



**Ain Shams University
Faculty of Specific Education
Home Economics Department**

Leisure Time Planning For The Elderly & Its Effect On Life Satisfaction Feeling

Presented by

Elham Nser Shaker Abd El Rhman

**Instructor In Home Economics Department, Faculty Of
Specific Education. Fayoum University**

**Submitted For The (Master Degree)In Home
Economics
(home management) specialization**

Supervisor

Prof. Dr. Waffa Fouad Shalaby Prof. Of Home Management & Vice Dean For Higher Studies& Researches Affaires Facul. Home Economics Helwan Univ.	Prof. Dr. Nadia El Said El Hussein Prof. Of Educational Psychology & Dean For Facul. Specific Ed. Ain Shams Univ.	Prof. Dr. Eveleen Saied Abed Allah Prof. Of Nutrition & Vice Dean For Community Affairs Environmental Development& Higher Studies& Researches Facul. Specific Ed Ain Shams Univ.
--	--	---



2009

جامعة عين شمس
كلية التربية النوعية
قسم الاقتصاد المنزلي

رقم الاستمارة ()

استمارة البيانات العامة

عزيزتى المسنة

عزيزى المسن

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

فيما يلى بعض البيانات التى يهمنى التعرف عليها والرجاء ملء الاستمارة بكل
دقة وعناية مع العلم بأن تلك البيانات تحاط بسرية تامة ولا تستخدم إلا فى أغراض
البحث العلمى.

ولسيادتكم جزيل الشكر والتقدير

الباحثة

- ١- الجنس: ذكر () أنثى ()
٢- السن:
٣- الحالة الاجتماعية:
(أ) متزوج () (ب) أرمل () (ج) مطلق ()
٤- عدد الأبناء:
(أ) ذكور () (ب) إناث ()
٥- مع من تقيم : (أ) بمفردك () (ب) مع آخرين ()

٦- مستوى التعليم

الرجاء وضع علامة (□) أمام الإجابة المناسبة لك:

مستوى التعليم	ضع علامة (□)
يقرأ ويكتب	
حاصل على شهادة محو الأمية	
حاصل على الشهادة الابتدائية	
حاصل على الشهادة الإعدادية	
حاصل على الشهادة الثانوية وما يعادلها	
حاصل على شهادة فوق المتوسط (بعد الثانوية)	
حاصل على الشهادة الجامعية	
حاصل على شهادات عليا (ماجستير - دكتوراه)	

٧- الدخل المالي الكلي شهرياً:
متضمناً صافي إيراد سنوي، صافي أرباح، مكافآت، معاش، فوائد بنكية وشهادات استثمار، مصادر أخرى.

أقل من ٢٠٠ ج	من ٢٠٠ > ٤٠٠ ج	من ٤٠٠ > ٦٠٠ ج	من ٦٠٠ > ٨٠٠ ج	من ٨٠٠ > ١٠٠٠ ج	من ١٠٠٠ > ١٢٠٠ ج	من ١٢٠٠ > ١٥٠٠ ج	من ١٥٠٠ > ٢٠٠٠ ج	من ٢٠٠٠ ج فأكثر

٨- الحالة العامة للصحة:

(أ) ضعيفة (ب) مقبولة (ج) جيدة (د)

٩- أعاني من بعض المشكلات الصحية التالية:

المطلوب وضع علامة (□) أمام المشكلات التي تعاني منها:

(أ) ضعف في السمع (ب) ضعف الإبصار (ج) أمراض القلب (د) تصلب الشرايين (هـ) آلام في الكلى (و) ضغط الدم (ز) آلام روماتيزم (ح) سكر (ط) آلام في القدم وصعوبة في السير (ك) الإمساك (د)

١٠- تحديد كمية الوقت المخصص للاستثمار وقت فراغ المسنين

[١] كم عدد الساعات التي تقضيها مع أفراد أسرته أسبوعياً:

(أ) أقل من ٣ ساعات (ب) من ٣ : ٦ ساعات (ج) من ٦ : ٩ ساعات (د) ٩ ساعات فأكثر (هـ) أكثر من ذلك

[٢] كم عدد المرات التي تزور فيها أبنائك أسبوعياً:

(أ) أكثر من مرة في الأسبوع (ب) مرة في الأسبوع (ج) مرة كل أسبوعين (د) مرة كل ثلاث أسابيع (هـ) كلما أتيحت لديّ الوقت (و) مرة كل شهر فأكثر

[٣] كم عدد الساعات التي تقضيها مع الجيران يومياً:

(أ) أقل من ساعة

(ب) ١ إلى ٢ ساعات

(ج) ٢ إلى ٣ ساعات

(د) ٣ ساعات فأكثر

(هـ) أكثر من ذلك

[٤] كم عدد الساعات التي تقضيها مع الأصدقاء يومياً:

(أ) أقل من ساعة

(ب) ١ إلى ٢ ساعات

(ج) ٢ إلى ٣ ساعات

(د) ٣ ساعات فأكثر

(هـ) أكثر من ذلك

[٥] كم عدد المرات التي تزور فيها أقاربك شهرياً:

- (أ) مرة كل شهر () (ب) ٢ مرة كل شهر ()
(ج) ٣ مرة كل شهر () (د) أكثر من ذلك

[٦] كم عدد الساعات التي تقضيها أمام التلفزيون لمشاهدة البرامج [الثقافية - الدينية - الرياضية - يومياً]

- (أ) أقل من ٢ ساعات () (ب) من ٢ إلى ٤ ساعات ()
(ج) من ٤ إلى ٦ ساعات () (د) ٦ ساعات فأكثر ()
(هـ) أكثر من ذلك

[٧] كم عدد الساعات التي تقضيها في القراءة يومياً

- (أ) أقل من ٢ ساعات () (ب) من ٢ إلى ٤ ساعات ()
(ج) من ٤ إلى ٦ ساعات () (د) ٦ ساعات فأكثر ()
(هـ) أكثر من ذلك

[٨] كم عدد الساعات التي تقضيها في الأنشطة الدينية يومياً

- (أ) أقل من ٢ ساعات () (ب) من ٢ إلى ٤ ساعات ()
(ج) من ٤ إلى ٦ ساعات () (د) ٦ ساعات فأكثر ()
(هـ) أكثر من ذلك

[٩] هل تمارس رياضة ما؟

- (أ) نعم () (ب) لا ()
فإذا كانت الإجابة بنعم فكم عدد الساعات التي تخصصها لممارسة الرياضة يومياً
(أ) أقل من ساعة () (ب) من ١ إلى ٢ ساعة ()
(ج) من ٢ إلى ٣ ساعة () (د) ٣ ساعات فأكثر ()
(هـ) أكثر من ذلك

[١٠] هل تمارس هواية ما؟

- (أ) نعم () (ب) لا ()
فإذا كانت الإجابة بنعم فكم عدد الساعات التي تخصصها لممارسة الهواية يومياً:
(أ) أقل من ١ ساعة () (ب) من ١ إلى ٢ ساعة ()
(ج) من ٢ إلى ٤ ساعة () (د) ٤ ساعات فأكثر ()
(هـ) أكثر من ذلك

أولاً : أسماء السادة المحكمين بقسم إدارة مؤسسات الأسرة والطفولة – كلية الاقتصاد المنزلي
– جامعة حلوان

- أ. د / وفاء فؤاد شلبي أستاذ الإدارة ووكيل كلية الاقتصاد المنزلي للدراسات العليا والبحوث.
أ. م/ عبير محمد أستاذ مساعد بقسم إدارة مؤسسات الأسرة والطفولة كلية الاقتصاد المنزلي- جامعة حلوان.
د/ إيناس ماهر بدير مدرس بقسم إدارة مؤسسات الأسرة والطفولة كلية الاقتصاد المنزلي- جامعة حلوان.
د/ رشا عبد العاطي مدرس بقسم إدارة مؤسسات الأسرة والطفولة كلية الاقتصاد المنزلي- جامعة حلوان.

ثانياً : أساتذة كلية التربية النوعية – جامعة عين شمس

- أ. د / نادية السيد أستاذ علم النفس وعميد كلية التربية النوعية – جامعة عين شمس الحسيني
أ. د/ إيفيلين سعيد عبد الله أستاذ التغذية وعلوم الأطعمة وكيل كلية التربية النوعية لشئون البيئة وخدمة المجتمع .
د/ لمياء محمد الإمبابي مدرس إدارة المنزل- كلية التربية النوعية – جامعة عين شمس.

