



הקשר בין השתתפות משמעותית לבין שביעות רצון מהחיים בקרב זקנים: השוואה בין גברים לנשים

ליטל נחמיה ואור שפיר, בהנחיית הגברת מלכה איצקוביץ'
החוג לריפוי בעיסוק, הפקולטה לרפואה, אוניברסיטת תל אביב

תוצאות

נמצא קשר סטטיסטי, חיובי, בינוני ומבהק, בין השתתפות משמעותית לשביעות רצון מהחיים במדגם כולו על פי מבחן ספירמן.

מדדי מרכז ופיזור, ותוצאות ניתוח הקשר בין השתתפות משמעותית לשביעות רצון בכלל המדגם על פי מבחן ספירמן:

P(v)	r	שביעות רצון מהחיים	השתתפות משמעותית	ממוצע (ס"ח) טווח	כלל המדגם (n=60)
0.014	*0.315	(5.37) 27.7 11-35	(3.89) 24.18 14.87-32.86		

נמצא כי בקבוצת הנשים ישנה נטייה למובהקות בקשר בין השתתפות משמעותית לשביעות רצון מהחיים. לעומת זאת, בקבוצת הגברים, לא נמצא קשר בין המשתנים.

מדדי מרכז ופיזור, ותוצאות ניתוח הקשר בין השתתפות משמעותית לשביעות רצון בקרב גברים ובקרב נשים על פי מבחן ספירמן:

P(v)	r	שביעות רצון מהחיים	השתתפות משמעותית	ממוצע (ס"ח) טווח	גברים (n=30)
0.162	0.262	(4.82) 28.06 13-35	(3.77) 23.92 15.22-30.27		
0.056	0.353	(5.93) 27.33 11-35	(4.04) 24.44 14.87-32.86		נשים (n=30)

הקדמה

בעולם המערבי ישנה מגמת עלייה בתוחלת חייהם של זקנים, הם מתמודדים עם גורמים שונים שעשויים להשפיע לרעה על השתתפותם בעיסוקים שונים. אי לכך, יש לחקור כיצד ניתן לתרום לאיכות חייהם של הזקנים בישראל. אחת מהנחות הבסיס של מדע העיסוק היא שהשתתפות משמעותית תורמת לשביעות רצון מהחיים. גילוי משמעות בעיסוקים והשתתפות בעיסוקים משמעותיים היא מרכיב חשוב של הזדקנות מוצלחת. מחקרים מצאו קשרים בין השתתפות בעיסוקים משמעותיים לבין רווחה אישית גבוהה בקרב אנשים זקנים ברחבי העולם. נמצא קשר בין השתתפות משמעותית לרווחה אישית בקרב קבוצות של זקנים וזקנות.

מטרות השערות המחקר

מטרת המחקר הנוכחי היא לבדוק האם יש קשר בין השתתפות משמעותית ושביעות רצון מהחיים בקרב זקנים. בנוסף, האם קיים קשר בין המשתנים בקרב גברים זקנים ובקרב נשים זקנות. השערות המחקר הן:
1. יימצא קשר חיובי בין השתתפות משמעותית לשביעות רצון מהחיים בקרב זקנים.
2. יימצא קשר חיובי בין השתתפות משמעותית לשביעות רצון בקרב גברים זקנים ובקרב נשים זקנות.

דיון

המחקר הנוכחי מחזק את הנחת הבסיס של מדע העיסוק בנוגע לקשר בין השתתפות משמעותית לשביעות רצון מהחיים. מחקרנו מדגים את הנחה זו על אוכלוסיית הגיל השלישי. על פי תוצאותינו, נמצא כי ההשתתפות שדווחה במחקר היא בינונית, מה שעולה בקנה אחד עם נושא הצטמצמות העיסוקים בגיל הזקנה. בנוסף, נמצא בקרב הזקנים שהשתתפו במחקרנו ממוצע ציוני גבוה של שביעות רצון מהחיים. יחד עם זאת, ההשערה בנוגע לקשר בין השתתפות משמעותית לשביעות רצון מהחיים בקרב זקנים על פי קבוצות מגדריות, לא אוששה.

ישנם משתנים במחקרנו שלא פוזרו באופן שווה בין קבוצת הגברים לנשים, והיו עשויים להיות משתנים מתערבים בקשר זה, לדוגמה: שנות השכלה. כמו כן, המדגם במחקר הינו הטרוגני, נבדקו, יהודים וערבים, מהכפר ומהעיר: ישנם הבדלים רבים בין סגנון החיים הכפרי באוכלוסייה היהודית מול האוכלוסייה הערבית. כל אלה עשויים להשפיע על הזדמנויות לעיסוקים שונים בקרב האוכלוסייה הזקנה.

