

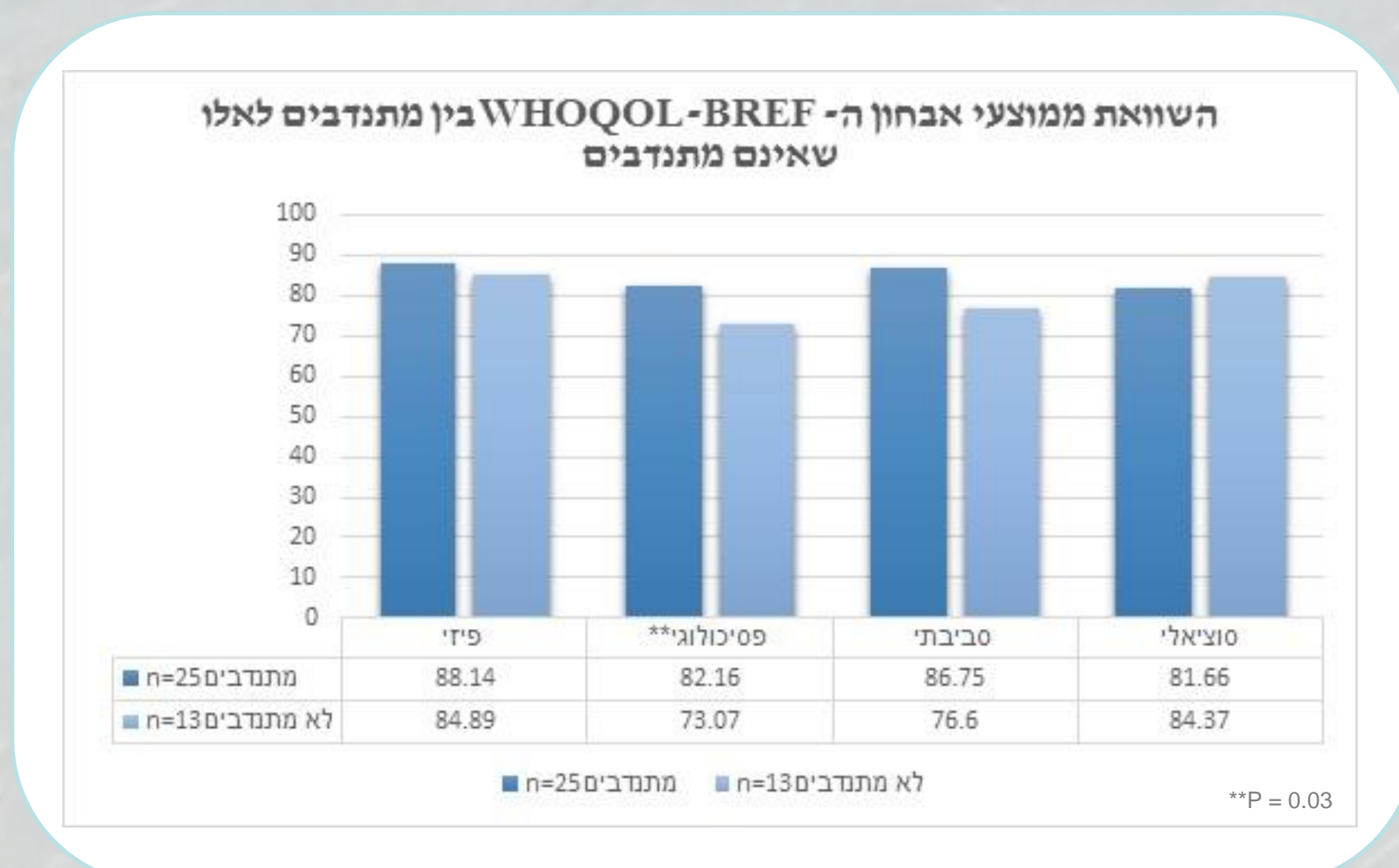
הבדלים בתפיסת איכות חיים בין גברים ונשים שפרשו מהעבודה – הקשר לעיסוק בפעילויות התנדבותיות

