

قياس قوة الانا لدى المسنين

في مدينة خانقين

الدكتور

هيثم احمد علي

2008

مستخلص

أن قوة الانا للفرد هو قبول الشعور بالمسؤولية تجاه حياته ، وأن يكون قادراً على توظيف هذا في أسلوب إيجابي . أما الشيخوخة فهي ظاهرة فرديه اجتماعيه لها احتياجاتها الخاصة و تتطلب أساليب أو طرائق مميزه لمساعدتها لنواحي القصور الجسمي و العقلي و النفسي و الاجتماعي بما يتناسب و المواقف الاجتماعيه الخاصه و كما يعد المسنون من الفئات المهمه في المجتمع نظراً لما قدموه للآخرين ومن خدمة لبلادهم خلال سنوات عملهم و عطائهم . فقد أستههدف البحث قياس (قوة الانا) لدى المسنين في مدينه خانقين و بعد تحليل البيانات أحصائياً تبين ان قوة الانا لدى عينه البحث كانت مرتفعه لدى المسنين وقد توصل الباحث الى عددٍ من التوصيات و المقترحات .

Abstract

Ego Strength is the individual's acceptance to the responsibility to ward his her life, dnd being capable of using this in a positive manner. Aging is an individual social phenomena that has its own needs and requires certain methods to help in the aspects of physical , mental , psychological and social deficiency in the words of speeifie social situations . Aged people are important class in society for many reasons that inelude what they had given to others and having experiencees and wisdom that many others may not have . The aims of the current study, Measuring ego strength in aged people in the Kanigin city .

مشكلة البحث وأهميته

الكبر و الشيخوخة ليستا بالظواهر الجديدة في حياة أي مجتمع قديماً أو حديثاً . و الجديد في أمرهما أنهما أصبحتا في هذا العصر مشكلة من المشاكل المهمة ليس فقط للمجتمع و أنما للمسنين أنفسهم . (كمال، 1983 ، ص653). إذ كثيراً ما يشعر المسنون بأنهم غير مفيدین و غير مرغوب فيهم ، فحينما يواجهون بعض المواقف الضاغطة في منتصف العمر أو كبر العمر يسيطر عليهم القلق و الاكتئاب ، و يبدأون بالتفكير و التأمل الذاتي بدرجة متزايدة و ينصتون الي ما بداخلهم حيث يفكر الكثير منهم في الوقت المتبقي لهم في الحياة أكثر من تفكيرهم في الوقت منذ الميلاد . (دافيدوف ، 1986 ، ص645) . إذ نرى أن بعض المسنين قد حققوا أنجازات عظيمة في مراحل حياتهم السابقة و شعورهم بتحقيق الانجاز يدعى ب(قوة الانا) (Ego strength) الذي يعني شعور الفرد بأنه حقق أنجازات ناجحة في الحياة . و الشعور بالحكمة و تقبل حتمية الموت ، بينما نجد ان البعض الآخر لم يستفد من الوقت و الفرص التي منحت له فيشعر في سن الشيخوخة باليأس (Despair) و القلق من حتمية الموت (حسن و فهمي ، 2000 ، ص64) كما يعد توافق المسنين للتقاعد أزمة (Crisi). لأن لها عوامل سلبية ستنبثق منها مثل فقدان المنزل و فقدان الهوية ووقت الفراغ غير المنتج . وكل تلك علامات مميزة لعدم القدرة على الانجاز و الارتباك في الاجابة على الاسئلة المتعلقة بكيفية تمضية الوقت . (بيسكوف ، 1984 ، ص562). إن وضع كبار السن في مؤسسات الرعاية قد يكون بحد ذاته صدمة شديدة لصورتهم الذهنية عن انفسهم ، إذ أن الشخص يصبح حسب التعريف الاجتماعي أحد أفراد صنف المسنين . (هانت و هيلتن ، 1988 ، ص377) فقد أفادت نتائج العديد من الدراسات النفسية الى أن كبار السن يرغبون في ان يتلقوا الرعاية في بيوت أبنائهم ، و لا يرتاحون لرعاية المؤسسة أو دور رعاية المسنين ، فأستمرار المسن في المناخ الأسري نفسه الذي أمضى فيه حياته يبعث على أطمئنانه النفسي و توافقه الاجتماعي أكثر من اي مناخ آخر و كما يعد وجود المسنين في المنزل امتيازاً و بركة ووقاراً و تحقيقاً للوئام و المحبة و الود بين أفراد الاسرة . (الزبيدي ، 2007 ، ص38) . و عند عدم تحقيق أهداف عبر مراحل الحياة فيشعر المسنون في هذه المرحلة المتأخره من العمر بعدم الرضا عن أنفسهم و الحياة ، و ينمو لديهم الشعور باليأس و فقدان الأمل . غير أن التحدي الرئيسي الذي يواجه المسنين في شيخوختهم هو تحويل سنواتهم العجاف هذه الى شعور بالتعزيز و أضفاء المعنى على حياتهم . كما ان المهمة الاساسية لقوة الانا تتضح في الشعور بالرضا من الحياة السابقة و بغياب الخمود و اليأس ، فأذا تغلب الشعور بقوة الانا على الشعور بالاحباط فيكون الناتج من ذلك هو التوافق النفسي الذي ينتج (الانا) المتصفه بالحكمة أو عدم الارتباط بالحياة في مواجهة الموت . و تقبل كل الاحداث و الخيارات الماضية كما هي و كأنها محتمة (Erikson.1963.p1-4) ولا سيما العناية بالمسنين تعد من ظواهر القرن العشرين . إذ حث الاسلام على بر الوالدين و الاحسان اليهما في كل مراحل العمر و ضرورة رعايتهما في مرحلة الكبر ، وقد ركز الاسلام كثيراً على النواحي النفسية و الاجتماعية و الانسانية للمسنين و جعل المسؤولية فيها مشتركة بين الأسرة و الدولة و المجتمع ، فرعايه الأبوين و البر بهما و طاعتهما و التودد لهماهي من أهم واجبات الأسرة . قال تعالى ((وقضى ربك ألا تعبدوا الا اياه و بالوالدين إحساناً إما يبلغن عندك الكبر أحدهما أو كلاهما فلا تقل لهما أف و لا تنهرهما و قل لهما قولاً كريماً)) (سورة الاسراء الآية 123). وفي سن الشيخوخة يتأثر الفرد بمفهومه عن ذاته الى درجة كبيرة و بطبيعة التاريخ التكويني لعاداته من جهة ، ونظرة المجتمع المحيط به الى الشيخوخة ، بما في ذلك من تقبل أو رفض من جهة أخرى (الشاوى و آخرون ، 2001 ، ص58) ويؤكد أريكسون هذا بقوله : أن الشخصية السليمة أو النمو الناضج ماهو الا نتاج النمو السليم لعمليات النمو المبكر و ما يرتبط بها من خبرات و التي تعد مظهراً من مظاهر النمو الصحيح للأنسان (بهنام ، 2001 ، ص63) فقد أكد (يونك) أهمية النشوء النوعي لشخصية الانسان الذي يكون عملاً وظيفياً ممكناً ١٢ بعد مدة التحرر من نقائص الوجود البشري لتطور

