



المشكلات والاحتياجات النفسية والاجتماعية لدى المسنين

Psychological and social problems and needs of the elderly

ط.د. رايح حسام طه عزوز¹*

¹ جامعة 20 أوت 1955 سكيكدة (الجزائر)، rht.azzouz@univ-skikda.dz

تاريخ القبول: 2024-01-25

تاريخ الاستلام: 2024-01-21

ملخص:

تناول الباحث في هذه الدراسة موضوع الحاجات النفسية والاجتماعية لدى فئة المسنين موضحا أهمية الصحة النفسية في مرحلة الشيخوخة، اذ تعتبر هذه مرحلة جد حساسة لما يطرأ فيها من تغيرات في حياة المسنين جراء الضعف والوهن الذي غالبا ما يكون سببا في خلق العديد من المشكلات النفسية (الوحدة النفسية القلق، الاكتئاب...)، وكذلك المشكلات الاجتماعية (ضعف العلاقات الاجتماعية، التقصير في المعاملة، سوء المعاملة...)، ومن هنا تكمن أهمية العناية بتلك الفئة من اجل تلبية احتياجاتهم النفسية والاجتماعية، وذلك بتقديم الدعم الكافي لهم حتى تكون لهم القدرة على التكيف مع تلك المرحلة وتجاوز المعاناة والمخاطر التي تعرقل المسار الطبيعي لحياتهم. الكلمات المفتاحية: الصحة النفسية، الاحتياجات النفسية والاجتماعية، المشكلات النفسية والاجتماعية مرحلة الشيخوخة.

Abstract

In this study, the researcher addressed the issue of the social and psychological needs of the elderly group, explaining the importance of mental health in the aging stage, as this is considered a very sensitive stage due to the changes that occur in the lives of the elderly due to weakness and frailty, which often causes many psychological problems (loneliness). Psychological anxiety, depression...), as well as social problems (weak social relationships, negligence in treatment, mistreatment...), and here lies the importance of caring for this group in order to meet their psychological and social needs, by providing them with sufficient support so that they can be They have the ability to adapt to that stage and overcome the suffering and dangers that hinder the normal course of their lives.

* رايح حسام طه عزوز: rht.azzouz@univ-skikda.dz

Keywords : Mental health, psychological and social needs, psychological and social problems, old age.

مقدمة:

تعتبر الصحة النفسية مهمة في حياة الانسان لاسيما في مرحلة الشيخوخة التي غالبا ما يكون فيها بأمس الحاجة الى العناية والاهتمام من قبل المجتمع بمختلف اطيافه، فكما تحتاج المجتمعات الى طاقات الشباب وقوتهم من اجل التقدم والازدهار، كذلك هو الحال بالنسبة لفئة المسنين اذ يفترض بأن يكون مصدرا يستفيد أجيال المستقبل من الخبرات و المعارف التي تكونت لديهم والاعتماد عليها في عملية الاستشارة والتوجيه في شتى ميادين الحياة، وهذا ما يدعو المجتمعات بالنظر الى الاعتبارات الدينية والأخلاقية والإنسانية والاجتماعية، ضرورة التكفل والعناية بهذه الفئة كونها الشريحة المجتمعية التي غالبا ما ينتابها شعور بالتميش والاقصاء من قبل المجتمع، لذلك ينبغي توفير كل المستلزمات و المتطلبات الضرورية لتلبية حاجاتهم المتنوعة لاسيما بالنسبة للفئة التي تعاني في صمت بسبب الضعف والوهن والمرض والفراغ الذي ينتابهم نتيجة عدم الاكتراث و القصور في المعاملة التي يتلقونها من الفئات الأخرى من المجتمع.

1. الإشكالية:

الانسان على مدار السنين ينتقل من مرحلة الطفولة الى مرحلة الشباب ثم الكهولة وينتهي به الامر الى مرحلة الشيخوخة التي يطرأ عليها العديد من التغيرات على مستوى الوظائف الحسية، والعقلية، والجسدية، والضعف الذي يصيبه بعد العقد السادس من العمر يكون عاملا في ظهور العديد من المشكلات خاصة النفسية والاجتماعية التي ينبغي الوقاية منها اخطارها، وذلك بالتعرف على المتطلبات الأساسية التي يحتاجها المسن، وكيفية العمل على تلبيتها، وهذا ما اشارت اليه بعض الدراسات والبحوث التي قام بها بعض الباحثين، حيث خلصت دراسة شهبناز (1986) الى التعرف على الحاجات لدى المسنين : الحاجة إلى الأمن، والحاجة إلى الرعاية الصحية وتجنب الضرر، والحاجة إلى التقدير والاحترام الحاجة إلى تجنب الاعتماد على الآخرين، والحاجة إلى الاندماج في النشاطات الترويحية، والحاجة إلى مساعدة الأبناء، والحاجة إلى ضبط الانفعالات، والحاجة الى ضبط ومعرفة الإمكانيات المتاحة، والحاجة إلى تنمية المهارات، بينما اشارت دراسة بحري وخرموس (2019) ، و التي توصلت الى التعرف الى اهم الحاجات النفسية و الاجتماعية لدى المسنين وهي الحاجة الى تجديد العلاقات الاجتماعية بعد

التقاعد(المعاش)، والحاجة للانخراط والاندماج في الحياة الاجتماعية، وكذلك الحاجة الى الترفيه وحفظ الكرامة.

