

رعاية المسنين

الحداد

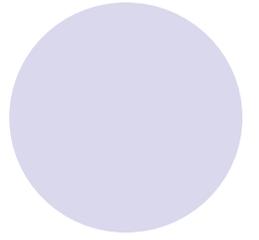
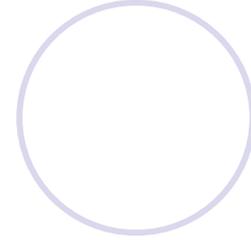
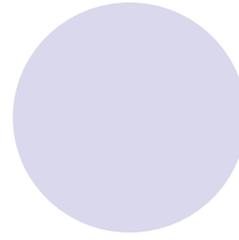
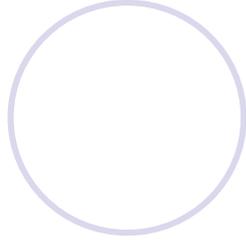
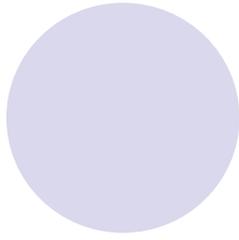
أ. نسرین بامشموس



# مقدمة

تتزايد أعداد الأشخاص المسنين بالتدرج بين سكان المجتمعات المختلفة ومع التحول نحو التصنيع والحضارة الحديثة بدأ حدوث التغير الاجتماعي بالتدرج في تركيب وبناء ووظائف الأسرة، مما أدى إلى ظهور مشكلة رعاية كبار السن ذلك أن المجتمع الزراعي والتقليدي والذي كانت توجد فيه الأسرة الممتدة أو المركبة – كان كبير السن في الأسرة يمثل مكانة اجتماعية عالية ويحاط بالتكريم والاحترام للاستفادة من خبراته ومهاراته في النشاط الاقتصادي والاجتماعي للأسرة.





ولقد أوضحت الدراسات أن كثير من مشكلات كبار السن لا تتمثل فقط في المعاناة الجسمية نتيجة لإصابتهم بأمراض الشيخوخة أو بعض الأمراض المزمنة بل أنها تتعدى ذلك إلى مشاعر البؤس والشقاء التي تنتج عند إحساسهم بأنهم أصبحوا بلا فائدة في المجتمع، وإلى مشاعر الوحدة واليأس التي تنتابهم خصوصا أولئك الذين أصبحوا بلا أبناء بعد أن انتقلوا إلى حياة جديدة وكونوا أسرا بعيدة عن أسرهم الأصلية.



● وعلى هذا فعندما يفقد الفرد كبير السن القدرة على رعاية نفسه، وتكون أسرته في موقف لا تستطيع معه التمكن من رعايته أو تمريره فإنه لابد حينئذ من إيجاد بيئة تحميه وتقيه وتقدم له الرعاية المفقدة.

● إن رعاية تلك الفئة من آبائنا وأجدادنا وهم الذين ضحوا بعمرهم وصحتهم وفكرهم من أجل أن تظل عجلة الحياة دائرة أصبح واجب رعايتهم ضرورة تحتمها القيم وتدعمها القوانين.



# التعريف بالمسنين ...::

تبدو المفارقة في أن قوانين وقرارات معظم بلدان العالم المتقدمة تحدد سن التقاعد عندما يبلغ الشخص سن الخامسة والستين بينما تحدد معظم البلدان العربية بسن الستين .

## المسنون ::

- هم عادة من يبلغ عمرهم خمسة وستون عاما فما فوق.
- هذا وينبغي تعريف الشيخوخة باعتبارها عملية لا مفر منها من القصور المتزايد في القدرة على التكيف والتوافق والبقاء .

## الشيخوخة ::

- هي حالة يصبح فيها الانحدار في القدرات الوظيفية البدنية والعقلية واضحا يمكن قياسه وله آثاره على العمليات التوافقية.
- وفي سن الخامسة والستين ينتشر التلف الحسي والحركي إلا أن المسنين حقيقة هم عادة أشخاص اكبر سنا من ذلك, يعانون من تدهور وظيفي يؤثر بشكل ملموس على مجمل الوظائف الحيوية .

