
- اختبار ( ت ) ٠
- اختبار "ى" لمان ــ ويتنى ٠
- اختبار كروسكال ــ واليس للدلالة ٠

ـ الانحدار المتعدد ٠

وقد حاولت الدراسة التحقق من صحة الفروض التالية :

١ـ يوجد ارتباط موجب دال إحصائيا بين درجات المسنين فى مقياس تحقيق الـــذات المستخدم فى الدراسة ودرجاتهم فى التوافق العام٠

٢ـ يوجد ارتباط موجب دال إحصائيا بين درجات المسنين فى مقياس الروح المعنويـــة المستخدم فى الدراسة ودرجاتهم فى التوافق العام٠

٣ـ يوجد ارتباط موجب دال احصائيا بين درجات المسنين فى مقياس العلاقـــــات الاجتماعية المستخدم فى الدراستودرجاتهم فى التوافق العام٠

٤ـ لاتوجد فروق دالة إحصائيا بين متوسط درجات كل من مجموعتى المسنين الذكـــور والاناث ذوى المستوى الاجتماعى المنخفض ومتوسط درجات ذوى المستوى الاجتماعـى المرتفع فى التوافق العام ٠٠

٥ـ توجد فروق دالة احصائيا بين متوسط درجات كل من مجموعتى المسنين الذكـــور والاناث ذوى التوافق المنخفض ومتوسط درجات ذوى التوافق المرتفع فى تحقيق الذات وذلك لصالح ذوى التوافق المرتفع ٠

٦ـ توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسط درجات كل من مجموعتى المسنين الذكـــور والاناث ذوى التوافق المنخفض ومتوسط درجات ذوى التوافق المرتفع فى الـــروح المعنوية وذلك لصالح ذوى التوافق المرتفع ٠

٧ـ لاتوجد فروق دالة احصائيا بين متوسط درجات مجموعة الذكور المتزوجين ومتوســط درجات مجموعة الذكور الأرامل فىالتوافق العام٠

٨ـ لاتوجد فروق دالة أحصائيا بين متوسط درجات مجموعة الاناث المتزوجات ومتوســط درجات مجموعة الاناث الأرامل ومتوسط درجات مجموعة الاناث المطلقات فى التوافـــق العام ٠

٩ـ لاتوجد فروق دالة أحصائيا بين متوسط درجات مجموعة الذكور العاملين بعد الأحالة الى المعاش ومتوسط درجات مجموعة الذكور غير العاملين فى التوافق العام ٠

١٠ــ لاتوجد فروق دالة احصائيا بين متوسط درجات مجموعة الاناث العاملات بعد الاحالة الىالمعاش ومتوسط درجات مجموعة الاناث غير العاملات فى التوافق العام.

١١ــ لاتوجد فروق دالة احصائيا بين متوسط درجات مجموعة الذكور المترددين على نوادى المسنين ومتوسط درجات مجموعة الذكور غير المترددين فى التوافق العام.

وقد أسفرت الدراسة عن النتائج التالية :

١ ) يوجد أرتباط موجب دال أحصائيا بين درجات المسنين فى مقياس تحقيق الذات المستخدم فى الدراستودرجاتهم فى التوافق العام .

٢ ) يوجد أرتباط موجب دال أحصائيا بين درجات المسنين فى مقياس الروح المعنوية المستخدم فى الدراسة ودرجاتهم فى التوافق العام وذلك فى جميع أبعاد المقياس ماعدا البعد الرابع وهو الاهتياج حيث كان الارتباط سالبا ودالا أحصائيا .

٣ ) يوجد أرتباط موجب دال أحصائيا بين درجات المسنين فى مقياس العلاقات الاجتماعية المستخدم فى الدراسة ودرجاتهم فى التوافق العام.

٤ ) توجد فروق دالة أحصائيا بين متوسط درجات كل من مجموعتى المسنين الذكور والاناث ذوى المستوى الاجتماعى المنخفض ومتوسط درجات ذوى المستوى الاجتماعى المرتفع فىالتوافق العام ، وذلك لصالح مجموعة المسنين الذكور ذوى المستوى الاجتماعى المرتفع .

٥ ) توجد فروق دالة أحصائيا بين متوسط درجات كل منمجموعة المسنين ذوى التوافق المنخفض ومتوسط درجات مجموعة المسنين ذوى التوافق المرتفع فى تحقيق الذات، وذلك لصالح مجموعة مرتفعى التوافق ، بينما لم توجد فروق دالة احصائيا بين متوسط درجات مجموعة المسنين الذكور ومتوسط درجات مجموعة المسنين الاناث فى تحقيق الذات .

