جامــعة واســط
مجلـــــة كليـــــة التربيـــة

العـدد الحادي والأربعون
الجزء الثالث/تشرين الثاني/٢٠٢٠

مفهوم الذات لدى المسنين المتقاعدين وغير المتقاعدين

م.د. مؤيد حامد جاسم الجُميلي
مركز أبحاث الطفولة والأمومة / جامعة ديالى

الملخص

تهدف الدراسة الحالية إلى مقارنة مستوى مفهوم الذات لدى المسنين المتقاعدين واقرأنهم غير المتقاعدين في مدينة بعقوبة ، كما هدفت الى التعرف على دلالة الفروق في مفهوم الذات لدى المسنين المتقاعدين تبعا لمتغير الجنس (ذكور، اناث)، وتكونت عينة الدراسة من (١٠٠) مسن متقاعد وغير متقاعد بواقع (٥٠) ذكور و(٥٠) إناث، واستخدم الباحث مقياس مها البربري لقياس مفهوم الذات لدى المتقاعدين ، وتوصلت الدراسة الى ان هناك فروق ذات دلالة احصائية في مفهوم الذات بين المسنين المتقاعدين وغير المتقاعدين ولصالح غير المتقاعدين ، وتوصلت الدراسة ايضا الى وجود فروق ذات دلالة احصائية في مفهوم الذات بين المسنين المتقاعدين الذكور والمسنات المتقاعدات الاناث ولصالح الذكور .

Self-concept in retired and non-retired elderly

Dr. Muayad .H. Al-jumaiali
muayadaljumaili@gmail.com

Abstract

The current study aims at comparing the level of self-concept among the retired elderly and their non-retired in Baquba city, The study also aimed to identify the differences in the self-concept of the retired elderly according to gender (male, female), The study sample consisted of (100) retirees and non-retirees aged (50) males and (50) females, The researcher used the (Maha Al-barbarie) measure to measure the self-concept of retirees, The study found that elderly non-retirees have a higher self-concept than retirees, The study also found that retired elderly males have a higher self-concept than older female retirees.

Keywords: Self-concept, retired, elderly

مشكلة البحث

يُعد التقاعد واحد من الأحداث الهامة في مجرى حياة الأسرة عموماً والمتقاعد خصوصاً به تتغير أو تتوقف أنماط حياتية واجتماعية وفكرية ونفسية واقتصادية اعتاد عليها المتقاعد لفترات طويلة والموائمة لعملية التقاعد ليست سهلة، فالكثيرين يعتقدون قبل بلوغهم مرحلة التقاعد أنها ستكون مرحلة رائعة للتخلص من روتين العمل اليومي وفجأة يجدون أنفسهم في كثير من الأحيان يواجهون العديد من المشاكل النفسية والاجتماعية والاقتصادية.

وقد يكون للتقاعد أثرا سيئاً على حياة المتقاعد وذلك لما ينطوي عليه من تغيير في الدور أو المكانة ، وبالتالي فان الانتقال من العمل وما يتصل به من مكانة وادوار إلى التقاعد قد ينشأ عنه بعض المشكلات النفسية (حسن، ٢٠١١، ١٢١) ، ومن أهم هذه المشكلات هو إحساسهم بأنهم غير مرغوب فيهم ولا فائدة منهم ، واعتقادهم بان مرحلة التقاعد هي نهاية الحياة والامتناع عن مزاولة أي نشاط ، والتحول إلى صفر أو قيمة سالبة تأخذ ولا تعطي تضر ولا تنفع (البربري ، ب ت ، ٢) ، بالإضافة إلى الشعور بالحزن واليأس وضعف التوافق الشخصي والاجتماعي نظراً لعدم إشباعهم دوافع العمل لديهم وانخفاض المستوى الاقتصادي للأسرة ، وزيادة وقت الفراغ وشعورهم بعدم اهتمام المجتمع بهم (اسعد، ١٩٧٧، ٤١)، ويرى ميلر (Miller) إن التقاعد هو أزمة هوية (Identity Crisis) ، وقد تؤدي هذه الأزمة إلى شعور المتقاعد بالتدني في احترامه لذاته وتقديرها مما يجعله يحجم عن المشاركة الاجتماعية بالإضافة إلى ضعف شعوره بالالتزام نحو أدواره الاجتماعية الأخرى (سماعنة، ٢٠٠٨، ١٨) ، وكل هذه تعد من العوامل الموثرة في مفهوم الذات لدى الفرد ، فالأشخاص الذين لديهم مفهوم ذات منخفض لا يرون قيمة أو أهمية في أنفسهم ويعتقدون أن الآخرين لا يقبلونهم ويشعرون بالعجز (أبو جادو، ٢٠٠٢، ١٥٢) .

فالبحث في مفهوم الذات يساعد على تقييم جوانب الفرد الشخصية والاجتماعية والمهنية فمفهوم الذات الإيجابي لدى المتقاعد سيجعله بشكل عام اجتماعياً ، ومستقراً عاطفياً ، ويواجه الحياة بثقة ويدرك نفسه بواقعية ، ويعتقد بأنه جدير بالاحترام والتقدير، ويثق بصحة أفكاره .

أهمية البحث

تتجلى أهمية البحث الحالي في مرحلة التقاعد وأثرها في شخصية المتقاعد واستقراره الانفعالي والاجتماعي، إذ تعد هذه المرحلة احد المراحل المهمة التي يمر بها الإنسان ، بل أنها في نظر البعض ثاني أزمة يمر بها الإنسان بعد مرحلة المراهقة لما للعمل من أهمية كبرى في حياة الفرد تتعدى الأهمية المادية باعتبار إن العمل هو المكانة والمركز الاجتماعي والقيمة الذاتية الأولى في

حياة الفرد (الغريب، ١٩٩٨، ١٨٠)، فالزيادة في إعداد هذه الفئة من المتقاعدين يتطلب الاهتمام بها بشكل اكبر، فالثروة البشرية هي أهم أنواع الثروات الموجودة في أي مكان ولذا فالدراسة العلمية النفسية للكبار والمتقاعدين تهدف إلى معرفة الإمكانات البشرية والطاقات الكامنة لتوجيهها لخير المجتمع ولخير النوع الإنساني كله فكما يحتاج المجتمع إلى سواعد الشباب وقوتهم يحتاج أيضاً إلى عقل وفكر المتقاعدين وذوي الخبرة وبذلك يستطيع المجتمع أن ينمو ويزدهر (الميلادي،٢٠٠٢،٦٥) فالمتقاعدين ثروات وكنوز مليئة بالخبرات والتجارب العملية قد اكتسبوها في أعوام عديدة ، فالوطن بحاجة لعقولهم لأنهم خدموا الوطن وأناور عقول الشباب بالعلم والخبرات والعمل ، وليس من المعقول أن تترك هذه الشموع المتوهجة ولا تستغل تلك الكنوز والخبرات ، ويحرم الوطن من إبداعاتهم وخبراتهم لذلك ينبغي الاهتمام بتلك الفئة من المتقاعدين والحرص على التواصل معهم واستثمار خبراتهم وعلمهم وتفعيلها في هذه الحياة ، (سماعنة ، ٢٠٠٨ ، ٨)

وعليه فأن أهمية البحث الحالي تتبلور في النقاط الآتية :-
قلة الدراسات التي تناولت هذا الموضوع وندرتها في البيئة العراقية .