ثالثاً: أساتذة كلية الخدمة الاجتماعية - جامعة الفيوم.

- أ. د / زينب معوض علي أستاذ بقسم مجالات الخدمة الاجتماعية - ووكيل الكلية لشئون التعليم والطلاب- كلية الخدمة الاجتماعية – جامعة الفيوم.
أ. م/ سهير ميهوب مدرس علم النفس – كلية الخدمة الاجتماعية – جامعة الفيوم.
د/ مصطفى قاسم مدرس علم النفس – كلية الخدمة الاجتماعية – جامعة الفيوم.

رابعاً : أساتذة كلية التربية النوعية – قسم إدارة منزل – جامعة الفيوم.

- أ. د / وفاء خليل مدرس إدارة المنزل – كلية التربية النوعية – جامعة الفيوم.

مدرس إدارة المنزل – كلية التربية النوعية – جامعة الفيوم.

أ. م/ عفاف عزت
رفلة

الفصل الأول مدخل إلى البحث

- مقدمة :

يمر الإنسان في حياته بمراحل عديدة فهي إرادة الله تبارك وتعالى، يخلق الإنسان ليعبر رحلة الحياة من خلال هذه المراحل، ومرحلة كبر السن واحدة من هذه المراحل وفيها يحتل المسنون منزلة رفيعة المستوى، داخل المجتمع المصري، نظراً لما قدموه من إسهامات كثيرة على مدى عمرهم في خدمة أسرهم ومجتمعهم تواصلوا مع من سبقهم من أبنائهم وأجدادهم ودفعوا بالحياة المثمرة إلى الأجيال القادمة، وجاء الوقت الذي يجب أن يجنوا فيه ثمار هذا الجهد وهذا العطاء (نهلة إبراهيم، ٢٠٠٣)، وتعتبر مرحلة كبر السن مرحلة هامة ومؤثرة في حياة الإنسان، وقد زاد الاهتمام بها دولياً وخاصة في العصر الحديث، عصر التقدم الطبي والصحي والاقتصادي الذي ساهم في العناية بالبيشيرية والحد من الأمراض والأوبئة ما ترتب عليه توقع زيادة متوسط عمر الفرد وبالتالي تزايد أعداد المسنين (هيفاء المبريك، ١٩٩٩).

وهذا يتفق مع الإحصاءات في مصر التي تشير إلى التزايد المستمر في أعداد المسنين في الفئة العمرية من ٦٠ عاماً فيما فوق حيث ارتفع عدد المسنين من ٢ مليون مسن عام ١٩٧٠ م إلى ٣,٠٢ مليون مسن عام ١٩٨٣ م أي بعد ١٣ عاماً ليصل إلى ٤,٢٤ مليون مسن في عام ٢٠٠٠ ومن المتوقع أن يصل عددهم إلى ١١,٠٢٥ مليون مسن في عام ٢٠٢٥ (نازك عبد الغنى، ٢٠٠١).

لذلك تعد دراسة المسنين من الموضوعات المثارة حديثاً على الساحة العلمية، والتي تحتاج إلى تضافر جهود العاملين في مختلف التخصصات العلمية لفهم الأبعاد المتعددة والمتنوعة لمثل هذه الأبحاث التي باتت تحتل مكاناً بارزاً واهتماماً متزايداً في الدراسات الطبية والاجتماعية والاقتصادية (يسري دعبس، ٢٠٠٢).

كما ترجع أهمية مرحلة كبر السن إلى جانبين أساسيين الأول: الجانب الإنساني باعتبار المسن إنسان له حق الحياة الكريمة مهما تعرض له من ضعف أو نقص فالمسنين هم أبنائنا وأجدادنا. والجانب الآخر هو الجانب التنموي الذي يحرص على تجميع الطاقات البشرية باعتبارها وسيلة وغاية في برامج التنمية

الشاملة (سهير حسن، ٢٠٠٠) كما أنهم يمثلون رصيذاً كبيراً من الخبرات المتراكمة والتجارب الحياتية والمهنية التي تكونت خلال عشرات السنين، وهم أيضاً حلقة الوصل بين الماضي والمستقبل (عبد اللطيف خليفة، ١٩٩٧).