٦ ) توجد فروق دالة احصائيا بين متوسط درجات كل من مجموعة المسنين ذوى التوافق المنخفض ومتوسط درجات ذوى التوافق المرتفع فى الروح المعنوية وذلك لصالح مجموعة مرتفعى التوافق ، بينا لم توجد فروق دالة أحصائيا بين متوسط درجات مجموعة المسنين الذكور ومتوسط درجات مجموعة المسنين الاناث فى الروح المعنوية .

٧ ) توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسط درجات مجموعة الذكور المتزوجين ومتوسط درجات مجموعةالذكور الأرامل فى التوافق العام وذلك لصالح مجموعة الذكور المتزوجين .

٨ ) توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسط درجات مجموعة الاناث المتزوجات ومتوسط درجات مجموعة الاناث الأرامل فى التوافق العام وذلك لصالح مجموعة الأناث المتزوجات ، وتوجد فروق دالة أحصائيا بين متوسط درجات مجموعة الأناث المتزوجات ومتوسط درجات مجموعة الاناث المطلقات فى التوافق العام وذلك لصالح مجموعة الاناث المتزوجات ، كما توجد فروق دالة أحصائيا بين متوسط درجات مجموعة الاناث الأرامل ومتوسط درجات مجموعة الاناث المطلقات فى التوافق العام وذلك لصالح مجموعة الاناث الأرامل .

٩ ) توجد فروق دالة أحصائيا بين متوسط درجات مجموعة الذكور العاملين بعد الأحالة إلى المعاش ومتوسط درجات مجموعة الذكور غير العاملين فى التوافق العام وذلك لصالح مجموعة الذكور العاملين بعد الأحالة إلى المعاش .

١٠ ) توجد فروق دالة أحصائيا بين متوسط درجات مجموعة الاناث العاملات بعد الأحالة إلىالمعاش ومتوسط درجات غير العاملات فى التوافق العام وذلك لصالح مجموعة الاناث العاملات بعد الاحالة إلىالمعاش .

١١ ) توجد فروق دالة أحصائيا بين متوسط درجات مجموعة الذكور المترددين على نوادى المسنين ومتوسط درجات مجموعة الذكور غير المترددين فى التوافق العام وذلك لصالح مجموعة الذكور المترددين على نوادى المسنين .

وأوضحت نتائج الدراستأن المتغيرات الاجتماعية متمثلة فى العلاقات الاجتماعية والمستوى الاجتماعى كانت أقوى المتغيرات فى التنبؤ بالتوافق لدى المجموعة الكلية لعينة الدراسة .

## ثانيا : التوصيات

بناء على ماكشفت عنه الدراسة من نتائج ، يتقدم الباحث بالتوصيات والمقترحات الآتية :

١ ) العمل بشتى الوسائل على رفع الروح المعنوية للمسنين ويكون ذلك بأشعارهم بالحب والحنان من كل من يحيطون بهم وتجنيبهم المناقشات والمشاحنات التى تؤدى إلى إثارة انفعالاتهم وتوتر أعصابهم وأزالة كل مايبعث فى حياتهم القلق والخوف وتهيئة المناخ النفسى المناسب الذى يحقق السعادة والرضا ، وأتاحة الفرص لهم للتنفيس عن مشاعرهم فى حرية و صراحة وتشجيعهم على الاعتماد على أنفسهم فيما يستطيعون القيام به من أعمال ، والاهتمام بتوفير الحاجات المعيشية الأساسية لهم ووسائل شغل أوقات الفراغ وعدم فرض أنشطة معينة أو حلول بعينها لمشاكلهم بل يؤخذ رأيهم فيما يقدم لهم من خدمات وحلول لمشاكلهم ، ويكون لهم حق الاختيار حسب ظروفهم.

٢ ) إعداد الأفراد فى مرحلتى الشباب والرشد وتهيئتهم لمرحلة التقدم فى العمر من خلال إكسابهم بعض العيول والمهارات وتنميتها حتى يستغلونها فى أرضاء حاجاتهم فى كبر السن ، ولايجب أن يتأجل هذا الاعداد حتى يحل كبر السن ، إنما يكون فى أذهاننا طيلة فترة النمو .