ومن خلال هذه الدراسات يتضح للقارئ ان مرحلة الشيخوخة حساسة كون المسنين في هذه المرحلة بحاجة ماسة الى رعاية صحية كفيلة لتلبية حاجاتهم النفسية والاجتماعية، ولا يمكن تحقيق ذلك الا من خلال لاهتمام والعناية بهم لحمايتهم من المشكلات التي يتعرضون لها ويعجزون عن حلها وتجاوزها، وبالتالي يصبحون عرضة للعديد من المخاطر والاضطرابات، وفي هذا الإطار تأتي هذه الورقة البحثية التي سيحاول الباحث من خلالها الإجابة عن التساؤلات التالية:

- فيما تتمثل المشكلات النفسية والاجتماعية لدى فئة المسنين في مرحلة الشيخوخة؟
 - فيما تتمثل الحاجات النفسية والاجتماعية لدى فئة المسنين في مرحلة الشيخوخة؟
2. اهداف الدراسة:

- التعرف على بعض المشكلات النفسية والاجتماعية لدى فئة المسنين.
- التعرف على الحاجات النفسية والاجتماعية لدى فئة المسنين.

3. أهمية الدراسة:

تشير منظمة الصحة العالمية في إحصاءاتها انه بحلول عام 2030 سيصل 1/6 العمران في العالم الى 60 سنة وأكثر. و سيزداد عدد السكان الذين تبلغ أعمارهم 60 سنة فما فوق الى 1مليار نسمة في سنة 2020 الى 1.4 مليار نسمة في عام 2022 وبحلول عام 2050، سيزداد عدد سكان العالم البالغين 60 سنة فما فوق الى 2.1 مليار نسمة. (منظمة الصحة العالمية، 2023)، وبالنظر الى ارتفاع نسبة المسنين في المستقبل والاحصائيات الموثوقة، هذا ما يستدعي من المجتمعات الاهتمام والعناية بهذه الفئة ومرافقتهم خلال هذه المرحلة الحساسة.

4. تعريف الصحة النفسية:

عرف حامد (2015) الصحة النفسية بأنها حالة مستقرة نسبياً، حيث يكون الفرد في توافق نفسي (انفعالي واجتماعي)، والاحساس بالسعادة مع ذاته ومع الآخرين، والقدرة على تحقيق ذاته واستغلال قدراته وإمكانياته الى اقصى حد ممكن، كما يكون للفرد القدرة على مواجهة متطلبات الحياة، وتكون له شخصية متكاملة سوية من حيث السلوك تسمح له بالعيش في سلام وامان (حامد، 2015، ص 9). يصف هذا التعريف الصحة النفسية بأنها تعبر عن الاستقرار النفسي للحالة النفسية لدى الفرد وقدرته على

التوافق مع الذات وبناء علاقات اجتماعية سليمة مما يساعده على كل ما لديه من الموارد لتحقيق ذاته ومواجهة متطلبات الحياة النفسية والاجتماعية.

5. أهمية الصحة النفسية:

يشير ضيف الله (2023) ان الصحة النفسية تمكن الفرد من تحقيق القدرة على التكيف الاجتماعي و الذي من شأنه يجعله يسلك سلوك ينال رضاه و رضى الافراد الذين يتعاملون معه، وفي نفس السياق يرى عبد الحميد والعزابي (2022) ان نجاح الافراد في تحقيق الصحة النفسية يؤدي حتما الى نمو وازدهار المجتمعات التي يتمتع افرادها بالاستقرار النفسي بعيدين عن المشاكل الصحية التي في الغالب تكون سببا في فشل الافراد في تأدية ادوارهم في المجتمع وبالتالي لا يتحقق الرخاء المطلوب فيصبح مجتمعا ضعيفا عاجزا، ولهذه الأسباب ترجع أهمية الصحة النفسية للفرد والمجتمع والتي يمكن توضيحها في النقاط التالية:

- تمنح الصحة النفسية للفرد القدرة على التعلم الجيد.
 - تمنح الصحة النفسية للفرد النمو الاجتماعي السليم.
 - تساعد الصحة النفسية الفرد في مواجهة مشكلات الحياة
 - تقوي الصحة النفسية الصحة الجسدية للفرد.
 - تساهم الصحة النفسية في ارتفاع الكفاية الإنتاجية للفرد
 - الصحة النفسية تساهم في التذليل من معدل الانحراف والخارجين على نظام المجتمع.
- (عبد الحميد والعزابي، 2022، ص، 104)

6. مظاهر الصحة النفسية:

نقلا عن ذياب (2018) عن الملخص الذي جاء في دراسة فايد (2004) و (2008) Reicherts، (2015) Janssen، فإن للصحة النفسية مؤشرات ومظاهر تتمثل فيما يلي:

1.6 الفعالية: الفرد السوي ينتج عنه سلوك ناجح واخر موجه نحو المشكلات وله أهداف محددة.