רוני ליאור וזהר גינזבורג בהנחיית הגב' מלכה איצקוביץ'

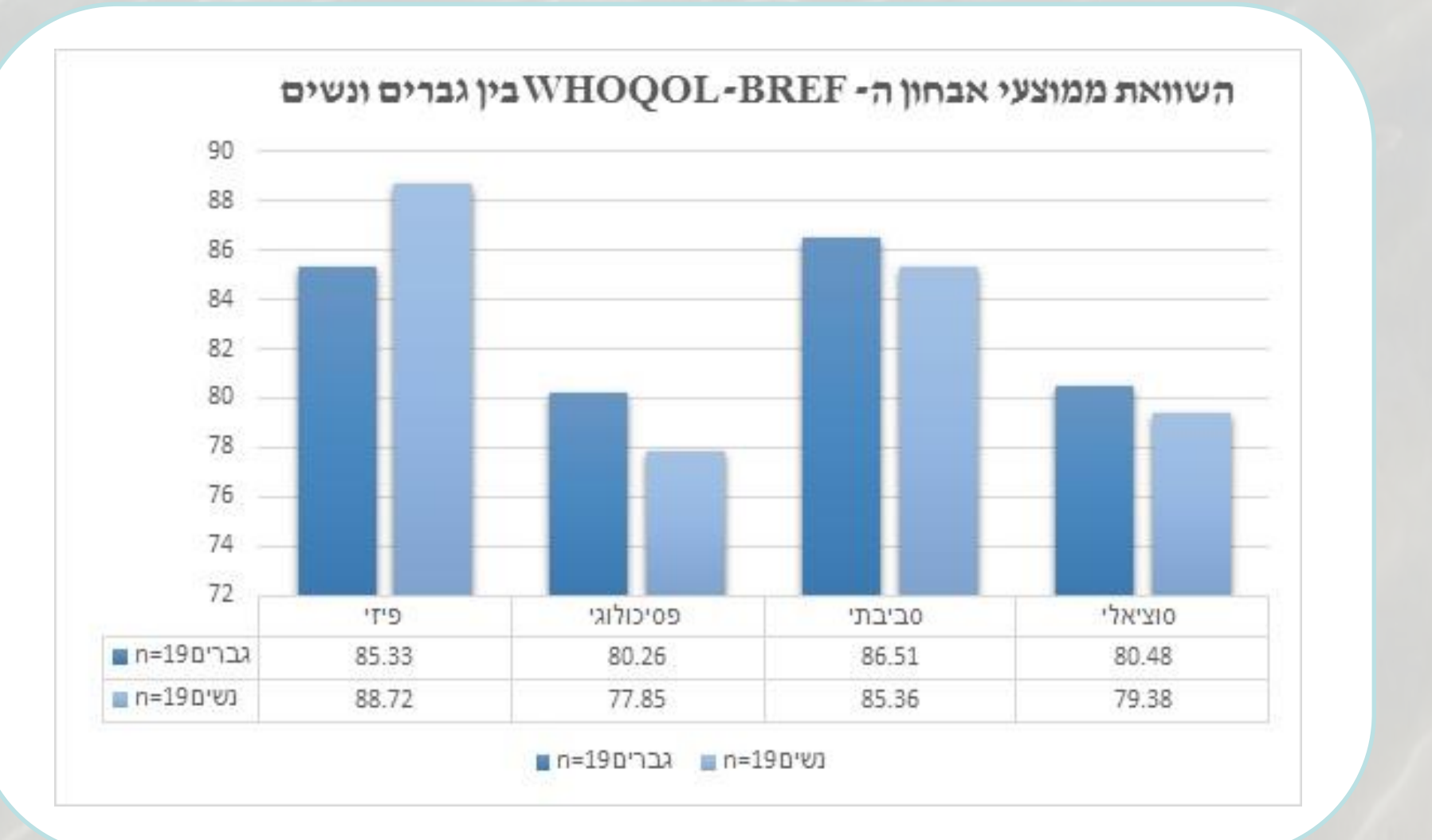
החוג לריפוי בעיסוק, הפקולטה לרפואה, אוניברסיטת תל אביב

תוצאות

- ציונים ממוצעים של תפיסת איכות חיים גבוהים יותר אצל מתנדבים בהשוואה ללא מתנדבים. רק בתחום הפסיכולוגי של תפיסת איכות חיים ההבדלים מובהקים סטטיסטית.