ويؤكد ذلك صدور قرار الأمم المتحدة لسنة ١٩٩٢ باعتبار اليوم الأول من أكتوبر من كل عام يوماً دولياً للمسنين، وإعلان هيئة الأمم المتحدة أن تكون سنة ١٩٩٩ عاماً دولياً لهم (وزارة الشؤون الاجتماعية، ٢٠٠٠).

فمرحلة الشيخوخة هي المرحلة الثالثة من العمر حيث تلي مرحلة الطفولة والرشد وغالباً ما ترتبط بسن التقاعد (عبد العزيز الغريب، ١٩٩٥) فسن التقاعد لا يمكن أن يقاس بالسن أو التغيرات الفسيولوجية فقط، وإنما لابد من أخذ العوامل النفسية والاجتماعية في الاعتبار، كما أنها ليست مرتبطة بالعمر الزمني أو الوظيفي بل تختلف حسب الفرد نفسه (راشد أبا الخيل، ١٩٩١).

لذلك أصبحت الشيخوخة قضية هامة تثير الاهتمام للكشف عن احتياجات المسنين الحياتية ومشكلاتهم ومعرفة ماذا تعني الشيخوخة بالنسبة لهم. (منى أبو شنب، ٢٠٠٤).

و تعد مشكلة وقت الفراغ من المشكلات الهامة فهي لا تقل أهمية بأية صورة من الصور عن مشكلات العمل التي تجابه المجتمعات النامية والمجتمعات الصناعية (إحسان الحسن، ٢٠٠٥).

بل إنها محور أساسي لكافة المشكلات التي يعاني منها المسن سواء (نفسية- اقتصادية- اجتماعية) فالمسنون يعانون من وجود وقت فراغ كبير مقرون بخبرة محدودة في التخطيط لاستثماره بالإضافة إلى ما يواجهونه من عدم النفع الاقتصادي والشعور بعدم النفع والعزلة (سيد إبراهيم، ١٩٩٧). كما ترى (نهلة إبراهيم، ٢٠٠٣) أن ما يزيد من حدة هذه المشكلة أن كبار السن سيئ الظن بوقت الفراغ فهم يعتقدون أن العمل هو أهم شيء في الحياة وأن كل النجاحات والإنجازات ترتبط بالعمل وأن وجود وقت الفراغ لديهم يعنى أنهم أصبحوا عديمي القيمة في المجتمع. وذلك لعدم وجود فكرة لديهم عن تخطيط وقت الفراغ أو كيفية استثماره (تهاني عبد السلام، ٢٠٠١).

لذلك يعد تخطيط الوقت واستثماره من الأمور الضرورية للفرد حيث انه إذا ما توصل إلى المبادئ الأساسية لإدارة الوقت وحسن استثماره وحاول تطبيق هذه الأمور عملياً فإن ذلك يزيد من فرص تحقيق الأهداف و بالتالي الشعور

بالرضا و إذا أهمل إدارة الوقت و أساء استثماره فإنه لا يستطيع القيام بواجباته مما يترتب عله الشعور الدائم بضغط الوقت و عدم الشعور بالرضا عن الحياة
(عبد الرحمن هلال، نادية الحسيني، ٢٠٠٠)

و من ثم لابد أن يكون استثمار وقت الفراغ بصورة ايجابية تشبع احتياجاتهم و رغباتهم وذلك من خلال تقوية العلاقات الأسرية والاجتماعية وممارسة العديد من الأنشطة (الترويحية – الدينية- الثقافية- الرياضية- الإنتاجية- الاجتماعية) مما يوفر الفرص الممكنة التي من خلالها يستطيع المسن أن يعزز مكانته في المجتمع و يحقق ذاته، ومن هنا يحيا المسن حياة ايجابية مليئة بالأمل والإشراق.

- مشكلة البحث:

ثمة حقيقة علمية تؤكد على أنه رغم وجود فئة كبار السن ضمن التركيب الديموجرافي لمختلف المجتمعات الإنسانية إلا أن اهتمام المجتمع العالمي بأحوالهم الاجتماعية والاقتصادية وغيرها- لم يبرز هذا القدر من الاهتمام إلا في العقود الثلاثة الأخيرة من القرن الحالي (سيد عبد العال، ١٩٩٨)

وتؤكد ذلك سهير حسن (٢٠٠٠) في أن المسنون يواجهون العديد من المشكلات نتيجة لفقدان العمل كما أنهم يعيشون تحت مظلة مناخ اجتماعي قد يكون مليء بالتوترات والاضطرابات في العلاقات بين المسنين وبين المجتمع الذي يعيشون فيه، مما قد يؤدي إلى الهروب والانسحاب من هذا المجتمع.