2.6 الكفاءة: الفرد السوي يعي جيدا إن كانت المحاولات التي يقوم بها غير فعالة وبعيدة عن تحقيق اهدافه.

3.6 المرونة: وتشير القدرة الفرد السوي على التكيف والانسجام والتوافق مع مختلف الظروف الحياتية المتقلبة، وذلك بتعديل استجاباته وفق ما تستلزمه مختلف المواقف بسلاسة ولين.

4.6 القدرة على الاستفادة من الخبرة والتجارب السابقة: تشير لقدرة الفرد السوي على تقويم الأخطاء ونواحي الضعف على المستوى الاجتماعي والنفسي والعقلي.

5.6 القدرة على التواصل الاجتماعي: تختلف العلاقات الاجتماعية لدى الفرد السوي عن الفرد غير السوي بقدرته على الدنو والاقتراب نحو الغير بعيدا عن العزلة وفي نفس الوقت له القدرة على تكوين علاقات اجتماعية وشخصية فعالة مقبولة من طرف الآخرين. تقدير الذات والتوافق معها: يتمتع الفرد بالإحساس بالهوية والذاتية وله تقدير ايجابي للذات (ذياب، 2018، ص ص 141-142).

7. الصحة النفسية لدى المسنين:

الصحة النفسية لفئة المسنين لا تعني أن تزيد حياتهم سنوات، بل تعني أن تزيد حياتهم سنوات، و هذا ما خلصت اليه اكتشافات الطب في القرن العشرين التي تعتبر أن الإفراط في الراحة مرض، والنشاط والحركة حياة (حمو علي، 2018، ص 247)، وتشير منظمة الصحة العالمية بأن الصحة النفسية والسلامة الانفعالية مهمتان بالنسبة للمسنين، كما هو الحال في أي فترة عمرية أخرى، وأن الاضطرابات العصبية و الاضطرابات النفسية لدى كبار السن مسؤولة عن 6.6% من إجمالي حالات العجز الكلي في هذه الفئة العمرية، ناهيك عن ما يقارب 15% من البالغين الذين تتراوح أعمارهم بين 60 عاماً ومن فوق الذين يعانون من اضطراب نفسي، وهذا ما يستدعي اهتمام المجتمعات بهذه الشريحة والاهتمام باحتياجاتهم النفسية والعملية (منظمة الصحة العالمية، 2017).

8. الخصائص المميزة لمرحلة الشيخوخة:

تقدم عمر الانسان ووصوله الى مرحلة الشيخوخة، غالبا ما يصاحبه العديد من التغيرات على المستوى العقلي والجسمي والنفسي والاجتماعي، ومن اهم هذه التغيرات نذكر:

1.8 التغيرات الفيزيولوجية: يتعرض الفرد لسلسلة من المتغيرات التي تمس الجانب العضوي مع التقدم في السن على مستوى النشاطات الفيزيولوجية، فتكون التغيرات على مستوى القوة العضلية والقدرة على التحمل، فتضعف العظام وتتأثر أنسجة المفاصل خاصة عند النساء، وتتأثر وظائف القلب والأوعية الدموية كل هذا يجعل القدرة على المجهود البدني محدودة، ونتيجة لهذه التغيرات تقل قدرة المسن على اداء العمل العضلي كلما تقدم العمر، وكذلك الوظائف الحسية التي تصيب أعضاء الحس كالعين والأذن، أيضا نذكر تلك التغيرات في الجهاز العصبي فتؤثر على القدرة على الاداء العملي. (سعدي، 2019، ص 38)

2.8 التغيرات السلوكية الانفعالية: مع مرور الزمن ظروف الحياة يكون لها تأثير في سلوكيات المسنين وأنماط شخصياتهم، اذ تقبل التغيير في أسلوب الحياة والأفكار والسلوك ليس امر سهل بالنسبة لهم، كون حاجات المسنين متمركزة حول الذات وينجم عنها نمط سلوكي غير معهود وحالة يسودها القلق والانفعالات والذي قد يؤدي بهم الى الكآبة.

3.8 التغيرات النفسية والاجتماعية: يشكو المسنون من ابتعاد الناس عنهم مما يجعلهم يعيشون في عزلة قاتلة، وتضيق دائرة علاقاتهم الاجتماعية، كما ان الكثير من المسنين لديهم شك زائد فيمن حولهم، كذلك يلاحظ عليهم خجل زائد. (سعدي، 2019، ص 38)

9. المشكلات النفسية والاجتماعية لدى المسنين:

1.9 المشكلات النفسية: تتعلق المشكلات النفسية لكبار السن بمشكل عدم توافق الفرد مع المواقف الجديدة وتوضح اثاره على المستوى النفسي والأخلاقي مع زيادة وقت الفراغ في مرحلة الشيخوخة، ومن أمثلة المشكلات النفسية نجد:

1.1.9 مشكلة سن القعود: وهو ما يعرف عادة باسم سن اليأس ويكون مصحوبا باضطراب نفسي أو عقلي، قد يكون ملحوظا أو غير ملحوظ وقد يكون في شكل البدنة والإمساك والاكنتاب والأرق (سواكر، وتواتي، 2015، ص 120).

