

نظريات تفسر الشيخوخة

اعداد / م. م. زهراء خضير عباس

مقدمة: الشيخوخة عملية معقدة متعددة الأبعاد (بيولوجية، نفسية، اجتماعية) ولا يمكن تفسيرها بنظرية واحدة وسندرج أحدث النظريات التي فسرت مفهوم الشيخوخة :

1- النظريات البيولوجية للشيخوخة

هناك العديد من النظريات التي تناولت مرحلة الشيخوخة وما يتصل بها من تغيرات بيولوجية كونها الأساس في التغير السلوكي والنفسي والاجتماعي ولذا فإن النظريات البيولوجية من أهم النظريات التي تتصل بالمسنين بشكل كبير ، وان انصار هذه النظرية يرون ان مرحلة الشيخوخة تعتبر المرحلة البيولوجية النهائية في حياة الانسان حيث تحدث في هذه المرحلة عمليات هدم وتحلل للوظائف والأجهزة الحيوية تؤدي الى التدهور في الصحة العامة والوظائف البيولوجية وهو الامر الذي ينتج عنه نقص القدرة على التكيف وضعف القدرة على المقاومة والبقاء ، ولكن الانسان لا يموت بسبب الشيخوخة بل تضعف رغبته في الحياة وبالتالي يصبح معرضا لأمراض الشيخوخة كأمراض القلب والجهاز الدوري والتنفسي .

وبذلك تقدم النظرية ثلاثة نماذج يمكن من خلالها ملاحظة التغيرات البيولوجية للمسنين وهي على النحو التالي:

* النموذج البيولوجي الوراثي:

يؤكد هذا النموذج على دور العوامل الوراثية في التغيرات البيولوجية للمسنين حيث انه يمكن من خلال الشفرات الوراثية تحديد مدى العمر المتوقع للمسن بالإضافة الى تأثيرات الامراض التي من المحتمل ان تصيبه في هذه المرحلة .

* النموذج البيولوجي الغير وراثي:

يؤكد هذا النموذج على دور العوامل والوظائف الحيوية التي يؤديها جسم الانسان كإنتاج الفضلات والعرق .

* النموذج الفسيولوجي:

يرى أصحاب هذا النموذج ان السبب الرئيسي في حدوث الشيخوخة هو الخلل في الوظائف الحيوية وانها تؤثر تأثيرا كبيرا على النواحي الفسيولوجية حيث تختل

وظائف الجسم وهرموناته فيصبح الفرد غير قادر على التعاطي مع المتغيرات ومما يؤدي الى اصابته بالامراض العضوية.

2- النظريات النفسية:

هناك العديد من النظريات النفسية التي أكدت على الجانب النفسي للمسنين منها نظرية أريكسون وركزت هذه النظرية على شخصية الانا عند المسن ، وفاعليتها في النمو والتطور والتقدم مما يثمر عنها العديد من التغيرات النفسية والاجتماعية .

كما ان اريكسون استفاد من نظرية فرويد الا انه اعطى أهمية كبيرة للحاجات البيولوجية للمسن والتي لا بد من اشباعها ، ولذا فإن هذه النظرية تعتبر من النظريات النفسية الدينامية كونها تناولت الدوافع الحيوية والانفعالية وطرق التوافق بينها وبين متطلبات البيئة الاجتماعية بحيث يفترض اريكسون ان الظواهر النفسية للمسن تمر بتطورات بيولوجية وان النمو والتغير الاجتماعي في سلوكهم يسير وفقاً للنمو الفسيولوجي بفعل الانا ومن خلال العلاقة التبادلية بين جسم الانسان وعالمه ، وتساعد العملية الاجتماعية الفرد على المحافظة على استمراريته باعتبار الفرد تركيب عضوي وهو في الوقت ذاته عضو في المجتمع ومرتبطة بالثقافة والعمليات الاجتماعية التي تساعده على البقاء في المجتمع . وهذا كله يعني ان الحاجات البيولوجية عند المسنين هي الأولى بالاشباع حيث يترتب عليها بقية أنواع الحاجات الأخرى مما يساعد المسن على التكيف مع البيئة المحيطة به.