تطرقه لمفهوم الذات لدى شريحة مهمة من شرائح المجتمع وهي شريحة المتقاعدين ، وتأثيره في عملية التوافق النفسي والاجتماعي وتقبل الذات ، ومساعدتهم على التكيف مع الواقع الجديد .
يمكن للمتخصصين الاستفادة من النتائج التي يتم التوصل أليها في التخطيط ومساعدتهم في وضع الخطط المناسبة لدعم أوضاع المتقاعدين .

أن النتائج وما تتوصل إليه هذه الدراسة من مقترحات يمكن أن تثير بحوثاً نظرية وميدانية تعمق الموضوع وتعزز أسس المعرفة في هذا الميدان .

أهداف البحث

يهدف البحث الحالي إلى مقارنة مستوى مفهوم الذات لدى المسنين المتقاعدين واقرأنهم غير المتقاعدين في مدينة بعقوبة ، ومن الهدف أعلاه اشتقت الفرضيات الصفرية الآتية :

١. لا توجد فروق ذات دلالة معنوية عند مستوى (٠,٠٥) في متوسطات درجات مفهوم الذات بين المسنين المتقاعدين (ذكور ، إناث) والمسنين غير المتقاعدين (ذكور ، إناث) .
٢. لا توجد فروق ذات دلالة معنوية عند مستوى (٠,٠٥) في متوسط درجات مفهوم الذات بين المسنين المتقاعدين (ذكور ، إناث) .

حدودالبحث : يتحدد البحث الحالي بالمسنين المتقاعدين في مدينة بعقوبة واقرأنهم من العاملين في المؤسسات الحكومية في مدينة بعقوبة .

تحديد المصطلحات

أولاً : مفهوم الذات Self-Concept

١ . تعريف زهران ١٩٨٩

هو تكوين معرفي منظم ومتعلم للمدركات الشعورية والتصورات والتقويمات الخاصة بالذات يبلوره الفرد ويعتبره تعريفاً نفسياً لذاته (زهران ، ١٩٨٩ ، ٨٣) .

٢ . تعريف سمارة وأخرون ١٩٩٣

هو الطريقة التي ينظر بها الفرد الى نفسه ، ويكون تفكيره وشعوره غالباً متسقاً ومنسجماً مع مفهومه عن ذاته ، وهو مجموعة من القيم والاتجاهات والاحكام التي يملكها الانسان عن سلوكه وقدراته وجسمه وجدارته كشخص ، وهو مفهوم متعلم مكتسب يتكون لدى الفرد من خلال تفاعله مع بيئته (سمارة واخرون ، ١٩٩٣ ، ١٩١) نقلاً عن القطناني ٢٠١١ .

٣. تعريف كوبرسميث وفيلدمان (Coppersmith and Feldman,1974)

هو تلك الاعتقادات والافتراضات التي يحملها الفرد عن نفسه كما تفهم وتنتظم من الداخل والتي تتضمن أفكار الفرد عن أي نوع من الأشخاص هو وماهية الخصائص التي يمتلكها ، والسمات الأكثر أهمية وتأثيراً في نظره (Coppersmith & Feldman , 1974 , 199) .

ويعرف إجرائيا بأنه الدرجة التي يحصل عليها المجيب من خلال إجابته على مقياس مفهوم الذات ، إذ تعد الدرجة العالية التي يحصل عليها المجيب مفهوماً ايجابياً للذات ، أما الدرجة المنخفضة فتمثل مفهوماً سلبياً للذات .

ثانياً : التقاعد Retirement

تعريف (Atchley , 1976)

هو انقطاع الشخص عن أداء وظيفة ما ظل يؤديها حتى سن التقاعد ، ولكن ذلك لا يعني أن الشخص أصبح غير قادر على العمل تماماً (Atchley , 1976 , 5 - 6) .

ثالثاَ : الشخص المتقاعد Retired Man

تعريف خليفة ١٩٩٧

هو كل من ترك وظيفته ، سواً كان إجبارياً بسبب بلوغه سن التقاعد أو اختيارياً بسبب ظروفه الصحية (خليفة ، ١٩٩٧ ، ١٩) .

أما ريتشارد ولفينسون وبترسون : فقد عرفوا الشخص المتقاعد من خلال تقسيمهم لأنماط المتقاعدين إلى خمسة أنماط وهي على النحو الأتي :-

١.**النمط الناضج** : وفيه يقع هؤلاء الذين يقبلون التقاعد بسهولة دون الندم على ما فات ، كما إن بإمكانهم إقامة علاقات جديدة ومهام جديدة تشغل حياتهم .

٢ .**أصحاب المقعد الهزاز**: وهم الذين يرحبون بالتقاعد كمرحلة للاسترخاء والتأمل والتمتع السلبي بالعمر.

٣. **أصحاب الدروع :** هم الذين يتبعون أسلوب حياة مفعم بالنشاط لكي يدافعوا به ضد قلق التقدم بالعمر .

٤. **الغاضبون** : هم الذين لا يستطيعون مواجهة فكرة التقدم في العمر ويلومون الآخرين عن فشلهم في تحقيق اهداف حياتهم .

٥. **كارهو أنفسهم:** هم الأشخاص الذين يلومون أنفسهم عن كل فشل لحق بهم ، وغالباً مايفشل أصحاب النمطين الأخيرين في مواجهة أزمة التقاعد والتغلب عليها(البربري ، ب ت ،٢٠)

الاطار النظري

مفهوم الذات:

يعتبر مفهوم الذات من الموضوعات التي اختلف علماء النفس حوله قديماً وحديثاً ، سواً كان هذا الاختلاف في عملية تمييزه عن المفاهيم الأخرى مثل تقدير الذات ، أو تقرير الذات ، أو توكيد الذات ، أو الإدراك الذاتي ، أو تداخله مع مصطلحات أخرى مثل الأنا والنفس والروح.

والمتتبع للخلفية التاريخية لتطور مفهوم الذات يجد انه يعود إلى عصر الفلاسفة الإغريق كأفلاطون وأرسطو الذين تداولوا مفهوم الذات كهوية أو تفرد ، مروراً بديكارت الذي يراه كجوهر مدرك إلى الجدل الفلسفي بين مفكري عصر النهضة وعلى رأسهم هيوم ، والذين حاولوا التمييز بين الحواس ومدركاتها العقلية كالتفكير وصولاً إلى المنهج العلمي الذي تبناه جيمس في تفسير مفهوم الذات والذي

صنفها في أربعة مستويات أو نطاقات منظمة في بناء هرمي يمثل: الذات الجسمانية والذات الاجتماعية و الذات المادية والذات الروحية (الجُميلي ، ٢٠٠٨ ، ٢٣-٢٤) .