2.1.9 مشكلة التقاعد: وهذا ما يجعل الفرد ينتابه الاحساس بالقلق من اليوم والغد، والخوف، والانهيار العصبي، لا سيما إذا فرضت عليه الحياة بعد التقاعد أسلوباً غير معهود من قبل في السلوك اذ لا يجد نفسه مرناً بما فيه الكفاية لسرعة التوافق معه. (بركات، 2009، ص 10)

3.1.9 ذهان الشيخوخة: يكون المسن أقل استجابة ومتمركزا حول الذات والرجوع إلى الذكريات وتكرار القصص والروايات والخبرات السابقة، وتضمحل الذاكرة لديه وينقص اهتمامه وميوله وتراجع شهيته للطعام والنوم، وأيضا تتدحرج طاقته وحيويته وينتابه شعور بقلّة قيمته في الحياة فيصيبه الاكنتاب. (سواكر، وتواتي، 2015، ص 120)

4.1.9 الشعور الذاتي بعدم القيمة وعدم الجدوى في الحياة: وهو الإحساس الذي ينتاب المسن بعدم قبول وتقبل الآخرين له، ولا يرغبون في وجوده وما يرافقه من وتوتر اذ يعيش البعض وكأنهم ينتظرون نهاية حياتهم المحتومة. (بركات، 2009، ص 10)

5.1.9 الشعور بالعزلة والوحدة النفسية: هناك سمات انفعالية عامة تميز كبار السن منها الحزن والأسى الناتج عن الوحدة من فقدان حب الآخرين، والشعور بالذنب الناتج

عن الوحدة من الحوادث الماضية، أو قد يكون الشعور بالوحدة لعدم وجود من يتحدث معهم نتيجة زواج الأولاد وانشغالهم وموت الزوج وتقدم العمر والمريض أحياناً. (سواكر، وتواتي، 2015، ص 120)

2.9 المشكلات الاجتماعية: يعاني الإنسان من الحرمان الاجتماعي عندما يفقد القدرة على التواصل الاجتماعي بحرية حسب احتياجاته ورغباته. ويعتبر المسن من الفئات الأكثر تعرضاً للحرمان الاجتماعي في المجتمع بسبب موارد المالية المحدودة وضعف قوته البدنية. ولذلك نجد أن كبار السن قد قلصوا علاقاتهم الاجتماعية بشكل كبير، إذ نراهم يقتصرون على الأصدقاء القدامى المقربين في غالب الأوقات، ومن بين المشكلات الاجتماعية التي تناولها بعض الدراسات نذكر ما يلي:

1.2.9 ضعف العلاقات الأسرية: وهي تلك الروابط الاجتماعية التي تؤثر على الحياة الأسرية، أي انه كلما كانت هذه العلاقات متينة ومدعومة، كلما نشأت أسر قوية ومتماسكة يسود فيها الحب والوفاء، أما ضعف هذه العلاقة فإنه يؤدي إلى أسر ضعيفة ينتشر فيها البغض والكراهية والعداء، مما يؤدي حتما إلى ظهور بعض المشاكل الأسرية التي تهدد بقاء الأسرة. (بنت مبارك، 1986، ص 194)

2.2.9 سوء المعاملة: إساءة معاملة كبار السن إحدى المشاكل الاجتماعية المعقدة التي يمكن أن تظهر بنطاقات مختلفة ونتيجة لأسباب مختلفة. ويمكن التأكيد أنه لا يحدث فقط في المنازل أو في إطار الوحدات السكنية على مختلف المستويات الاجتماعية والاقتصادية، بل يمكن أن يحدث أيضا داخل مؤسسات رعاية المسنين. (سليمان، 2006، ص 55)

3.2.9 التقصير في الرعاية: ويشير إلى عدم القيام بالواجبات المتعلقة بكبار السن، مثل: تأخير تقديم الطعام أو خدمات الرعاية الصحية لهم، ومنعهم من أجهزة السمع أو النظارات، وتركهم مهجورين ومعزولين، والإهمال المتعمد لتلبية احتياجاتهم الجسدية والاجتماعية. والاحتياجات العاطفية لكبار السن. أظهر الباحثون أن الإهمال له تأثيرات عديدة على كبار السن. (جاب الله، وآخرون، 2021، ص ص 570-572)

4.2.9 اضطرابات العلاقات الاجتماعية: يصعب على الفرد أثناء الشيخوخة التكيف مع التغيرات التي تطرأ على الجانب الفيزيولوجي لديه مما يتسبب في ظهور مشكلات اجتماعية مع الوسط الذي يعيش فيه، كما تضعف العلاقات الاجتماعية بعد سن التقاعد وحينها

يفقد أصدقائه فيصعب عليه استبدالهم بآخرين بالإضافة الى تراجع علاقته الاسرية والتي من شأنها تؤدي به الشعور بالوحدة والعزلة (خليفة، 1997، ص 116).