3- النظريات الاجتماعية

* نظرية النشاط او الفعالية

تنص هذه النظرية على انه ليحدث التوافق الفعال بين المسن والبيئة فيتوجب عليه ان يجد بدلا للأهداف الشخصية التي يسعى لها فمثلا عند فقدان المسن للعمل لا بد ان يجد بدلا لهذا الهدف من خلال تنمية نشاطاته بما يساعده على رفع روحه المعنوية ، فنجدها تركز على أهمية النشاط الاجتماعي في حياة الفرد بخلاف نظرية فك الارتباط التي سنتكلم عنها لاحقا ، وترى هذه النظرية بأنه أساس الحياة لجميع افراد المجتمع

وخاصة لدى كبار السن ان لا يتخلوا عن الأدوار التي كانوا يمارسونها في منتصف العمر ، واذما ما اضطروا لذلك فإنهم لابد وان يستبدلونها بأدوار جديدة تناسب قدراتهم وتشعرهم بالرضا عن ذاتهم وتحقق لهم نوعا من التوافق الاجتماعي .

ولكن الانتقاد الذي يوجه لهذه النظرية حيث انها تفقد الموضوعية المتمثلة بعدم مراعاتها الفروق الفردية والشخصية بين المسنين في مستوى النشاط ، بالإضافة الى رضا الفرد عن نمط الحياة المتبع في منتصف العمر فمثلا اذا اتسم نمط حياته في منتصف العمر بالجلوس والراحة فإنه ادعى لان يستمر عليه في مرحلة كبره ، كما ان هناك بعض الأدوار لا يمكن تعويضه ك فقدان الشريك او فقدان العمل ، كذلك فان الصحة والقدرة الجسمية يسهمان في الحد من قدرة المسن على ممارسة بعض الأنشطة .

* نظرية الاستمرارية

ان هذه النظرية جاءت لتعالج جوانب الضعف في نظرية النشاط حيث ان توافق المسن مع نفسه او مع من حوله في مرحلة التقدم في السن لا يرتبط بدرجة نشاطه سواء كان مرتفع او منخفض بشكل خاص وانما أساس توافق المسن يعود الى استمرار المسن في أدائه للأدوار التي كان يؤديها في حياته السابقة فهو الذي يساعده على الحفاظ على حيويته ويبعد عنه الاضطراب والعزلة ، فاستمرارية أنماط الحياة السابقة عند المسن تعتبر العامل الوحيد الذي يضمن التوافق في المراحل العمرية المتأخرة واتزان نمط حياته .

حيث ان هذه النظرية تبين ان مرحلة الشيخوخة من المراحل العمرية التي تؤثر تأثيراً كبيراً في حياة الفرد اذا لم يقم بالادوار المنوطة به بكل كفاءة واقتدار كالسابق.

* نظرية الازمة

وتعد احد النظريات التي فسرت سلوك المسن ونتائجه النفسية والاجتماعية وما يشكله من أزمات بعد تعديل دوره الذي كان يقوم به ، فبعد ان كان الفرد يؤدي نشاطاً منظماً اصبح بلا نشاط حيث يربط علماء الكبر بين التوافق النفسي الاجتماعي لكبار السن والعمل المهني او الوظيفي الذي يمارسونه في الكبر بعد ان قضوا فيه مدة غير قصيرة شكلوا خلالها حياة اجتماعية ومهنية واسعة وغنية بالخبرات ، وبمجرد فقدان هذا العمل بسبب التقاعد الاجباري او عوامل أخرى مما قد يعرض المسن لأزمة لم يكن متهيئاً نفسياً لمواجهتها مما يسبب له حالة خوف من المستقبل وعدم الثقة بالذات والآخرين .

*نظرية فك الارتباط او الانسحاب

ان هذه النظرية تعرف باسم نظرية التحليل السلبي حيث تقوم على ان الانسان في مرحلة الشيخوخة يبدأ بالانسحاب التدريجي من السياق الاجتماعي نتيجة تناقص الأنشطة التي كان يزاولها من قبل وضعف علاقته بالآخرين مما يسبب له الشعور بالقلق والخوف من المستقبل ، فعملية انسحاب المسن في هذه المرحلة عملية صحية وليست مرضية وهي عملية طبيعية أيضاً لان الفرد يرى بمجرد وصوله لهذه المرحلة من الكبر يصبح غير قادر على التفاعل الاجتماعي بصورة سليمة ، بالإضافة الى انها عملية متبادلة بين المسن والمجتمع فالمسن يقوم بقطع مختلف نشاطاته نتيجة لما يحدث لديه من تغيرات جسدية ونفسية داخلية وبالمقابل المجتمع يحرره من القيود والالتزامات ويجبره على التقاعد من كافة نشاطاته المختلفة .