ففي مرحلة الشيخوخة يواجه المسنين العديد من المشكلات فهم قد يشعروا بالضياح بالإضافة إلى شعورهم بأنهم فقدوا هويتهم وهذا يعني فقدان مكانتهم في المجتمع وفقدان كرامتهم. هذا فضلاً عن أن الشخص المسن لا يعرف ماذا يفعل بوقت فراغه الطويل الذي كان يقضي من قبل في العمل وبالتالي يعاني من الضجر والملل (إيناس خليفة، ٢٠٠٨).

و تتفاقم هذه المشكلة إذا أضيف لها مشكلات المسنين النفسية والصحية والاقتصادية والاجتماعية وهي التي من الواجب التغلب عليها لأنها تؤثر على أهدافه في الحياة واحتياجاته ومدى تكيفه مع وضعه الراهن ومن ثم رضاه عن نفسه (حسن الحسيني، ١٩٨٩).

وتؤكد دراسة عبد المعز عبد الرحمن وآخرون (١٩٧٤) أن أهم المشكلات التي تواجه المسنين هي (المرض- انخفاض المستوى الاقتصادي-

وقت الفراغ) فالشخص المسن لا يعرف ماذا يفعل بوقت فراغه الطويل الذي كان يقضيه من قبل في العمل.

لذلك لا يمكن اعتبار وقت الفراغ في الوقت الحاضر من المسائل الثانوية غير المهمة ولا يمكن التقليل من أهميته بأية صورة من الصور ولا يمكن إهماله وعدم التخطيط له بغية استثماره والاستفادة منه عن طريق المشاركة في أنشطة وقت الفراغ الجيدة والمثمرة (إحسان الحسن، ٢٠٠٥).

فقد أوضحت دراسة **تهاني عبد السلام (١٩٨١)** وشامل ضياء الدين (٢٠٠٠) على أن المسنين يقسموا قضاء وقت الفراغ ما بين (المشي - سماع الراديو - القراءة - الحفلات).

كما أكدت دراسة **محمد رشاد، محمد سعيد (١٩٩٩)** أن المسنين يتعرضوا لمجموعة من المشكلات التي تتمثل في المشكلات الصحية والنفسية والاجتماعية، استثمار وقت الفراغ، عدم إشباع الحاجات المتصلة بتأدية الوظائف الاجتماعية.

وقد أشار **هاتش (Hatch, ١٩٩٢)** أن بعض المسنين يتسمون بالاتجاهات السلبية نحو التقاعد بسبب سوء الحالة الاقتصادية ويؤدي ذلك إلى ظهور المشكلات الاجتماعية ومشكلات استثمار وقت الفراغ لديهم.

وقد أشارت دراسة مدحت فؤاد (١٩٩٢) أن مشكلة وقت الفراغ لدى المسنين نتيجة فقدان مكانته في العمل وعدم الارتباط بعمل جديد مع تقلص منظومة المكانة - وكذلك الخبرة المحددة في استثماره من جانب المسن أو الدولة وأكدت دراسة **جايل وآخرون (Griffin, et al., 1998)** و**جارسيا وآخرون (Garcia, et al., 2004)** على أن المشاركة في أنشطة وقت الفراغ تزيد مستواهم حول ما يتعلق بالشعور بالرضا عن الحياة.

وأشارت دراسة **على الديب (١٩٨٨)** أن الذكور والإناث من المسنين الذين يزاولون العمل بعد سن الستين أكثر رضا عن الحياة من اللذين توقفوا عن مزاولة العمل بسبب الإحالة إلى المعاش.

وترى **سهير حسن (٢٠٠٠)** أنه نتيجة للظروف التي يمر بها الفرد المسن لابد من النظر لهذه المرحلة العمرية باعتبارها مرحلة طبيعية من مراحل الحياة لا يمكن أن يتفادها بما فيها من احتياجات ومشكلات.