ويعتبر الاغتراب لدى المسنين عند الطحان (1982) إحدى المشكلات التي يعاني منها المسنون نتيجة لعدم استجابة المجتمع لاحتياجاتهم، ويشمل هذا الاغتراب ما يلي:

- ضعف الاهتمامات الاجتماعية للشخص فيما بالنسبة للجهود والأنشطة التي تفيد مجتمعه.

- ضعف الاندماج في المنظمات الاجتماعية أو البحث عن المنظمات الأكثر فاعلية في لإشباع حاجاته.

- غياب الثقة الكافية في الاستطاعة على تغيير سوء الاوضاع في المجتمع. (الطحان، 1982، ص 402).

10. الاحتياجات النفسية والاجتماعية لدى المسنين:

1.10 الاحتياجات النفسية: مرحلة الشيخوخة تعد مرحلة في حياة الانسان يمر بها كغيرها من المراحل الحياتية، وتتميز كل مرحلة من العمر باحتياجات ومتطلبات تتناسب مع عمر الانسان وطبيعة التغيرات التي تطرأ في تلك المرحلة، والمسن مثله مثل الافراد الناشطين في المجتمع يحتاج الى جملة من الاحتياجات النفسية والاجتماعية على حد سواء وهي كالاتي:

1.1.10 الحاجة للمشاركة والاندماج: يجب أن يظل المسنين منخرطين في المجتمع، وأن يساهموا بنشاط في صياغة وتنفيذ السياسات التي تؤثر على رفاهيتهم، وتزويد الأجيال الشابة بمعارفهم ومهاراتهم، والتي ينبغي أن تمكن كبار السن من البحث والإبداع. فرص خدمة المجتمع، والعمل كمتطوعين في أعمال تناسب اهتماماتهم وقدراتهم. بالإضافة إلى تمكينهم من تكوين جمعياتهم الخاصة.

2.1.10 الحاجة إلى فهم النفس: يحتاج كبار السن إلى فهم أنفسهم، ويجب أن يعرف كبار السن كل ما يتعلق بعملية النضج في العمر حتى يتمكنوا من فهم معنى التغيرات التي تؤثر على قدرتهم العقلية والجسدية وبناء شخصيتهم وبالتالي ينعكس ذلك على حالتهم النفسية وحالتهم الاجتماعية، وهو ما يعتبر ضرورياً حتى يتقبلوا ذلك. ويتعرفون على التغيرات والمؤثرات، فيحققون أقصى قدر ممكن من التكيف الاجتماعي (عالي، 1992، ص 25)

3.1.10 الحاجة إلى الرعاية الصحية: تعتمد على الحالة الصحية للمسن والإمكانيات المتاحة لأسرته وفي بيئته، لذلك يجب على الجميع الاهتمام قدر الإمكان بصحة الشخص المسن، وذلك على النحو التالي: الحصول على الرعاية الصحية المناسبة ومراقبة تطورات حالتهم، الاهتمام بتناول الغذاء الصحي والمتوازن، تجنب العادات السيئة مثل التدخين والإدمان على الكحول والمواد الضارة. (بحري، و خرموش، 2019، ص 94).

4.1.10 ضرورة الحفاظ على كرامة كبار السن: ينبغي معاملة كبار السن معاملة عادلة، بغض النظر عن أعمارهم، ونوع معتقدتهم، وخلفيتهم العرقية أو الأثنية، والإعاقة وغيرها، كما ينبغي تقديرهم بغض النظر عن مدى مساهمتهم الاقتصادية، خاصة أنه نظراً لتقدم كبير السن في السن، فإن التعامل معه بشكل جيد من المحيطين به أمر ضروري للحفاظ على استقراره النفسي. الحاجة إلى فهم الذات يحتاج كبار السن إلى فهم أنفسهم. يجب أن يعرف كبار السن كل ما يتعلق بعملية النضج في الحياة حتى يتمكنوا من فهم معنى التغيرات التي تؤثر على قدرتهم العقلية. (بحري، و خرموش، 2019، ص 93)

5.1.10 الحاجة إلى المورد المادي: بعد خروج العامل على المعاش يصبح المسن بحاجة إلى دخل مناسب يتناسب مع الزيادة التي تكون من حين إلى آخر في قيمة المنتجات والخدمات، ويرجع ذلك للدخل الثابت عند المعاش الذي يتحصل عليه المسن ولا يقبل الزيادة السنوية كما يحدث بالنسبة للمرتبات التي تزداد بالحوافز والترقيات وساعات العمل الإضافية. (بحري، و خرموش، 2019، ص 94)

6.1.10 الحاجة إلى الترفيه: يحتاج كبار السن، نظراً لوقت الفراغ الذي يعيشونه، من خلال الرعاية الترفيهية لكبار السن، والتي تشمل عدة خدمات يمكن أن يستفيد منها كبار السن ويحتاجون إليها، ومنها إعداد رحلات إلى الحدائق، تنظيم زيارات إلى الأماكن السياحية لتجديد نشاطهم، وإقامة المعسكرات الصيفية المجهزة. بكافة وسائل الترفيه والصحة، وكذلك العمل على تعزيز الشعور لدى كبار السن بأن المجتمع لا يزال بحاجة إليهم وأنهم ما زالوا يملكون القدرة على الحياة. (قناوي، 1987، ص 181).