أما النظرة المعاصرة لمفهوم الذات فقد تشكلت تاريخياً في أربعة مصادر متميزة هي : علم نفس النمو (إريكسون) والمذهب التفاعلي الرمزي (كولي وميد) و علم النفس الظاهراتي (روجرز) وعلم النفس التجريبي (مارش وشافلسون) (Rayner , 2001, 26) .

فروجرز (Rogers,1951) ينظر إلى الذات كمصطلح يمثل تلك العمليات النفسية التي تتحكم في سلوكاتنا مع التركيز على أهمية النظر إلى الكائن كشخص أو ككل متكامل ، أما كوبرسميث وفيلدمان (Coppersmith & Feldman,1974) فيعتقدان بأن مفهوم الذات يتكون من تلك الاعتقادات والافتراضات التي يحملها الفرد عن نفسه كما تفهم وتنتظم من الداخل والتي تتضمن أفكار الفرد عن أي نوع من الأشخاص هو وماهية الخصائص التي يمتلكها ، والسمات الأكثر أهمية وتأثيراً في نظره (Coppersmith & Feldman,1974 ,199) . أما فهمي (١٩٧٦) فيشاطرهما وإلى حد كبير الرؤية في أن الذات تتكون من مجموع إدراكات الفرد لنفسه وتقييمه لها، فهي من وجهة نظره بناء مكون من خبرات إدراكية وانفعالية تدور حول الفرد باعتباره مصدر الخبرة والسلوك (فهمي ، ١٩٧٦ ، ٤٩) .

ويرى روجرز (Rogers) بأن كل فرد لديه حاجة لتقدير ذاته على نحو موجب، حيث أن مفهوم الذات الإيجابي لدى الفرد يقوده إلى حالة من الرضاء والتوافق النفسي والاجتماعي والشعور بالاطمئنان ، ويبين روجرز أن بإمكان الفرد معرفة مفهوم الذات لديه من خلال مقدار التطابق بين الذات المثالية والذات الواقعية فإذا كان مفهومه لذاته متقارباً بما يطمح أن يكون عليه سيكون تقديره لذاته عالياً (شلتز ، ١٩٨٣ ، ص٢٧٠) ، ويعتبر مفهوم الذات من المفاهيم متعددة الأبعاد ، حيث يعتبر ركناً أساسيا وحجر الزاوية في بنا الشخصية ، ويشكل مفهوم الذات للفرد أهمية خاصة لفهم ديناميات الشخصية والتوافق النفسي ، وعليه يمكن تعريف مفهوم الذات على انه " الوعي بكينونة الفرد " وتنمو الذات وتنفصل تدريجياً عن المجال الإدراكي وتتكون بنية الذات كنتيجة للتفاعل مع البيئة ، وتشمل الذات المدركة ، والذات الاجتماعية ، والذات المثالية ، وقد تمتص قيم الآخرين ، وتسعى للتوافق والثبات ، وتنمو نتيجة للنضج والتعلم (زهران ، ٢٠٠٠ ، ٣٦٧) .

من هنا فإن مفهوم الفرد عن ذاته ينمو نتيجة تفاعله مع البيئة الاجتماعية ، وبالتالي فهذا المفهوم من وجهة نظر روجرز هو المسؤول عن سلوك الفرد حيث أن الخبرات التي تتطابق مع مفهوم الذات

والمعايير الاجتماعية تؤدي إلى الارتياح والتوافق النفسي فيما تشكل تلك الخبرات التي تتعارض مع المعايير الاجتماعية ومفهوم الذات تهديداً يؤدي إلى سوء التوافق (دويدار، ١٩٩٩، ص٣٤) .

انواع مفهوم الذات : هناك نوعان لمفهوم الذات تحدث عنها العلماء والباحثون وهما :-

١ . **مفهوم الذات الايجابي** : إن معرفة الفرد لذاته بشكل جيد وتقبله لهذه الذات والتعايش معها وفهمها ، يلعب دوراً هاماً بأن يتمتع الفرد بالصحة النفسية والتوافق النفسي ، وهي أيضا عامل أساسي في توافق الشخصية ، وتقبلنا لذاتنا يعتمد بشكل جوهري على تقبل الآخرين لنا ونظرتهم لنا أيضاً .

٢ . **مفهوم الذات السلبي** : إن تصرفات الفرد وأساليبه في الحياة والتي تعتبر خروجاً عن اللياقة والذكاء الاجتماعي ، وتعبير الفرد عن نفسه أو الآخرين بشكل سلبي ، ينتج عن تكوين الفرد لمفهوم سلبي عن ذاته ، واعتماده على نظرة الآخرين السلبية له لسبب أو لأخر ، يعتبر مفهوم سلبي للذات أو عدم تقدير لها (القطناني ، ٢٠١١ ، ٣٥) .

التقاعد Retirement

التقاعد بمعناه اللغوي هو تخلي الفرد أو قعوده عن العمل ، أما اجتماعياً فهو حقيقة يتوصل إليها كل فرد عامل حين يصل إلى مرحلة عمرية معينة يحددها المجتمع والمؤسسات ويتقبل دوراً اقتصادياً واجتماعياً وثانوياً ، فالحكم بالتقاعد يفرض على المتقاعدين القيام بأدوار تختلف عما كانوا يؤدونه في المجتمع من قبل ، كما أنها تمثل من ناحية أخرى ظاهرة اجتماعية تتمثل في موقف المجتمع من الفرد حين يصل إلى سن التقاعد عن العمل وما يترتب على ذلك من عدم قيامه بممارسة الكثير من أوجه النشاط اليومي التي اعتاد أن يشارك فيها لسنوات طويلة .

أما رسمياً فيتحدد سن التقاعد بالتشريعات والقوانين التي تصدرها الدول ، وفي العراق فإن سن التقاعد هو (٦٣) سنة ، وإذا ما تجاوزنا شرط العمر فإن للتقاعد شرطاً أخر هو الإصابة بحالة من العجز الجسمي أو العقلي أو الإصابة بمرض ، وهذا الشرط ضروري لمن يتقاعد لأسباب صحية ، وعلى هذا فهناك نوعان من التقاعد الأول هو التقاعد الإجباري حيث يشعر المتقاعدون من هذا النوع إنهم طردوا من أعمالهم لا لسبب إلا لبلوغهم السن القانوني ، أما النوع الثاني فهو التقاعد الاختياري والذي يطلب فيه المتقاعدون من هذا النوع الحصول على التقاعد قبل وصولهم السن القانوني (حسن ، ٢٠١١ ، ١١٩) .