لذلك تعالت الصيحات بضرورة إعطاء هذه الفئة من السكان حقها في الرعاية والتقدير ومزيداً من الاهتمام العالمي بالمسنين. (هشام عاطف، ٢٠٠٣)
ومن هنا نشأت فكرة البحث التي تساهم في معرفة أثر تخطيط وقت الفراغ للمسنين وأثره على الشعور بالرضا عن الحياة. ومن هنا تحدد المشكلة في الإجابة على التساؤلات الآتية:

- ما هي الأهمية النسبية للمحاور والأنشطة التي يمارسها المسنين؟
- ما أوجه الفروق بين المسنين عينة البحث في محاور مقياس تخطيط وقت الفراغ (العلاقات الأسرية- العلاقات الاجتماعية- الأنشطة الثقافية- الأنشطة الدينية- الأنشطة الاجتماعية- الأنشطة الإنتاجية- الأنشطة الترويحية- الأنشطة الرياضية) تبعاً لبعض المتغيرات الديموجرافية (الجنس- الحالة الاجتماعية- الدخل)؟

- ما أوجه الفروق بين المسنين عينة البحث في أبعاد مقياس الرضا عن الحياة (السعادة- السلوك الاجتماعي- الاستقرار النفسي- الطمأنينة- تقدير الذات- القناعة) تبعاً لبعض المتغيرات الديموجرافية (الجنس- الحالة الاجتماعية- الدخل)؟

- ما طبيعة العلاقة بين محاور مقياس تخطيط وقت الفراغ و متغيرات البحث (السن - المستوى التعليمي- الدخل- عدد الأبناء- مع من يقيم المسن - الحالة الصحية)؟

- ما طبيعة العلاقة بين أبعاد مقياس الرضا عن الحياة و متغيرات البحث (السن- المستوى التعليمي- الدخل- عدد الأبناء- مع من يقيم المسن - الحالة الصحية)؟

- ما طبيعة العلاقة بين محاور مقياس تخطيط وقت الفراغ و أبعاد مقياس الرضا عن الحياة؟

- أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على أثر تخطيط وقت الفراغ للمسنين على الشعور بالرضا عن الحياة وذلك من خلال:

١- التعرف على الأهمية النسبية للمحاور والأنشطة التي يمارسها المسنين؟

٢- توضيح الفروق بين المسنين عينة البحث في محاور مقياس تخطيط وقت الفراغ تبعاً لبعض المتغيرات الديموجرافية (الجنس- الحالة الاجتماعية- الدخل).

٣-توضيح الفروق بين المسنين عينة البحث في أبعاد مقياس الرضا عن الحياة تبعاً لبعض المتغيرات الديموجرافية (الجنس- الحالة الاجتماعية- الدخل).

٤- التعرف على طبيعة العلاقة بين محاور مقياس تخطيط وقت الفراغ ومتغيرات البحث (السن- الجنس- الحالة الاجتماعية- المستوى التعليمي- الدخل- عدد الأبناء- مع من يقيم المسن- الحالة الصحية) لدى المسنين عينة البحث

٥- التعرف على طبيعة العلاقة بين محاور مقياس الرضا عن الحياة و متغيرات البحث (السن - الجنس- الحالة الاجتماعية- المستوى التعليمي- الدخل-مكان السكن-عدد الأبناء- مع من يقيم المسن - الحالة الصحية) لدى المسنين عينة البحث.

٦- التعرف على طبيعة العلاقة بين محاور مقياس تخطيط وقت الفراغ و أبعاد مقياس الرضا عن الحياة.
- أهمية البحث:

ترجع أهمية البحث الحالي في:

١- إلقاء الضوء على المسنين والمشكلات التي تواجههم حيث تناقص هذا الاهتمام حالياً، نظراً لما تواجهه المجتمعات اليوم وما تتوقعه غداً من ارتفاع متزايد في أعداد المسنين لدرجة يصعب إهمالها لذلك فإنه يجب الاهتمام بالبحث في هذه الشريحة الخاصة بالمسنين.

٢- إلقاء الضوء على الأنشطة التي يمكن من خلالها استثمار وقت الفراغ استثماراً جيداً ويمكن من خلالها أيضاً الاستفادة من طاقاتهم وخبراتهم كمورد بشري.

٣- الاهتمام بالمسنين والتعرف على مشكلاتهم هو اتجاه إنساني في المقام الأول. فقد أكدت كافة الأديان السماوية على ضرورة رعاية كبار السن وضرورة الوقوف بجانبهم.