- בבדיקת הבדלים בין גברים ונשים בתפיסת איכות החיים לאחר הפרישה ממעגל העבודה לא נמצא הבדל מובהק באף אחד מהתחומים המודדים תפיסת איכות חיים (פיזי, פסיכולוגי, סוציאלי, סביבתי), אך ממוצעי תפיסת איכות החיים גבוהה בשני המגדרים. ניתן לראות כי תפיסת איכות החיים במדגם כולו הינה גבוהה.



- בבדיקת ההבדלים בין גברים ונשים במידת ההשתתפות (מספר שעות שבועיות המוקדשות להתנדבות) בפעילות התנדבותית לא נמצאו הבדלים מובהקים.

דיון

המחקר הנוכחי מדגים את היתרון של עיסוק בפעילות התנדבותית לאחר הפרישה ממעגל העבודה על תפיסת איכות החיים של האדם. בבחינת ההבדלים בתפיסת איכות החיים בין קבוצת המחקר (מתנדבים) לקבוצת הביקורת (לא מתנדבים), נמצא הבדל מובהק בתפיסת איכות החיים בתחום הפסיכולוגי לטובת קבוצת המחקר. בשלושת התחומים הנוספים אשר בודקים תפיסת איכות חיים (פיזי, סביבתי וסוציאלי) לא נמצאו הבדלים מובהקים בין שתי הקבוצות. ממצא זה מאשש באופן חלקי את ההשערה כי ימצאו הבדלים בתפיסת איכות החיים בין העוסקים בפעילות התנדבותית לבין אלה שאינם. באופן כללי, ניתן לראות כי ממוצעי תפיסת איכות החיים גבוהה בשתי הקבוצות אך בקרב קבוצת המתנדבים ממוצעי הציונים גבוהים יותר. כמו כן, בניגוד להשערה כי ימצאו הבדלים בתפיסת איכות החיים בין גברים ונשים לאחר הפרישה מהעבודה לא נמצא הבדל מובהק באף אחד מהתחומים.

במחקר הנוכחי לא היה פיזור של המשתנים: השכלה ומצב סוציו אקונומי. רוב הנבדקים היו בעלי השכלה על תיכונית וברמת הכנסה גבוהה מהממוצע. ייתכן כי משתנים אלה תרמו גם הם לציונים הגבוהים בתפיסת איכות החיים.

מסקנות

ממצאי המחקר ניתן להסיק כי להתנדבות בשלב הפרישה ממעגל העבודה יש השפעה על תפיסת איכות החיים בתחום הפסיכולוגי. ייתכן כי ישנם גורמים נוספים בעלי משמעות גדולה יותר עבור אוכלוסייה זו אשר משפיעים על תפיסת איכות חיים לאחר הפרישה ממעגל העבודה.

הקדמה

הפרישה מהעבודה הינה אחד ממעברי החיים המרכזיים והמשמעותיים עבור הפרט. היא מהווה נקודת מפנה המסמלת מעבר לתקופה חדשה (Pinquart & Schindler, 2007). הפרישה מהעבודה יכולה לגרום לאובדן תחושת ערך, משמעות בחיים, אובדן סטטוס ובעיקר לפרידה מעיסוק משמעותי ובכך לגרום לפרידה בתפיסת איכות החיים. תפיסת איכות החיים לפי ארגון הבריאות העולמי (WHO) מוגדרת כ"תפיסת האדם לגבי מצבו בחיים, כחלק מההקשר התרבותי בו הוא חי, ותוך זיקה למטרותיו, ציפיותיו, אמות המידה שלו וענייניו האישיים" (Skevington, 2004). פעילות התנדבותית יכולה להוות אחת מהחלופות האפשריות אשר מקלות על המעבר בין פרישה ממעגל העבודה לחיים ללא עיסוק מרכזי והיא מאפשרת לרוב השתייכות למסגרת חברתית, תורמת ליצירת תחושת ערך, שייכות ומשמעות (סיוון, סלע-כץ ופאר, 2003).