שיטה

מדגם המחקר

תיאור הנתונים הדמוגרפיים של המדגם (N=60):

משתנים	נשים (N=30)	גברים (N=30)
ממוצע גיל (בשנים) (ס"ח)	71.7 (4.35)	76.1 (6.88)
לאום	15 (50%) יהודים 15 (50%) ערבים	15 (50%) יהודים 15 (50%) ערבים
מקום מגורים	24 (80%) עיר 6 (20%) כפר	25 (83.3%) עיר 5 (16.7%) כפר
רמת הכנסה	9 (30%) נמוך מהממוצע 12 (40%) בממוצע 9 (30%) מעל הממוצע	6 (20%) נמוך מהממוצע 14 (46.7%) בממוצע 10 (33.3%) מעל הממוצע
סטטוס מגורים	9 (30%) לבד 19 (63.3%) עם בן זוג	0 (0%) לבד 29 (96.7%) עם בן זוג
ממוצע שנות השכלה (ס"ח)	2 (6.7%) עם קרוב משפחה (9.5 6.08)	1 (3.3%) עם קרוב משפחה (12.46 5.35)

המדגם כלל 60 זקנים, גברים ונשים, מגיל 65 ומעלה. במדגם נכללו 30 גברים: 15 מהמגזר היהודי, ו-15 מהמגזר הערבי, ו-30 נשים: 15 מהמגזר היהודי ו-15 מהמגזר הערבי. במחקר נכללו זקנים שלא אושפזו בחצי השנה האחרונה למשך שבוע, מצבם הבריאותי תקין או מאוזן על ידי תרופות, מתקשרים היטב בשפה הערבית או העברית. אינם עובדים ומתפקדים באופן עצמאי. לא נכללו במחקר זקנים בעלי מוגבלות פיזית, קוגניטיבית או רגשית אשר משפיעה על התפקוד העצמאי.

כלי המחקר

- שאלון דמוגרפי- חובר לצרכי מחקר זה. השאלון בודק משתנים דמוגרפיים כמו: גיל, מין, מספר שנות השכלה, מצב כלכלי.
- המודד השתתפות משמעותית- מתייחס להיבטים אובייקטיביים (תדירות) וסובייקטיביים (משמעות) של השתתפות בפעילויות בקרב זקנים. כולל רשימה של 29 פעילויות שונות.
- Satisfaction With Life Scale (SWLS) (Diener et al., 1985)- כלי המודד את שביעות הרצון הכללית מהחיים. מכיל 5 היגדים כלליים בנוגע לשביעות רצון כללית מהחיים.

הליך המחקר

אוכלוסיית הזקנים נדגמה באמצעות מדגם נוחות ומדגם כדור שלג באזורים עירוניים וכפריים, בצפון ומרכז הארץ. גיוס הנבדקים נעשה באמצעות הגעה למועדוני גמלאים באזור מגוריהם ופנייה למכרים. לנבדקים הוסברה מטרת המחקר, והם הוחתמו על טופס הסכמה מדעת. שלושת שאלוני המחקר הועברו לנבדקים על ידי אחת הבודקות, בתצורה של ראיון אישי שנמשך כחצי שעה ונעשה בסביבה שקטה.

מסקנות

ממצאי המחקר ניתן להסיק כי מתקיים קשר בין השתתפות משמעותית לשביעות רצון מהחיים בקרב אוכלוסיית זקנים. אך הוא אינו מתקיים בקבוצות מגדריות של זקנים, ייתכן כי ישנם גורמים אחרים אשר משפיעים על הקשר הזה, מלבד מגדר. בהתאם לקשר זה שנמצא, תפקידנו כמרפאים בעיסוק הוא לאתר בעת טיפול את העיסוקים המשמעותיים עבור האדם הזקן, לבנות תכנית טיפול המתאימה לעיסוקים משמעותיים אלה ולקדם השתתפות בהם למען שיפור איכות חייו.

מקורות

יצחקי ח', הישראלי ע, (1995). מין, השתתפות בעבודה ובפעילויות חברה ופנאי ושביעות רצון של קשישים בקיבוץ. ביטחון סוציאלי, 67-54.

Eakman, A. M. (2007). *A Reliability and validity study of the meaningful activity Participation Assessment*. California: FACULTY OF THE GRADUATE SCHOOL.

Pritchard, E., Warren, N., Barker, A., Brown, T., & Haines, T. (2015). Personal Life Approach: An Interactive Way of Understanding Older Adults' Participation in Activities Following Hospitalization. *The Gerontologist*, 56(3), 504-513.