الانسان ، و بهذا عدّ (يونك) سني الكبر من مدة الحياة هي الاكثر أهمية (بيسكوف ، 1984، ص300). ويؤكد لكي (Lecky) أهمية المحافظة على وحدة تنظيم الفرد لأفكاره و شخصيته ، اذ ينظر الى الشخصية على أنها وحدة بنائية مفردة غير قابلة للتقسيم و ضرورة وجود أفكار منطقية متساوية بين الفرد و ذاته (صالح ، 1988 ، ص57) . ويرى راجح (1976) علاقةً ايجابية بين قوة الشخصية و الصحة النفسية و التوافق الاجتماعي السليم (راجح ، 1976 ، ص442) ولقد أثبتت الأبحاث النفسية أن الاحتفاظ بالمهارات الذهنية لدى المسنين يكون أفضل ما يكون بين المتعلمين و الطبقة الوسطى و من تمتعوا بالصحة الجيدة عبر حياتهم و من كان تناولهم للحياة مرنا و المرونة أمر مهم لأن الحياة مليئة بالتغيرات (Worshofskyq .1999.p246) كما أكد أريكسون أن النجاح التام في كل مرحلة من مراحل نمو الفرد يسهم في تكوين شخصية سوية مع تفاعل ناضج و مثمر مع الآخرين (Erikson ,1963,p.40) . وتشير دراسة حسين (1995) الى وجود علاقة ايجابية بين تقبل الذات لدى المسنين و بين متغيرات تقبل الآخرين و التوافق الأسري ، و تقويم الآخرين من وجهه نظر المسن ، و الحالة الزوجية ، وعدد الأولاد (حسين ، 1995 ، ص121) ونتيجة للزيادة في أعداد المسنين في العالم استدعت الحاجة محاوله فهم الطرائق و الأساليب التي يتوافق بها المسنون مع شيخوختهم ، و لاسيما ما يتعلق بفقدان شريك حياتهم و ذويهم و أصدقائهم و صحتهم الجسمية و قلة مشاركتهم الفاعلة في المجتمع و مساهمة التغيرات السلبية للتقدم في العمر . (Eysenck,2000,p.480) . اذ من المتوقع أن يبلغ عدد من بلغ الستين أو أكثر بليون فرد عام (2020) أكثر من ثلثيهم في العالم الثالث ، فسيغزو الشيب الأبيض العالم وستتغير الخريطة الديموغرافية فيه ، وليشهد عصرنا مولد علم الشيخوخة (Gerontology) الذى يستهدف مضاعفه طول مدة الحياة و إمكانية تحرير الخريطة الوراثية للأفراد و التخلص من الكثير من أمراض الشيخوخة التى أبتلى بها الانسان منذ فجر التاريخ (Worshofsky,1999,p.246) . سيما المسنون يكونون عنصراً ثميناً في المجتمع و ركناً مهماً في تنميته مما يستدعي خلق الظروف التي تمكن المسنين من العمل و المشاركة و العيش في مجتمعاتهم أطول مدة ممكنة و كما يرغبون لتحقيق حياة سعيدة و شيخوخة أفضل و تعبيراً عن بعض ما أسهم به المسنون في خدمة بلادهم خلال سنوات عملهم و عطائهم . سيما أن هذه الفئة العمرية لم تحظ بالاهتمام و البحث مثلما استأثرت فئات عمرية أخرى مثل الطفولة و المراهقة ، ونظراً لارتفاع نسبة المسنين فإن هناك حاجة ملحة لدراسة الاحتياجات المتعددة لهم .