٤- التعرف على طبيعة المشكلات التي يواجهها المسنون تجعل صناع القرار يهتمون بتوفير البرامج التي تعمل على مواجهة تلك المشكلات وإشباع الاحتياجات المتعددة للمسنين على أسس علمية سليمة وتوعيتهم بها.

٥- أصبحت رعاية المسنين ومواجهة مشكلاتهم هو الأسلوب العلمي ذو العائد الاجتماعي والاقتصادي الذي يؤثر على عملية التنمية الشاملة وذلك من خلال الاستفادة من قدراتهم وخبراتهم كمورد بشري هام في المجتمع.

٦- التأكيد على أهمية دور الاقتصاد المنزلي في التوعية بوقت الفراغ للمسنين وكيفية التخطيط الجيد لاستثماره.

٧- ابتكار حلول عملية للتخطيط لاستثمار وقت الفراغ للمسنين وذلك من خلال كتيب إرشادي.

- فروض البحث:

يفترض البحث الحالي ما يلي:

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

٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المسنين عينة البحث في محاور مقياس تخطيط وقت الفراغ تبعاً للمتغيرات الديموجرافية.

١/٢ تبعاً للجنس.

٢/٢ تبعاً للحالة الاجتماعية.

٣/٢ تبعاً لمتوسط الدخل الشهري.

٣- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المسنين عينة البحث في أبعاد مقياس الرضا عن الحياة تبعاً للمتغيرات الديموجرافية.

١/٣ تبعاً للجنس.

٢/٣ تبعاً للحالة الاجتماعية.

٢/٣ تبعاً لمتوسط الدخل الشهري.

٤- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين محاور مقياس الرضا عن الحياة ومتغيرات البحث لدى المسنين عينة البحث

٥- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين محاور مقياس تخطيط وقت الفراغ ومتغيرات البحث لدى المسنين عينة البحث.

٦- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين محاور مقياس تخطيط وقت الفراغ وأبعاد مقياس الرضا عن الحياة لدى المسنين عينة البحث.

- منهج البحث:

يتبع هذا البحث المنهج الوصفي واسلوب التحليل.

ويعني المنهج الوصفي التحليلي بتحديد الظروف والعلاقات التي توجد بين الوقائع، ولا يقتصر المنهج الوصفي على جمع البيانات وتبويبها بل يتعدى ذلك إلى تفسير هذه البيانات والحصول على معلومات دقيقة عن الأوضاع القائمة من خلال دراسة مسحية لوصف طبيعة المشكلة وتحديد معايير البحث (فؤاد أبو حطب وآمال صادق، ١٩٩١)

- حدود البحث:

يتحدد هذا البحث على النحو التالي:

أولاً : عينة البحث:

أ- عينة البحث الاستطلاعية:

وقوامها (٣٠) من المسنين مقسمة إلى (١٥) مسن و (١٥) مسنة من مستويات اجتماعية واقتصادية مختلفة.

ب- عينة البحث الأساسية:

وقوامها (١٩٣) من المسنين تتراوح أعمارهم من (٦٠ - ٧٥) سنة. من مستويات اجتماعية واقتصادية مختلفة من (حضر) محافظة الفيوم.

ثانياً: أدوات البحث:

اشتملت أدوات البحث على ما يلي:

١- استمارة البيانات الخاصة بالمسنين وتشتمل على: (إعداد الباحثة)
أ (بيانات عن المسن (الجنس- الحالة الاجتماعية - عدد الأبناء- مستوى التعليم- الدخل- الحالة الصحية).

ب) بيانات عن الوقت المخصص (لزيارة الأبناء، للقراءة، لمشاهدة التلفزيون، الأنشطة الدينية).

٢- مقياس تخطيط وقت الفراغ ويشمل المحاور الآتية (وقت العلاقات الأسرية، وقت العلاقات الاجتماعية، وقت الأنشطة "الثقافية، الدينية، الرياضية، الاجتماعية، الترويحية، الإنتاجية"). (إعداد الباحثة)

٣- مقياس الرضا عن الحياة ويشمل الأبعاد الآتية (السعادة، الطمأنينة، السلوك الاجتماعي، الاستقرار النفسي، القناعة، تقدير الذات). (إعداد الباحثة)

- الخطوات الإجرائية للبحث