

التفضيل الترويحي لكبار السن في المجتمع السعودي



د. عبد العزيز بن علي الغريب*

ملخص:

اعتمدت هذه الدراسة على منهج المسح الاجتماعي، وطبقت على عينة بلغت (٢٣٧) مسناً في المجتمع السعودي، وهدفت إلى تعرف الخصائص الاجتماعية والاقتصادية والأسرية لممارسي النشاط الترويحي. وكذلك تحديد آراء كبار السن نحو الترويح، إضافة إلى تعرف الأنشطة الترويحية التي يفضلها كبار السن على غيرها من حيث نوعها وأهميتها، والجهات التي يفضل كبار السن أن تكون مسؤولة عن توفير الأنشطة الترويحية لهم، وأخيراً تحديد أسباب تفضيل الأنشطة الترويحية كما يراها كبار السن. وقد توصلت الدراسة إلى الخصائص الاجتماعية والاقتصادية والأسرية لممارسي النشاط الترويحي من كبار السن، وهي: العمر هم من ٦٠ سنة إلى أقل من ٦٥ سنة، وممن يحملون المؤهل الجامعي فأعلى، ومن المتزوجين، والمتقاعدين، وأحوالهم الصحية جيدة، وأوضاعهم الاقتصادية متوسطة. كما توصلت الدراسة إلى أن أكثر من نصف المبحوثين كانت آراؤهم إيجابية نحو الترويح. وجاء ترتيب الأنشطة الترويحية التي يفضلها كبار السن على النحو التالي: حفلات السمر، تقديم الخبرة، افتتاح مشروع، الأنشطة الرياضية، ممارسة الهوايات السابقة، السفر والسياحة، مشاهدة وسائل الإعلام، كتابة المذكرات، المساهمة في الأعمال التطوعية والخيرية، الرحلات والزيارات، تربية الحيوانات، نشاط القراءة. وجاء ترتيب الجهات التي يفضل كبار السن أن توفر الأنشطة الترويحية لهم، على النحو الآتي: وزارة

* دكتوراه في علم الاجتماع، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، المملكة العربية السعودية، وأستاذ مشارك بقسم علم الاجتماع والخدمة الاجتماعية، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، المملكة العربية السعودية.

الداخلية، مؤسسة معاشات التقاعد، البلديات، الغرف التجارية الصناعية، وزارة الشؤون الاجتماعية، الجمعيات الخيرية المتخصصة، جهات العمل السابقة، الرئاسة العامة لرعاية الشباب. كما توصلت الدراسة إلى أسباب التفضيل الترويحي كما يراها كبار السن عند ممارسة النشاط الترويحي سواء أكانت أسباباً ذاتية، أم أسرية أم مجتمعية. وفي نهاية الدراسة عرضت بعض التوصيات لتفعيل مناشط الترويح لكبار السن في المجتمع السعودي، وضرورة النظر إليه بوصفه عنصراً مهماً لدى كبار السن في المتبقي من حياتهم إذا ما أمد الله في أعمارهم.

مقدمة:

يعد الترويح والفراغ من الموضوعات التي جذبت تخصصات متنوعة، كعلم التربية، وعلم النفس، والخدمة الاجتماعية، والإعلام، والتعليم. ويعد علم الاجتماع أحد العلوم التي اهتمت بالترويح والفراغ؛ حيث يركز علماء الاجتماع على دراسة التفاعل بين السلوك الفردي والجماعي في ضوء البناء الاجتماعي، والسياق الثقافي الأشمل، باعتبار الترويح ظاهرة اجتماعية، وله دوره الاجتماعي ووظائفه العديدة في المجتمع، ودوره في إشباع الحاجات الشخصية والمجتمعية (علي، ١٩٨٥: ٣٧). ولو تتبعنا تاريخ الترويح نجد أن أول مظاهره في العصور القديمة تكاد تنحصر في الاحتفالات الدينية، والمناسبات الخاصة؛ إذ كانت الطبقة الحاكمة في المجتمعات القديمة هي التي تتمتع بالترويح لشغل أوقات فراغها على حساب الطبقات الدنيا، التي كانت هي المسؤولة عن تنفيذ الترويح للحكام. وقد سجل لنا التاريخ اهتمام قدامى المصريين بأنشطة عديدة للترويح، وممارستهم لكثير من الأنشطة (باقادر، ١٩٨٣: ٤٠).

كما اهتم الإغريق بالترويح بالهاف وبخاصة لدى الشباب، ولا سيما الأنشطة التي تسهم في البنية الجسمية والعقلية لهم. أما في العهد الروماني فقد اتسمت الأنشطة الترويحية بالعنف واللاإنسانية لاعتمادها على الأنشطة البدنية كالعاب المصارعة والمقاتلة ومنازلة الحيوانات المفترسة. وفي العصور الإسلامية اهتم الإسلام بالعمل واستثمار الوقت؛ لكن باعتباره الإنسان وحدة واحدة، حث على ممارسة كثير من الأنشطة الترويحية المفيدة للفرد. وقد وجدنا

في الإسلام أنواعاً كثيرة من الترويح، منها الترويح بالألعاب الفروسية، والرياضة البدنية، والخيول، والرماية، كما نجد في الإسلام الترويح بالمزاح والمداعبة وفق ضوابط شرعية محددة، منها:

١ - ألا يكون هذا النشاط متعارضاً مع معايير الأخلاق والمبادئ والقيم الإسلامية.

٢ - ألا يتسبب النشاط في شغل الأفراد عن أداء واجباتهم في العمل والعبادة.

٣ - ألا يكون في النشاط تعد على حرمان الجماعة والمجتمع.

٤ - أن يؤدي النشاط الترويحي إلى فائدة للفرد (علي، ١٩٩٠: ٢٨-٣٣).

ومن العوامل التي أسهمت في أهمية الترويح في العصر الحالي التقدم العلمي والتقني الذي ساعد على تطوير الحياة، وإدخال كثير من الوسائل التي لم تكن معروفة من قبل. لذلك تشير معظم أدبيات الترويح إلى ضرورة تشكيل أنشطة وقت الفراغ بصورة تسهم في إكساب الفرد الخبرات الإيجابية، وفي الوقت نفسه تساعد على نمو شخصيته وتكسبه العديد من الفوائد الخلقية والصحية والبدنية والفنية. وقد أشار (جورج سول George Soule) إلى أهمية الترويح في المجتمعات المعاصرة بقوله: «لأول مرة في تاريخ الإنسان نجد عائناً على الطريق، لا يتمثل في الحضارة ذاتها، ولكن في حضارة تتميز بوقت فراغ غير عادي». ويعلق محمد (١٩٨٥م) على هذه العبارة بقوله: «إنها تلخص فعلاً الموقف فيما يتعلق بالفراغ بوصفه مشكلة في حياتنا المعاصرة؛ ذلك أنه على الرغم من أن الناس في المجتمع المعاصر يستطيعون إدراك مشكلاتهم الاقتصادية، أو العائلية، أو الصحية، بل قد تكون لديهم فكرة واضحة أيضاً عن كيفية معالجة هذه المشكلات، فإنهم كثيراً ما نجدهم لا يدركون مشكلة الفراغ، بل قد لا يمنحونها الأهمية التي تستحقها، وبعض الناس يزعم أنه ليس لديه فراغ مطلقاً» (محمد، ١٩٨٥: ٦٣).

ومن ثم لم يعد الترويح عطلة من الحياة؛ إذ إن ما يمارسه الفرد من الترويح في أثناء وقت الفراغ يؤثر بدرجة كبيرة على شخصيته، وكل اختبار لنشاط وقت

الفراغ ما هو إلا اختبار اجتماعي يسهم في بناء الأفراد وتنميتهم؛ لأن اجتماعية وقت الفراغ ذات أهمية بالغة في نمو الشخصية وليس من الصواب أن نعتبر الترويح اهتماماً اجتماعياً ثانوياً (خطاب، ١٩٩٠: ٣٦). وفي ضوء الاتجاهات العلمية للدراسات الترويحية في ظل التغيرات المعاصرة أصبح الترويح جزءاً رئيساً من الحياة المعاصرة وتجاوز مفهوم التسلية التقليدي للهو؛ فأصبح نشاطاً يستفيد منه الإنسان في حيويته ونشاطه (البنيان وشتا، ١٩٨٠: ٢٥٤). خصوصاً أن للترويح وظائف اجتماعية ونفسية واقتصادية وسياسية. بل أصبح نسقاً اجتماعياً قد لا يمكن الاستغناء عنه في المجتمع المعاصر. من هنا فإن الترويح في المجتمعات المتقدمة لا يعتبر وقتاً للفراغ، والاستجمام، واستعادة القوى، بقدر ما هو فترة من الوقت يمكن في غضونهما تطوير الشخصية وتنميتها بصورة متزنة وشاملة (World Health Organization.,2006).

مشكلة الدراسة:

على الرغم من أن الترويح وشغل وقت الفراغ من الأنشطة المهمة في حياة كبار السن؛ إذ يساعد على تماسكها والتكامل بين أفرادها، ويربط بينهم برباط مشترك من الاهتمامات والميول. فإن كبار السن في المجتمع العربي لا يزالون في حاجة إلى الاهتمام بالترويح وتهيئة الجو الملائم المتاح لهم لقضاء وقت فراغهم، ولا يزالون حتى الآن في حاجة إلى جهد علمي منظم لتنسيق أوقات فراغهم وتنظيمها بشكل فعال يحقق الفائدة لهم وللمجتمع. وبما أن الترويح كل عمل يمارسه الفرد في وقت فراغه ويشعر معه بالمتعة فإنه عن طريق الممارسات الترويحية ينتج العديد من الآثار الإيجابية على المسن، ومنها:

- إشباع الحاجات الجسمية بممارسة الرياضة البدنية لما لها من دور في إزالة التوترات العضلية وتنشيط الدورة الدموية وإكساب الجسم الحد الأدنى من اللياقة.

- إشباع الحاجات الاجتماعية بممارسة الترويح بشكل جماعي؛ مما يكسب المسن الروح الجماعية والتعاون والانسجام، ويزيد من قدرته على التكيف والتوافق مع الآخرين.
 - إشباع الحاجات العلمية والعقلية من خلال تنمية القدرات الذهنية وتنشيطها بالتفاعل الإيجابي مع المواقف المختلفة وتطوير القدرات الاستيعابية للمواقف.
 - المساعدة على التكيف النفسي، ومن ثم تحقيق صحة نفسية سليمة.
 - تغيير إيقاع الحياة وما يعكسه من أثر إيجابي على فاعلية المسن ونشاطه وحيويته (الغريب، ٢٠٠٠: ٣٧).
- وقد اهتم علماء الاجتماع - خاصة مع نمو فرع علم اجتماع الفراغ - بدراسة الترويح وأوقات الفراغ وعلاقتها بدورة الحياة، إلا أنها تركزت في معظمها على الأطفال والشباب، ولم يلق كبار السن - على الأقل في المجتمعات النامية - اهتماماً كغيرهم من الفئات العمرية الأخرى. (Dumazeduer, 1984 - باقادر، د ت: ٩). وللترويح أهمية قصوى في حياة كبار السن؛ فهو يزودهم بخبرات جديدة وعالية، وينمي لديهم الميول الأدبية والثقافية، ويكسبهم قيماً اجتماعية؛ الأمر الذي يعد من أبرز المقومات الاجتماعية للترويح عنهم (الحمامي، ١٩٨٧: ٩٢). ولا شك أن الفرد الذي أمضى كثيراً من عمره في عمل وفجأةً يجبره المجتمع وفي سن معينة على الخروج من سوق العمل سيواجه مشكلة جديدة لم يعهدها من قبل أو لم تكن صورتها واضحة في حياته، وهي زيادة وقت الفراغ بعد العمل وفقدان المركز الاجتماعي (قناوي، ١٩٨٧: ٨٨). وأكد عدد من الدراسات أهمية الرعاية المجتمعية التي يقدمها المجتمع لكبار السن كالتزود بالخدمات الصحية، والرعاية الترويحية، وكذلك ضرورة تطوير أشكال الرعاية المؤسسية الحالية بشكل يزيد من إقبال المسنين عليها،

والتقليل من التوجيهات السلبية ضدهم من قبل العاملين في تلك المؤسسات (Robert, 1999).

ولا شك أن أوقات الفراغ تزداد حدتها لدى كبار السن عند عدم توافر المؤسسات الاجتماعية الخاصة بهم كغيرهم من فئات المجتمع. كما أن النظرة غير الإيجابية لهم من قبل فئات المجتمع الأخرى باعتبارهم فئات غير منتجة هي نظرة عفا عليها الزمن، وتجعلهم يتراجعون كثيراً عن ممارسة الأنشطة التي يشغلون بها أوقات فراغهم. لذلك فإن توافر مثل هذه المؤسسات وتقدير كبار السن من قبل فئات المجتمع المختلفة قد يساهم في القضاء على مشكلة وقت الفراغ لديهم وممارسة حقهم في النشاط الترويحي.

وما هذه الدراسة إلا محاولة علمية لإلقاء الضوء على حق هذه الفئة في الترويح، ومحاولة إلغاء النظرة السائدة عن كبار السن من أنهم بالقليل يستطيعون معاشة هذه المرحلة صحياً ونفسياً، خصوصاً أنه ما من شك أن حق كبار السن في الترويح واجب على المجتمع بمؤسساته وأفراده. كما أن حقهم في تحديد الأنشطة الترويحية التي يفضلونها هو أمر مهم أيضاً يجب تنفيذه.

وبما أن أهمية كبار السن في المجتمعات المعاصرة، وأهمية برامج الترويح المخصصة لهم، أصبح قضية محسومة، وفي ضوء ما سبق فقد تحدد موضوع الدراسة بدراسة التفضيل الترويحي لدى كبار السن في مدينة الرياض، من خلال تعرف الخصائص الاجتماعية والاقتصادية والأسرية لممارسي النشاط الترويحي من كبار السن، والأنشطة الترويحية المفضلة لديهم وترتيبهم لها بحسب أهميتها، وأسباب تفضيلهم ممارسة الأنشطة الترويحية والانعكاسات الاجتماعية الناجمة عن ممارسة تلك الأنشطة، وأخيراً الجهات التي يفضلون أن تتولى مسؤولية تنفيذ تلك الأنشطة، مرتبة بحسب أهميتها كما يراها كبار السن في المجتمع السعودي.

أهمية الدراسة:

يعد الترويج من الأنشطة المهمة في حياة فئة كبار السن؛ إذ يساعد على تماسكها والتكامل بين أفرادها، ويربط بينهم برباط مشترك من الاهتمامات والميول. ومن العوامل التي أسهمت في أهمية الترويج في عصرنا الحالي التقدم العلمي والتكنولوجي الذي ساعد على تطوير الحياة، وإدخال كثير من الوسائل التي لم تكن معروفة من قبل، ومن ناحية أخرى فإن فتح أبواب التعليم للجميع، بعد أن كان مقصوراً على فئات معينة، وانتشار الثقافة، أدى إلى اكتساب معارف ومعلومات ومفاهيم وقيم وعادات وتقاليد جديدة لم تكن موجودة من قبل لدى كبار السن الذين لم ينالوا حظاً من التعليم.