2.10 الاحتياجات الاجتماعية: إن الحاجات الاجتماعية حسب هرم ما سلو هي الحاجة الثالثة بعد الحاجات الفسيولوجية والأمنية، لذا فإن الإنسان المسن كغيره من الأفراد في المجتمع يحتاج إلى إشباع الحاجات الاجتماعية، والتي لا يمكن تحقيقها دون إقامة علاقات اجتماعية مع مختلف أفراد المجتمع في ضوء الصداقة والجوار وعلاقات القرابة، وغيرها من العلاقات التي من شأنها الحفاظ على الروابط الاجتماعية للمسن. وتقديم ومد يد العون،

ويمكن تلخيص الاحتياجات الاجتماعية للمسنين في النقاط التالية: (بحري، وخرموش، 2019، ص ص 95-97)

1.2.10 الحاجة إلى الصحة النفسية: يتمثل تعزيز الصحة النفسية للمسنين من خلال الانخراط في النشاطات، وبناء العلاقات الشخصية القوية، والمشاركة في الأنشطة المجتمعية المختلفة. ويمكن انجاح الصحة النفسية للمسنين بمراعاة احتياجاتهم وتوفير الرعاية الصحية والخدمات الاجتماعية من طرف الهيئات والمؤسسات المختلفة لتقديم خدمة أفضل لهذا الغرض. هناك العديد من المؤسسات الخاصة بكبار السن والتي من المفترض وجودها لتقديم الرعاية النفسية لكبار السن وتقديم يد العون لهم.

2.2.10 الحاجة إلى التكافل الاجتماعي بين المسنين: ويرتبط ارتباطاً وثيقاً بالتضامن النفسي، أي ضرورة التكافل الاجتماعي بين كبار السن، وهو دعم كبار السن لبعضهم البعض في جانب أو أكثر من جوانب الحياة الاجتماعية والذي يمكنهم أن يقدموا لبعضهم البعض ما يسمى بالتضامن الصحي والخدمات الدينية والروحية، ونشر روح التقوى وقيم الدين الإسلامي في نفوس بعضهم البعض.

3.2.10 الحاجة إلى التكافل بين المسنين والشباب: كما أن التضامن بين جيل الشباب وجيل الكبار له أهمية كبيرة لاستمرار الحضارة وازدهارها، لأن الكبار قادرين على العطاء والفيض مع ما لديهم من خبرة إذا وجدوا الجو المناسب لذلك. رعاية جيل الشباب للجيل القديم مبنية على الولاء وسداد الديون. ضرورة التضامن بين كبار السن والشباب: في الواقع، التضامن بين الأجيال المتعاقبة أمر معروف.

4.2.10 الحاجة إلى رعاية الأسرة: الأسرة هي النواة الأساسية للمجتمع، ومن حق المسن أن يستمتع بالحياة الأسرية في أسرته بين أبنائه. ولقد أمر الله بالوالدين إحساناً، وأمر بهما وجعل الإحسان إليهما مقرباً لعبادته. قال الله تعالى: (وقضى ربك ألا تعبدوا إلا إياه وبالوالدين إحساناً) (الإسراء، الآية 23)، فإذا لم يكن للمسّن مصدر دخل كاف، فإن الإسلام يقتضي ذلك. أولاده القادرون على توفير النفقات الإلزامية لتأمين احتياجاته الأساسية من طعام وشراب وعلاج ودواء ومأوى ومسكن.

5.2.10 الحاجة إلى العمل إن استطاعوا: يحتاج كبار السن إلى التعرف على فرص العمل والتطوع بعد التقاعد. كما يحتاجون أيضاً إلى التعرف على طرق الحفاظ على صحة جيدة واتباع أساليب المعيشة المناسبة للشيخوخة وطرق تجنب الأمراض المزمنة والوقاية منها، وبالتالي توفير العمل سواء كان عملاً تطوعياً أو مدفوع الأجر. الأمر الذي من شأنه أن يعيد

الثقة إلى الشخص المسن، خاصة إذا كانت قدراته ومؤهلاته لا تزال تسمح له بالقيام بالأدوار المنوطة به في العمل دون أي مشاكل، خاصة وأن بعض المهن تتطلب الخبرة.

11. علاج مشكلات المسنين: يتمثل علاج مشكلات المسنين في التكفل بفئة كبار السن على ثلاث مستويات الطبي والنفسي والاسري.

1.11 العلاج الطبي: يجب علاج الأعراض الطبية المرتبطة بالضعف العام والعضلي، والاهتمام بالغذاء والنظافة وحث المسن على الحركة والرياضة.

2.1.11 العلاج النفسي: يجب أن يهدف إلى تحقيق الأمن النفسي والانفعالي وإشباع الحاجات وشعوره بالحب والرضا وان هناك من يحتاجه.

3.1.11 العلاج الاسري: وهنا التركيز على تنمية اهتمامات وميول المسنين وملء وقت فراغهم ودفعهم للمشاركة في الحياة الاجتماعية (غيث، 2013، ص 11).