وتقوم هذه النظرية على العديد من المبادئ الأساسية والمتمثلة بالاتي :

1- ان عملية فك الارتباط هي عملية حتمية من الناحية البيولوجية والنفسية وهي تنسم بالعالمية كونها تحدث في أي زمان واي مكان .

2- بإنسحاب المسن يستفيد الفرد والمجتمع من بعض الأدوار الاجتماعية .

3- عملية فك الارتباط تخدم الوظيفة الاجتماعية حيث تفتح أدواراً اجتماعية امام الآخرين وتؤدي الى انتقال القوة والمسؤولية من جيل سابق الى اخر قادم .

4- عملية فك الارتباط هي عملية داخلية لكبار السن وتخدم الوظيفة النفسية لهم وليست مرتبطة بالعوامل الاجتماعية وحدها .

5- عملية فك الارتباط هي شرط أساسي لعملية التوافق الناجح لكبار السن .

ولكن هناك العديد من الانتقادات التي واجهتها هذه النظرية والتي كان مفادها ان حتمية فك الارتباط او الانسحاب امر غير مقبول وخاطئ حيث تبين ان مرحلة الشيخوخة مرحلة الضعف وبالتالي يصبح المسن مهمش في المجتمع ويحرم من ابسط حقوقه في ممارسة الأنشطة التي يفضلها كالعبادات وزيارة الأماكن التي يفضلها إضافة الى ان الاتجاه السائد اليوم في المجتمعات المعاصرة هو تشجيع المسنين على الاندماج في الحياة وممارسة الأنشطة بكل مرونة .

* نظرية التبادل

ان هذه النظرية تقوم على أساس فكرة الاخذ والعطاء بحيث يحاول المسنين المالكين للقدرات إقامة علاقات تحقق لهم مصالحهم وقطع العلاقات التي تسبب لهم الجهد حيث تركز على المنفعة المتبادلة وتهمل الجوانب الإنسانية بما يجعل للفرد ان يبقي على العلاقات التي تزيد المنافع على الخسائر الا ان كبار السن يفتقرون للتبادلية في السلوك لأنهم يعتقدون انهم لا يملكون شيئاً يقدمونه نظير الرعاية والاحترام من الآخرين وبنظر انفسهم اصبحوا غير منتجين مما يؤدي الى وضع اجتماعي منخفض بالنسبة لهم ويتضاءل التفاعل الاجتماعي معهم وتتلاشى سلطتهم وبالتالي يصبحوا خاضعين لما تقرره حياتهم وظروفهم المحيطة بهم كنوع من التبادل مقابل الرعاية والامن الاجتماعي .

ولكن الانتقاد الذي وجه لهذه النظرية انها لا تتفق مع مبادئ الدين الإسلامي التي دعت الى بر الوالدين والإحسان لهما دون مقابل نظير ما يقدمونه لنا من خدمات ورعاية

ليس لها سقف زمني معين ، فهذه النظرية لا تتوافق مع عاداتنا وقيمنا الإسلامية الاصلية .

* نظرية التوافق

مفاد هذه النظرية في انها تقوم على عنصرين أساسيين هما : (التسوية الداخلية – التفاوض والتفاهم بين الأشخاص) فالتسوية الداخلية تتم في إعادة النظر في معايير اتخاذ القرار ، اما التفاوض بين الأشخاص فيتم في مناقشة الأهداف والطموحات مع الاخرين حسب المرحلة العمرية التي يمر بها المسن ، والفرد الذي يغير أهدافه وفقاً لسنه يشعر بالرضا والتفاعل الإيجابي مما يسمح له بالتوافق وأما الذي لا يستطيع أن يغير أهدافه فيشعر بعدم الرضا عن نفسه .

وهذا يبين بان التوافق النفسي والاجتماعي لدى المسنين يحدث نتيجة العديد من العوامل الداخلية التي تحدث للشخص في حد ذاته والعوامل الخارجية التي ترتبط ارتباطاً اساسياً بالبيئة والسياق الاجتماعي والحضاري.