وعلى الرغم من ذلك فلا يزال كبار السن في المجتمع السعودي في حاجة إلى الاهتمام بالترويج، وتهيئة الجو المبهج السار لهم لقضاء وقت فراغهم، ولا يزالون حتى الآن في حاجة إلى جهد علمي منظم لتنسيق أوقات فراغهم وتنظيمها. ومن هنا جاءت فكرة هذه الدراسة التي تنطلق أهميتها مما يأتي:

١ - نصت خطة العمل الدولية للشيخوخة والأنشطة ذات الصلة الصادرة عن الجمعية الدولية للشيخوخة التابعة للأمم المتحدة على الاهتمام ببرامج ترويج كبار السن، وحث الدول الأعضاء على إعطاء الترويج أهمية لما يمثله من ضرورة في حياتهم، ومن المواد المنصوص عليها في الخطة، نجد في المادة رقم (١٦) ما نصه «ينبغي أن تتاح لكبار السن إمكانية الاستفادة من موارد المجتمع التعليمية والثقافية والروحية والترويحية». كما نصت المادة رقم (٥٠) على «ضرورة أن تبذل الحكومات والمنظمات غير الحكومية وكبار السن أنفسهم الجهود للتغلب على تصوير كبار السن في قوالب على أنهم مصابون دائماً بعاهاث بدنية ونفسانية وأنهم عاجزون عن التصرف على نحو مستقل، وأن لا دور ولا مركز لهم في

المجتمع، وهذه الجهود، التي ينبغي لوسائل الإعلام والمؤسسات التربوية أن تشارك فيها أيضاً، ضرورية لتحقيق مجتمع يدافع عن الاندماج الكامل لكبار السن فيه».

٢ - الزيادة المطردة في أعداد كبار السن؛ حيث تشير الإحصائيات إلى أن عدد الأشخاص الذي بلغوا ٦٠ سنة فأكثر على مستوى العالم عام ١٩٨٠م يصل إلى ٣٧٦ مليون شخص، وفي عام ١٩٨٥م إلى ٤٢٧ مليون شخص، وبنسبة ٨,٨٪ من سكان العالم، وتزايد هذا العدد ليصل إلى نحو ٥٩٠ مليون شخص عام ٢٠٠٠م ويتوقع أن يصل إلى ٩٧٦ مليون شخص عام ٢٠٢٠م، وفي عام ٢٠٢٥ سيبلغ ١١٧١ مليون شخص. ومن المتوقع أن يجد العالم نفسه أن فيه ٢٥٪ ممن هم فوق ٦٠ سنة في عام ٢٠٢٥م؛ أي أنه سيكون هناك واحد بين كل أربعة أشخاص من هذه الفئة، وقد اتضح أن نسبة كبار السن أكثر ارتفاعاً في المنطقة العربية، حيث وصلت نسبتهم إلى (٥,٣٪) عام ١٩٩٩م، ومن المتوقع أن تصل إلى (٦,٨٪) في عام ٢٠٢٥م، وإلى (١٢,٥٪) عام ٢٠٥٠م، وهذه الزيادة ترجع إلى انخفاض معدلات الوفيات وزيادة توقعات معدلات الحياة، وتحسن التغذية والوعي الثقافي العام (Tabbara, 2002, United Nations, 1998 Willaims, & Domingo, 1993). وفي المملكة العربية السعودية أشارت الإحصاءات إلى أن أعداد كبار السن عام ٢٠٠٣م ممن بلغوا ستين سنة فما فوق يصل إلى (٧٥٧,١٠٠) مسن، منهم (٣٥٠,١٠٠) من الذكور، و(٤٠٧,٠٠٠) من الإناث (وزارة التخطيط والاقتصاد، ٢٠٠٣: ٩٦). ومن المتوقع زيادة هذه الأعداد نتيحة التطور الذي حدث في المملكة العربية السعودية خلال المرحلة الماضية.

٣ - أن معظم الدراسات الاجتماعية التي أجريت على كبار السن في مختلف المجتمعات اتفقت على وجود مشكلات لهذه الفئة نابعة من طبيعة التغيرات التي تواجهها اجتماعياً ونفسياً واقتصادياً وصحياً،

إضافة إلى أنها أكثر الفئات تأثراً بالمتغيرات الحضارية التي تعيشها المجتمعات المعاصرة.

٤ - اختلاف نوعية كبار السن؛ بحيث لم يعد العمر الزمني معياراً وحيداً لتحديد دخول الفرد لهذه المرحلة، بل أصبح هناك العمر الاجتماعي والنفسي والصحي، وكلها معايير يمكن أن تحدد لنا من هو المسن؛ إذ أصبح بلوغ سن الستين - قانوناً - يعني دخول الفرد لمرحلة التقاعد، وليس لمرحلة كبر السن.

٥ - ارتفاع معدلات توقعات الحياة في كثير من المجتمعات، ومنها المجتمع السعودي، نتيجة للتطور الصحي والثقافي الذي يعيشه العالم اليوم، وهذا يعني طول الفترة الذي يعيشها الإنسان - بمشيئة الله - في هذه المرحلة إذا افترضنا أنها قد حددت بالستين عاماً، مما يجعل الفرد يعيش أكثر من عشرين سنة في مرحلة كبار السن في بعض المجتمعات، مع اختلاف خصائص كبار السن واحتياجاتهم مع مرور السنوات؛ فالمسن اليوم ليس هو المسن بعد عشرين سنة، أو بعد خمسين سنة، مما يستوجب وضع الخطط والبرامج اللازمة لاستثمار هؤلاء في السنوات المقبلة، وإشباع احتياجاتهم، التي قد تختلف من سنة إلى أخرى، ومن جيل إلى جيل من فئة كبار السن ذاتها.

٦ - الإغفال التام الذي يعانيه مجال الترويح لفئة كبار السن، مع الاهتمام الكبير بالفئات العمرية الأدنى؛ إذ إن معظم الدراسات الترويحية اهتمت بالترويح لدى الشباب، في حين ركزت دراسات كبار السن - في معظمها - على مشكلاتهم واحتياجاتهم الاجتماعية والصحية والاقتصادية، وقليل منها ناقش احتياجاتهم من الأنشطة والبرامج الترويحية، بل هناك ندرة في دراسات تتعلق بالتفضيل الترويحي كما يرونه هم، إذ إن الدراسات التي تناولت الترويح لم تتعرض بشكل يحدد أفضليته لهم سواء من حيث نوعه ومؤسساته، بل ركزت على أهميته فقط، على الرغم مما لهذا البعد

من أهمية كبرى تتمثل في إمكانية التنبؤ بتحقيقه لنتائج، أو إسهامه في تعديلات مرغوبة، أو قيام كبار السن من خلاله بتعويض أدوار مفقودة لديهم، هذا بالإضافة إلى أن المستقبل سيكون لهذه الفئة أكثر من غيرها من الفئات، خصوصاً أن بعض المجتمعات الغربية - كما جاء في تقرير مؤتمر السكان الذي عقد في فرنسا في شهر مايو لعام ٢٠٠٥م - قد بدا الهرم السكاني لديها يتسع من الأعلى ويضيق من الأسفل، بحيث أطلق على بعضها مجتمعات مسنة أو تشيخ المجتمعات؛ مما يجعل لمثل هذه الدراسة أهمية كبرى - خاصة في المجتمع السعودي - قد تستفيد منها الجهات المسؤولة عن الترويج في المجتمع ولا سيما وزارة الشؤون الاجتماعية، والرئاسة العامة لرعاية الشباب واتحاداتها المختلفة كالاتحاد السعودي للرياضة للجميع، والاتحاد السعودي للتربية البدنية والرياضية، لمراعاة احتياجات كبار السن الترويحية في خططها وبرامجها.

أهداف الدراسة:

- تهدف الدراسة بشكل رئيس إلى تعرف التفضيل الترويحي لدى كبار السن في المجتمع السعودي. وتفرع من هذا الهدف الأهداف الفرعية التالية:
- ١ - الخصائص الاجتماعية والاقتصادية والأسرية لممارسي النشاط الترويحي.
 - ٢ - آراء كبار السن نحو الترويج.
 - ٣ - الأنشطة الترويحية التي يفضلها كبار السن من حيث نوعها وأهميتها.
 - ٤ - الجهات التي يفضل كبار السن أن تكون مسؤولة عن توفير الأنشطة الترويحية لهم.
 - ٥ - أسباب تفضيل الأنشطة الترويحية كما يراها كبار السن.

أسئلة الدراسة:

- ١ - ما الخصائص الاجتماعية والاقتصادية والأسرية لممارسي النشاط الترويحي من كبار السن؟

- ٢ - ما آراء كبار السن نحو الترويحي؟
- ٣ - ما الأنشطة الترويحية التي يفضلها كبار السن من حيث نوعها وترتيبها؟
- ٤ - أي الجهات التي يفضل كبار السن أن تكون مسؤولة عن توفير الأنشطة الترويحية لهم؟
- ٥ - لماذا يفضل كبار السن ممارسة الأنشطة الترويحية؟

مفاهيم الدراسة:

كبار السن:

- استعمل العرب كلمة (المسن) للدلالة على الرجل الكبير فتقول: أسن الرجل: كبر وكبرت سنه، يسن أسناناً فهو مسن. كما تستخدم العرب ألفاظاً مرادفة للمسن فتقول: شيخ؛ وهو من استبان فيه السن وظهر عليه الشيب (مصطفى، ١٩٩٠: ٩٨٣). ويصنف كبار السن من حيث فئاتهم العمرية إلى:
- ١ - الكهل: وهو من يراوح عمره بين ٦٠ - ٦٥ عاماً وما زال نشطاً مشاركاً في الحياة العامة.
 - ٢ - الشيخ: وهو من يراوح عمره بين ٧٥ - ٨٥ عاماً، وضعفت مشاركته في الحياة العامة، وغالباً ما يكون ملازماً للبيت.
 - ٣ - الهرم: وهو من يراوح عمره بين ٨٥ - ١٠٠ عام، وازداد وهناً، وهو ملازم لفراشه.
 - ٤ - المعمر: وهو من بلغ سن المائة وتعداها، ومن أصبح غير قادر كلياً على أداء وظائفه الأساسية، ويحتاج للعون دائماً وأبداً (المشهوراوي، ١٩٩٨: ٢١).
- وقد ارتبط لفظ كبير السن بسن الستين الذي هو سن مرحلة الكبر، وهو ما اتفق عليه الدارسون للشيخوخة، واعتمدت عليه الأمم المتحدة والمنظمات الدولية ومؤسسات رعاية كبار السن لتحديد من يدخل ضمن فئة كبار السن، فسن الستين هو الحد الفاصل بين الكهولة والشيخوخة.
- كما يعرف كبير السن بأنه: من دخل طور الكبر الذي هو حقيقة بيولوجية

تميز التطور الختامي في دورة حياة البشر. أو أن المرحلة التي يصل إليها المسن هي: حالة يصبح فيها الانحدار في القدرات الوظيفية البدنية والعقلية واضحا يمكن قياسه، وله آثاره على العمليات التوافقية (إسماعيل، ١٩٨٣: ١٧). ويعرف كبار السن بأنهم: «أولئك الفئة من الناس الذين يدخلون مرحلة من النمو والنضج يطلق عليها (العمر الثالث)»، وهي مرحلة طبيعية في حياة الإنسان، كما أنها عملية لا يمكن تجنبها وهي لا تحدث بين عشية وضحاها وإنما تبدأ في وقت الحمل وتستمر طول العمر (خليفة، ١٩٨٤: ١٠٥). ومن هنا نلاحظ اتفاق جميع التعاريف على حدوث تغيرات جسمية ونفسية واجتماعية لكبار السن، تؤثر على من يصاب بها سواء في قدراته أو وظائفه أو توافقه مع نفسه ومجتمعه.

والتعريف الإجرائي لكبير السن في دراستنا هو: الفرد البالغ من العمر أكثر من ستين عاماً، وعضو بمركز الأمير سلمان الاجتماعي بنظام العضوية السنوية، ويمارس عدداً من الأنشطة الترويحية بالمركز.

الترويح Leisure:

في عصرنا الحالي تترد كلمة الترويح في كثير من المواقف والبحوث، وقد لا يقصد بها معنى واحد، وهناك العديد من التعريفات التي تحاول تفسير معنى الترويح ومفهومه، ونستعرض بعضها للوصول إلى تعريف خاص بهذه الدراسة. يرى «برات Pratt» أن الترويح هو: مزاولة أي نشاط في وقت الفراغ سواء أكان نشاطاً فردياً أم اجتماعياً وذلك بهدف إدخال السرور على النفس دون انتظار أي مكافأة. (١٩٦٠، Bightbipll). ويعرف بتلر (Butler) الترويح بأنه نوع من النشاط الاختياري يزاوله الفرد في أثناء وقت فراغه مدفوعاً إلى ذلك بما يتيح له هذا النشاط من رضا وبهجة دون السعي إلى أي جزاء أو مكافأة من وراء هذا النشاط. أما باركين (Parken) فيرى أن الترويح هو أن يستفيد الإنسان من حالته الطبيعية المثالية التي كان عليها قبل أن يعمل أو يصاب بالتوترات والإرهاق نتيجة لهذا العمل (في: الشثري، ٢٠٠٢: ٧١). وتشير «دائرة معارف العلوم الاجتماعية» إلى الترويح يطلق على النشاط البنائي الذي يقوم به الفرد

في وقت الفراغ لذاته وليس لأي عملية كسب، سواء أكان هذا النشاط جسمانياً أم عقلياً أم اجتماعياً أم فنياً (Encyclopadia، ١٩٧٠).

كما يعرفه الخولي (١٩٩١) بأنه إدخال السرور على النفس (الخولي، ١٩٩١: ١٣). ويعرفه بدر (١٩٨٥) بأنه: الأنشطة الاختيارية والإرادية التي تمارس في أوقات الفراغ، والتي يهدف الفرد من ورائها إلى تنمية نفسه بدنياً وصحياً وعقلياً واجتماعياً، ثم تنمية روح التفاعل والتماسك وتدعيم روح الانتماء والولاء للجماعة والمجتمع لديه، والحفاظ على الجميع بالبعد عن أي اتجاه للانحراف يكون له تأثير في سلامة البناء الاجتماعي (بدر، ١٩٨٥: ١٩).

والترويح هو كل عمل يمارسه الفرد في وقت فراغه ويشعر معه بالمتعة وفق الحدود المقبولة شرعاً، وينتج عن هذه الممارسات الترويحية العديد من الآثار الإيجابية على الفرد والمجتمع، ومن ذلك: إشباع الحاجات الجسمية للفرد، وإشباع الحاجات الاجتماعية للفرد، وإشباع الحاجات العلمية والعقلية للفرد، كما تساعد الأنشطة الترويحية على التكيف والاستقرار النفسي وتنمية هوية الفرد الذاتية؛ مما يؤدي إلى صحة نفسية سليمة، إضافة إلى أن الأنشطة الترويحية تساعد على اكتشاف العديد من السجايا والأخلاق التي يحملها الأفراد.