أهداف البحث

يستهدف البحث الحالي : قياس مستوى قوة الانا لدى المسنين.

حدود البحث

تحدّد البحث الحالي بالمسنين من الذكور في مدينه خانقين و ممن بلغوا الستين من العمر فأكثر .

تحديد المصطلحات

أولاً :- قوة الانا Ego strength

تعريف إريك إيركسون Erik Erikson

قبول نابع من الشعور بالمسؤولية تجاه حياته ، و ان يكون قادراً على توظيف هذا في أسلوب إيجابي و طبقاً لأريكسون فإن تحقيق هذا التكامل يعني قبول الفرد نفسه تماماً و القبول بحتمية الموت (Erikson,2000) و يضع أريكسون قوة الانا مرحلة أساسية أخيرة في النمو النفسي الاجتماعي لدى الكبار للحصول على فضيلة الحكمة ، إذ يؤكد أريكسون أن هؤلاء المسنين يحصلون على إدراك عميق و تقدير لمعنى الحياة . بينما يواجه البعض تحديات في قبول الذات أو رفض الذات أي اليأس (Thomas, 2001, p.57) .

ثانياً :- المسن Aged

تعريف منظمه الصحة العالمية (1972) :

يعدّ سن الخامسة و الستين على أنها بداية الاعمار (كبر السن) لان هذه السن تتفق مع سن التقاعد في معظم الدول (الزبيدي ، 2005 ، ص11) .

الاطار النظري

١- يونك Jung (1943) :

يرى يونك أن عملية تحقيق الذات ، تتأثر كثيراً بصورة عامة بعدد المنجزات التي اكتسبت وصولاً الى الشخصية المتكاملة و بعبارة أخرى كلما أمكنهم الاقتراب من أن يكونوا أناساً محققين لذواتهم (بيسكون ، 1984 ، ص62) ويعتقد يونك بأن الشخصية تتكون من نظم متعددة هي الانا و الذات و حالات الشعور و اللاشعور و الوظائف و القناع و اتجاهات الانطواء و الانبساط و نظم الطاقة النفسية و الجسمية و على قمة هذا كله توجد الذات (صالح ، 1988 ، ص38) كما أن الذات تعطي للشخصية التوازن و الاستقرار و الثبات النسبي ، ولا يتحقق ذلك الا في أواسط العمر (الشماع ، 1981 ، ص35) . فقد وجد ليتل (Little) (1995) أن المسنين الحاصلين على درجات تعليم عالية يحسن تقدير الذات و يسهم إيجابياً في نموهم النفسي و نشاطهم العقلي و ينمي الاحساس بالنضج و العناية بالأنسا و الاهتمام بالآخرين (Little 1995.p.2970) ويشير يونك الى أهمية الماضي و المستقبل في توجيه سلوك الفرد^{١٤} فالماضي يؤخذ في الحسبان كونه نظرة الى الخلف

و المستقبل تطلع الى الأمام (هول ، 1971 ، ص108). كما أن التحقيق الكامل للذات لا يتحقق الا عن طريق الادراك و المعرفة الكاملة للذات (شلتز ، 1983 ، ص165) اذ أظهرت دراسة توماس Thomas (1969) أن تكامل الشخصية العالي يؤدي الى تفوق إدراكي و معرفي في المرونة المعرفية و التعقيد المعرفي (fox, 1976, p.76 man) و يجد المرء ملازمة طبيعية بين نظرية يونك في تحقيق الذات و ما عند ماسلو Maslow في معالجة لتحقيق ذات الكبير ، الذي يمثل بالنسبة لة قمة الشخصية المتناهية نمواً كاملاً (بيسكوف ، 1984، ص62) .

٢- ماسلو Maslow :

ان الافتراض الأساس في نظرية ماسلو هو أن دوافع السلوك مصدرها الحاجات غير المشبعة (أو التي لم يتسن للفرد إشباعها) و أن الحاجات المشبعة تفقد تأثيرها كونها قوة محركة و دافعة للسلوك أي أنها لا تشكل محدداً من محددات السلوك (باقر ، 1984 ، ص 147) وناقش ماسلو الخصائص البارزة لدى الناس المحققين لذواتهم بصورة فعلية و يؤكد أن بعض الأشخاص قد وصلوا الى تحقيق ذواتهم أمثال أليينور روزفلت و ولت وايتمان و آخريين ، وكذلك عدد من الناس الذين هم أقل شهرة من الذين درسهم ، ويرى ماسلو أن تحقيق الذات يعني آخر مرحلة في نمو الذات أي ما يؤدي الى تكاملها .