# أهمية دراسة المسنين ...::

يمكن إجمال هذه الأسباب فيما يلي::

**1-** تزداد نسبة الكبار سنة بعد أخرى, ولهذه الزيادة أثرها في اهتمام العلم الحديث بدراسة الصفات الرئيسية للكبار.

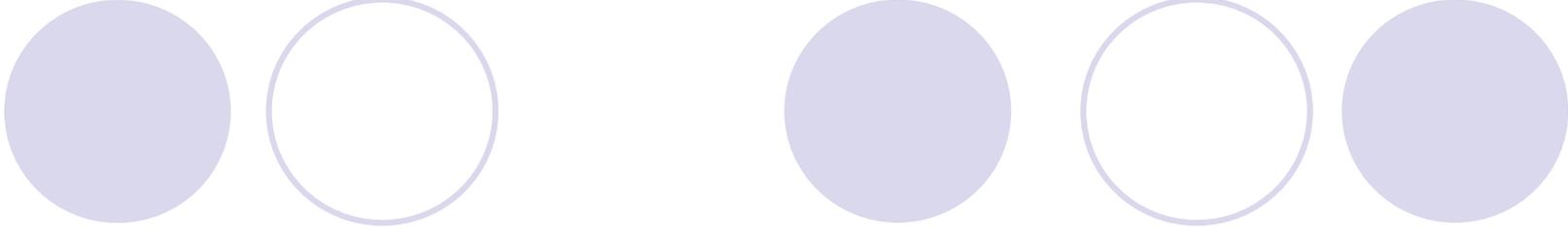
ويمكن إرجاع أسباب زيادة تعداد الكبار في العالم في النواحي التالية ::

- أ) ارتفاع مستوى الصحة الوقائية التي تهدف إلى منع انتشار الأمراض والأوبئة .
- ب) ارتفاع مستوى الوعي الغذائي الذي يهدف إلى تحقيق النواحي الغذائية والبيولوجية لبناء مجتمع سليم وأفراد أقوياء.
- ج) ارتفاع مستوى الصحة العلاجية التي تهدف إلى تزويد الفرد والمجتمع بالدواء المناسب لكل الأمراض المعروفة.
- د) ارتفاع مستوى الصحة النفسية التي تهدف إلى تحقيق التكامل الصحيح للشخصية الإنسانية والى تيسير أسباب الراحة النفسية التي تحول بين الفرد وبين الأمراض العصبية المختلفة .
- هـ) انتشار السلام العالمي لمدى ما يقرب من ربع قرن أدى إلى احتفاظ كل دولة بزهرة شبابها والى زيادة نسبة الكبار في تلك المجتمعات , وذلك لان الضحية الأولى للحرب هم الكبار أنفسهم .

2- المجتمع الذي نعيش فيه قادته من الكبار ,فهم اللذين يوجهون سياسة الدولة ومشروعاتها الاقتصادية وتطورها الاجتماعي , إذن يجب أن ندرس هؤلاء الكبار لندرس إمكانياتنا البشرية ووسائل تحقيق أهدافنا.

3- زيادة الاهتمام بدراسة الكبار بدأ منذ فترة وجيزة بعد أن اكتشف علم النفس والعلوم الأخرى المتصلة به أهم الخواص الرئيسية للنمو في مراحل العمر المختلفة وذلك لان مرحلة الكبر هي مظهر من مظاهر التطور النفسي للفرد.





4- الثروة البشرية هي أهم أنواع الثروات الموجودة في أي إقليم ولذا فالدراسة العلمية لنفسية الكبار تهدف إلى معرفة الإمكانيات البشرية والطاقات الكامنة لتوجيهها لخير المجتمع ولخير النوع الإنساني كله ولهذا يجب أن نفهم سلوك الكبار في حياتنا الفردية والاجتماعية .

5- ارتفاع نسبة الأمية في العالم يحول بين الفرد وبين الاستفادة من قواه وإمكانياته الشخصية والدراسة العلمية النفسية للكبار تكشف عن الطرق الصحيحة لتعلم هؤلاء الأميين ولا نستطيع أن نعلم الفرد دون أن نعرف خواصه المختلفة وإمكانياته ودوافعه وميوله واستعداداته وقدراته .

6- أهمية دراسة الكبار في فهم أنفسنا وفهم غيرنا وتطور المجتمع الذي نعيش فيه .