ومن هذه التعاريف السابقة نستطيع أن نلاحظ أن الترويح نشاط اختياري يحدث في وقت الفراغ دون التعرض لنوع هذا النشاط وطبيعته، ودون تحديد هدف للنشاط الترويحي. وفي حدود العرض السابق حدد البحث التعريف الإجرائي للترويح بأنه: «الترويح نشاط اختياري ممتع للمسن، ومقبول للمجتمع يمارس في أوقات الفراغ ويسهم في بناء المسن من جديد، وتنميته ويكسبه العديد من الفوائد الاجتماعية والسلوكية والصحية والبدنية والفنية».

التفضيل الترويحي Leisure Preference:

للتفضيل معان لغوية عدة، حيث اشتق من معنى فضل؛ بمعنى التمايز. ففي لسان العرب لابن منظور (١٩٨٨) نجد عدة معانٍ للتفضيل. فكلما تفضيل

ترجع - كما يقول أهل اللغة - إلى فضل: الفضل والفضيلة معروف: ضدُّ النقص والنقيصة، والجمع فضُول؛ ورجل فضال ومفضَّل: كثير الفضل. والفضيلة: الدَّرَجَة الرفيعة في الفضل، التَّفاضُّل: التَّمَازِي في الفضل. وفضله: مَرَّاه. والتَّفاضُّل بين القوم: أَنْ يكون بعضهم أَفْضَلَ من بعض. ورجل فاضل: ذو فضل. ورجل مفضول: قد فضله غيره. ويقال: فضل فلان على غيره إذا غلب بالفضل عليهم. وفاضلني ففضلته أَفْضَلُهُ فَضْلاً: غلبته بالفضل، وكنت أَفْضَلَ منه. وتفضَّل عليه: تَمَرَّى. المتفضل الذي يدَّعي الفضل على أقرانه. ويقال: فضل فلان على فلان إذا غلب عليه (ابن منظور، ١٩٨٨: ٥٢٤).

ويشير معنى التفضيل في الحياة العامة إلى التمييز بين الناس في معايير عدة، منها سلوكهم وعباداتهم وتصرفاتهم، ومكاناتهم، كما يستخدم للمواصفات التي يرجح فيها الإنسان، أو يبني عليها أحكامه، واختياراته وآراءه نحو موقف معين. وللتفضيل جوانبه الاجتماعية والنفسية والاقتصادية والثقافية والأخلاقية، والفنية؛ إذ إن نماذج التفضيل تخضع للتراث الثقافي والاجتماعي للفرد، والتفضيل أحد النماذج المحسوسة في الحياة الاجتماعية بحكم الطبيعة البشرية، فكل شيء خاضع للتفضيل في أي مجتمع، وإن اختلفت محددات التفضيل من مجتمع لآخر، ومن زمن لآخر (عبد الحميد، ٢٠٠١: ٣٣-٣٥). وتشتمل عمليات التفضيل عامة، على المقارنة والتمييز والاختيار من بين عدد من البدائل المتاحة لنمط من المثيرات، ولأسلوب معين من التفكير، أو السلوك، أو الانفعال (عبد الحميد، ٢٠٠١: ٧٢). وهو شائع الاستخدام حالياً في البحوث العلمية في التخصصات المختلفة كالاقتصاد وعلم النفس وعلم الاقتصاد والتربية وغيرها. ففي علم الاجتماع ارتبط التفضيل بأبحاث التفضيل الزواجي، أو التفضيلات الأسرية بحسب الجنس والسن والنوع (انظر: الشلال، ١٩٩٩)، أو أبحاث التفضيل المهني (انظر: المجالي، ١٩٩٦). كما استخدمه علماء النفس لقياس التفضيلات النفسية نحو المواقف والأشخاص والأشياء، ويرى علماء النفس أن التفضيل يرتبط - إلى حد ما - بمفهوم التعصب Prejudice الذي يعني

مشاعر التفضيل، أو عدم التفضيل تجاه شخص، أو شيء معين (زيرو، ١٩٩٢- عبدالله، ١٩٨٩). أو يرتبط بمفهوم الذوق Taste الذي يعني: «التفضيلات الثابتة طويلة المدى لأنماط معينة من الجماليات والفنون، والآداب، والأخلاق، والبيئة وغيرها» (عبد الحميد، ٢٠٠١: ٢٩-٣٠). كما يستخدمه علماء الاقتصاد في دراسات سلوك الاستهلاك ومحددات الاختيار في الإنفاق والشراء.

وفي دراستنا نعرف التفضيل الترويحي، بأنه: «الاختيارات، أو المواصفات، أو الميول لدى كبار السن التي تحدد استخدامهم، أو رغبتهم في أنشطة معينة، وترتيبها وفق أولويات معينة يرونها بما يتناسب وقدراتهم وإمكانياتهم ورغباتهم».

الإطار النظري للدراسة:

هناك عدة نظريات تناولت ظاهرة الترويح، ومن ذلك نظرية فائض الطاقة أو الطاقة الزائدة، وقد جاء بها هربرت سبنسر، وهي تنص على أن الإنسان مشحون بطاقة عضلية بدرجة لا تمكنه من الهدوء، ولذا فإن اللعب مجرد وسيلة لاستنفاد هذه الطاقة وليس له هدف محدد. في حين تعتبر نظرية اللهو الترويح نشاطاً فعالاً لاسترداد الصحة والطاقة والحيوية الجسمية والعقلية ويوفر الراحة والاستجمام بعد العمل. وهذه النظرية هي الأقرب للتطبيق على فئة كبار السن أكثر منها لدى الشباب. أما نظرية التليين أو التنفيس (Catharsis Theory) فتعتبر الترويح صمام أمان للعواطف الحادة مثل الغضب، والحزن والانفعالات والتوترات النفسية (القطب، ١٩٨٠: ٥٦). وقد أشار كار وباتريك Carr and Patrick إلى أن الترويح تعبير تلقائي عن الانفعالات المكونة لدى الإنسان (توق، ١٩٨٠: ٩٤). ومن ثم - وفق هذه النظرية - فإن الوظائف الأساسية للترويح هي مساعدة الإنسان على التخلص من المتاعب؛ إذ إن الإنسان يسعى للتخلص من توترات العصر ومتاعبه الزائدة؛ أي أن الترويح وسيلة يتخلص بها الإنسان من ضغوط الحياة، وتساعد على الهروب من الالتزامات المختلفة،

وتوفر له فرص التخلص من القلق الذي يعانيه في ظل طبيعة الحياة اليومية (البنيان وشتا، ١٩٨٠: ٢٦٠).

وترتبط نظرية التعبير الذاتي (Self Expression Theory) بطبيعة الإنسان وبتكوينه العضوي وانفعالاته النفسية وأحاسيسه وعواطفه وقدراته الاستيعابية ورغبته في التعبير الذاتي. كما ترى هذه النظرية أن الترويح نمط من النشاط ومحاولة يسعى الإنسان من خلالها للتعبير عن ذاته نتيجة لنزعه نحو الحركة واستخدام طاقاته وإمكاناته لأقصى حد ممكن، وعن طريقه يجد الإنسان مجالاً لتحقيق رغباته في التحصيل، والإبداع، وكسب ثقة الآخرين ونيل استحسانهم والتعبير عن مكامن الشخصية (القطب، ١٩٨٠: ٥٦-٥٧).

كما فسر علماء الاجتماع الترويح وفق الاتجاهات النظرية الرئيسة في علم الاجتماع كالاتجاه البنائي الوظيفي، الذي يرى أن الفراغ الزائد دون استثمار نقيض الدور، ومن ثم لا بد من إيجاد دور ما للفرد. والاتجاه الثاني هو الاتجاه الصراعى الذي ركز على ظاهرة الصراع الطبقي باعتبار أن النشاطات الترويحية ما هي إلا ممارسات استهلاكية لصالح الطبقات الغنية على حساب الطبقات الفقيرة (خليفة وإدريس، ١٩٩٠: ٣٨). وقد فرق العلماء بين نوعين من الترويح؛ هما الترويح السلبي الذي لا يشارك فيه الفرد ويكتفي بالمراقبة مشاهداً أو سامعاً، ولكنه لا ينفعل له ومعه عاطفياً ويشعر بالسعادة لمتابعته، كمشاهدة التلفاز، وسماع المذياع والاسترخاء. والنوع الثاني هو الترويح الإيجابي الذي يشارك فيه الفرد باذلاً مجهوداً نشطاً، ويسعد بالمشاركة فيه؛ لأنه اختاره طوعاً، ومن أمثلة ذلك المشاركة في المنافسات الرياضية، السباحة، المشي أو السير في الحدائق، القراءة والرسم ... وغيرها (الرميحي، ١٩٨٠: ١٦).

أما ما يتعلق بأهم النظريات المفسرة للترويح لدى كبار السن فنجد معظم دراسات كبار السن ركزت على مناقشة قضايا الشيخوخة ومشكلاتها والتغيرات المصاحبة لها، وأساليب الرعاية المقدمة لهم، ومعظمها - إن لم يكن جميعها - اتفقت على تفسير هذه المرحلة اجتماعياً من منظور المداخل النظرية المعاصرة

لعلم اجتماع الشيخوخة، ومنها مدخل الانسحاب، ومدخل النشاط، ومدخل الاستمرارية، ومدخل الأزمة، ومدخل التبادلية، ومدخل التفاعلية الرمزية، ومدخل دورة الحياة وغيرها.

وفي مثل دراستنا نجد أن هناك نظريتين تعدان أقرب لتفسير قضية الترويح وأهميته لدى كبار السن، وهما نظريتا الأنشطة والاستمرارية، ومن أهم ما جاءت به تلك النظريتان ما يلي:

١ - نظرية النشاط:

تعد نظرية النشاط أول نظرية في علم اجتماع الشيخوخة استمرت ما يربو على ثلاثين عاماً دليلاً للباحثين والممارسين في ميدان علم الشيخوخة من وجهة نظر اجتماعية (العبيدي، ١٩٨٩: ٣٥٢). وتفترض هذه النظرية أنه لكي يحدث التوافق بشكل فعال للمسن نتيجة كبره أو لتقاعدته وفقدانه لوظيفته، يجب عليه أن يجد عملاً بديلاً لتلك الأهداف الشخصية التي كانت الوظيفة بامتيازاتها تحققها له، وأن ينمي اهتماماته ويواصل نشاطاته بما يساعد على رفع روحه المعنوية. (Atchley, 112:1980). ويعد (فريديمان، وهافيجرست وميلر) مؤسسي هذه النظرية، حيث ركز كل من (فريديمان وهافيجرست) على أهمية الأنشطة في حالة فقدان المسن وظيفته التي تمكن من خلالها شغل وقت فراغه وإعادة توافقه، كما ركز (ميلر) على الأنشطة البديلة التي تمثل مصدراً جديداً للدخل (خليفة، ١٩٩١: ٣٦). وتحقق الأنشطة في الآراء السابقة هدفين؛ الأول هو أنها توفر البديل عن العمل المفقود. والثاني أنها تعد مصدراً جديداً للدخل الذي يتناقص بعد التقاعد.

وترى هذه النظرية أن الرضا لدى كبار السن يتوقف على اندماج الفرد في المجتمع وعلى تلك الإسهامات التي يظل يضيفها، وعلى شعوره بأنه ما زال نافعاً ومطلوباً. فقيام المسن ببعض الأنشطة يعد أمراً ضرورياً لزيادة رضاه عن الحياة وقناعته بها. ويرى (هافيجرست) أن اتجاهات كبار السن نحو مرحلتهم العمرية - في ضوء هذه النظرية - تنقسم إلى فئتين:

١ - فئة الأشخاص الذين يمكنهم التغيير من نمط حياتهم بعد كبرهم، عن طريق الحصول على فرص جديدة من الأنشطة والأعمال لقضاء وقت فراغهم.

٢ - فئة الأشخاص الذين يرغبون في الاستمرار في أعمالهم السابقة (خليفة، ١٩٩١: ٣٦).

كما ترى نظرية الأنشطة أن كبار السن يشتركون في حاجات نفسية واجتماعية متماثلة، ويختلفون فقط في التغيرات البيولوجية والمشكلات الصحية، وأن الشيخوخة المثلى تتمثل في الإبقاء على النشاطات المختلفة، والبحث عن بدائل للأدوار والنشاطات، وجميع ما يفقده الفرد من جراء التقاعد، أو فقدان شريك الحياة (العبيدي، ١٩٨٩: ٣٥٢).

٢ - نظرية الاستمرارية:

ترى نظرية الاستمرارية أن الشيخوخة الناجحة هي التي تتصف بالقدرة على المحافظة، والاستمرار على الأدوار والنشاطات والعلاقات في المرحلة السابقة لها (العبيدي، ١٩٨٩: ٣٥٣). وتفترض النظرية أن كبير السن يحاول - ما أمكن - أن يتكيف مع مرحلة الكبر من خلال إعطاء وقت أكبر للأدوار التي كان يزاولها قبل كبره، عوضاً عن مزاوله أدوار جديدة. كما ترى نظرية الاستمرارية أن التكيف مع الشيخوخة، يمكن أن يستمر في عدة اتجاهات، اعتماداً على الحياة الماضية للمسن. وقد انتقدت نظرية الاستمرارية نظريتي الانسحاب والنشاط، حيث أشارت إلى أن النشاط أو عدمه لا يؤدي بالضرورة إلى سعادة كبار السن، كذلك فإن كبير السن له ارتباطات أو ليس له ارتباطات قد يكون سعيداً أو غير سعيد (عبد الحميد، ١٩٨٦: ٢٣).

وتستند النظرية في فرضيتها إلى النتائج التي تشير إلى أن كبار السن يحاولون أن يتمسكوا بأنماط حياتهم التي درجوا عليها، كما أن كثيراً منهم يحاولون أن يجعلوا حياتهم خلال مرحلة الكبر مشابهة إلى حد كبير لحياتهم قبل دخولهم لهذه المرحلة، ويرى البعض أن الناس يتجهون إلى الاحتفاظ

بطريقتهم في استثمار الوقت والجهد في مرحلة ما قبل الكبر، إلى مرحلة الكبر ذاتها.

ويرى اتشلي (Atchley) أن هذه النظرية تسمح بالتخلي التدريجي عن بعض النشاطات بشكل عام، كما يرى أن هذه النظرية - على الرغم من أنها لا تطبق على جميع كبار السن - تنطبق على أغلبهم (Atchley, 112:1980). ويقلل مؤيدو هذه النظرية من الآثار السلبية المصاحبة لكبر السن، كنتيجة لمعرفة الفرد السابقة بأن انسحابه من سوق العمل هو أمر حتمي، وأن سن التقاعد سيأتيه يوماً ما. كما أن العامل ذاته يدفع من دخله لمعاش التقاعد، ويعايش بعض الأفراد والأقارب والأصدقاء، ممن دخلوا مرحلة الكبر، وبذلك يكون الفرد واعياً بالدور الذي سيقوم به عند دخوله لهذه المرحلة (العبيدي، ١٩٨٩: ٣٥٣).