٣- أريكسون 1963 :

أطلق أريكسون مصطلح الازمات (Rises) على التحديات البيئية التي تواجه الفرد خلال مراحل نموه وقد يتم حل هذه الازمات أما بأسلوب متوافق أو بأسلوب غير متوافق و ان تعامل الفرد في المراحل اللاحقة لنمو شخصيته يعتمد على حل الازمات في المرحلة السابقة بصورة مرضية كما و أن أريكسون عدّ مراحل نمو الشخصية بأنها تستمر بالنمو خلال جميع المراحل العمرية ، كذلك أكد أريكسون تأثير المجتمع و الحضارة على شخصية الفرد (الربيعي ، 1994، ص23) و يقترح أريكسون بأن لكل مرحلة وقتاً محدداً و مناسباً Optimal Time لا يمكن تخطيه ، و اذا أشبعت أي مرحلة من هذه المراحل بشكل ناضج و إيجابي ، فأننا نحصل على خاصية أو طاقة نفسية تساعد في الانتقال بنجاح في المرحلة التي تليها ، و اذا حصل العكس ، فأن سوء التكيف و الحقد ينمو في تلك المرحلة ، وقد نجازف بهذا بكل مراحل النمو في المستقبل و ان إحدى إبداعات أريكسون هو تقسيماته لمراحل النمو الثمان أي بزيادة ثلاث مراحل في مرحلة الرشد و أن هذه المراحل الحيوية و المهمة في نمو الشخصية و حسب ما قسمها أريكسون هي :-

المرحلة الأولى (الثقة مقابل عدم الثقة Trust .vs. Mistrust)

وهي مرحلة الاحساس الفمي وهي تقريباً تقع في السنة الأولى من حياة الطفل و الغرض الأساس في هذه المرحلة هو تنمية الثقة و لكن من دون إزالة القدرة على عدم الثقة بشكل تام ، فأذا قام الوالدان بمنح هذا الطفل درجة عالية من الألفة و الانسجام و القدرة على الاستمرار ، فأن هذا الطفل سينمو اجتماعياً و سيتوقع من المجتمع أن يوفر له الحب و الأمان مثلما كانت رعاية الأبوين له ، و بالتبعية فأن هذا الطفل سيتعلم الثقة بالآخرين كما تنمو لديه الثقة بإمكاناته الجسمية و دوافعه البيولوجية التي تنمو و تستمر معه . و بالضد من هذا اذا كان الأبوان غير محل ثقة و لا يتمتعان بالأهلية لذلك و اذا ما قاما برفض الطفل فان هذا الطفل سينمو لديه شعور بعدم الثقة بالآخرين و سيتوقع الشر منهم وبالنتيجة سيكون شكوكاً فيمن حوله من الناس .

المرحلة الثانية (الاستقلالية مقابل الشك (Autonomy. vs.shame and doubt

وتسمى بالمرحلة الأستية – العضلية و تبدأ من بداية الثمانية عشر شهراً الى الثلاث أو اربع سنوات من عمر الطفل . و المهم في هذه المرحلة هو انجاز درجة من الاستقلالية بينما يتم تقليل الشعور بالخجل و الشك فأذ قام الوالدان بالسماح للطفل عندما يقوم بالمشي ... باكتشاف و استخدام مايقع في بيئته فأن هذا الطفل سينمو لديه شعور بالاستقلالية . فمن السهل على الطفل نوعاً ما أن ينمي عوضاً عن ذلك الشعور بالخجل و الشك عندما يمنع الأبوان و بقوة أي محاولة لدى الطفل للاستكشاف و أن يصبح مستقلاً بنفسه .

المرحلة الثالثة (المبادرة مقابل الشعور بالذنب (Initive. vs. Guilt

وهي المرحلة الاستقلالية ، و تبدأ من عمر الثالثة أو الرابعة الي عمر الخامسة أو السادسة . و المهمة التي تواجه كل طفل في هذه المرحلة هو تعلم القدرة على المبادرة من دون شعور كبير بالذنب . و القدرة على المبادرة تعني الاستجابة الايجابية للقيام بالتحدي في مواجهة العالم و تتمثل في القدره على تحمل المسؤوليات المختلفة أو تعلم مهارات جديدة و الشعور بالمعنى ، و يستطيع الآباء تشجيع الطفل في القدرة على المبادرة عن طريق تشجيع الأطفال على أكتشاف و تجربة أفكارهم ، كما يجب تقبل و تشجيع حب الاستطلاع و الخيال .

المرحلة الرابعة (المثابرة مقابل الشعور بالنقص (Industry. Vs. Inferiority

وهي مرحلة الكمون أو عمر المدرسة الذي يبدأ من السادسة الي الثانية عشرة. و المهمة في هذه المرحلة هي تنمية القدرة على الشعور بالمثابرة أو العطاء في الوقت الذي يجب تجنب الشعور بالنقص التي قد تحصل ضريبة للدراسة في المرحلة الابتدائية ، كما يجب تعزيز الأطفال على الخيال و تكريس أنفسهم للدراسة و تعلم المهارات الاجتماعية بسبب وجود جو اجتماعي واسع في هذه المرحلة .