מטרה והשערות המחקר

מטרת המחקר הנוכחי הייתה לבדוק האם פעילות התנדבותית תורמת לתפיסת איכות חיים טובה יותר בקרב אנשים אשר פרשו ממעגל העבודה והאם קיימים הבדלים בין גברים ונשים במשתנים אלו.

השערות המחקר:

- יימצאו הבדלים בתפיסת איכות חיים בקרב אנשים העוסקים בפעילות התנדבותית לבין אלה שאינם עוסקים בפעילות התנדבותית.
- יימצאו הבדלים בתפיסת איכות חיים בין גברים ונשים אשר פרשו ממעגל העבודה.
- יימצאו הבדלים במידת ההשתתפות בפעילויות התנדבותיות בין גברים ונשים לאחר גיל פרישה.

שיטות

מדגם

המדגם כלל 40 נבדקים, 20 גברים ו-20 נשים. ניתוח הנתונים נערך על 38 נבדקים (19 גברים ו-19 נשים).

קריטריונים להכללה:

גברים ונשים בגילאי 64-73, אשר עבדו עד גיל הפרישה הפורמלי (62 לנשים ו-67 לגברים) ופרשו מעבודתם לפני 6-2 שנים; המצהירים שבריאותם תקינה ולא אושפזו במהלך השנה האחרונה לתקופה של מעל לשבוע.

קריטריונים להוצאה:

אנשים במצב בריאותי שאינו תקין; אשר פרשו מעבודתם לפני פחות מ-2 או מעל ל-6 שנים.

כלי המחקר

- שאלון דמוגרפי** אשר תוכנן עבור המחקר הנוכחי ובודק משתנים כגון: מין, גיל, שנים שחלפו מהפרישה, התנדבות, מצב בריאותי, השכלה, מצב משפחתי, אזור מגורים ורמת הכנסה.
- מידת השתתפות בפעילות התנדבותית** – נמדדה באמצעות תשובה לשאלה מתוך השאלון הדמוגרפי "כמה שעות בשבוע את/ה עוסק בפעילות התנדבותית?".
- The World Health Organization Quality Of Life (WHOQOL-BREF)** – שאלון דיווח עצמי הכולל 26 שאלות ומודד תפיסת איכות חיים על ידי ארבעה תחומים: פיזי, פסיכולוגי, סוציאלי וסביבתי.

הליך המחקר

איסוף הנתונים נעשה בשלושה אזורים בארץ: 9 נבדקים נדגמו בצפון, 24 נבדקים נדגמו במרכז ו-5 נבדקים נדגמו בדרום. הנבדקים אותרו במקומות המיועדים לפעילויות פנאי לאנשים שפרשו ממעגל העבודה ונמצאו מתאימים לקריטריונים שיטת הדגימה הייתה מדגם נוחות וכדור שלג. לנבדקים הוסברה מטרת המחקר ולאחר הסכמתם חתמו על טופס הסכמה מדעת ומילאו שאלון דמוגרפי. לאחר מכן, מילאו הנבדקים את שאלון ה-WHOQOL-BREF. אופן העברת השאלונים התבצע באמצעות ראיון אישי על ידי אחת הבודקות במקום שקט ונמשך כחצי שעה לערך.

מקורות:

סיוון, ד. סלע-כץ, פ. ופאר, ד. (2003). פנאי, עבודה, לימודים והתנדבות: מגמות לאחר הפרישה. *גרונטולוגיה*, ל, 27-13.

Pinquart, M., & Schindler, I. (2007). Changes of life satisfaction in the transition to retirement: a latent-class approach. *Psychology and aging*, 22 (3), 442.

Skevington, S. M., Lotfy, M., & O'Connell, K. A. (2004). The World Health Organization's WHOQOL-BREF quality of life assessment: psychometric properties and results of the international field trial. A report from the WHOQOL group. *Quality of life research*, 13(2), 299-310.