الدراسات السابقة:

من الدراسات التطبيقية في هذا المجال دراسة راغب وقرفيت Ragheb and Griffith (1982) حول أثر أنشطة وقت الفراغ في الرضا عن الحياة لدى المسنين، على عينة بلغت أعمارهم ٥٥ سنة أو أكثر، وتوصلت إلى أن الرضا عن أنشطة وقت الفراغ كان أكثر المتغيرات مساهمة في الرضا عن الحياة. كما توصلت دراسة هيوارد تنسلي Tinsley, H.E., 1986، بترتيب الأنماط السلوكية لقضاء وقت الفراغ عند كبار السن، التي يمكن أن تكون برنامجاً نهائياً يومياً لهم، وجاءت على النحو التالي:

- الاجتماع بصحبة الأقارب القدامى واللاعب معهم.
- الاجتماع بصحبة الأصدقاء القدامى المقربين والذهاب لرحلة معهم.
- مشاهدة برامج التلفزيون.
- حضور مباريات الكرة.
- حضور اللقاءات والندوات.
- ممارسة أعمال النظافة وترتيب المنزل.
- زراعة النباتات.

- جمع التحف والأثریات والنوادر.
 - القراءة (الثقافية والسياسية والدينية والاقتصادية إلخ).
 - الرسم والنحت وعمل التماثيل والمفارش.
- وتوصلت دراسة «لويس برجيو وكاترين برجيو» Burgio, K & Burgio, L (1986) إلى أن أهم العوامل التي ساعدت المعمرين على الوصول إلى هذه المرحلة المتقدمة جداً في السن ما يلي:
- ١ - العناية الصحية والرياضية وممارسة أدوار جديدة في الحياة.
 - ٢ - التمتع بعلاقات اجتماعية متعددة وثرية.
 - ٣ - التمتع بعلاقات أسرية متوازنة.
 - ٤ - التوافق النفسي الشخصي والاجتماعي.
 - ٥ - القدرة على شغل أوقات الفراغ بأعمال مميزة.
- وعرض Shaun, D. (1993) في دراسته لبعض الأنشطة الترويحية المناسبة لكبار السن بعد تقاعدهم، وكان من أهمها ممارسة التمارين الصحية، والأنشطة الرياضية كالسباحة والمشي، وبعض الألعاب الرياضية المنزلية التي تضيف الحيوية والنشاط على الصحة الجسدية والنفسية لكبير السن. وقامت مورين ستورمان Moureen Storman (2005) بدراسة أشرفت عليها جامعة روش في شيكاغو ضمن مشروع تقرير شيكاغو للصحة وتقدم السن حول خطر الإصابة بأمراض مزمنة بين كبار السن، ومن خلال تحليل بيانات لحالات من كبار السن بين عامي ١٩٩٣ - ٢٠٠٣م، على عينة بلغت (٤٠٥٥) مسناً، كانت أعمارهم (٧٣,٥) في المتوسط، وكانوا من السود والبيض، توصلت الدراسة إلى أن ممارسة الأنشطة البدنية يمكن أن تساعد على الحفاظ على لياقة الإنسان عند تقدمه في السن، ولكنها لا تحمي من تدهور الحالة العقلية في الكبر. وعن النشاط البدنية لدى كبار السن، أفادت الدراسة أنهم - في المتوسط - كانوا يقومون بنشاط بدني أربع ساعات تقريباً أسبوعياً، وأن أكثر من نصفهم يقومون بممارسة المشي على سبيل التدريب، وأن أكثر من الثلث يقومون بفلاحة

البساتين، أو القيام بعمل في أفنية المنزل، كما أن ربع المبحوثين كانوا يشاركون في تدريبات عامة.

وتوصلت دراسة الحسن (١٩٨٦م) إلى أن المسن العراقي لا يفضل نشاطات الترويح إما لانشغاله بأوضاعه الأسرية، أو لأن تلك الأنشطة غير مفيدة له وتشعره بأنه غير نافع للمجتمع مما يدل على عدم إدراكه لفوائد الأنشطة الترويحية بالنسبة له، كما أشارت هذه الدراسة إلى أن معظم الأنشطة التي يزاولها كبار السن تتسم بالجمود والقصور وضيق الأفق، وقد جاء ترتيب الأنشطة الترويحية بالنسبة لهم: الذهاب للمقاهي، والمكوث في البيت، والنوم، والذهاب إلى أماكن العبادة، وزيارة الأهل والأقارب والأصدقاء، وسماع الراديو ومشاهدة التلفزيون، والمطالعة، والعمل في حديقة البيت، والذهاب للنوادي والجمعيات الاجتماعية، والسفر للراحة والاستجمام. كما توصلت الدراسة إلى أن ما نسبته (٧٤٪) من عينة كبار السن لم يخططوا لاستثمار أوقات فراغهم بأنشطة محددة، وأن ما نسبته (٦٨٪) لا يستفيدون من أوقاتهم الحرة. وعن نشاطات الفراغ التي يحتاجون إليها، جاء ترتيبها: تأسيس نواد، فتح المزيد من المتنزهات العامة، تأسيس بيوت الراحة والاستجمام، السماح للمسنين بممارسة الأعمال الخفيفة.

وعن أسباب عزوف كبار السن عن الترويح المجتمعي المؤسسي توصلت قناوي (١٩٨٧م) إلى أن عزوف كبار السن في المجتمع المصري عن المشاركة في الأنشطة المجتمعية يرجع إلى وجود فئات عمرية أخرى تنال من الرعاية والاهتمام أكثر منهم، لذلك يرغبون في إيجاد مكان لهم يمارسون فيه نشاطاتهم بعيداً عن فضول الفئات العمرية الأقل سناً. كما أكدت دراسة الحمامي ودرويش (١٩٨٧م) أن الترويح لكبار السن له أهمية قصوى في اكتسابهم لخبرات جديدة، وينمي لديهم الميول الأدبية والثقافة، ويزودهم بخبرات جمالية، ويكسبهم أيضاً قيماً اجتماعية، الأمر الذي يعد من

أبرز المقومات الاجتماعية للترويج عن كبار السن، بالإضافة إلى ترشيد اتجاهاتهم وممارستهم في مجتمع الأسرة.

وأشارت دراسة الأمير (١٩٩٠م) إلى أن غالبية كبار السن في المجتمع المصري لديهم الرغبة في المشاركة التطوعية وبخاصة في المؤسسات الخيرية والدينية والثقافية، مع التركيز على الجمعيات التي تخدم كبار السن غير القادرين، وغالبيتهم أيضاً لديهم رغبة في العمل بعد مرحلة الكبر، خاصة إذا كانت أعمالاً مشابهة للأعمال التي كانوا يمارسونها قبل مرحلة الكبر، لعدم امتلاكهم مهارات جديدة يتطلبها سوق العمل، وجاء ترتيب دوافع العمل بعد مرحلة الكبر على النحو التالي: شغل وقت الفراغ - الشعور بالمكانة والقيمة - القدرة على العمل - الحاجة للمال. وحيث إن أندية المسنين تعد المكان الرئيس لممارسة النشاط الترويجي لكبار السن فقد أشارت دراسة أبو المعاطي (١٩٩٤م) إلى أن ما نسبته (٦٢,٦١٪) من كبار السن يرون أن الخدمات الترويجية المقدمة من النادي تشبع احتياجاتهم، وأن ما نسبته (٦٢,٣٥٪) يرون أن تلك الخدمات أحدثت تأثيراً عليهم، وأن ما نسبته (٤٧,٩٧٪) يرون أنهم استفادوا من الخدمات الترويجية المقدمة.

وتوصل العيسى (١٩٩٥م) في دراسته عن كبار السن في المجتمع الكويتي إلى أن العامل الصحي والقدرة البدنية للمسن تحد كثيراً من حركته وفاعليته وأن ذلك يؤثر على مشاركته في الأعمال التنموية في المجتمع. كذلك أشارت إلى أن مشكلة كبار السن ليس فقط في توفير المسكن والمأكل والمشرب والملبس والرعاية الصحية، بل إن سياسات الرعاية الاجتماعية يجب أن تمتد إلى إشراك من لديه القدرة في البرامج التنموية لإشعارهم بالدور الذي يمكن أن يقوموا به. وتوصلت دراسة عبدالعال والعرقان (١٩٩٦م) إلى أن ما نسبته (٨١,٢٩٪) من كبار السن في مصر يرون أن نادي المسنين هو المكان الذي يمكن أن تمارس فيه الأنشطة المناسبة لاحتياجاتهم. بينما جاء ترتيب أنشطة شغل وقت الفراغ في: التردد على

نادي المسنين، وزيارة الأهل والأصدقاء، والقيام برحلات، والقراءة والاطلاع، مشاهدة التلفزيون، وتوفير احتياجات المنزل، وزيارة الأصدقاء، ورياضة المشي، وحضور ندوات دينية وثقافية، وأشغال يدوية، والتنزه، وتقديم خدمات اجتماعية لسكان الحي، والجلوس على المقاهي.

أما في المجتمع السعودي فقليلة هي الدراسات التي ناقشت جانب الترويح، إلا أن هناك دراسات كان ضمن محاورها المتغير الترويحي كمشكلة أو كاحتياج لكبار السن، من تلك الدراسات دراسة خليفة وإدريس (١٩٩٠م) التي ناقشت الترويح في المجتمع السعودي وتوصلت إلى أن كبار السن أقل الفئات مشاركة في النشاط الترويحي سواء أكان داخل الأسرة أو خارجها، كما لم يكن لديهم ميل لكثير من المناشط الترويحية. وتوصلت دراسة شرف (١٩٩٧م) إلى أن الفراغ من أهم المشكلات التي يواجهها كبار السن مع صعوبة اكتشاف أدوار ووظائف اجتماعية جديدة تحل محل الأدوار والوظائف السابقة، كذلك يبدي كبار السن رغبتهم في أي عمل يفيد الناس، ويحترم المصلحة العامة، ويعبرون عن عدم رضاهم عن المجتمع الذي لا يساعدهم على توفير ذلك. وأشارت دراسة كتبخانة (١٩٩٩م) التي طبقت على عينة من كبار السن في منطقة مكة المكرمة إلى وجود علاقة طردية بين المستوى التعليمي والدخل، والمشاركة في العمل الاجتماعي التطوعي بوصفه نمطاً للأنشطة الترويحية التي يشغل بها المسن وقت فراغه، وإلى وجود علاقة عكسية بين العمل الاجتماعي التطوعي والمعاونة من المشاركة الأسرية أو الاجتماعية أو الطبية.

أما دراسة السيف (١٩٩٩م) فقد أشارت إلى أن هناك علاقة بين بعض المتغيرات كالعامل السابق والدخل وتحقيق أهداف الحياة، وأن هذا يؤثر على الأنشطة التي يمارسونها، كما أشارت إلى أن هناك علاقة بين المستوى التعليمي والأنشطة التي يمارسها كبار السن حيث تختلف نوعية النشاط الترويحي بحسب المستوى التعليمي. كما توصل الرشود (١٩٩٩م) في دراسته على عينة

من كبار السن المقيمين في دور الرعاية الاجتماعية إلى أنهم يرون أن أفضل التنظيمات التي تخدمهم في المجال الترويحي والاجتماعي هي مؤسسات الرعاية الحكومية. وكذلك أوضحت الشمري (٢٠٠٠م) أن هناك علاقة بين ممارسة المسن للنشاطات التطوعية والثقافية والرياضية والاجتماعية والسياحية وبعض المتغيرات الاجتماعية والديموغرافية كالعمر والمستوى التعليمي وحي السكن، في حين لا توجد علاقة بين النشاطات السابقة ومتغيرات الوضع الاجتماعي وجماعة الأصدقاء والمهنة والدخل وملكية السكن والعامل الصحي. أما دراسة الدخيل (١٩٩٩م) التي تعد الدراسة الوحيدة التي ناقشت قضية الترويح لدى كبار السن بدراسة مستقلة، فقد توصلت إلى حصر نظري بأهم الأنشطة الترويحية التي يمكن لكبار السن القيام بها، ومنها الأنشطة الترويحية التي يمكن لكبار السن ممارستها خارج الأسرة، والاستفادة من المدرسة بوصفها مركزاً للنشاط الترويحي؛ حيث تعد المدرسة من أفضل المؤسسات الاجتماعية التي يمكن أن تساعد كبار السن كذلك على قضاء وقت فراغهم في حالة توافر الإمكانيات المادية والبشرية. ومن الأنشطة التي يمكن تنظيمها لكبار السن في المدارس، النشاط الرياضي الترويحي، النشاط الثقافي والأدبي الترويحي، النشاط العلمي الفني الترويحي (Mangan, 111:1983). وكذلك الاستفادة من الأندية كمراكز للنشاط الترويحي، حيث تعد الأندية من أنسب الوسائل لإكساب كبار السن المهارة الترويحية والنفسية والإنتاجية التي تعينهم على استثمار وقت فراغهم والنمو في حياتهم. على أن تكون البرامج العملية لكبار السن ممن يستجيبون لها، وأن يكون الهدف واضحاً ومحدداً لكل برنامج من برامج كبار السن، وأن يرتبط مستوى البرامج بأعمارهم وإمكانياتهم وثقافتهم. وحرصاً على مشاركة كبار السن بفعالية في تلك النشاطات، من المهم إشراك قطاع منهم عند تخطيط البرامج ومتابعتها وتنفيذها. وتشمل برامج الأندية مختلف الأنشطة من نشاط ثقافي، ورياضي، وفني، واجتماعي،

ومعسكرات في الخلاء. كذلك يرى الدخيل (١٩٩٩م) مناسبة السياحة والترويح الخلوي لكبار السن خصوصاً بعد أن أصبحت السياحة من أكثر الصناعات تقدماً في العالم. واتخذت بعداً جديداً وهو بعد اجتماعي Social، ولما للترويح الخلوي Outdoor Recreation من أهمية لكبار السن؛ لأنه نمط محبب ولا يحتاج إلى مهارات ذاتية كبيرة منهم، ويمكن للمؤسسات السياحية أن تنظم رحلات جماعية لهم. كما يمكن الاستفادة من دور العبادة في الترويح، إذ لا يخفى على أحد أن دور العبادة في وقتنا الحاضر تقوم بوظائف اجتماعية مهمة، خصوصاً أن كثيراً من كبار السن يقضون فيها جزءاً كبيراً من أوقاتهم؛ لما لها من أهمية كبرى في تنمية الجانب الروحي والنفسي لهم، وهو جانب مهم في تكوين الشخصية المتزنة للمسن.