12. سبل الرعاية الصحية الفعالة لفئة المسنين:

خلقت ظاهرة الشيخوخة في العالم المتقدم والدول النامية تحديات تتمثل في زيادة الطلب على الرعاية الصحية والضغوط على أنظمة التقاعد والضمان الاجتماعي، بالإضافة إلى القضاء على التمييز ضد كبار السن وحرمانهم من الحقوق والفرص المتاحة للبالغين الآخرين. وفي هذا الصدد، وجهت منظمة الصحة العالمية عدة إجراءات للتصدي لهذه التحديات من خلال تنفيذ ما يلي: (العامود، وآخرون، 2014، ص ص 127-128)

1.12 توفير سبل الحصول على الرعاية الصحية الفعالة: إن الرعاية الصحية الأولية الأساسية، بما في ذلك الاكتشاف المبكر وإدارة الحالات الشائعة مثل ارتفاع ضغط الدم والسكري، تمكن كبار السن من الحفاظ على الصحة والقدرة على العيش بشكل مستقل. توفير إمكانية الوصول إلى الرعاية الصحية الفعالة: وذلك من خلال توفير رعاية متكاملة وشاملة ومستمرة وطويلة الأمد لكبار السن. تدعم هذه الرعاية كبار السن في سنهم وتوفير الرعاية المؤسسية للأشخاص ذوي الإعاقات الشديدة.

2.12. إنشاء البيئات المراعية للسن:

شرعت منظمة الصحة العالمية مؤخراً برنامجاً يهدف إلى تعزيز البيئات الصديقة لكبار السن والتي تشجع الشيخوخة النشطة من خلال الاستخدام الأمثل للفرص المتاحة. في مجال الصحة والمشاركة والأمن من أجل تحسين نوعية حياة الأشخاص مع تقدمهم في السن وجوهر البرنامج هو الشبكة العالمية للمدن الصديقة للمسنين.

3.12 الحفاظ على الأنماط الاجتماعية التي تؤثر على رفاه كبار السن: تؤثر العديد من الأنماط الاجتماعية المتغيرة على سلوكيات كبار السن ورفاههم. فقد كان أحد الاتجاهات الشائعة خلال التنمية الاقتصادية هو التحول من الأسر الممتدة إلى الأسر النووية التي تضم جيل واحد أو أكثر.

4.12 التأكد أن المسنين لديهم المستوى الأساسي للأمن المالي: إحدى الطرق الفعالة لمساعدة كبار السن الضعفاء على تجنب الفقر هي المعاشات التقاعدية، التي توفر لهم الدعم الأساسي. وتشير التقديرات إلى أن القضاء على الفقر المدقع في سن الشيخوخة من خلال توفير تمويل شامل يعادل معاشاً تقاعدياً أساسياً قدره دولار واحد في اليوم لجميع الأشخاص الذين تزيد أعمارهم عن 60 عاماً من شأنه أن يكلف أقل من نسبة مئوية من صافي الناتج الوطني في معظم البلدان النامية.

خاتمة:

من خلال ما جاء في مضمون هذه الورقة البحثية تتضح أهمية موضوع الصحة بشقيه النفسي والاجتماعي لدى المسنين من خلال المشكلات التي يواجهونها في مرحلة الشيخوخة التي تتميز عن غيرها من مراحل النمو والتي توصف بالضعف البدني وتدهور القدرات المعرفية والاضطراب الانفعالي والوجداني، هذا ما يستدعي فئة الشباب والمؤسسات الاجتماعية التفات حول المسنين والعناية بهم وضرورة التعرف على المشكلات التي يواجهونها والسعي في تلبية حاجاتهم النفسية والاجتماعية لمواجهة صعوبات تلك المرحلة وتوفير الوقاية لهم ضد المشكلات الصحية التي غالباً ما تصاحبهم وتحول بينهم وبين الاستمتاع بالحياة في صحة، وعافية، وسعادة، وهدوء.

توصيات:

تقديرًا لفئة المسنين لما قدموه للمجتمع من عطاء ومساهمة في تطوير الاوطان ينبغي على الأجيال الصاعدة، كواجب أخلاقي وديني اتجاههم وليس فضلاً، ثمين تضحياتهم بالرعاية والتكفل الفعلي من خلال:

العمل على إزالة أو تخفيف حدة المشاعر السلبية لدى المسنين مثل الشعور بالوحدة، والضيق، والاكتئاب، والقلق، والخوف، والاضطهاد. وذلك عن طريق التعرف على العوامل والدوافع التي تكمن خلف هذه المشاعر وأيضاً عن طريق عمل بعض البرامج التي من شأنها التخفيف من مثل هذه المشاعر السلبية.

العمل على تدعيم ذات المسن، عن طريق بعض البرامج التي من شأنها إشراك المسن فيها بجهوده، وتكليفه بإنجاز بعض الأعمال، الأمر الذي يشعر المسن بالاهتمام، والشعور بالرضا، والاحساس بأن الآخرين يقدرونه ويفهمونه ويثقون في قدراته، ويحتاجون إليه، وبذلك يتكون لدى المسن الإحساس بالرضا عن النفس.

