

76966367-0	16/04/2021	הארגון - מגזין של ציבור הנכים	עמוד 18	1	19.51x25.65
המרכז הבינתחומי הרצליה - 84260					

מחקר: כך משפיעה תעסוקה על האושר של בני ה-60-80

מספר חדש במשקפיים, נותנים טיפות ולעתים אף מצילים להם את הראייה.



"לא פרשתי, כי הרגשתי בשיא הכושר": נחמיה פרידמן (צילום: אלבום פרטי)

לעבוד מעבר לגיל זה, אולם בפועל הם פורשים מוקדם יותר. "הבריאות מאוד משפיעה", אומרת ד"ר אקסלרה. "כשהבריאות טובה יותר, זה משפיע על הנכונות לעבוד ועל רמת האושר. אנשים מבוגרים הם פגיעים יותר, וקל יותר לפטר אותם או להוציא לפנסיה מוקדמת. מבחינת המעסיק, יש תחושה שהם פחות ייפגעו, אבל זה לא נכון. הרבה פעמים מדובר באנשים שנמצאים בשיא כוחם ושיכולים לעבוד עוד שנים רבות".

באושרם של מועסקים ולא מועסקים כאחד. לא נמצאה השפעה ברורה של מגדר, מצב משפחתי ורמת ההשכלה. בבדיקה של משתני התעסוקה נמצא כי ההשפעה על רמת האושר תלויה בעיקר בסוג העבודה: לתעסוקה בעבודה מפתחת (עבודה הדורשת חשיבה, כמו פיתוח, ניהול ומחקר) יש השפעה חיובית מובהקת על רמת האושר, כמו גם להתנדבות, בעוד לתעסוקה מלחיצה (עבודה תחת לחץ מתמיד של זמן כתוצאה מעומס, ריבוי משימות ודד-ליינים) יש השפעה שלילית ברורה. גם למספר שעות העבודה יש השפעה: שעות רבות בעבודה מלחיצה מורידות את רמת האושר, אבל מי שעובד שעות רבות בעבודה מפתחת, דווקא מאושר.

המחקר מצא גם שהעובדים הישראלים אינם מתנגדים להעלאת גיל הפרישה, ואף מעידים על כוונה להמשיך

ומאוניברסיטת בן גוריון וד"ר אריה שרמן מהמרכז האקדמי רופין.

נחמיה פרידמן מוכב יאיר יחוג בקרוב 77, זה לא ימנע ממנו להמשיך לעבוד: אם זה תלוי בו, הוא ימשיך למלא תפקיד בכיר בחברת סודה סטרים עוד שנים רבות, על אף שכבר עבר מזמן את גיל תפקיד בכיר בשיא הכושר, הוא ושאינו לי סיבה לפרוש, הוא אומר. "המוח והגוף עובדים, ואני מרגיש שאני תורם לחברה".

לפי התוצאות, רמת האושר הגבוהה ביותר נמצאת בקרב אלה שנמצאים בזוגיות (ללא קשר לתעסוקה), והיא גדלה ככל שמספר הילדים גדול יותר. רמת האושר הנמוכה ביותר נמצאת בקרב מועסקים רווקים ולא מועסקים גרושים. נמצא גם שרמת האושר גבוהה יותר ככל שההכנסות גדלות וככל שמצב הבריאות טוב יותר: רמת בריאות ירודה פוגעת

על פי הממצאים של מרכז טאוב, עבודה שדורשת חשיבה, אבל לא מלחיצה, מעלה את רמת האושר בגיל השלישי, וכך גם זוגיות וילדים. נחמיה פרידמן, בן 77: "אין לי סיבה לפרוש. המוח והגוף עובדים, ואני תורם לחברה". יהודית גוטרמן, בת 80: "כשהאדם פעיל, ופתאום סוגרים לו את הדלתות, זו הרגשה איזומה".

מבוגרים שממשיכים לעבוד, מאושרים יותר. כך מגלה מחקר חדש מראה שמי שממשיך לעבוד אחרי גיל הפרישה (67 לגברים, 62 לנשים), אבל עוסקים בעבודה מפתחת שדורשת חשיבה, הם אנשים מאושרים יותר. החוקרים בדקו איך משפיעה התעסוקה על רמת האושר של בני 60-80, ואיזה תפקיד היא ממלאת בחייהם: האם היא משמשת רק להשגת רווחה חומרית, או שיש לה היבטים נוספים. בין השאר, בחן המחקר את חלוקת הזמן בין עבודה, פנאי ופעילות התנדבותית, ונבדקה דעתם של הנשאלים לגבי גיל הפרישה הרצוי. הממצאים הראו שעבודה מפתחת ולא מלחיצה מעלה את רמת האושר, כמו גם קשר זוגי וילדים.

המחקר הוא של מרכז טאוב לחקר המדיניות החברתית בישראל, וערכו אותו ד"ר הלה אקסלרה מאוניברסיטת תל אביב ומהמרכז הבינתחומי הרצליה, פרופ' ישראל לוסקי ז"ל ממכללת הגליל המערבי