المرحلة الخامسة (الشعور بالهوية مقابل اضطراب الهوية (Ego Identity Rollo Confusion

هذه المرحلة هي مدة المراهقة التي تبدأ من سن البلوغ و تنتهي في سن الثامنة عشر أو العشرين من العمر و المهمة خلال مدة المراهقة هي التعرف على هوية الأنا و تجنب صراع الهوية . أن مدة المراهقة إحدى أهتمامات أريكسون المهمة التي يرى فيها الأساس لتشكيل أنماط التفكير في كل المراحل القادمة . ان هوية الأنا تعني معرفة الفرد لأناه ، وكيف يضع هذه الأنا بدقة بين أفراد المجتمع ، وهذا يستدعي التكلم على كل ما تعلمه عن نفسه و الحياة ووضعها بشكل متفاعل و موحد بما يسمى بصورة الذات Self – Image و الشئ الأساس في هذا أن يكون الفرد إنساناً ذا معنى و فاعل في المجتمع و المهمة الاساس هي التعرف على استجابات المراهق المختلفه و اعطاؤه دوراً و أنموذجاً واضحاً وفتح قنوات الاتصال الاجتماعي معه .

المرحلة السادسة (المودة مقابل العزلة (Intimacy .vc. Isolation

هذه المرحلة تبدأ من أواخر عمر الثامنة عشرة الى الخامسة و العشرين ، وتسمى بمرحلة الشباب فهي الأكثر صخباً من مرحلة الطفولة و المهمة في هذه المدة هو أنجاز بعض درجات ما يسمى بالمودة و الألفة و بالمقابل العزلة . و المودة و الألفة تعني القدرة على البقاء قريباً و محبوباً من الآخرين كمحب أو صديق في المجتمع لأن هذا ينمي الاحساس الواضح بالأنا . ويتسم سلوك البعض في هذه المرحلة بالمجازفة و قلة النضج ووضع أهداف كثيرة قبل الزواج و انجاز التحصيل الدراسي و الحصول على وظيفه و امتلاك بيت و يحتاج الراشد في هذه المرحلة لتأكيد ذاته أكثر و لاسيما دوره الجنسي و يحتاج لاثبات هويته عن طريق رفيق ما و هذا ما يتجسد في الرغبة في¹¹⁶ الاستقلال و الزواج . أن الألفة و المودة المفرطة

في هذه المرحلة هي سوء تكيف و يطلق عليها مصطلح Promiscuity وهو ميل الى المودة و البساطة الكاملة و السطحية مع الآخرين . و المقابل فأن العزلة المفرطة هي سوء تكيف يطلق عليه مصطلح Exclusion وهو ميل للحرمان و العزلة بالنفس من الحب و العلاقات مع الأصدقاء و المجتمع و تنمية كراهية كبيرة تعويضاً عن الشعور بالوحدة .

المرحلة السابعة (الانتاجية مقابل الركود . Generatively . vs. Stagnation)

وهي مرحلة سن الرشد الوسطى وتمتد من الخامسة و العشرين الى أواخر الخمسينات ، و يبدأ هنا الشعور بوحز الوقت ، ان القدرة على الانتاج تعني الحب و الانجاب و المساهمة في حياة الاجيال القادمة في المستقبل . و هذا هو الحب الحقيقي ، مع توقع ضمني بأن يكون متبادلاً مع الآخرين . كما أن القدرة على الانتاج ليست بالتكاثر و تربية الأطفال فقط ، و لكن من خلال القيام بالأعمال الخلاقة مثل تعلم الآداب و العلوم المختلفة و الفاعلية الاجتماعية و المساهمة في الأعمال الخيرية وأن يكون منتجاً في كل الأحوال . أما الاختيار الثاني في هذه المرحلة فهو الركود و من الصعب تخيل عدم الركود في حياتنا المختلفة ، و الركود قد يأتي عن طريق تشتت طاقات الفرد في مواضيع كثيرة و متنوعة . هذه المرحلة هي مرحلة أزمات منتصف الحياة و يتذكر الرجال و النساء أحياناً حياتهم السابقة و يسألون السؤال الكبير و السيئ في نفس الوقت لماذا أعمل ؟ و لأجل من ؟

المرحلة الثامنة (تكامل الأنا مقابل اليأس . Ego Integrity .vs. Despair)