نظريات التقاعد

أولاً : نظرية الانسحاب أو فك الارتباط Disengagement Theory

هي نظرية قدمها كل من كنج وهنري (Caneng & Henry ,1961) وتقوم على افتراض مواده إن الأفراد حينما يصلوا إلى مرحلة التقاعد فإنهم يبدؤون تدريجياً في الانسحاب من السياق الاجتماعي وتناقص الأنشطة التي كانوا يقومون بها من قبل ، وذلك نتيجة لنقص عمليات التفاعل بين المتقاعد والآخرين من أفراد المجتمع داخل النسق الاجتماعي الذي ينتمي أليه ، ووفقاً لهذه النظرية فأن التقاعد الإجباري عند سن معين يعد تحديداً من قبل المجتمع الذي يتوقع من المتقاعدين فيه أن تضعف روابطهم الاجتماعية ، وفي ضوء هذه النظرية فإن مظاهر التغيرات المصاحبة للتقدم في العمر تتمثل في ثلاثة جوانب هي :

١. تناقص معدل تفاعل الفرد كلما تقدم في العمر.
٢. حدوث تغيرات كمية وكيفية في أسلوب ونمط التفاعل بين الفرد والآخرين .
٣. تغير في شخصية الفرد ، حيث ينتقل المتقاعد من الاهتمام بالآخرين إلى الاستغراق والاهتمام بذاته .

وتختلف عملية الانسحاب من مجتمع لأخر ، ومن ثقافة لأخرى ، كما تختلف شكلاً ومضموناً لدى المتقاعدين الذين يشغلون وظائف مختلفة ، فمن أوجه النقد التي وجهت إلى هذه النظرية إنها لا تنطبق على الأفراد الذين يعملون أعمالا تتصل بالأدب أو الفن أو التدريس الجامعي .

وفي ضوء هذه الانتقادات عدلت كنج (Caneng) من هذه النظرية ، وأشارت إلى إن الرضا عن الحياة يرتبط بنظرة الفرد لمرحلة التقاعد ، وهل يفضل المتقاعد ممارسة الأنشطة بشكل ايجابي أم انه يرغب في العزلة والانسحاب من المجتمع . (خليفة ، ١٩٩٧ ، ٣٦) .

ثانياً : نظرية النشاط Activity Theory

تفترض هذه النظرية انه لكي يحدث التوافق بشكل فعال مع فقدان عمل أو وظيفة فانه يجب على الفرد أن يجد بديلاً لتلك الأهداف الشخصية التي كان ذلك العمل يقوم بتحقيقها ، وان ينمي اهتماماته ويواصل نشاطاته بما يساعد على رفع روحه المعنوية .

ويعتبر(فريدمان وهافجرست وميلر) مؤسسي هذه النظرية ، وقد ركز كل من (فريدمان وهافجرست) على أهمية الأنشطة البديلة في حالة فقد المتقاعد لوظيفته، وعمله والتي يمكن من خلالها شغل وقت

فراغه وإعادة توافقه، كما ركز (ميلر) على الأنشطة البديلة التي تمثل مصدراً جديداً للدخل، إذن فالأنشطة البديلة التي يقوم بها الشخص بعد التقاعد تحقق له هدفين :

الأول : أنه يجد البديل عن العمل المفتقد .

الثاني : أنها تعتبر مصدراً جديداً للدخل الذي تناقص بعد التقاعد عن العمل .

وعلى عكس نظرية الانسحاب فان نظرية النشاط ترى إن الرضا لدى كبار السن إنما يتوقف على اندماج الفرد في المجتمع وعلى تلك الإسهامات التي يظل يضيفها وعلى شعوره بأنه مازال نافعاً ومطلوباً ، فقيام المتقاعد ببعض الأنشطة يعتبر امراً ضرورياً لزيادة رضا المتقاعد عن الحياة وقناعته بها فاتجاهات المتقاعدين نحو التقاعد كما يرى هافجريست تنقسم إلى قسمين :-

الأول: هم الأشخاص الذين يمكنهم التغيير من نمط حياتهم بعد التقاعد ويطلق عليهم(Transformers) عن طريق خلق أنماط جديدة من الأنشطة والأعمال لقضاء وقت الفراغ .

الثاني: وهم الأشخاص الذين يرغبون الاستمرار في نفس أعمالهم السابقة ويطلق عليهم(Maintainers)

ويؤخذ على هذه النظرية أنها لا تلائم إلا نسبة قليلة من المتقاعدين ولا تفسر إلا نسبة ضئيلة مما يعانيه المسنون ، فالأفراد الذين كانوا مشغولين بدرجة كبيرة في عملهم فبل التقاعد ولم يكن لديهم الوقت الكافي لممارسة وتنمية بعض الأنشطة أو المهارات لن يجدوا مكاناً في هذه النظرية (صيام ، ٢٠١٠ ، ٣٨) .

ثالثاً : النظرية التبادلية Exchange Theory

ومبدءا التبادل هو المحور الرئيس الذي تدور حوله النظرية ، فبقدر ما يأخذ الفرد يجب أن يعطي، ويرتقي هذا المفهوم على المستوى الجسمي ، من هذا يتضح أن هذه النظرية تفترض أن كل فرد يعاني من تعامله مع الآخرين يبذل جهده ليحدد الحد الأقصى من المنفعة بأقل تكلفة ممكنة وانطلاقاً من هذا المبداء فان المتقاعدين لا يملكون ما يساومون به مقابل رعايتهم وتقديرهم ما عدا ما قدموه لأبنائهم من رعاية منذ الولادة حتى أصبحوا في سن الرجولة وهكذا يعتبرونه ديناً على أبنائهم عليهم سداده ، ولهذا فان جميع أنواع التفاعل الاجتماعي يمكن تحليلها وفق ما تحتويه من عمليات التبادل ، وبالرغم من القوة التي تتميز بها هذه النظرية ، إلا إن الاختلاف في وجهات النظر فيها يعد ربحاً أو خسارة يسبب الكثير من الصعوبات في وجه منظور التبادلية ، وهذا يسود جميع أنواع السلوك الإنساني (سماعنة ، ٢٠٠٨ ، ٣١ – ٣٢) .