# تصنيف كبار السن ...::

الدكتور كمال آغا صنف المسنين من حيث العمر

على النحو التالي ..

(أ) الكهل ..

وهو من كان في سن ٦٠ إلى حوالي ٧٥ عاما ولازال يسهم في مجالات الحياة المختلفة بحيوية ونشاط .

(ب) الشيخ ..

هو من كان في سن ٧٥ إلى ٨٥ عاما وضعف مساهمته في مجالات الحياة وغالبا ما يلزم بيته .

(ج) الهرم ..

وهو من كان في سن ٨٥ عاما فأكثر وغالبا ما يرقد في فراشه .

(د) المعمر ..

هو من بلغ سن المائة وأكثر .



# فلسفة رعاية المسنين...::

ونعني بها مجموعة الحقائق والمسلمات التي يجب ان تركز عليها سياسات وبرامج  
رعاية المسنين

ويمكن عرضها في ايجاز على النحو التالي .:

أولاً..

● حاجة كبار السن من الناس إلى أن يفهموا أنفسهم .

ثانياً..

● الإعداد لعملية التقاعد .

ثالثاً..

● الحاجة إلى توعية جمهور الشعب بأمور الشيخوخة ومشكلات كبار السن .

رابعاً..

● ضرورة تثقيف المتخصصون وغيرهم .



# الخصائص المميزة للمسنين ...::

## أولا : الخصائص الجسمية ..

- نمو الفرد يتكامل في مرحلة الشباب ثم ينحدر تدريجيا في سن الكهولة ويتفاقم الوضع في مرحلة الشيخوخة .
- فالحواس مثل السمع والبصر يضعف أداؤها من سن الخمسين من العمر, فبالنسبة للسمع نلاحظ أن بعض المسنين يتكلمون بصوت مرتفع كي يسمعوا صوتهم , وهذا دليل على تدني قدرة السمع عند المسن , الأمر الذي يشكل صعوبات في الاتصال والتفاعل مع الآخرين.



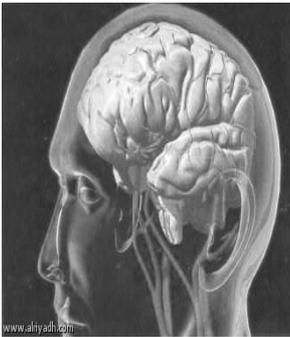
أما بالنسبة لحاسة البصر فإن العين تفقد الكثير من مرونتها وهذا يؤدي إلى صعوبات في الرؤية ويتفاوت ذلك من فرد لآخر نظراً للفروق الفردية بين الأشخاص.

يضاف إلى ذلك إن العضلات تترهل وتفتر همة الفرد وقدرته الجسمية, كما يعاني المسن من بعض الأمراض المزمنة في الغالب مثل: ارتفاع ضغط الدم وتصلب الشرايين ومرض السكر وأمراض القلب.. الخ .

وهذه المعاناة بعد ذاتها تشكل مصدرا كبيرا للقلق عند المسن حيث يشعر بالخوف من دنو الأجل ويخشى الموت ويتوق إلى مساعدة الآخرين. وقد صورت الآية الكريمة في سورة الروم هذا التحول في مرحلة الشيخوخة في قوله تعالى: {الله الذي خلقكم من ضعف ثم جعل من بعد ضعف قوة ثم جعل من بعد قوة ضعفا وشيبة يخلق ما يشاء وهو العلي القدير}

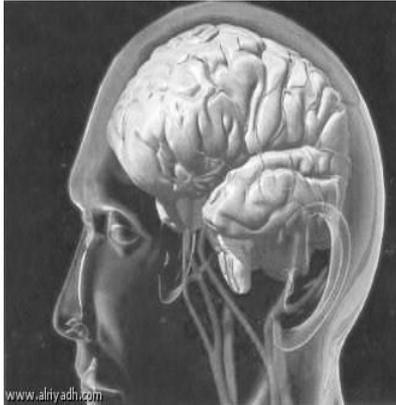
## ثانياً: الخصائص العقلية..