أنها المرحلة الأخيرة ، التي تبدأ في الستينات ، وقد يقابلها المسن بالتأثر او عدم الاكتراث على أنها مرحلة متأخرة من العمر . وفي نظرية أريكسون فأن الوصول الى هذه المرحلة هو شيء جيد عندما يتم الاعتبار بكل ما حدث في مراحل النمو من دون القيام بالتذكر الدائم لكل ما حدث . أن المهمة في هذه المرحلة هي نمو الانا مع قدر قليل من اليأس . و على الرغم من أن هذه المرحلة تمتاز بالفطنة و البصيرة و لكنها من أصعب المراحل . أنها تبدأ أولاً بالانفصال عن المجتمع و الاحساس بقلة الفائدة . و يواجه بعض المتقاعدين صعوبات أكثر و لاسيما من كان يعد واجباته في العمل شيئاً مقدساً و يجد نفسه بعد ذلك غير مطلوب و لا يحتاجه أحد فضلاً عن شعوره بالعجز من الناحية البيولوجية . و يتولد لدى النساء أحياناً شعور مأساوي بانقطاع الحيض و الرجال غالباً ما يجدون أنفسهم ضعيفي القدرة على اغتنام الفرص و الخوف من الامراض التي ترافق التقدم في العمر ، لأن التعايش مع هذه الأمراض شيء يذكرنا بالموت فضلاً عن انحسار العلاقات و الأصدقاء و موت الزوج أو الزوجة و المؤكد أن الكل سيواجه نفس المصير و على أساس هذه المعنى فأن الكل سيواجه شعوراً باليأس و استجابة لهذا ... فأن بعض كبار السن يصبحون مشغولي البال في الماضي و تذكر حالات الفشل و النجاح في مراحل حياتهم المختلفة . وأن الشعور بقوة الأنا يعني تقبل حتمية الموت عند الشعور بالاقتراب من الأجل في نهاية الحياة . و تقبل كل الأحداث و الخبرات الماضية كما هي و كأنها محتمة . و الميل الى سوء التكيف في هذه المرحلة يسمى بالعجرفة عندما يخمن المسن بقوة الأنا من دون مواجهة حقيقية مع الصعوبات التي يتعرض لها في هذه المرحلة . و يقترح أريكسون بأن الفرد يجب ان يكون نوعاً ما ذكياً و ذا مواهب حساسة لكي يكون حكيماً حقيقياً . و تعلم هذه الحكمة ليس بالكلمات التي تنطق بالحكمة و لكن عن طريق أسلوبهم البسيط و الرقيق عن الحياة و الموت و عن طريق سخائهم الروحي (Erikson, 1963,p1-41). كما أشار توماس (Thomas 1995) الى أن المسنين الحاصلين على درجات تعليم عالية على وفق نموذج أريكسون لتكامل الانا قد حققوا مكاسب إيجابية متنوعة في حياتهم السابقة و ١١٧ إيجابية في الرضا عن الحياة و توظيف تجاربهم في

خبرات جديدة مما يساعدهم على تحقيق تكامل الانا لديهم (Thomas, 1995 .p.226). وتوصلت دراسة ليو (Lio 1995) الى أن عينة من النساء المسنات اللواتي حققن ذواتهن في مراحل النمو النفسي و الاجتماعي على مقياس أريكسون سجلت درجات على مقياس التحمل النفسي و تقدير الذات أعلى من زميلاتهن اللواتي حققن درجات واطئة على المقياس نفسه (Lio,1995.p3414).

منهجية البحث

• عينة البحث

يتطلب البحث الحالي عينة قصدية من المسنين بعمر (60) سنة فأكثر من المتقاعدين في مدينة خانقين و البالغ عددهم (40) فرداً جميعهم من الذكور.

• أدوات البحث

تطلب البحث الحالي أداة لقياس قوة الانا . فقد استعمل الباحث مقياس قوة الانا الذي أعده (عقيل خليل ناصر) (2003) و الذي يتكون من (48) فقره، يجاب عنها بأختبار بديل من أحد البدائل الثلاث (موافق ، متردد ، غير موافق) ويعطي للبدائل الأوزان (1،2،3) على التوالي بالنسبة للفقرات الايجابية و العكس من ذلك بالنسبة للفقرات السلبية . وتم عرض فقرات المقياس على مجموعة من الخبراء ، ملحق (1) المختصين في علم النفس لبيان صلاحية الفقرات فكانت جميعها صالحة بنسبه اتفاق (80%) . إذ تمتع المقياس بمؤشر الصدق الظاهري و بمعدل ثبات قدره (81%) بطريقة إعادة الاختبار . و جرى التطبيق على أفراد العينة ملحق (2) .

• الوسائل الاحصائية

أستخدمت الوسائل الأحصائية الآتية في البحث الحالي .

١. الاختيار التائي (T – Test) لعينة واحدة .

٢. معامل ارتباط بيرسون لاستخراج الثبات بطريقة إعادة الاختبار.

النتائج و مناقشتها

فيما يأتي ملخص بنتائج البحث على وفق أهدافه المحددة ، بلغ متوسط درجات أفراد عينة البحث على مقياس قوة الانا (102،87) بأنحراف معياري مقداره (13،39) و بمقارنة هذا المتوسط الفرضي للمقياس وهو (96) بأستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة تبين وجود فرق ذي دلالة أحصائية عند درجة حريه (39) و مستوى دلالة (0،05) كما موضح في الجدول الآتي

الاختبار التائي لعينة واحدة لمعرفه مستوى قوة الانا لدى أفراد عينة البحث

حجم العينة	متوسط العينة	الانحراف المعياري	المتوسط الغرضي	القيمة الثانية المحسوبة	القيمة الغائبة الجدولية	مستوى الدلالة 0,05
40	102,87	13,39	96	3,080	2,021	دال