أما دراسة الغريب (٢٠٠٢م) التي طبقت على عينة مختلفة الأنماط من كبار السن في بعض محافظات منطقة الرياض من المملكة العربية السعودية، وتمثلت الأنماط الثلاثة البدوية والقروية والحضرية، فقد توصلت إلى أن ما نسبته (٧٨,٥٪) من كبار السن - عينة الدراسة - يرون أن لديهم قدرة على ممارسة أدوار اجتماعية مفيدة لهم وللمجتمع كان كثير منها يصب في النشاط الترويحي. كما توصلت دراسة الأسمرى (٢٠٠٣م) إلى أن كبار السن في المجتمع السعودي يرون أن احتياجاتهم الترويحية والصحية على رأس أهم احتياجاتهم. وفي ضوء ما سبق وعن علاقة دراستنا بالدراسات السابقة، نشير إلى أنه ليس هناك دراسة تخصصت في مناقشة الترويح بشكل عام، أو التفضيل الترويحي بشكل خاص مما يميز دراستنا. كما نلاحظ أن بعض الدراسات السابقة ناقشت علاقة بعض المتغيرات بممارسة الأنشطة الترويحية؛ مما يجعلنا لا نسعى لتكرار دراسة بعض المتغيرات، أو إعادة بعض المتغيرات التي لم يتم تطبيقها في المجتمع السعودي. حيث نجد اتفاق الدراسات السابقة التي أشارت إلى أهمية النشاط الترويحي، ومنها دراسة العيسى (١٩٩٥م) وكتبخانة (١٩٩٩م)، و الأسمرى (٢٠٠٣م). كما أن كلاً من دراسة السيف (١٩٩٩م)،

والشمري (٢٠٠٠م)، والغريب (٢٠٠٣م) أشارت إلى رغبة المسن في ممارسة أنشطة أو أدوار جديدة في حياته إلا أنها لم تحدد تلك الأنشطة كما يراها كبار السن أنفسهم؛ مما يجعلنا في هذه الدراسة نسعى لمعرفة طبيعة الأنشطة الترويحية التي يراها كبار السن. كما أن الدراسات السابقة وبخاصة التي طبقت في المجتمع السعودي لم تتعرض للمؤسسات والأجهزة التي يرى كبار السن أنها مسؤولة عن الأنشطة الترويحية لهم، حيث أشارت دراسة الرشود (١٩٩٩م) إلى أن كبار السن يفضلون أن تتولى المؤسسات الحكومية رعايتهم بوصفها أفضل أساليب الرعاية التي يحتاجون إليها.

كما تتشابه دراستنا في جزء منها مع دراسة الحسن (١٩٨٦م) ودراسة عبدالعال والعرقان (١٩٩٦م) إلا أنها تختلف عنهما في المكان والزمان حيث استفدنا منهما في تعرف قوائم بأنشطة الترويح المفضلة لكبار السن، وإن كان اختلاف المجتمع قد يميز بين ترتيب تلك الأنشطة ونوعيتها. أما دراسة الدخيل (١٩٩٩م) فقد استفادت منها دراستنا، إلا أنها ظلت دراسة نظرية، في حين نحاول السعي للكشف عن تلك البرامج والمناشط الترويحية التي يفضلها كبار السن من خلال دراسة إمبيريقية على عينة منهم.

ويمكننا القول: إن أهمية دراسة الترويح لقضاء وقت الفراغ عند كبار السن تعود لتعدد المشكلات الناجمة عن دخول الفرد لهذه المرحلة خاصة إذا لم يكن هناك استعداد أو تخطيط لها، إما لغياب الإدراك لطبيعة المرحلة أو لعدم وجود المؤسسات والاختصاصيين الذين يمكن أن يقدموا الاستشارات الترويحية لكبار السن.

الإجراءات المنهجية ونتائج الدراسة:

منهج الدراسة:

المنهج هو الإطار العام الموجه للدراسة، وأحد الأركان الأساسية في الدراسات الاجتماعية، ومن خلاله تأخذ الدراسة الأسلوب العلمي السليم. وقد تم استخدام منهج المسح الاجتماعي بأسلوب الحصر الشامل، باعتباره أنسب

المناهج لهذه الدراسة لكونه يقوم على دراسة الأوضاع الاجتماعية القائمة بقصد تحليلها وتفسير نتائجها، كما أنه مناسب لطبيعة خصائص مجتمع الدراسة. ويهدف هذا المنهج إلى وصف الظاهرة محل الدراسة وتشخيصها وإلقاء الضوء على مختلف جوانبها وجمع البيانات اللازمة عنها مع فهمها وتحليلها من أجل الوصول إلى المبادئ والقوانين المتصلة بظواهر الحياة والعمليات الاجتماعية الأساسية والتصرفات الإنسانية (شفيق، ١٩٩٨: ٣٩). وعليه، فقد تم استخدام منهج المسح الاجتماعي وذلك لوصف أبعاد التفضيل الترويحي لدى كبار السن في المجتمع السعودي وتحليلها بهدف لفت النظر إلى أبعاد هذه الظاهرة والآثار المترتبة عليها؛ بمعنى وصف لسمات الأنشطة الترويحية التي يفضلها كبار السن وتحليل لخصائصها من حيث أهميتها، ونوعها، وأسباب اختيارها، والجهات المنظمة لها كما يراها كبار السن.

أداة الدراسة:

تم الاعتماد على الاستبانة أداة للدراسة، حيث قام الباحث بإعداد الاستبانة، بالرجوع لبعض الاستبانات والمقاييس المتخصصة في مجال الترويح وقضاء وقت الفراغ، واعتمد بشكل رئيس على مقياس الفاضل (٢٠٠٤م) الخاص بمدى الرضا عن أنشطة وقت الفراغ، وهو مقياس صمم - في أساسه - من قبل بيرد وراغب Bward amd Ragheb عام ١٩٨٠م، وقام بتعريبه محمد عبدالدائم عام ١٩٨٤م، وتم الاعتماد على هذا المقياس في الجزء الخاص بآراء كبار السن نحو الترويح. والجزء الخاص بأسباب تفضيل ممارسة الأنشطة الترويحية.

وقد تضمنت الاستبانة ستة أسئلة للبيانات الأولية لكبار السن، وأربعة أسئلة احتوت على أربعين اختياراً، تتعلق باتجاهات كبار السن نحو التفضيل الترويحي، وقوائم بالأنشطة الترويحية المفضلة لدى كبار السن، وترتيبهم لها، والجهات التي يفضلون أن تكون مسؤولة عنها، وأسباب تفضيل ممارسة الأنشطة الترويحية بما يتوافق مع طبيعة الدراسة وأهدافها. وقد تم التأكد من مصداقية الاستبانة وثباتها لبعض المحاور التي تضمنتها؛ فعرضت أسئلة

الاستبانة على مجموعة من المحكمين المتخصصين؛ وذلك لقياس صدق الأداة والاستفادة من الملاحظات التي أبدوها. كما جاءت قيم الثبات باستخدام طريقة التحليل الإحصائي (Cronbachs Alpha) لكل محور على النحو الآتي:

١ - آراء كبار السن نحو الترويح (٨٧,٠).

٢ - أسباب تفضيل ممارسة الأنشطة الترويحية (٨٥,٠).

وقد اختار الباحث أداة الاستبانة المبسطة لتوافقها مع الخصائص النفسية والاجتماعية والسلوكية لكبار السن، وروعي في تصميمها السهولة والاختصار الشديد بما يتوافق مع سمات كبار السن الذين من سماتهم سرعة الملل وعدم الانتظار.

جمع البيانات وتحليلها:

بعد اعتماد الاستبانة بصورتها النهائية، وحصر مجتمع البحث ممن انطبقت عليهم محددات الدراسة، قام الباحث بجمع بيانات الدراسة بنفسه من خلال زيارات متكررة لمركز الأمير سلمان الاجتماعي، ومقابلة كبار السن في أماكن تجمعهم؛ حيث يوجد بالمركز مكان يطلق عليه (خيمة الأحبة) يجتمع فيه كبار السن بعد الانتهاء من ممارسة بعض المناشط الرياضية، وتعبئة الاستبانة، ثم حلت تلك البيانات بالحاسب الآلي، واستخدم برنامج (Spss) الإحصائي لتحليل بيانات الدراسة، واستعملت مجموعة من الأساليب الإحصائية، واعتمدت الدراسة على مقاييس الإحصاء الوصفي (Descriptive Statistics Measures)؛ وذلك لوصف خصائص عينة الدراسة اعتماداً على التكرارات والنسب المئوية والترتيب، والإجابة عن بعض التساؤلات.

مجالات الدراسة:

- المجال المكاني: مركز الأمير سلمان الاجتماعي بالرياض، وقد اختير باعتباره المؤسسة الوحيدة المتخصصة في البرامج الترويحية لكبار السن في مدينة الرياض. وافتتح مركز الأمير سلمان الاجتماعي في عام ١٩٩٧م، وهو مسجل بوصفه جمعية خيرية تشرف عليها وزارة

الشؤون الاجتماعية، ويهدف إلى تقديم الخدمات والأنشطة الترويحية لأعضائه من الجنسين، بما يتناسب مع ظروفهم وإمكاناتهم في مناخ اجتماعي صحي. ومن الخدمات المقدمة البرامج الصحية الوقائية والبرامج الثقافية، وبرامج الرحلات والزيارات، والبرامج الرياضية والترويحية، إضافة إلى البرامج التوعوية والتثقيفية في مختلف المناسبات والأيام العالمية.

- المجال البشري: كبار السن أعضاء مركز الأمير سلمان الاجتماعي بالرياض، البالغ عددهم (٢٣٧) مسناً وقت تطبيق الدراسة.
- المجال الزمني: تم تطبيق الاستمارة على المبحوثين في المدة من ٢٠٠٦/١٠/١ وحتى ٢٠٠٧/٢/١ م.

مجتمع الدراسة وعينتها:

اشتمل مجتمع الدراسة الكلي على فئة كبار السن في مختلف مناطق المملكة العربية السعودية ومحافظاتها، ووفق إحصاء ٢٠٠٢ م، يبلغ العدد الكلي للمسنين (٨٠٤,٢٢٨) مسناً، منهم (٤٣٧,٢٤٣) من الذكور بما نسبته (٥٤,٦٪) و(٣٦٦,٩٨٥) من المسنات بما نسبته (٤٥,٤٪)، موزعين وفق الجدول رقم (١) التالي:

جدول رقم (١)
توزيع المسنين في مناطق المملكة

المنطقة	أعداد كبار السن					
	ذكور		إناث		المجموع	
	ن	٪	ن	٪	ن	٪
الرياض	٧٣,٣٨١	٥٣,٤	٦٤,٠١٨	٤٦,٦	١٣٧,٣٩٩	١٧,٠٨
مكة المكرمة	١٠١,٤٥٦	٥٢,٥	٩١,٩٦٧	٤٧,٥	١٩٣,٤٢٢	٣٨,٣٦
الشرقية	٤٤,٧٦٩	٥٣,٥	٣٩,٠٣٣	٤٦,٥	٨٣,٨٠٢	١٠,٤
المدينة المنورة	٣٥,٩٦٩	٦٢,٠	٢١,٩٥٥	٣٨,٠	٥٧,٩٢٤	٧,٢

تابع / جدول رقم (١)
توزيع المسنين في مناطق المملكة

المنطقة	أعداد كبار السن					
	ذكور		إناث		المجموع	
	ن	%	ن	%	ن	%
القصيم	٢٦,٣٧٧	٦٣,٣	١٥,٣٠٣	٣٦,٧	٤١,٦٨٠	٥,٩
حائل	١٥,٩٥٣	٥٨,٩	١١,١٠٢	٤١,٤	٢٧,٠٥٥	٣,٣١
تبوك	٩,١٧٤	٥٦,٨	٦,٩٧٤	٤٣,٢	١٦,١٢١	٧,٩
الجوف	٧,٠٢٧	٦٢	٤,٣٠٥	٣٨,٠	١١,٣٣٢	١,٠٤
الحدود الشمالية	٥,٣٧٤	٦٣,٢	٣,١٢٨	٣٦,٨	٨,٥٠٢	١,٠٥
عسير	٤٦,٧٤٧	٥٠,٧	٤٥,٥٨٠	٤٩,٣	٩٢,٣٢٧	١١,٤
الباحة	١٩,٨٥٥	٤٤,٦	٢٤,٦٧٠	٥٥,٤	٤٤,٥٢٥	٥,٥
جازان	٤٣,٥٣٨	٥٧,٥	٣٢,٢١٧	٤٢,٥	٧٥,٧٥٥	٩,٤
نجران	٧,٦٥٠	٥٣,١	٦,٧٣٣	٤٦,٩	١٤,٣٨٣	١,٠٨
الإجمالي	٤٣٧,٢٤٣		٣٦٦,٩٨٥		٨٠٤,٢٢٨	٪١٠٠

أما مجتمع الدراسة الفعلي فهو كبار السن المقيمون في مدينة الرياض، الذين يبلغ عددهم وفق الجدول السابق (١٣٧,٣٩٩) من الذكور والإناث، بما نسبته (١٧,٠٨٪) من المسنين في المجتمع السعودي كله. أما مجتمع عينة الدراسة فهم جزء من مجتمع كبار السن في منطقة الرياض، وهم كبار السن من أعضاء مركز الأمير سلمان الاجتماعي، وقد تم تحديد عينة الدراسة بأسلوب الحصر الشامل، وممن تنطبق عليهم المحددات التالية:

- أن يكون سعودياً.
 - أن يحمل عضوية مركز الأمير سلمان الاجتماعي.
 - أن يزيد عمره على ستين عاماً.
- وقد بلغ حجم مجتمع الدراسة الفعلي (٢٣٧) مسناً من المشتركين في

المركز وتنطبق عليهم محددات الدراسة، ويمثلون ما نسبته (٢,٠٪) من المجتمع الكلي لكبار السن في مدينة الرياض.

وقد جاءت خصائص عينة الدراسة على النحو التالي:

جدول رقم (٢)

خصائص كبار السن الممارسين للنشاط الترويحي

المتغير	ك	ن	%
العمر	١٠٠	٢٣٧	٤٢,٢
	٥٥		٢٣,٢
	٦٩		٢٩,١
	١٣		١٣,٠
الحالة التعليمية	٢١	٢٣٧	٩,٩
	٧٥		٣١,٦
	١٤١		٥٩,٥
الحالة الاجتماعية	١٢١	٢٣٧	٥١,١
	٤٦		١٩,٤
	٧٠		٢٩,٥
	٠		٠,٠
الوضع الوظيفي	٩٦	٢٣٧	٤٠,٥
	٥٦		٢٣,٦
	٦٧		٢٨,٣
	١٨		٧,٦
الحالة الصحية	١١٧	٢٣٧	٤٩,٤
	٨٨		٣٧,١
	٣٢		١٣,٥
الحالة الاقتصادية	٢٠	٢٣٧	٨,٤
	١٧٣		٧٣,٠
	٤٤		١٨,٦

يشير الجدول رقم (٢) إلى خصائص كبار السن الذين يمارسون النشاط الترويحي، ومن حيث متغير العمر، نلاحظ من الجدول أن كبار السن الذين يمارسون النشاط الترويحي هم: في المرتبة الأولى كبار السن الذين في الفئة العمرية (من ٦٠ سنة إلى أقل من ٦٥ سنة) بما نسبته (٢,٤٢٪)، وفي المرتبة الثانية كبار السن في الفئة (من ٧٠ سنة إلى أقل من ٧٥ سنة) بما نسبته (١,٢٩٪)، وفي المرتبة الثالثة كبار السن الذين في الفئة العمرية (من ٦٥ سنة إلى أقل من ٧٠ سنة) بما نسبته (٢,٢٣٪)، وفي المرتبة الرابعة كبار السن الذين في الفئة العمرية (من ٧٥ سنة فأكثر) بما نسبته (٠,١٣٪).