رابعاً : نظرية الشخصية Personality Theory

يرى أنصار هذه النظرية إن التوافق مع التقدم في العمر يرتبط بنمط وسمات شخصية الفرد وينظرون إلى التغيرات المصاحبة للتقدم في العمر على إنها تتجه للتفاعل بين التغيرات الاجتماعية الخارجية ، والتغيرات البيولوجية الداخلية ، وطبقاً لهذه النظرية فان الأفراد ذوي الشخصيات المتكاملة يمكنهم الأداء بشكل أفضل ، وذلك لان لديهم درجة مرتفعة من القدرات المعرفية ، والانا الدفاعية ودرجة عالية من التحكم في الذات ، والمرونة ، والنضج ، والخبرة ، والتفتح ، وفي مقابل ذلك يوجد الأفراد ذوو الشخصيات غير المتكاملة ، وهم الأفراد الذين لديهم إعاقات في الوظائف السيكولوجية ويفتقدون القدرة على التحكم في انفعالاتهم ، كما إن هناك تدهوراً في قدراتهم ، ويرى البعض إن هؤلاء الأشخاص الذين تتسم شخصياتهم بالتكامل ليس بالضرورة أن يكونوا متكاملين اجتماعياً في قيامهم بأدوارهم وفي علاقاتهم الاجتماعية ، ومع ذلك فأن لديهم درجة عالية من الرضا عن الحياة ، ويؤكد نيوجرتين (Neugarten , 1977) على أهمية الشخصية بمختلف سماتها كمتغير مستقل يساعدنا على وصف أنماط المتقاعدين ، والتنبؤ بالعلاقات بين مستوى فاعلية الدور الاجتماعي والرضا عن الحياة (خليفة ،١٩٩٧ ، ٣٨) .

خامساً : نظرية الأزمة Crisis Theory

تؤكد هذه النظرية على أهمية الدور المهني بالنسبة للفرد داخل المجتمع ، فقيام الشخص المتقاعد بعمل ما يُعد في غاية الأهمية بالنسبة له ، حيث يكسبه الدور المهني هويته ، ويمكنه من وضع نفسه في علاقات مع الآخرين ، ويساعده على التوافق النفسي والاجتماعي .

ويرى أنصار هذه النظرية إن التقاعد يمثل أزمة بالنسبة للمتقاعدين وخاصة هؤلاء الأشخاص الذين يعطون للعمل أهمية كبيرة ويعيرونه قيمة في حياتهم (خليفة ، ١٩٩٧ ، ٣٧) .

وقد انقسم الباحثون إزاء هذه النظرية إلى فريقين :-

الفريق الأول: يرى ممثلوه إن فقدان الفرد لعمله وتغير أدواره بعد إحالته للتقاعد يؤثر في نظرته لنفسه وفي علاقاته مع أسرته والمجتمع الذي يعيش فيه .

الفريق الثاني: وينظر أصحابه إلى التقاعد على انه ليس العامل الوحيد والاهم في عدم رضا المتقاعد عن نفسه وعن حياته ، فتأثير التقاعد يتوقف على عدة عوامل ، منها المستوى الاقتصادي والاجتماعي وأهمية العمل بالنسبة للفرد والحالة الصحية (عبد الحميد ، ١٩٨، ٥٦) .

سادساً : النظرية الاستمرارية Continuity Theory

نظرية الاستمرارية تفترض أن المتقاعد يحاول بأقصى جهده أن يتكيف مع مرحلة التقاعد من خلال إعطاء وقت اكبر للأدوار التي يزاولها قبل التقاعد عوضاً عن مزاولة ادوار جديدة ، وتستشهد هذه النظرية على النتائج التي تشير إلى إن المتقاعدين يحاولون أن يتمسكوا بأنماط حياتهم التي درجوا عليها ، كذلك فان الكثير منهم يحاولون أن يجعلوا حياتهم خلال مرحلة التقاعد مشابهة إلى حد كبير لحياتهم قبل فترة التقاعد (سماعنة ، ٢٠٠٨ ، ٣٢) .

دراسات سابقة

١: دراسة برتي Perty , 1975

هدفت الدراسة إلى التعرف اثر التقاعد الإرادي والإجباري على الثبات الانفعالي وتصور الذات لدى المتقاعدين، وطبقت الدراسة على عينة مكونة (١٤٠) متقاعداً بدار المسنين تتراوح أعمارهم مابين ٦٧، ٧٠ عاماً وكانت الأداة المستخدمة في ذلك استبيان يشمل الإحساس بالفائدة ، الثبات الانفعالي، العلاقات الشخصية وتوصل الباحث إلى إن المتقاعدين اختيارياً أكثر إشباعا انفعالياً وإدراكاً بايجابية ذواتهم من المتقاعدين إجبارياً (البربري ، ب ت ، ٩١) .

٢: دراسة رمضان ١٩٨٤

هدفت الدراسة التعرف على اثر صراع الدور في مفهوم الذات لدى المتقاعدين وتكونت عينة الدراسة من مجموعتين الأولى تضم ٢٦ فرداً لم يواصلوا العمل بعد التقاعد ، والمجموعة الثانية تضم ١٣ فرداً واصلو العمل بعد التقاعد ، واستخدمت الباحثة مقياس صراع الدور ومقياس مفهوم الذات لدى المتقاعدين من إعداد الباحثة ، وقد افترضت الباحثة إن صراع الدور الذي يعيشه المتقاعد في تلك المرحلة العمرية له أثره على مفهومه نحو ذاته سواً بالايجابية أو السلبية ، وكانت من نتائج تلك الدراسة إن التقاعد يؤدي إلى تقليص مفهوم الذات الواقعية في جوانبها المختلفة لدى المتقاعد (رمضان ، ١٩٨٤) .

٣ : دراسة محمد ١٩٩٠

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين التوافق النفسي ومفهوم الذات لدى المتقاعدين من شريحة المدرسين العاملين في قطاع التربية والتعليم ، وتكونت عينة الدراسة من (٦٤) متقاعد جميعهم من الذكور ، وقد قسمت العينة الى مجموعتين الاولى تضم (٣٢) متقاعد مرتفعي التوفق النفسي والمجموعة الثانية تضم (٣٢) متقاعد منخفضي التوافق النفسي ، وتوصلت الدراسة الى وجود

علاقة سالبة بين التوافق النفسي لدى المتقاعدين واتجاهاتهم نحو الشيخوخة ، كما توصلت الدراسة الى وجود فروق ذات دلالة احصائية لصالح المتقاعدين مرتفعي التوافق النفسي ، ووجود علاقة ارتباطية بين مفهوم الذات والتوافق النفسي (محمد ، ١٩٩٠) .

٤ : دراسة الغريب ١٩٩٥

هدفت الدراسة التعرف على بعض المشكلات الاجتماعية لدى المتقاعدين ودور الخدمة الاجتماعية في مواجهتها ، وقد استخدم الباحث لهذه الدراسة نمط الدراسة الوصفية ، وتكونت العينة من جميع المتقاعدين في منطقة الرياض ، وبلغ عددهم (١٦.٢١٦) متقاعد ، وكان من أبرز نتائج الدراسة معاناة المتقاعدون من العديد من المشكلات الناجمة عن التقاعد ، وقد جاءت المشكلات الاقتصادية في المرتبة الرابعة ، بعد المشكلات النفسية والاجتماعية والأسرية ، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة وثيقة بين الشعور بالعزلة الاجتماعية والعمل بعد التقاعد(الغريب ، ١٩٩٥) .