يتضح من الجدول ان متوسط درجات المقياس لدى أفراد عينه البحث هو أعلى من المتوسط الفرضي للمقياس . و هذا يشير الى أن عينة البحث تتصف بمستوى عال لقوة الانا . وهذه النتيجة تعد إيجابية و تدعو الى التفاؤل إذ تؤكد على طبيعة الانسان الخلاقه في تحقيق قوة الانا وهذا يتفق مع نتائج دراسة ريتشارد Richard وجيكس عام (1992) بأن الافراد ذوي تحقيق الذات العالي أكثر تفاؤلاً بمقارنة الافراد ذوي التحقيق الواطي للذات (Richard & Jex, 1992, pp.331-338) . على الرغم مما مر بالمجتمع العراقي من حروب متعددة مصحوبة مدة طويلة من الحصار الامر الذي يستدعي تحمل المسؤولية بوعي و أصرار على أشباع حاجاتهم المختلفة على نحو أكثر فاعليه مع توافر القناعة الشخصية بكل ما حققه هؤلاء المسنون وان الحياة لا تمنح كل الفرص بصورة متساوية بين الأفراد . و هذا ما أكده أريكسون بقوله أن الشخصية السليمه او النمو الناضج ما هو الا نتاج النمو السليم لعمليات النمو المبكر و ما يرتبط بها من خبرات و التي تعد مظهراً من مظاهر النمو الصحيح للأنا . وهذه النتيجة تتفق مع ما أشار اليه ماسلو و يونك بأن تحقيق الذات لا يحصل الا في مرحله عمرية كبيرة ، و تتأثر بصوره عامة بعدد الخبرات التي أكتسبناها لنحصل على الشخصية المتكامله . كما يؤكد راجح وجود علاقة إيجابية بين قوة الشخصية و الصحة النفسية و التوافق للاجتماعي السليم .

التوصيات و المقترحات

التوصيات

بناءً على ما أظهرته نتائج البحث فان الباحث يوصي بالآتي :-

١. تخصيص يوم وطني للمسنين تقديرًا لهم .
٢. الارشاد و التوجيه النفسي لكبار السن ، و ذلك حتى يتقبلوا أنفسهم بصورتهم الجديدة بعد ترك العمل و شعورهم بالفراغ .
٣. إنشاء أماكن خاصة للمسنين يمارسون فيها هواياتهم المفيدة .
٤. الدعوة إلى اهتمام المنظمات الاسلامية وبالتعاون مع المنظمة الاسلامية للعلوم الطبيه في إصدار وثيقة بحقوق المسنين من منظور إسلامي و إعلانها .

المقترحات

يقترح الباحث الآتي :-

١. إجراء دراسات تستهدف التعرف على علاقة قوة الانا بمتغيرات أخرى مثل (التحصيل الدراسي ، الحالة الاجتماعيه ، نوع الجنس) .
٢. إجراء دراسات تستهدف التعرف على العلاقة بين قوة الانا و الاكتئاب ، و العزلة الاجتماعية .

المصادر

١. القرآن الكريم
٢. كمال ، على ، 1983 ، النفس أنفعالاتها و أمراضها و علاجها ، الطبعة الثانية . دار واسط – بغداد
٣. دافيدوف ، ليندال 1986 ، مدخل علم النفس . ترجمة سيد الطواب و محمود محمد ، القاهرة ، ماكجر و هيل للنشر .
٤. حسن ، نورهان منير و منير و فهمي ، محمد سيد 2000 الرعاية الاجتماعية للمسنين الاسكندرية . المكتبة الجامعية .
٥. بيسكوف ، ليدفور د.ج 1984 علم النفس الكبار ترجمه . دحام الكيالي و عايف حبيب ، بغداد . المنظمه العربيه للتربيه و الثقافه و العلوم .
٦. هانت ، سونيا و هيلتين ، جينيفر 1988 نمو شخصية الفرد و خبره الاجتماعيه ترجمه قيس النوري ، بغداد ، سلسله المائه كتاب ، دار الشؤون الثقافيه العامه .
٧. الزبيدي ، هيثم أحمد ، 2007 ، الشيخوخه محور أهتمامنا ، مجلة رؤيه ، العدد (33) السنه الثالثه ، السليمانية .
٨. بهنام ، شوقي يوسف 2001 الآليات الدفاعيه و علاقتها بقوة الأنا ، جامعه بغداد كلية الآداب (رساله ماجستير غير منشوره) .
٩. راجح ، أحمد عزت 1976 أصول علم النفس ، القاهرة المكتب المصري الحديث .
١٠. صالح ، قاسم حسين 1988 الشخصية بين التنظير و القياس ، بغداد ، وزارة التعليم العالي و البحث العلمي .
١١. حسين ، عبد العزيز حيدر 1985 . ١٢. تقبل المسنين لذواتهم و الآخرين و

علاقتها ببعض المتغيرات ، جامعة بغداد ، كلية الآداب (رسالة ماجستير غير منشوره) .

١٢. الزبيدي ، كامل علوان ، 2005 ، علم النفس الكبار ، بغداد .
١٣. الشماع ، نعيمه 1981 الشخصية ، النظرية ، التقييم ، مناهج البحث . القاهرة ، المنظمه العربيه للتربيه و الثقافه و العلوم .
١٤. شلتز ، داوون 1983 نظريات الشخصيه ، ترجمه ، حمد دلي الكربولي و عبد الرحمن القيسي ، بغداد ، مطابع التعليم العالي
١٥. باقر ، عبد الكريم محسن و حمزه ، كريم محمد 1984 علم النفس الاداري ، بغداد ، وزارة التعليم العالي و البحث العلمي .
١٦. ناصر ، عقيل خليل ، 2003 ، تكامل الأنا لدى المسنين و علاقته ببعض المتغيرات ، رسالة ماجستير غير منشوره ، جامعة بغداد ، كلية الآداب .