٣ ) النظر إلى مرحلة التقدم فى العمر باعتبارها حالة من القدرة وليست حالة من العجز وأنها مرحلة إيجابية لها إيجابياتها وعطاؤها وعدم التركيز على المظاهر السلبية التى قد تنشأ عن كبر السن .

٤ ) استخدام الارشاد النفسى لكبار السن من خلال الوقوف على الأفكار والهواجس التى تسيطر على المسنين ومساعدتهم على استراد ثقتهم بأنفسهم وتقديم العلاج الطبى النفسى لهم فى حالة إصابتهم بأمراض العصاب أو الذهان.

٥ ) الاهتمام بتبنى أساليب الطب النفسى الاجتماعى الذى يمكن من خلاله العمل على إجراء الدراسات الخاصة بانتشار الامراض النفسية والعقلية بين المسنين من حيث طبيعتها وأسبابها وتخطيط وتنفيذ البرامج الخاصة بالصحة النفسية للمسنين وتوفير خدمات الوقاية والرعاية اللاحقة والمستمرة .

٦ ) العمل على رفع المستوى الاقتصادى للمسنين وأن نضمن لهم الدخل المناسب وألا

يكون المعاش ثابتا لايتغير حتى يتمشى مع الزيادة فى أسعار السلع والخدمات والالتزامات الاجتماعية للمسن ويغطى حاجاته المعيشية ، كما يمكن أن نعهد إلى القادرين منهم بمهام ذات مردود اقتصادى مما يشعرهم باستمرار قدرتهم على العطاء وأنهم ليسو عالة على أسرهم أو أقاربهم ٠

٧ ) التوسع فى إنشاء أندية المسنين فهى تساعدهم على خلق وتقوية العلاقات الاجتماعية بينهم وتحول بينهم وبين المشكلات المترتبة على بقائهم فى المنزل ، كما أنها تساعدهم على شغل وقت فراغهم بطريقة ايجابية وتعمل على استمرار ربطهم بالحياة والناس ، وكذلك تخصيص نسبة للمسنين بكافة الأندية الاجتماعية والثقافية والرياضية على أن يتوفر فيها كل مايلبى إحتياجاتهم ويشجعهم على ممارسة هواياتهم المختلفة٠

٨ ) تشجيع مشاركة المسنين فى الحياة الاجتماعية لمجتمعاتهم وتحقيق أكبر قدر من الاندماج بينهم وبين الفئات العمرية الأخرى فى المجتمع والحد من عزلهم عن نسيج المجتمع ونشاطه الطبيعى ، وأزالة العقبات التى تقف فى طريق قيامهم بتقديم المهارات والخبرات المتوافرة لديهم فى مجال العمل الاجتماعى وتنشيط الجهود التطوعية للمسنين والاستفادة بالمسنات فى مجال رعاية الأطفال بدور الحضانة ونوادى الأطفال ومراكز الايواء ٠

٩ ) دعم دور الاسرة فى تحمل مسئولياتها نحو رعاية مسنيها وتوفير الطمأنية النفسية والأمان لهم والعمل على زيادة فاعلية هذا الدور واستمراره والتأكيد على مكانة وحق الكبار فى الأسرة على أفرادها بمختلف وسائل التربية والأعلام ، والعمل على أن تظل الصلة بين أجيال الاسرة ومسنيها قائمة ومنتظمة ووثيقة مما يحقق للكبار الأحساس بالانتماء والتواصل الاجتماعى ٠

١٠ ) عند تحديد فئات المسنين الأجدر بالرعاية تكون الأولوية لحالات الترمل ،والطلاق والوحيدين وذوى الدخل المحدود ٠

١١ ) العمل على أن تتساوى الخدمات المقدمة للمسنات مع تلك المقدمة للمسنين مع الأخذ بعين الاعتبار الاحتياجات الخاصة بهذه الفئة ٠

١٢ ) ضرورة أن تكون مسألة تعليم المسنين محل عناية لأن التعليم ـ كما جاء في تقرير منظمة اليونسكو ـ يشكل في أبعاده المختلفة عنصرا أساسيا للاعداد للتقاعد والدخول في العمر الثالث • إن سيطرة النظرة التقليدية التي تربط التعليم بالمرحلة الاولى من العمر تحول دون علاج انتشار الأمية بين المسنين وبذل الجهد الكفيل باشاعة التعليم والثقافة بين الفئات المتقدمة في العمر ، لذلك كان من الضرورة توظيف خبرات المسنين وأدماج المتعلمين المتقاعدين في عمليات تعليم الكبار وفي رسم خطط النهوض بالعمر الثالث ، بالاضافة الى إنشاء المكتبات بأندية المسنين وتخصيص برامج خاصة بهم بوسائل الاعلام المختلفة وأقامة الندوات الدينية والثقافية •