٥ : دراسة راشد ٢٠٠٤

استهدفت الدراسة تحديد أهم المشكلات المترتبة على التقاعد لكل من المتقاعدين والمتقاعدات ، والتعرف علي أوجه الاختلاف بين مشكلات المتقاعدين والمتقاعدات الناتجة عن التقاعد ، وتصميم تصور مقترح من منظور خدمة الفرد لمواجهة هذه المشكلات والدراسة وصفية تحليلية ، طبقت علي (١٠٠) من الأعضاء المتقاعدين المترددين علي نادي الأمل للمسنين بالجيزة ، وتوصلت الدراسة إلى عدة نتائج أهمها وجود عدة مشكلات مرتبطة بالتقاعد كالمشكلات النفسية ، العلاقات الاجتماعية ، المشكلات الاقتصادية ، وشغل أوقات الفراغ ، كما أظهرت النتائج إن مشكلات المتقاعدات أكثر حدة من المتقاعدين بالنسبة للمشكلات الاقتصادية والمشكلات الصحية ، كما توصلت الدراسة إلي نموذج مقترح من منظور خدمة الفرد لمواجهة مشكلات التقاعد (راشد ، ٢٠٠٤) .

٦: دراسة علاء الدين ٢٠٠٤

هدفت الدراسة التعرف على التوافق النفسي مع حدث التقاعد لدى كبار السن الاردنيين العاملين وغير العاملين من كلا الجنسين ، وتكونت عينة الدراسة من (١٠٠) فرد (٦٠) ذكور و(٤٠) اناث وطبق الباحث مقياس التوافق النفسي للكبار اعداد سامية قطان ، وتوصلت الدراسة الى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المتقاعدين العاملين والمتقاعدين وغير العاملين لصالح العاملين ، ولم

تشير النتائج الى وجود فروق دالة في التوافق بين المتقاعدين الذكور العاملين وغير العاملين والمتقاعدات الاناث العاملات وغير العاملات (علاء الدين ، ٢٠٠٤) .

إجراءات البحث

مجتمع البحث:

تألف مجتمع البحث من المتقاعدين من الخدمة في مدينة بعقوبة والبالغ عددهم (٢٠٣٦) *. باستثناء متقاعدي وزارة الدفاع والداخلية .

عينة البحث:

تم اختيار عينة قصدية مكونة من (٥٠) متقاعد (٢٥) ذكور و(٢٥) إناث ، كما تم اختيار عينة عشوائية مماثلة لهم من المسنين غير المتقاعدين الذين تنحصر أعمارهم مابين ٥٥ – ٦٠ سنة لإغراض المقارنة مكونة من (٥٠) مسن (٢٥) ذكور (٢٥) إناث .

أداة البحث:

تبنى الباحث مقياس مها البربري (ب ت) لقياس مفهوم الذات لدى النساء المتقاعدات ، وذلك لصلاحيته للتطبيق على المتقاعدين ، فهو يقيس مفهوم الذات بإبعاده الثلاثة مفهوم الذات الانفعالي ، ومفهوم الذات الجسمي ، ومفهوم الذات العقلي ، أي إن المقياس يقيس الذات بجوانبها المختلفة ، ويتكون من (٤٥) عبارة تقيس مفهوم الذات بإبعاده الثلاثة (الانفعالية ، الجسمية ، العقلية) ، وكل عبارة من عبارات المقياس تعبر عن إحدى الصفات وهذه الصفات وزعت بطريقة عشوائية على المقياس الذي بطريقة وأسلوب ليكرت في بناء المقياس ، ويصحح المقياس بان يطلب من المفحوص قراءة كل صفة جيداً ثم يعطي لنفسه درجة من عشرة لكل صفة كما يراهـــا
في نفسه الآن ، ومنذ عشر سنوات ، إي إن المفحوص يعطي لنفسه درجتان لكل صفة ألان وتعبر عن (الذات الواقعية) ، ومنذ عشر سنوات وتعبر عن (الذات السابقة) وحاصل طـــرح

*** تم الحصول على البيانات من الهيئة العامة للتقاعد فرع ديالى بموجب كتاب تسهيل المهمة الصادر من مركز أبحاث الطفولة والأمومة / جامعة ديالى المرقم ١٨٩ في ٢٣ / ٦ / ٢٠١٣ .**

الذات الواقعية والسابقة تعبر عن مدى التغير في مفهوم الذات بإبعاده الثلاثة ، فالمقياس يقيس متغيرين أساسين :-

الذات الواقعية : أي كيفية إدراك المتقاعد لذاته في الوقت الحاضر .

الذات السابقة : إي إدراك المتقاعد لذاته في وقت سابق أي إثناء الخدمة .

وقامت الباحثة (مها البربري) باستخراج الصدق بطريقة التحليل العاملي ، أما الثبات فتم حسابه بطريقة التجزئة النصفية وقد بلغ (٧٢ ،٠) .

أما في الدراسة الحالية فقد قام الباحث باستخراج الصدق الظاهري وذلك من خلال عرضه على مجموعة من المحكمين في التربية وعلم النفس * وحازت جميع الفقرات على اتفاق المحكمين مع إجراء بعض التعديلات من الناحية اللغوية لكي تلائم البيئة العراقية ، أما الثبات فقد تم استخراجه بطريقة التجزئة النصفية وقد بلغ (٠،٨٢) بعد التصحيح بمعادلة سبيرمان براون بلغ الثبات (٠،٩٠) إذ إن معامل الثبات الذي يساوي أو يزيد عن (٠،٧٠) يعد مقبولاً في مقاييس الشخصية والميول والاتجاهات (فرج ، ١٩٨١، ١٢٩) ، وبعد الإجراءات التي قام بها الباحث أصبح مقياس مفهوم الذات مكوناً من (٤٥) فقرة موزعة على ثلاثة أبعاد هي (مفهوم الذات الانفعالية) و (مفهوم الذات الجسمية) و(مفهوم الذات العقلية).

عرض النتائج ومناقشتها

١. لاختبار صحة الفرضية الأولى التي تنص على عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية عند مستوى (٠,٠٥) في متوسطات درجات مفهوم الذات بين المسنين المتقاعدين(ذكور، إناث) والمسنين غير المتقاعدين (ذكور ، إناث) ، تم استخدام الاختبار التائي t-test لعينتين مستقلتين لإيجاد الفروق بين المجموعتين وكما موضح في جدول (١) .