أما بالنسبة لمتغير الحالة التعليمية، فقد جاء في المرتبة الأولى كبار السن الذين في الفئة التعليمية (تعليم جامعي فأعلى) بما نسبته (٥,٥٩٪)، وفي المرتبة الثانية كبار السن الذين في الفئة التعليمية (تعليم متوسط وثانوي) بما نسبته (٦,٣١٪)، وفي المرتبة الثالثة كبار السن الذين في الفئة التعليمية (تعليم ابتدائي فأقل) بما نسبته (٩,٩٪). وبالنسبة لمتغير الحالة الاجتماعية، فقد جاء في المرتبة الأولى كبار السن المتزوجون بما نسبته (١,٥١٪)، وفي المرتبة الثانية كبار السن المطلوقون بما نسبته (٥,٢٩٪)، وفي المرتبة الثالثة كبار السن الأرامل بما نسبته (٤,١٩٪)، ولم يكن من عينة الدراسة من كبار السن عزاب.

أما بالنسبة لمتغير الوضع الوظيفي، فقد جاء في المرتبة الأولى كبار السن المتقاعدون بما نسبته (٥,٤٠٪)، وفي المرتبة الثانية كبار السن الذين ما زالوا يعملون في القطاع الأهلي بما نسبته (٣,٣٨٪)، وفي المرتبة الثالثة كبار السن رجال الأعمال بما نسبته (٦,٢٣٪)، وفي المرتبة الرابعة كبار السن الذين استمروا في عملهم الحكومي بنظام التعاقد بما نسبته (٦,٧٪). وفيما يتعلق بمتغير الحالة الصحية، فقد جاء كبار السن الذي كانت حالتهم الصحية جيدة في المرتبة الأولى بما نسبته (٤,٤٩٪)، وفي المرتبة الثانية كبار السن الذين حالتهم الصحية متوسطة بما نسبته (١,٣٧٪)، وفي المرتبة الثالثة كبار السن الذين حالتهم الصحية منخفضة بما نسبته (٥,١٣٪)، وفي متغير الحالة الاقتصادية،

جاء كبار السن الذين حالتهم الاقتصادية متوسطة في المرتبة الأولى بما نسبته (٧٣,٠٪)، وفي المرتبة الثانية كبار السن الذين حالتهم الاقتصادية عالية بما نسبته (١٨,٦٪)، وفي المرتبة الثالثة كبار السن الذين حالتهم الاقتصادية متدنية بما نسبته (٨,٤٪).

ونخلص من الجدول السابق في تحديد خصائص ممارسي الأنشطة الترويحية من كبار السن، إلى أنهم، من حيث العمر هم من ٦٠ سنة إلى أقل من ٦٥ سنة، ومن يحملون المؤهل الجامعي فأعلى، ومن المتزوجين، ومن المتقاعدين، وأحوالهم الصحية جيدة، وأوضاعهم الاقتصادية متوسطة.

نتائج التحليل الإحصائي:

أولاً - آراء كبار السن نحو الترويح:

يشير الجدول رقم (٣) إلى آراء كبار السن نحو الترويح، ونلاحظ منه أن نسبة من أجاب بموافق من المبحوثين تجاوزت النصف من إجمالي الإجابات. وقد جاء في المرتبة الأولى، عبارة يجب التوسع في برامج الترويح لأهميتها في حياتنا بما نسبته (٦٨,٨٪)، وفي المرتبة الثانية جاءت عبارة الترويح عوضني ما افتقدته من امتيازات بعد تقاعدي بما نسبته (٦٨,٨٪)، وفي المرتبة الثالثة عبارة من أهم إيجابيات التقاعد التفرغ للترويح بما نسبته (٦٧,٥٪)، وفي المرتبة الرابعة جاءت عبارة الترويح عمل يومي يسهم في الحفاظ على الصحة الجسدية والنفسية بما نسبته (٦٦,٢٪)، وفي المرتبة الخامسة جاءت عبارة الترويح الهادف بديل إيجابي عن العمل السابق بما نسبته (٦٢,٠٪)، وفي المرتبة السادسة جاءت عبارة الترويح جزء رئيس من برنامجي اليومي بما نسبته (٥٧,٨٪)، وفي المرتبة السابعة جاءت عبارة الترويح ينظم الأدوار الاجتماعية الأخرى بما نسبته (٥٥,٧٪)، وفي المرتبة الثامنة جاءت عبارة الترويح ليس نشاطاً ترفيهياً فقط بما نسبته (٥٢,٧٪).

جدول رقم (٣) آراء كبار السن نحو الترويج

الترتيب	غير موافق		إلى حد ما		موافق		العبارة
	%	ك	%	ك	%	ك	
٣	٥,٥	١٣	٢٧,٠	١٤	٦٧,٥	١٦٠	من أهم إيجابيات التقاعد التفرغ للترويج
٢	١٢,٢	٢٩	١٩,٠	٤٥	٦٨,٨	١٦٣	الترويج عوضني ما افتقدته من امتيازات بعد تقاعدي
٨	١١,٤	٢٧	٢٤,٧	٥٨	٥٢,٧	١٥٢	الترويج ليس نشاطاً ترفيهياً فقط
٥	٧,٧	٤٢	٢٠,٣	٤٨	٦٢,٠	١٤٧	الترويج الهادف بديل إيجابي عن العمل السابق
٦	١٣,٥	٣٢	٢٨,٧	٦٨	٥٧,٨	١٣٧	الترويج جزء رئيس من برنامجي اليومي
٧	٢٣,٢	٥٥	٢١,١	٥٠	٥٥,٧	١٣٢	الترويج ينظم الأنوار الاجتماعية الأخرى
٤	٥,١	١٢	٢٨,٧	٦٨	٦٦,٢	١٥٧	الترويج عمل يومي يسهم في الحفاظ على الصحة الجسدية والنفسية
١	٧,٢	١٧	٢٤,١	٥٧	٦٨,٨	١٦٣	يجب التوسع في برامج الترويج لأهميتها في حياتنا

ن = ٢٣٧

المتوسط الحسابي العام = ٢٠,٢٢٣ الانحراف المعياري العام = ٢,٣٢٢٦

وبشكل عام نلاحظ أن معظم إجابات المبحوثين من كبار السن جاءت أكثر من النصف بالموافقة على ما تم عرضه من عبارات، وهي تعبر عن نظرة إيجابية نحو الترويج، ووعي بأهميته في حياتهم. وقد جاءت قيمة المتوسط الحسابي العام (٢,٢٢٣)، في حين بلغت قيمة الانحراف المعياري (٢,٣٢٢٦).

ثانياً - الأنشطة الترويجية المفضلة كما يراها كبار السن:

يشير الجدول رقم (٤) إلى الأنشطة الترويجية التي يفضلها كبار السن، وقد جاء في المرتبة الأولى نشاط حفلات السمر بما نسبته (٩٥,٤٪)، وفي المرتبة الثانية تقديم الخبرة بما نسبته (٩٣,٧٪)، وفي المرتبة الثالثة نشاط افتتاح مشروع بما نسبته (٩٢,٤٪)، وفي المرتبة الرابعة نشاط الأنشطة

الرياضية بما نسبته (٩٢,٠٪)، وفي المرتبة الخامسة نشاط ممارسة الهوايات السابقة بما نسبته (٩٠,٧٪)، وفي المرتبة السادسة نشاط السفر والسياحة بما نسبته (٨٩,٩٪)، وفي المرتبة السابعة نشاط مشاهدة وسائل الإعلام بما نسبته (٨٧,٨٪)، وفي المرتبة الثامنة نشاط كتابة المذكرات بما نسبته (٨٦,٩٪)، وفي المرتبة التاسعة نشاط المساهمة في الأعمال التطوعية والخيرية بما نسبته (٨٥,٧٪)، وفي المرتبة العاشرة نشاط الرحلات والزيارات بما نسبته (٨٣,٥٪)، وفي المرتبة الحادية عشرة نشاط تربية الحيوانات بما نسبته (٧٨,١٪)، وفي المرتبة الثانية عشرة نشاط القراءة بما نسبته (٥٨,٦٪).

جدول رقم (٤)

الأنشطة الترويحية المفضلة كما يراها كبار السن

الأنشطة الترويحية	نعم		لا		الترتيب
	ك	٪	ك	٪	
الأنشطة الرياضية	٢١٨	٩٢,٠	١٩	٨,٠	٤
القراءة	١٣٩	٥٨,٦	٩٨	٤١,٤	١٢
الرحلات والزيارات	١٩٨	٨٣,٥	٣٩	١٦,٥	١٠
الأنشطة الترويحية	نعم		لا		الترتيب
	ك	٪	ك	٪	
حفلات السمر	٢٢٦	٩٥,٤	١١	٤,٦	١
كتابة المذكرات	٢٠٦	٨٦,٩	٣١	١٣,١	٨
مشاهدة وسائل الإعلام	٢٠٨	٨٧,٨	٢٩	١٢,٢	٧
ممارسة الهوايات السابقة	٢١٥	٩٠,٧	٢٣	٨,٣	٥
تقديم الخبرة	٢٢٢	٩٣,٧	١٥	٦,٣	٢
افتتاح مشروع	٢١٩	٩٢,٤	١٨	٧,٦	٣
المساهمة التطوعية والخيرية	٢٠٣	٨٥,٧	٣٤	١٤,٣	٩
السفر والسياحة	٢١٣	٨٩,٩	٢٤	١٠,١	٦
تربية الحيوانات (الماشية والدواجن)	١٨٥	٧٨,١	٥١	١,٥	١١

ثالثاً - الجهات التي يفضل كبار السن أن تقوم بتوفير الأنشطة لهم مرتبة وفق أهميتها:

يشير الجدول رقم (٥) إلى الجهات التي يفضل كبار السن أن تقوم بتوفير الأنشطة الترويحية لهم، وقد جاء في المرتبة الأولى وزارة الداخلية بما نسبته (٣٨,٨٪)، وفي المرتبة الثانية مؤسسة معاشات التقاعد بما نسبته (٣٦,٣٪)، وفي المرتبة الثالثة البلديات بما نسبته (٣٥,٤٪)، وفي المرتبة الرابعة الغرفة التجارية الصناعية بما نسبته (٣٥,٤٪)، وفي المرتبة الخامسة وزارة الشؤون الاجتماعية بما نسبته (٣٢,٢٪)، وفي المرتبة السادسة الجمعيات الخيرية بما نسبته (٣٢,١٪)، وفي المرتبة السابعة جهات العمل السابقة بما نسبته (٢٣,٢٪)، وفي المرتبة الثامنة الرئاسة العامة لرعاية الشباب بما نسبته (١٤,٨٪).

جدول رقم (٥)

الجهات التي يفضل كبار السن مسؤوليتها عن الأنشطة
مرتبة وفق أهميتها: ن = ٢٣٧

الترتيب	غير موافق		إلى حد ما		موافق		الجهات
	ك	٪	ك	٪	ك	٪	
١	٦	٢,٥	١٣٩	٥٨,٦	٢٨,٨	٩٢	وزارة الداخلية
٢	٢٨	١١,٨	١٢٣	٥١,٩	٣٦,٣	٨٦	مؤسسة معاشات التقاعد
٣	٢١	٨,٩	١٣٢	٥٥,٧	٣٥,٤	٨٤	البلديات
٤	٢٨	١١,٨	١٢٥	٥٧,٧	٣٥,٤	٨٤	الغرفة التجارية الصناعية
٥	١٦	٦,٨	١٤٤	٦٠,٨	٣٢,٢	٧٧	وزارة الشؤون الاجتماعية
٦	٣٣	١٣,٩	١٢٨	٥٤,٠	٣٢,١	٧٦	الجمعيات الخيرية المتخصصة
٧	٣٨	١٦,٠	١٤٤	٦٠,٨	٢٣,٢	٥٥	جهات العمل السابقة
٨	٨	٣,٤	٩٤	٤١,٩	١٤,٨	٣٥	الرئاسة العامة لرعاية الشباب

رابعاً - أسباب تفضيل ممارسة الأنشطة الترويحية كما يراها كبار السن:

يشير الجدول رقم (٦) إلى أسباب تفضيل كبار السن لممارسة الأنشطة الترويحية، وحيث اخترنا من أجاب بالموافقة، نجد أنه قد جاء في المرتبة الأولى الإحساس بالتفاؤل والبهجة بما نسبته (٥٩,٩٪)، وفي المرتبة الثانية اكتساب صداقات جديدة بما نسبته (٥٤,٥٪)، وفي المرتبة الثالثة شغل وقت الفراغ بطريقة مثمرة بما نسبته (٥٢,٣٪)، وفي المرتبة الرابعة جاءت عبارة الشعور بالمكانة الاجتماعية بما نسبته (٥٠,٦٪)، وفي المرتبة الخامسة تساوت عبارتان هما تنظيم الحياة اليومية، و الشعور بالصفاء الذهني بما نسبته (٤٥,٦٪)، وفي المرتبة السادسة أيضاً تساوت عبارتان هما اكتساب مهارات حياتية جديدة، والتمتع بصحة جسمية جيدة (٤٤,٣٪) لكل منهما، وفي المرتبة السابعة جاءت عبارة المحافظة على الاستقرار الأسري بما نسبته (٤٣,٤٪)، وفي المرتبة الثامنة جاءت عبارة الصحة النفسية السليمة بما نسبته (٤٢,٩٪).

جدول رقم (٦)

أسباب تفضيل كبار السن للأنشطة الترويحية

الترتيب	موافق		إلى حد ما		غير موافق		الجهات
	ك	٪	ك	٪	ك	٪	
٨	١٠٤	٤٢,٩	١٠٨	٤٥,٦	٢٥	١٠,٥	الصحة النفسية السليمة
٣	١٢٤	٥٢,٣	١٠٠	٤٢,٢	١٣	٥,٥	شغل وقت الفراغ بطريقة مثمرة
٦	١٠٥	٤٤,٣	١٢٢	٥١,٥	١٠	٤,٢	اكتساب مهارات حياتية جديدة
٤	١٢٠	٥٠,٦	١٠٧	٤٥,١	١٠	٤,٢	الشعور بالمكانة الاجتماعية
٥	١٠٨	٤٥,٦	١١٣	٤٧,٧	١٦	٦,٨	تنظيم الحياة اليومية
٥	١٠٨	٤٥,٦	١٠٦	٤٤,٧	٢٣	٩,٧	الشعور بالصفاء الذهني
٦	١٠٥	٤٤,٣	١٢٢	٥١,٣	١٠	٤,٢	التمتع بصحة جسمية جيدة
١	١٤٢	٥٩,٩	٨٦	٣٦,٣	٩	٣,٨	الإحساس بالتفاؤل والبهجة
٢	١٢٩	٥٤,٥	٩٩	٧١,٧	٩	٣,٨	اكتساب صداقات جديدة
٧	١٠٣	٤٣,٤	٩٦	٤٠,٥	٣٨	١٦,٠	المحافظة على الاستقرار الأسري

ن = ٢٣٧ المتوسط الحسابي العام = ٢٦,٢٠٢ ، الانحراف المعياري العام = ٣,٠٤٤٣

وبشكل عام نلاحظ أن معظم إجابات المبحوثين من كبار السن جاءت أكثر من النصف بالموافقة على ما تم عرضه من عبارات لقياس الفوائد الاجتماعية، وهي تعبر عن فوائد اجتماعية متنوعة من جراء ممارسة الأنشطة الترويحية، ووعي بأهميته في حياتهم. وقد جاءت قيمة المتوسط الحسابي العام (٢٦,٢٠٢)، في حين بلغت قيمة الانحراف المعياري (٣,٠٤٤٣).