- 1-Erikson ,E.(1963) Childhood and Society 2nded .NY.Norton .
- 2-Worshofsky , freed.(1999)stealing Time , the new science of aging . New York; t.v. books.
- 3-Eysenck , Michael w .(2000) psychology astudents Hand book . London; Taylor &Francis Group .
- 4-Thomas .j .(1995) the Relationship of organized Educational Classes Taken by older Adult . DAI – A55 110,p.3068 .
- 5-Lin , E .(1995) the Relationship of Weight pereception and srlf – Esteen to the psychological Development in Wimen Dissertation Abs tracts . DAI – B57105 , p. 3414 .
- 6-Foxman . p . (1976) Tolerance for Ambiguity and self – Actuolization . Journal of Personality Assessment . vo1 .40 no .1,pp.67-89 .
- 7-Little , c.D.(1995) How seeking A Higher Education Degree functions in Late – Life Development . Disser Tation Abstracts DAI – A56108 , p.2970 .
- 8-Richard ,R.&Jex,s (1992) Furher Evidence For The Valididity of Short Index of Self – Actualization . Journal of Social Behavior and Personality vol . 6 ,No . 5 , pp. 331 – 338 .

ملحق (1)

الخبراء المختصون :

- ١- الاستاذ الدكتور نزار محمد أمين – كلية الطب / جامعة السليمانية
- ٢- الدكتور مناضل عباس – كلية التربية / جامعة السليمانية
- ٣- الدكتور دينا طيب – كلية الاداب / جامعة السليمانية
- ٤- الدكتور حسن الفلاح – كلية التربية / جامعة السليمانية
- ٥- الدكتور آزاد علي – كلية التربية / جامعة كوية
- ٦- السيده مها علي – كلية الاداب / جامعة السليمانية

ملحق (2)

مقياس قوة الأنا بصيغته النهائية

نضع بين يديك مجموعة من الفقرات التي تعبر عن عدد من الخصائص و الصفات الشخصية . لذا نرجو منك الأجابة عن فقرات هذا الاستبيان بكل صراحة و دقة و موضوعية ، وقد وضعت بدائل تعبر عن درجة قبولك بها . و المطلوب منك وضع علامة (✓) أمام أمام كل فقرة و تحت البديل الذي تراه مناسباً لتقدير مستوى أنطباقه عليك . و لا حاجة لذكر أسمك فأجابتك ستستخدم لأغراض البحث العلمي .

مع وافر الشكر و التقدير

ت	الفقرة	موافق	متردد	غير موافق
1	علاقاتي الأسرية جيدة			
2	لدي علاقات ودية مع الكثير من الناس			
3	اشعر بالوحدة و الغربة مع عائلتي			
4	لا يفهمني الكثير من الناس			
5	أحب أن يكون لدي الكثير من الأحفاد			
6	أداوم على حضور المناسبات الاجتماعية			
7	اشعر أن الآخرين يحترمون شيخوختي			
8	عندما يساعدني الآخرون أشعر أنني موضع شفقه			
9	لم أفقد الكثير من صداقاتي السابقة			
10	كثيراً ما أفضل الجلوس بين أفراد عائلتي			
11	يستشيرني أولادي قبل القيام بأعمال مهمة			

12	افضل تناول طعامي لوحدي		
13	لا أثق بقدرتي على حل مشكلات الآخرين		
14	اقدم المساعدة المادية للآخرين		
15	لا أنتظر ثمناً من أولادي عند الانفاق عليهم		
16	أشعر بالفخر لنجاح أولادي في العمل		
17	أشعر بالنشاط رغم تقدمي بالسن		
18	أهتم بنظافة جسمي دون مساعده الآخرين		
19	أهتم بنوعية غذائي		
20	أحرص على المحافظة على صحتي		
21	لا يضايقني ارتداء النظارة الطبية		
22	ظهور التجاعيد يذكرني بالنهاية		
23	أشعر بالتعب لأقل مجهود جسمي		
24	أعتقد أن قواي الجسمية غير منهكة		
25	نومي هادئ و طبيعي		
26	أوازن بين عملي و راحتي		
27	أمارس الرياضة بشكل دائم		
28	أتجنب التدخين		
29	فكرة الموت تشغل بالي		
30	ينتابني الشعور بالوحدة عندما انفرد بنفسي		
31	لا أنفعل بسهولة		
32	لا أثق بقدرتي على حل مشكلاتي		
33	تساورني الشكوك في نوايا الآخرين		
34	أحشى أن يكتشف الآخرون وجود ضعف ببعض قدراتي		
35	أشعر بالحزن في أغلب الأوقات		
36	فرصتي في الحياة رائعة		
37	أعاني من النسيان		

38	أعاني من شرود الذهن و قلة التركيز		
39	أفكر بالمشكلة ملياً قبل حلها		
40	قدرتي جيدة على تعلم مهارات جديدة		
41	خبرتي في الحياة تساعدني كثيراً في التعامل مع الآخرين		
42	أتمسك برأيي حتى لو لم أكن متأكداً منه		
43	أثق كثيراً بقدراتي العقلية		
43	أشعر بأنني أكثر حكمه من الآخرين		
45	أحب إرشاد من هم أصغر مني سناً		
46	الاستمرار بالعمل شيء مقدس		
47	أشعر بالفخر لما حققته من أنجازات مادية		
48	مستقبلي المادي غامض		