١٣ ) ضرورة الاهتمام بتوفير الخدمات الترويحية للمسنين فهي إلى جانب أنها تحل مشكلة وقت الفراغ الطويل تشغل المسن عن التفكير في نفسه وتساعده على الاندماج في المجتمع وتحول دون إحساسه بالعزلة والوحدة •

١٤ ) إتاحه فرص العمل بعض الوقت أمام القادرين الصالحين للعمل من المسنين رجالا ونساء ، فالعمل يعين المسن على استعادة تقديره لذاته كما يتيح له القيام بمسئولياته نحو رعاية أسرته والمشاركة في العمل والانتاج وخاصة في تلك المجالات التي تتطلب الحكمة والخبرة أكثر مما تتطلب السرعة •

١٥ ) ضرورة إعطاء مرحلة التقدم في العمر أهمية كبرى كما تعطى مراحل النمو الأخرى وأن تحظى الدراسات والأبحاث المتعلقة بالمسنين باهتمام الباحثين والعربين والأخصائيين النفسيين •

١٦ ) إنشاء معهد قومي أو مركز للبحوث الخاصة بالمسنين في جميع المجالات لأجراء المزيد من البحوث والدراسات والمسوح الميدانية حول ظاهرة الكبر في مصر من أجل الوقوف على حجم الظاهرة وخصائص كبار السن وأحتياجاتهم والعمل على الاستفادة من نتائج تلك البحوث في تناول القضايا وتقديم حلول المشكلات التي تتعلق بكبار السن •

١٧ ) اعداد كوادر متخصصة فى رعاية المسنين من خلال الاهتمام بتدريس مقررات فى طب الكبر و الطب النفسى للكبر ، فى كليات الطب ومعاهد اعداد المعرضات والاهتمام بمرحلة التقدم فى العمر فى برامج أقسام الاجتماع والخدمة الاجتماعية وعلم النفس فى كليات الآداب ومعاهد الخدمة الاجتماعية وتنظيم دورات تدريبية مستمرة للعاملين فى مجال " طب الكبر " والطب النفسى للكبر " إلى جانب تشجيع البحث والتأليف فى علوم الكبر من جوانبها البيولوجية والطبية والطب نفسية والاجتماعية مما يثرى المكتبةالعربية التى تكاد تخلو حاليا من أى مرجع فى هذه المجالات ٠

١٨ ) لما كان تحقيق الذات يعد مطلبا هاما ينبغى توافرة للفرد حتى يتسنى له أن يعيش حياة سعيدة يتوافق فيها مع ذاته ومع الآخرين أصبح من الضرورى أن نتيح للمسنين فرصا متعددة ومتنوعة من النشاط معا يساعدهم على حسن استثمار مالديهم من طاقات وأمكانات وقدرات وخبرات على نحو يحقق لهم ذواتهم ويمكنهم من المشاركة فى التنمية الاجتماعية والاقتصادية لمجتمعاتهم ٠

١٩ ) نظرا لأن نتائج الدراسة الحالية توءكد على أهمية الزواج كمصدر للاستقرار النفسى وتحذر من الطلاق كدالة لانعدام التوافق ، لذلك تدعو الضرورة الى إنشاء ونشر مكاتب الزواج وعيادات الارشاد الأسرى حتى تقوم بارشاد الراغبين فى الزواج وحل مشكلات الأزواج والزوجات فيلتجئون إلى تلك العيادات بدلا من المسارعة إلى المحاكم سعيا وراء الطلاق ، على أن يشرف على تلك المكاتب والعيادات فريق من المشتغلين بالخدمة الاجتماعية والعلاج النفسى والارشاد الدينى ممن يستطيعون تقديم المساعدات الفعالة والاقتراحات العملية التى تضمن حل المشكلات الزوجية بطريقة علمية أكيدة وكذلك تقديم النصائح قبل الزواج عملا بمبدأ " الوقاية خير من العلاج " ٠