التحليل والمناقشة:

في ضوء أهداف الدراسة وتساؤلاتها، نعرض فيما يلي لنتائج الدراسة وعلاقتها بالنظريات العلمية والدراسات السابقة، مصنفة بحسب تساؤلات الدراسة، وهي على النحو التالي:

١ - ما الخصائص الاجتماعية والاقتصادية والأسرية لممارسي النشاط الترويحي من كبار السن؟

توصلت الدراسة في تحديدها للخصائص الاجتماعية والاقتصادية والأسرية لممارسي النشاط الترويحي من كبار السن، إلى أنهم، من حيث العمر هم من ٦٠ سنة إلى أقل من ٦٥ سنة، وممن يحملون المؤهل الجامعي فأعلى، ومن المتزوجين، ومن المتقاعدين، وأحوالهم الصحية جيدة، وأوضاعهم الاقتصادية متوسطة. وهذه الخصائص لا شك أنها تبدو منطقية بحكم طبيعة العملية الترويحية التي تحتاج لمستوى معين من الوعي الثقافي والتعليمي، وشبهه تفرغ، واستقرار أسري واقتصادي مناسب للتفرغ لممارسة الترويح.

وتتفق هذه الخصائص - إلى حد كبير - مع ما توصلت إليه دراسة السيف (١٩٩٩م) من أن هناك علاقة بين بعض المتغيرات كالعمر السابق والدخل وتحقيق أهداف الحياة، وهذه تؤثر على الأنشطة التي يمارسونها، كما أشارت إلى أن هناك علاقة بين المستوى التعليمي والأنشطة التي يمارسها كبار السن؛ حيث يختلف نوعية النشاط الترويحي بحسب المستوى التعليمي. وتتفق أيضاً مع ما أشارت إليه دراسة كتبخانه (١٩٩٩م) من وجود علاقة طردية بين المستوى

التعليمي والدخل، والمشاركة في العمل الاجتماعي التطوعي بوصفه نمطاً للأنشطة الترويحية التي يشغل بها المسن وقت فراغه. وكذلك تتفق مع ما توصلت إليه دراسة الشمري (٢٠٠٠م) من أن هناك علاقة بين ممارسة المسن للنشاطات التطوعية والثقافية والرياضية والاجتماعية والسياحية وبعض المتغيرات الاجتماعية والديموغرافية كالعمر والمستوى التعليمي والحي السكني.

٢ - ما آراء كبار السن نحو الترويح؟

توصلت الدراسة إلى أن أكثر من نصف العينة لديهم آراء إيجابية نحو الترويح وأهميته في حياتهم. وفي ترتيب من أجاب بالموافق على العبارات التي تم وضعها لمعرفة آراء كبار السن نحو الترويح؛ نجد أنه قد جاء في المرتبة الأولى، عبارة يجب التوسع في برامج الترويح لأهميتها في حياتنا، وفي المرتبة الثانية جاءت عبارة الترويح عوضني ما افتقدته من امتيازات بعد، وفي المرتبة الثالثة عبارة من أهم إيجابيات التقاعد التفرغ للترويح، وفي المرتبة الرابعة جاءت عبارة الترويح عمل يومي يسهم في الحفاظ على الصحة الجسدية والنفسية، وفي المرتبة الخامسة جاءت عبارة الترويح الهادف بديل إيجابي عن العمل السابق، وفي المرتبة السادسة جاءت عبارة الترويح جزء رئيس من برنامجي اليومي، وفي المرتبة السابعة جاءت عبارة الترويح ينظم الأدوار الاجتماعية الأخرى، وفي المرتبة الثامنة جاءت عبارة الترويح ليس نشاطاً ترفيهياً فقط.

وتأتي هذه النتيجة متفقة مع ما أكدته نظرية الأنشطة؛ من أنه لكي يحدث التوافق بشكل فعال للمسن نتيجة كبره أو لتقاعده، فإنه يجب عليه أن يجد عملاً بديلاً لتلك الأهداف الشخصية التي كانت الوظيفة بامتيازاتها تحققها له، وأن ينمي اهتماماته ويواصل نشاطاته بما يساعد على رفع روحه المعنوية. وأن الرضا لدى كبار السن يتوقف على اندماج الفرد في المجتمع وعلى تلك الإسهامات التي يظل يضيقها، وعلى شعوره بأنه ما زال نافعاً ومطلوباً. فقيام المسن ببعض الأنشطة يعد أمراً ضرورياً لزيادة رضاه عن الحياة وقناعته بها

(Atchley, 112:1980). بينما نجدها تتعارض مع ما أشارت إليه نظرية الاستمرارية من أن كبار السن يحاولون أن يتمسكوا بأنماط حياتهم التي درجوا عليها. وأن كثيراً منهم يحاولون أن يجعلوا حياتهم خلال مرحلة الكبر مشابهة إلى حد كبير لحياتهم قبل دخولهم لهذه المرحلة، وأن الناس يتجهون إلى الاحتفاظ بطريقتهم في استثمار الوقت والجهد في مرحلة ما قبل الكبر، إلى مرحلة الكبر ذاتها.

كما تتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة راغب وقرفيت Ragheb and Griffith (1982) من أن الرضا عن أنشطة وقت الفراغ كان أكثر المتغيرات مساهمة في الرضا عن الحياة. كما تتفق مع دراسة الغريب (٢٠٠٢م) من أن كبار السن يرون أن لديهم قدرة على ممارسة أدوار اجتماعية مفيدة لهم والمجتمع كان كثيراً منها يصب في النشاط الترويحي. كما تتفق مع ما توصلت إليه دراسة الأسمرى (٢٠٠٣م) من أن كبار السن في المجتمع السعودي يرون أن احتياجاتهم الترويحية والصحية على رأس أهم احتياجاتهم.

بينما تختلف نتيجة هذه الدراسة مع ما توصلت إليه دراسة الحسن (١٩٨٦م) من أن المسنين العراقيين لا يفضلون نشاطات الترويح إما لانشغالهم بأوضاعهم الأسرية، أو لأنها غير مفيدة لهم وتشعرهم بأنهم غير نافعين للمجتمع مما يدل على عدم إدراكهم لفوائد الأنشطة الترويحية بالنسبة لهم. كما تختلف مع ما توصلت إليه دراسة قناوي (١٩٨٧م) من وجود عزوف كبار السن في المجتمع المصري عن المشاركة في الأنشطة المجتمعية. وكذلك تختلف مع دراسة خليفة وإدريس (١٩٩٠م) التي توصلت إلى أن كبار السن في المجتمع السعودي أقل الفئات مشاركة في النشاط الترويحي داخل الأسرة وخارجها، كما لم يكن لديهم ميل لكثير من المناشط الترويحية. وتختلف أيضاً مع ما توصلت إليه دراسة شرف (١٩٩٧م) من أن كبار السن يبدون رغبتهم في أي عمل يحترم المصلحة العامة، ويعبرون عن عدم رضاهم عن المجتمع الذي لا يساعدهم في توفير ذلك.

٣ - ما الأنشطة الترويحية التي يفضلها كبار السن على غيرها من حيث نوعها وترتيبها؟

توصلت الدراسة إلى أن الأنشطة الترويحية التي يفضلها كبار السن جاءت مرتبة على النحو الآتي: نشاط حفلات السمر، نشاط تقديم الخبرة، نشاط افتتاح مشروع، نشاط الأنشطة الرياضية، نشاط ممارسة الهوايات السابقة، نشاط السفر والسياحة، نشاط مشاهدة وسائل الإعلام، نشاط كتابة المذكرات، نشاط المساهمة في الأعمال التطوعية والخيرية، نشاط الرحلات والزيارات، نشاط تربية الحيوانات، نشاط القراءة.

ويبدو أن للخصائص الاجتماعية والتعليمية دوراً في هذا التحديد. وهذا يختلف مع ما توصل إليه دراسة هيوارد تنسلي Tinsley, H, E. 1986، من ترتيب أنشطة قضاء وقت الفراغ عند كبار السن. وتختلف مع دراسة Shaun, D. (1993) في دراسته لبعض الأنشطة الترويحية المناسبة لكبار السن بعد تقاعدهم، التي كان من أهمها ممارسة التمارين الصحية، والأنشطة الرياضية كالسباحة والمشي، وبعض الألعاب الرياضية المنزلية التي تضيف الحيوية والنشاط على الصحة الجسدية والنفسية لكبير السن.

كما تختلف مع ما توصلت إليه دراسة الحسن (١٩٨٦م) من ترتيب الأنشطة الترويحية لكبار السن وهي: الذهاب للمقاهي، والمكوث في البيت، والنوم، والذهاب إلى أماكن العبادة، وزيارة الأهل والأقارب والأصدقاء، وسماع الراديو ومشاهدة التلفزيون، والمطالعة، والعمل في حديقة البيت، والذهاب للنوادي والجمعيات الاجتماعية، والسفر للراحة والاستجمام. كما توصلت الدراسة إلى أن ما نسبته (٧٤٪) من عينة كبار السن لم يخططوا لاستثمار أوقات فراغهم بأنشطة محددة، وأن ما نسبته (٦٨٪) لا يستفيدون من أوقاتهم الحرة.

كما تختلف مع ما توصلت إليه دراسة الحسن (١٩٨٦م) عن نشاطات الفراغ التي يحتاجون إليها، وجاء ترتيبها: تأسيس نواد، فتح المزيد من

المتنزهات العامة، تأسيس بيوت الراحة والاستجمام، السماح للمسنين بممارسة الأعمال الخفيفة. وتختلف كذلك مع ما توصلت إليه دراسة عبدالعال والعرقان (١٩٩٦م) في ترتيب أنشطة شغل وقت الفراغ وهي: التردد على نادي المسنين، وزيارة الأهل الأصدقاء، والقيام برحلات، والقراءة والاطلاع، ومشاهدة التلفزيون، وتوفير احتياجات المنزل، وزيارة الأصدقاء، ورياضة المشي، وحضور ندوات دينية وثقافية، وأشغال يدوية، والتنزه، وتقديم خدمات اجتماعية لسكان الحي، والجلوس على المقاهي.

٤ - أي الجهات التي يفضل كبار السن أن تكون مسؤولة عن توفير الأنشطة الترويحية لهم؟.

توصلت الدراسة إلى تحديد ترتيب الجهات التي يفضل كبار السن أن توفر الأنشطة الترويحية لهم، وقد جاء في المرتبة الأولى وزارة الداخلية، وفي المرتبة الثانية مؤسسة معاشات التقاعد، وفي المرتبة الثالثة البلديات، وفي المرتبة الرابعة الغرف التجارية الصناعية، وفي المرتبة الخامسة وزارة الشؤون الاجتماعية، وفي المرتبة السادسة الجمعيات الخيرية المتخصصة، وفي المرتبة السابعة جهات العمل السابقة، وفي المرتبة الثامنة الرئاسة العامة لرعاية الشباب، وهذا يعني أن ثقة كبار السن في المؤسسات الحكومية أكثر من المؤسسات الأهلية، أو مؤسسات المجتمع المدني للقيام بتنفيذ برامج وأنشطة للترويج الخاصة بها.

وتختلف هذه الدراسة مع ما توصلت إليه دراسة عبدالعال والعرقان (١٩٩٦م) من أن ما نسبته (٨١,٢٩٪) من كبار السن في مصر يرون أن نادي المسنين هو المكان الذي يمكن أن تمارس فيه الأنشطة المناسبة لاحتياجاتهم. في حين تتفق مع ما توصلت إليه دراسة الرشود (١٩٩٩م) من أن أفضل التنظيمات التي تخدمهم في المجال الترويحي والاجتماعي هي مؤسسات الرعاية الحكومية.

٥ - لماذا يفضل كبار السن ممارسة الأنشطة الترويحية؟

توصلت الدراسة إلى تحديد أسباب تفضيل كبار السن لممارسة الأنشطة الترويحية كما يرونها؛ حيث جاء ترتيبها على النحو التالي: في المرتبة الأولى الإحساس بالتفاؤل والبهجة، وفي المرتبة الثانية اكتساب صداقات جديدة وفي المرتبة الثالثة شغل وقت الفراغ بطريقة مثمرة، وفي المرتبة الرابعة الشعور بالمكانة الاجتماعية، وفي المرتبة الخامسة تنظيم الحياة اليومية، و الشعور بالصفاء الذهني، وفي المرتبة السادسة اكتساب مهارات حياتية جديدة، و التمتع بصحة جسمية جيدة، وفي المرتبة السابعة المحافظة على الاستقرار الأسري، وفي المرتبة الثامنة جاءت عبارة الصحة النفسية السليمة.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة «لويس برجيو وكاترين برجيو» (Burgio, K & Burgio, L (1986) من أن الترويج يسهم في العناية الصحية والرياضية وممارسة أدوار جديدة في الحياة، والتمتع بعلاقات اجتماعية متعددة وثرية، والتمتع بعلاقات أسرية متوازنة، والتوافق النفسي الشخصي والاجتماعي، وتتفق مع دراسة مورين ستورمان (Moureen Storman (2005 من أن ممارسة الأنشطة البدنية يمكن أن تسهم في الحفاظ على لياقة الإنسان عند تقدمه في السن.

كما تتفق مع دراسة الحمامي ودرويش (١٩٨٧م) من أن الترويج لكبار السن له أهمية قصوى في اكتسابهم لخبرات جديدة، وينمي لديهم الميول الأدبية والثقافة، ويزودهم بخبرات جمالية، ويكسبهم أيضاً قيماً اجتماعية. كذلك تتفق مع ما أشارت إليه دراسة الأمير (١٩٩٠م) من أن غالبية كبار السن في المجتمع المصري لديهم الرغبة في المشاركة التطوعية وبخاصة في المؤسسات الخيرية والدينية والثقافية، مع التركيز على الجمعيات التي تخدم كبار السن غير القادرين، وغالبيتهم أيضاً لديهم رغبة في العمل بعد مرحلة الكبر، خاصة إذا كانت أعمالاً مشابهة للأعمال نفسها التي كانوا يمارسونها قبل مرحلة الكبر،

لعدم امتلاكهم مهارات جديدة يتطلبها سوق العمل، وجاء ترتيب دوافع العمل بعد مرحلة الكبر على النحو التالي: شغل وقت الفراغ، الشعور بالمكانة والقيمة، القدرة على العمل، الحاجة للمال. كما تتفق مع ما أشارت إليه دراسة أبو المعاطي (١٩٩٤م) من أن كبار السن يرون أن الخدمات الترويحية المقدمة من النادي تشبع احتياجاتهم، وأن تلك الخدمات أحدثت تأثيراً عليهم، وأنهم استفادوا من الخدمات الترويحية المقدمة في أندية المسنين.

الخلاصة والتوصيات:

في ضوء العرض السابق يتضح أن الأنشطة الترويحية لكبار السن على اختلاف ألوانها تسهم بدرجة كبيرة في اكتسابهم مهارات ومعارف في مختلف المجالات، ومما لاشك فيه أنها تسهم في اكتسابهم السمات الخلقية والاجتماعية وتنميتها مثل تقوية العلاقات بين الأفراد، وبين الفرد والجماعة، واحترام الغير والمودة والصداقة والأخوة، والثقة بالآخرين والولاء للمجتمع، وإنكار الذات والتعاون وحب العمل وأداء الواجب والتطوع للخدمات الاجتماعية.