١ . أ.د. بشرى عناد مبارك	كلية التربية الأساسية	جامعة ديالى
٢ . أ.د. عدنان محمود المهداوي	كلية التربية للعلوم الإنسانية	جامعة ديالى
٣. أ.د. فاضل جبار جودة	كلية التربية للعلوم الصرفة / ابن الهيثم	جامعة بغداد
٤. أ.د. ناجي محمود النواب	كلية التربية للعلوم الصرفة / ابن الهيثم	جامعة بغداد
٥. أ.م.د. فرات امين مجيد	مركز ابحاث الطفولة والامومة	جامعة ديالى

جدول (١)

نتائج الاختبار التائي بين متوسط درجات مفهوم الذات لدى إفراد المجموعتين المسنين المتقاعدين واقرأنهم غير المتقاعدين (ذكور ، إناث)

المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
المتقاعدين (ذكور ، إناث)	٥٠	٥٢,٧٧	٣,١٠٥	٩٨	٣,٨٢١	١,٩٨	٠,٠٥
غير المتقاعدين (ذكور ، إناث)	٥٠	٥٦,٦٦	٣,٥٤				

من الجدول أعلاه يتضح إن الفرق ذو دلالة إحصائية لصالح مجموعة المسنين غير المتقاعدين ، وهذا يعني إن العاملين المستمرين في الخدمة يشعرون بمفهوم ذات ايجابي بدرجة أعلى من المتقاعدين ، وقد يعود ذلك إلى الدور والمكانة التي يشعر بها المسنين المستمرين في الخدمة فهم يشعرون بالزهو والفخر بأنهم مازال لديهم القدرة على العطاء والانجاز ولديهم الكثير ليقدموه ، من هنا فإن مفهوم الفرد عن ذاته ينمو نتيجة تفاعله مع البيئة الاجتماعية ، وبالتالي فهذا المفهوم من وجهة نظر روجرز(Rogers) هو المسؤول عن سلوك الفرد ، حيث أن الخبرات التي تتطابق مع مفهوم الذات والمعايير الاجتماعية تؤدي إلى الارتياح والتوافق النفسي فيما تشكل تلك الخبرات التي تتعارض مع المعايير الاجتماعية ومفهوم الذات تهديداً يؤدي إلى سوء التوافق (دويدار ، ١٩٩٩ ، ص٣٤) .

وبالمقابل فإن مرحلة التقاعد وأثرها على حياة المتقاعد وما ينطوي عليها من تغيير في الدور أو المكانة أدت إلى شعورهم بمفهوم ذات سلبي ، وبحسب نظرية الانسحاب وفك الارتباط في فإن الأفراد حينما يصلوا إلى مرحلة التقاعد فإنهم يبدؤون تدريجياً في الانسحاب من السياق الاجتماعي وتناقص الأنشطة التي كانوا يقومون بها من قبل ، وذلك نتيجة لنقص عمليات التفاعل بين المتقاعد والآخرين من أفراد المجتمع داخل النسق الاجتماعي الذي ينتمي أليه ، ووفقاً لهذه النظرية فأن التقاعد الإجباري عند سن معين يعد تحديداً من قبل المجتمع الذي يتوقع من المتقاعدين فيه أن تضعف روابطهم الاجتماعية ، فالانتقال من العمل وما يتصل به من مكانة وادوار إلى التقاعد قد ينشأ عنه بعض المشكلات النفسية ، ومن أهم هذه المشكلات هو إحساسهم بأنهم غير مرغوب فيهم ولا فائدة

منهم، واعتقادهم بان مرحلة التقاعد هي نهاية الحياة والامتناع عن مزاولة أي نشاط ، والتحول إلى صفر أو قيمة سالبة تأخذ ولا تعطي تضر ولا تنفع بالإضافة إلى الشعور بالحزن واليأس وضعف التوافق الشخصي والاجتماعي نظراً لعدم إشباع دوافع العمل لديهم وانخفاض المستوى الاقتصادي للأسرة ، وزيادة وقت الفراغ وشعورهم بعدم اهتمام المجتمع بهم (اسعد ، ١٩٧٧ ، ٤١) ، ويرى ميلر (Miller) إن التقاعد هو أزمة هوية (Identity Crisis) ، وقد تؤدي هذه الأزمة إلى شعور المتقاعد بالتدني في احترامه لذاته وتقديرها مما يجعله يحجم عن المشاركة الاجتماعية بالإضافة إلى ضعف شعوره بالالتزام نحو أدواره الاجتماعية الأخرى وكل هذه تعد من العوامل المؤثرة في مفهوم الذات لدى الفرد .

٢. لاختبار صحة الفرضية الثانية التي تنص على عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية عند مستوى (٠,٠٥) في متوسطات درجات مفهوم الذات بين المسنين المتقاعدين (ذكور، إناث) ، تم استخدام الاختبار التائي t-test لعينتين مستقلتين لإيجاد الفروق بين المجموعتين وكما موضح في جدول (٢) .

جدول (٢)

نتائج الاختبار التائي بين متوسط درجات مفهوم الذات لدى الأفراد المسنين المتقاعدين (ذكور ، إناث)

المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
ذكور	٢٥	٢٩٢,٨٨	٣٤,٧٨	٤٨	٣,٠٣	١,٩٨	٠,٠٥
إناث	٢٥	٢٦٧,٠٥	٣٥,٦٦				

هذا يعني أن مفهوم الذات لدى الذكور أعلى من الإناث وقد يعود ذلك لخصوصية المجتمع الذي يعطي الذكور دور أكبر من الإناث في تحمل المسؤولية وتنمية الشعور بالذات من خلال إتاحة الفرصة لهم للتعبير عن أرائهم ، فضلاً عن إن الذكور يتعرضون لخبرات قد تساعد في شعورهم بمفهوم عال للذات ، وأنهم يتلقون الكثير من المعززات التي تسهم في رفع مفهوم الذات لديهم ، فالمكانة الاجتماعية التي يوليها المجتمع للذكور من الأسباب التي تؤدي إلى تقدير الذكور لأنفسهم

بشكل أعلى مما تفعل الإناث ، فالمرأة قد تدرك أن دورها أقل أهمية ومكانة من دور الرجل في مجتمعنا ، كما تدرك نظرة المجتمع وتقديره لدورها فتقبل هذا التقدير ، ويصبح تقديرها لذاتها متأثراً بنظرة المجتمع وتقديره لها .

التوصيات

١. ضرورة قيام الموسسات والدوائر التي خدم فيها المتقاعدين بدعمهم معنوياً ، تقديراً للجهود القيمة التي قدموها للوطن وتخصيص يوم يحتفل فيه ، إذ لاحظ الباحث إن اغلب المتقاعدين منزعجين من دوائرهم التي خدموا فيها من عدم ذكرهم والسؤال عنهم .
٢. على وزارة العمل والشوؤن الاجتماعية إنشاء منتديات اجتماعية للمتقاعدين لقضاء وقت الفراغ إذ أن بعض المتقاعدين يشعرون بالفراغ والملل ،إذ لاحظ الباحث عدم وجود نوادي اجتماعية أو ثقافية تعنى بشريحة المسنين والمتقاعدين بوجه خاص .
٣. امكانية استفادة الموسسات الحكومية والقطاع الخاص من خبرات المتقاعدين لتدريب وتطوير الكوادر الشبابية كلاً حسب اختصاصه ، مع الأخذ بعين الاعتبار رغبة المتقاعد ودرجة كفايته .
٤. على وزارة المالية و دائرة التقاعد العامة إعادة النظر في رواتب المتقاعدين لتتناسب مع تكاليف المعيشة واحتياجات أسرهم ، إذ إن أغلب المتقاعدين ليس لديهم دخل آخر سوى راتب التقاعد.
٥. على وزارة العمل والشؤون الاجتماعية مساعدة المتقاعدين على التخطيط السليم والمبكر لمواجهة مرحلة التقاعد، وذلك من خلال تقديم المحاضرات والندوات وتوزيع النشرات والكتيبات التي تساعدهم على مواجهة الصعوبات النفسية والصحية والاقتصادية والاجتماعية التي تواجههم.