تقديم البرامج الاجتماعية والثقافية والدينية والترويحية لشغل وتنظيم أوقات فراغهم، مما يزيل سأمهم، ويخفف آلامهم، ويرفع من روحهم المعنوية، ويساعدهم على استعادة ثقتهم بأنفسهم، وتجديد أملهم في الحياة.

قائمة المراجع:

- إسماعيل، عزت سيد. (1999). التغيرات السيكولوجية المصاحبة للشيخوخة. المؤتمر الدولي للصحة النفسية للمسنين، جامعة عين شمس، القاهرة.
- بحري، صابر، وخرموش، منى. (04/12/2019). واقع المسن الجزائري في ظل اهم الحاجات النفسية والاجتماعية. مجلة دراسات في علوم الانسان والمجتمع، 02(05)، 90-99.
- بركات، وجدي محمد. (2009). أهمية التدخل المهني لإعداد برامج لتلبية احتياجات المسنين النفسية والاجتماعية لدمجهم في المجتمع، ورشة العمل الخليجية للعاملين والمتطوعين في مجال رعاية كبار السن بدول مجلس التعاون الخليجي، البحرين.
- بنت مبارك. (1982). رعاية المسنين في الإسلام، ابوظي: منظمة المؤتمر العالمي.
- جاب الله، الطيب، ولعموري، نظيرة، وبطاوي، بهية. (2021). المشكلات النفسية والاجتماعية لدى كبار السن واليات التكفل بهم. مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية. 6 (01)، 583-563. تم الاسترجاع من موقع <https://www.asjp.cerist.dz> -الخالدي، اديب محمد. (2006). علم النفس الاكلينيكي المرضي، ط (1). عمان: دار وائل للنشر والتوزيع.
- حلمي، غالي. (1992). الامراض العقلية والنفسية للكبر، الندوة القومية الندوة لقضايا الكبر والمسنين، وزارة الشؤون الاجتماعية، القاهرة، مصر.
- حمو على، خديجة. (2018). مساهمة الدعم النفسي الاجتماعي في تحقيق الصحة النفسية لدى المسنين. مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية. (35)، 254-241. تم الاسترجاع من الموقع <https://dspace.univ-ouargla.dz>

- خليفة، محمد عبد اللطيف. (1997). دراسات في سيكولوجية المسنين. القاهرة: دار الغريب.
- ذياب، لبنى. (2018). مستوى تقدير الذات وعلاقته بالصحة النفسية لدى كبار السن المتقاعدین عن العمل. NILES JOURNAL FOR GERIATRIC AND GERONTOLOGY 1(5)، 135-152. تم الاسترجاع من موقع https://niles.journals.ekb.eg/issue_6097_6469.html
- زهران، حامد عبد السلام. (2015). الصحة النفسية والعلاج النفسي. (ط4). القاهرة: عالم الكتب.
- زهران، حامد عبد السلام. (1999). الصحة النفسية والعلاج النفسي، (ط2). القاهرة: دار الكتاب.
- سعدي، سارة (2019). صحة النفسية وتقدير الذات لدى المسنين. (مذكرة ماستر، قسم العلوم الاجتماعية، جامعة يحي فارس، المدينة، الجزائر). تم الاسترجاع من الموقع <http://dspace.univ-medea.dz>
- سواكر، رشيد، وتواتي، عيسى. (2015). النمو النفسي والاجتماعي وحاجات المسنين في ضوء نظرية اريكسون، مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية، (11)، ص ص 115-124.
- شهيناز، عبد الهادي. (1986). الحاجات النفسية للمسنين. رسالة ماجستير، جامعة عين شمس، القاهرة، مصر.
- ضيف الله، حبيبة. (2023). الامراض المزمنة وأثرها على الصحة النفسية لدى المسنين: دراسة ميدانية على عينة من مسنين مرضى ارتفاع الضغط الدموي ومرض السكري النوع الثاني. مجلة العلوم الاجتماعية، 17 (01)، 01 - 18. Doi: 10.34118/ssj.v17i.3171
- غيث، راوية إسماعيل. (2013). دار المسنين. مشروع تخرج جامعة بوليتكنك، فلسطين.
- العامود، ميسون محمد، و الغامدي، عصام عبد الله، والطلحي، خالد علي، اخرون. (2014). الدليل الارشادي لبرنامج رعاية المسنين في المراكز الصحية (ط2)، الرياض: فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية.
- عبد الحميد، حسن نور الدين، والعزابي، أسامة عمر. (2022). الصحة النفسية ودورها في العملية التعليمية، مجلة التكامل (13)، 22-47.

- قناوي، هدى محمد.(1987). سيكولوجية المسنين. مركز التنمية البشرية و المعلومات: الجيزة، مصر.
- محمود، عودة.(1982).مرحلة الشيخوخة في المجتمع الكويتي المجلة العربية للعلوم الإنسانية، 3، (23).
- (منظمة الصحة العالمية،2023/10/20)، الصحة النفسية لدى كبار السن، تم استرجاعها في: 2023/11/27 <https://www.who.int/ar/news-room/fact-older-adults sheets/detail/mental-health-of->