ومن الفوائد الاجتماعية أيضاً للأنشطة الترويحية لكبار السن أنها تسهم في تفريغ الانفعالات المكبوتة لدى الفرد وتعمل على تخفيف درجات القلق والتوتر النفسي، وتمنح الفرد السعادة والسرور والرضا النفسي، وكلها عوامل تزيد من قدرة الفرد تربوياً على التكيف في حياته مع المجتمع وتحقيق التعبير الخلاق عن النفس.

وفي ضوء تلك النتائج يخلص الباحث إلى التوصيات والمقترحات التالية:

- ١ - ما دامت غالبية آراء كبار السن نحو الترويج إيجابية، فإن من الضرورة التخطيط للأنشطة والخدمات الترويحية لكبار السن في ضوء تفضيلاتهم المبنية على احتياجاتهم وميولهم ورغباتهم ومشكلاتهم لإكسابهم الشعور والإحساس الذاتي بالسعادة والأمان والطمأنينة.

- ٢ - إن غالبية ممارسي النشاط الترويحي هم من المتعلمين؛ ولذلك نوصي بأن تقوم المؤسسات والجهات المسؤولة عن رعاية كبار السن بتنظيم حملات توعوية من أجل إزالة بعض المفاهيم الخاطئة لدى كبار السن بالنسبة لأهمية الترويحي، أو ممارسة الأنشطة المختلفة المتعلقة به، وذلك بعرض بعض صور ونماذج لكبار السن في مختلف البيئات وهم يمارسون الأنشطة الترويحية.
- ٣ - تبين الدراسة تنوع وتعدد الفوائد الاجتماعية التي يرى كبار السن تحقيقها من جراء ممارسة النشاط الترويحي، وأمام ذلك يطلب من الجهات الحكومية ضرورة إيجاد آلية محددة للنشاط الترويحي لكبار السن، ويمكن أن تتبنى وزارة الداخلية مثل هذا الأمر بحكم انتشارها وتغطيتها لمختلف مناطق المملكة.
- ٤ - ضرورة تفعيل دور اللجنة العامة لرعاية المسنين للقيام بمهامها الحقيقية لخدمة كبار السن في المجتمع، وعدم تركيزها على رعاية المقيمين في الدور الإيوائية فقط.
- ٥ - إعداد دليل للأنشطة الترويحية الموجودة بمختلف مناطق المملكة وذلك لمختلف الأعمار بمن فيهم فئة كبار السن وتسهم في ذلك جميع وسائل الإعلام المختلفة.
- ٦ - إجراء مزيد من البحوث العلمية من مختلف التخصصات لإبراز التأثيرات الفعالة للأنشطة الترويحية على مختلف الجوانب النفسية والاجتماعية والسلوكية لكبار السن، وإبراز تلك النتائج في مختلف وسائل الإعلام.
- ٧ - إجراء دراسات علمية على عينة أخرى في مناطق أخرى من المجتمع السعودي، وهو ما يؤدي إلى زيادة في البحث لهذه الظاهرة.
- ٨ - إجراء دراسة متخصصة حول المناشط الترويحية لكبيرات السن وتفضيلاتها لديهن، خاصة أن هناك بعض الاختلافات بين الرجال

والنساء في فهم وإدراك أهمية النشاط الترويحي، وفي ظل الزيادة المتوقعة لكبيرات النساء في المجتمع السعودي بشكل خاص والمجتمع العربي بشكل عام.

٩ - إجراء دراسات تأخذ الأبعاد المستقبلية لمتغير التفضيل الترويحي عبر المدى الزمني، يجعل من قراءة المستقبل والتوقعات التفضيلية لدى كبار السن أساساً يستند إليه في وضع رؤية للتخطيط للبرامج والأنشطة الترويحية لهم.

المراجع

أولاً - المراجع العربية:

- أبو المعاطي، ماهر، (١٩٩٤م)، فعالية الخدمات الاجتماعية بفاعلية أندية المسنين، بحث قدم في المؤتمر العلمي السابع للبعد الاجتماعي في سياسات التنمية، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة القاهرة، ص ص ٤٩-٨٩.
- ابن منظور، أبو الفضل، (١٩٨٨م)، لسان العرب، الجزء الحادي عشر، بيروت، دار صادر.
- الأسمرى، طلال، (٢٠٠٣م)، مدى ملائمة أدوار الممارسة المهنية للخدمة الاجتماعية في إشباع احتياجات كبار السن، رسالة ماجستير غير منشورة، قسم الدراسات الاجتماعية، جامعة الملك سعود.
- الأمير، إقبال، (١٩٩٥م)، نحو رؤية تنموية لمواجهة مشكلات المسنين، مجلة القاهرة للخدمة الاجتماعية، العدد (١)، المعهد العالي للخدمة الاجتماعية، القاهرة، ص ص ٣٤٥-٣٩٦.
- باقادر، أبو بكر، (د ت)، علم اجتماع الفراغ والسياحة والرياضة، جدة الجمعية السعودية للثقافة والفنون.
- باقادر، أبو بكر، (١٩٨٣م)، الترويح والمجتمع، مجلة الدارة، العدد (٣)، دارة الملك عبدالعزيز، الرياض، ص ص ٣٨-٤٨.
- بدر، عبد المنعم، (١٩٨٥م)، مشكلات أوقات الفراغ، الإسكندرية، المكتب الجامعي الحديث.
- البنيان، عبدالله، وشتا، السيد، (١٩٨٠م)، تحليل اجتماعي لظاهرة الترويح وأهميتها في مجتمعنا المعاصر، في كتاب (الترويح في المدينة العربية)، الرياض، المعهد العربي لإنماء المدن، ص ص ٢٥١-٢٧٢.

- توق، محيي الدين، (١٩٨٠م)، الترويح للأطفال. في كتاب (الترويح في المدينة العربية، الرياض، المعهد العربي لإنماء المدن، ص ٩٣-١٠٦.
- حداد، يحيى، (١٩٩٩م)، التخطيط الاجتماعي لرصد وتلبية احتياجات كبار السن. سلسلة دراسات اجتماعية وعمالية، العدد (٣٨)، البحرين، المكتب التنفيذي لمجلس وزراء العمل والشؤون الاجتماعية.
- الحسن، إحسان، (١٩٨٦م)، الفراغ ومشكلات استثماره، بيروت، دار الطليعة.
- الحمامي، درويش، (١٩٨٧م)، الترويح الرياضي في المجتمع المعاصر، مكة المكرمة، مكتبة الطالب الجامعي.
- خطاب، عطيات محمد، (١٩٩٠م)، أوقات الفراغ والترويح، القاهرة، دار المعارف.
- خليفة، إبراهيم، (١٩٨٤م)، علم الاجتماع في مجال الطب، الإسكندرية، المكتب الجامعي الحديث.
- خليفة، عبد اللطيف، (١٩٩١م)، دراسات في سيكولوجية المسنين، القاهرة، مكتبة الإنجلو المصرية.
- خليفة، إبراهيم، والحسن إدريس، (١٩٩٠م)، الترويح في المجتمع السعودي، الرياض، مركز البحوث، كلية الآداب، جامعة الملك سعود.
- الخولي، جمعة، (١٩٩٢م)، فلسفة الترويح في الإسلام، الرياض، الرئاسة العامة لرعاية الشباب.
- الرميحي، محمد، (١٩٨٠م)، الترويح من المنظور الاجتماعي، في كتاب (الترويح في المدينة العربية)، الرياض، المعهد العربي لإنماء المدن، ص ٦١-٦٨.
- زيور، مصطفى، (١٩٨٢م)، في علم النفس، القاهرة، دار النهضة العربية.

- السيف، عبدالمحسن، (١٩٩٩م)، **الكبر والتكيف الاجتماعي**، الرياض، مركز البحوث، كلية الآداب، جامعة الملك سعود.
- الشثري، عبد العزيز، (٢٠٠٢م)، **وقت الفراغ وشغله في مدينة الرياض**، الرياض، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، عمادة البحث العلمي.
- شرف، ليلى، (١٩٩٧م)، **توافق كبار السن مع الحياة الأسرية والاجتماعية**، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الملك عبدالعزيز، كلية الآداب والعلوم الإنسانية، قسم الاجتماع، جدة.
- شفيق، محمد، (١٩٩٨م)، **البحث العلمي - الخطوات المنهجية لإعداد البحوث الاجتماعية**، الإسكندرية، المكتب الجامعي الحديث.
- الشلال، خالد، (١٩٩٨م)، **تفضيلات الاختيار الزواجي ومعوقاته في المجتمع الكويتي**، حويلات كلية الآداب، الحولية (١٨)، جامعة الكويت، الكويت.
- الشمري، موزي، (٢٠٠٠م)، **أثر العوامل الاجتماعية والاقتصادية والصحية في بعض النشاطات المختلفة لكبار السن**، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الملك سعود، قسم الدراسات الاجتماعية، الرياض.
- عبدالحميد، شاكر، (٢٠٠١م)، **التفضيل الجمالي: دراسة في سيكولوجية التذوق الفني**، الكويت، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب، سلسلة عالم المعرفة.
- عبد الحميد، محمد، (١٩٨٧م)، **العلاقات الأسرية للمسنين وتوافقهم النفسي**، القاهرة، الدار الفنية.
- العبد الواحد، فريدة، (١٩٩٧م)، **اثر العوامل الاجتماعية في التوافق الاجتماعي للمسنات**، الرياض، جامعة الملك سعود، قسم الدراسات الاجتماعية، رسالة ماجستير غير منشورة.

- عبدالعال، سيد، والعرقان، محسن، (١٩٩٦م)، تقويم أندية المسنين، القاهرة، المركز القومي للبحوث الاجتماعية والجنائية.
- عبدالله، معتز، (١٩٨٩م)، الاتجاهات التعصبية، الكويت، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب، سلسلة عالم المعرفة.
- العبيدي، إبراهيم، (١٩٨٩م)، دور النظريات الاجتماعية في أبحاث الشيخوخة، مجلة العصور، المجلد (٤)، الجزء (٢)، دار المريخ للنشر، لندن، ص ص ٦١-٧٣.
- علي، بدر الدين، (١٩٩٠م)، قضاء وقت الفراغ لدى الشباب العربي. الرياض: المركز العربي للدراسات الأمنية والتدريب.
- العيسى، بدر (١٩٩٨)، أهمية العمل التنموي لكبار السن ما لهم وما عليهم، المجلة العربية للعلوم الإنسانية، العدد (٥١)، جامعة الكويت، الكويت، ص ص ٤٠-٥٧.
- الغريب، عبد العزيز، (١٩٩٦م)، المتقاعدون: بعض مشكلاتهم الاجتماعية ودور الخدمة الاجتماعية في مواجهتها، الرياض، مطابع نجد.
- الغريب، عبد العزيز، (٢٠٠٠م)، مرشد المتقاعدين لقضاء وقت الفراغ، مكة المكرمة، جامعة أم القرى.
- الغريب، عبد العزيز، (٢٠٠٥م)، المكانة الاجتماعية للمسنين في ضوء التغيرات الحضارية، الرياض، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، عمادة البحث العلمي.
- الفاضل، خالد، (٢٠٠٤م)، مقياس الرضا عن أنشطة وقت الفراغ: دراسة مقارنة، مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والاجتماعية والإنسانية، العدد (١)، جامعة أم القرى، مكة المكرمة، ص ص ٢٢٠-٢٤٤.
- القطب، إسحق، (١٩٨١م)، مفهوم الترويح ونظرياته في المجتمعات

- العربية المعاصرة، مجلة الدارة، العدد (١)، دار الملك عبدالعزيز، الرياض، ص ص ٥٠-٧٤.
- قناوي، هدى، (١٩٨٧م)، سيكولوجية كبار السن، القاهرة، مركز التنمية البشرية.
- كتبخانه، إسماعيل، (١٩٩٩م)، مشاركة كبار السن في المجتمعات المحلية، البحرين، المكتب التنفيذي لمجلس وزراء العمل والشؤون الاجتماعية.
- المجالي، قبلان، (١٩٩٦م)، الحراك الاجتماعي بين جيلي الأجداد والآباء والتفضيل المهني لدى الأبناء، مجلة مركز البحوث التربوية، العدد (٩)، جامعة قطر، ص ص ٢٠٧-٢٤٣.
- محمد، محمد، (١٩٨٥م)، وقت الفراغ في المجتمع الحديث، بيروت، دار النهضة العربية.
- محمود، رفعت (١٩٩٣ م). سياسات الرعاية الاجتماعية للمسنين، القاهرة: جامعة حلوان، كلية الخدمة الاجتماعية، المؤتمر العلمي السنوي السابع للخدمة الاجتماعية.
- المشهراوي، سميرة، (١٩٩٨م)، الروابط الأسرية وصلتها بمشكلات كبار السن، رسالة ماجستير غير منشورة، قسم الدراسات الاجتماعية، جامعة الملك سعود، الرياض.
- وزارة التخطيط والاقتصاد، (٢٠٠٥م)، الكتاب الإحصائي الثامن والثلاثون، ص ص ٤٩-٦١.

ثانياً - المراجع الأجنبية:

- Atchley, Robert C.(1980), The Social Forces in Pater life, 3 rd ed. Wads worth, Inc. Betmont, California.
- Brightbill, C and Meyer, H. (1960), Recreation, Prentice Hall, Ins.

- Burgio, L, and Burgio, K. (1996), Behavioral gerontology: Application of behavioral methods to the problems of older adults. Journal Applid Behavior Analysis,. Vol. 12(4).
- Dumazeduer, J. (1984), Sociology of Leisure. New York: Collier Macmillan.
- Encyclopadia of the Social Science, (1970), The Macmillan Comp, Nowyork.
- Heribert, Michael. (1997), Adult Education and development, Adult learning a Key for the 21 st Century. HAMBURG 14 - 18 July.p. 27.
- J.A Mangan, (ed). (1983), Physical Education and Sport: Sociological and Cultural perspective, Oxford Blakweol. P. 111.
- Maureen, Storman. (2005), Ageing Health Cas. University of Illinois at Chicago, Chicago.
- Ragheb, M. Griffith, C. (1982), The Contribution of Leisure Participation and Leisure Satisfaction to Life Satisfaction of Older Persons. Journal Leisure Research.14, 4. PP259-265.
- Robert, T, Wood. (1999), Psychological Problems of Aging. John Wiley & Sons.
- Shaun, D. (1993), Retirement: The All-in-one Retirement Planner. London: Chapmans Publishers.
- Tabbara, R. (2002), Demographic of Tenders of Ageing in Arab Countries. ESCW: Beirut, Lebanon.
- Tinsley, H. (1986), Asystem of classifing leisure activities in terms of psychological benefits Journal Gerontology, Vol. 40(2).
- United Nations. (1998), Aging and The Family. New York
- Willaims, L & Domingo. (1993), The Social Status of Women and Men Within Filipino Family, Journal of Marriage and the Family. V (55), PP415-426.
- World Health Organization. (2006), physical activityand Older people. < <http://www.who.int/topics/ageing/ar/> > .