المقترحات

١. إجراء دراسة عن صراع الدور لدى المتقاعدين .
٢. إجراء دراسة عن التوافق النفسي والاجتماعي والمساندة الاجتماعية لدى المتقاعدين .
٣. إجراء دراسة عن اثر مرحلة التقاعد على بعض المتغيرات النفسية لدى المتقاعدين مثل (القلق ، الاكتئاب ، الشعور بالوحدة النفسية) .

المصادر

- أبو جادو ، صالح محمد علي ، (٢٠٠٢): **سيكولوجية التنشئة الاجتماعية** ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، ط٣ ، عمان .
- أسعد ، يوسف ، (١٩٧٧) : **رعاية الشيخوخة** ، مكتبة غريب ، القاهرة .
- البربري ، مها محمد عبد الرؤوف ، (ب ت) : **الوحدة النفسية وعلاقتها ببعض متغيرات الشخصية لدى المسنين** ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الآداب جامعة طنطا .
- الجُميلي ، مؤيد حامد جاسم ، (٢٠٠٨) : **تقدير الذات لدى المدرسين وعلاقته باتجاهاتهم نحو الطلبة** ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة ديالى .
- حسن ، مرح مؤيد ، (٢٠١١) : الحياة الاجتماعية لما بعد التقاعد دراسة ميدانية عن المتقاعدين في مدينة الموصل ، **مجلة دراسات الموصل** ، العدد ٢ .
- خليفة ، عبد اللطيف محمد ، (١٩٩٧) : **دراسات في سيكولوجية المسنين** ، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع ، القاهرة .
- الدسوقي ، محمد أحمد ، (١٩٨٨) : مركز التحكم وعلاقته بمفهوم الذات لدى أعضاء هيئة التدريس بالجامعة ومعلمي المرحلة الثانوية العامة (دراسة مقارنة)) ، **مجلة الملك عبد العزيز للعلوم التربوية** ، المجلد ١ ، الرياض .
- دويدار ، عبد الفتاح (١٩٩٩) : **سيكولوجية العلاقة بين مفهوم الذات والاتجاهات . الإسكندرية** ، دار المعرفة الجامعية .
- راشد ، عفاف راشد عبد الرحمن ، (٢٠٠٤) : دراسة تحليلية مقارنة لمشكلات المتقاعدين والمتقاعدات ونموذج مقترح من منظور خدمة الفرد لمواجهتها ، **مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الإنسانية** ، العدد السابع ، الجزء الثاني .
- رمضان ، مرفت عبد الحليم (١٩٨٤) : **صراع الدور لدى المسنين وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية والاجتماعية** ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية للبنات ، جامعة عين شمس .
- زهران ، حامد عبد السلام ، (١٩٨٩) : **التوجيه والإرشاد النفسي** ، منشورات جامعة دمشق .

- ـــــــــــ ، (٢٠٠٠) : **علم النفس الاجتماعي** ، عالم الكتب .

- سماعنة ، بيان عبد الرحمن ، (٢٠٠٨) : **اتجاه معلمي الدارس الثانوية الحكومية في محافظات شمال الضفة – فلسطين نحو التقاعد المبكر واثر بعض المتغيرات عليه** ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الدراسات العليا ، جامعة النجاح الوطنية .

- شلتز ، دوران ، (١٩٨٣) : **نظريات الشخصية** ، ترجمة حمد دلي الكربولي وعبد الرحمن القيسي ، مطبعة جامعة بغداد .

- صيام ، صفا عيسى ، (٢٠١٠) : **سمات الشخصية وعلاقتها بالتوافق النفسي للمسنين في محافظات غزة** ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية جامعة الأزهر ، غزة .

- عبد الحميد ، محمد ، (١٩٨٧) : **العلاقات الأسرية للمسنين وتوافقهم النفسي** ، الفنية للطباعة والنشر ، الإسكندرية .

- علاء الدين ، جهاد ، (٢٠٠٤) : التوافق النفسي للمتقاعدين من كبار السن الأردنيين العاملين وغير العاملين من كلا الجنسين ، **مؤتة للبحوث والدراسات** ، المجلد ١٩ ، العدد ٧

- الغريب ، عبد العزيز علي ، (١٩٩٥) : **المتقاعدون : بعض مشكلاتهم الاجتماعية ودور الخدمة الاجتماعية في مواجهتها دراسة علمية لمشكلات المتقاعدين في منطقة الرياض** ، رسالة ماجستير غير منشورة . جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية ، الرياض .

- ـــــــــــ ، (١٩٩٨) : مصلحة معاشات التقاعد كمؤسسة لممارسة مهنة الخدمة الاجتماعية ، **مجلة التعاون السنة الثالثة عشر** ، العدد ٤٨ .

- فرج ، صفوت ، (١٩٨٠): **(القياس النفسي)** ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- فهمي ، مصطفى (١٩٧٦) : **الصحة النفسية** . دراسات في سيكولوجية التكيف. القاهرة . مكتبة الخانجي .

- القطناني ، علاء سمير موسى (٢٠١١) : **الحاجات النفسية ومفهوم الذات وعلاقتها بمستوى الطموح لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة في ضوء نظرية محددات الذات** ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة الأزهر ، غزة .
- محمد ، محمد (١٩٩٠) : دراسة لبعض المتغيرات المرتبطة بالتوافق النفسي لدى المسنين ، **مجلة علم النفس** ، المجلد الرابع ، العدد ١٦ .

- الميلادي ، عبد المنعم (٢٠٠٢) : **الأبعاد النفسية للمسن** ، مؤسسة سباب الجامعة .

- Archley, R, C, (1976*): **The Sociology of Retirement***, New York john Wiley & Sons.

- Cooper smith, S and Feldman, R (1974): Fostering a positive self – concept and high self-esteem in the classroom. In R.H. Coop and K. White (e d*), **psychological concepts in the classroom***. pp. 192-225. New York .

- Rainer, S. G (2001) Aspects of the self as learner : Perception, concept, and esteem. In Riding, R and Rainer, S**. *International perspectives on individual differences***. Vol (2) pp 25-57. London, Ablex Publishing.