- أثبتت الدراسات أن كبار السن يشكون من تدهور في كثير من الوظائف العقلية, لعل من أبرز هذه المظاهر ضعف الذاكرة والنسيان , وقد يعاني البعض من مظاهر خرف الشيخوخة الذي يبتدىء بتكرار الحديث مرات ومرات وعدم التعرف على الأبناء والأقارب.
- كما تتضاءل عند كبير السن القدرة على الإدراك والتعرف وتضعف القدرة على التعلم .
- كما أشارت بعض الدراسات إلى أن الذكاء يتدهور مع تقدم العمر وعلى الأخص مرحلة الشيخوخة .



وهكذا نلاحظ إن مختلف العمليات الأساسية سواء كان الإدراك أو التعرف والاحتفاظ والاسترجاع , كلها تتأثر بنشاط خلايا المخ التي تطرأ عليها تغييرات تؤثر على نشاطها وفعاليتها نتيجة الشيخوخة.

ولا شك أن معاناة المسن من هذه المشكلات تثير لديه مشكلات ذات طبيعة نفسية وهي صعوبة التكيف على المستوى الشخصي أو الاجتماعي مما يثير بعض الدهشة عند مخالطيه وما يصدر عنهم من ردود فعل سواء كانت تتسم بالشفقة أو السخرية فهي في كلا الحالتين تثير لديه الشعور بالألم النفسي.



## ثالثاً: الخصائص الانفعالية ..

إن مظاهر الضعف الجسمي وما يعانيه كبير السن في كثير من الوظائف العقلية تجعله عرضة للخوف والقلق. فالأمراض المزمنة التي يعاني منها , وإحالاته للتقاعد وترك العمل وافتقاده بعض الأصدقاء نتيجة الوفاة, وعدم تحقيق التكيف الشخصي والاجتماعي على الوجه السليم. حيث يجد نفسه دوماً في حالة صدام مع من حوله من الأبناء أو الأحفاد , لأنه يشعر أنهم لا يطيعون له أمراً وينازعونه السلطة في الأسرة.



كما أن وصول بعض الأبناء إلى مكانة اجتماعية, وتكون مرموقة تدفع بهم أحيانا إلى التعالى على الآباء من كبار السن وكثيرا ما يبعدوهم عن أنظار الزوار لأنهم لا يحسنون المهارات الاجتماعية المستجدة التي يحتاجها الفرد في مختلف المناسبات الاجتماعية , وهذا كله يؤثر في نفس المسن ويجعله عرضة للمعاناة من التوتر والقلق والشعور بالألم النفسي .

يضاف إلى ذلك أن المسن كثيرا ما يفقد شريك الحياة وكذلك فإن الأبناء يبتعدون عن الأسرة الأصلية نتيجة للزواج وتكوين أسرة مستقلة وهذا يشعر المسن بالعزلة وافتقاد السند أو المعين.



## رابعاً : الخصائص الاجتماعية للمسنين :..

### أولاً: الشعور بالوحدة..

تتميز الحياة الاجتماعية للمسنين بالفراغ الذي يتخلل حياتهم وذلك نتيجة حتمية لتفريق أولادهم في شؤون الحياة , فالإنسان حين يتجاوز الستين عاماً فهو على أقل تقدير أب لشاب في العقد الثاني أو الثالث من عمرهم وقد تزوجوا فانصرفوا مع زوجاتهم لإقامة حياة جديدة يقضون معهم جل وقتهم ولنا أن نتصور ما يعانيه المسن وقد تفرق أولاده وتباعدت بهم المنازل وأسباب العيش ووسائل الترفيه بينما ظل هذا الشيخ حتى أواخر العمر وحيداً مع نفسه وان كان يعيش معهم في منزل واحد إلا أنهم منصرفون عنه.

كما أن ما يزيد هذا الفراغ الاجتماعي لديه نكد تفرق أصدقائه في الشباب وزملائه في العمل أو موت بعضهم وتزداد الوحدة الاجتماعية شدة ومرارة مع موت احد الزوجين ليترك الآخر مترملا مهيبض الجناح بعد أن فقد شريكه في الحياة منتظرا يومه الآتي .



## ثانياً: ضعف المرونة الاجتماعية ..

من الطبيعي أن تتكون مع الفرد في حياته عادات وأنماط من السلوك الفردي والاجتماعي وكلما تقدم العمر بالإنسان ازدادت هذه العادات والأنماط رسوخاً وثباتاً حتى أصبحت جزءاً لا يتجزأ من مقومات شخصيته الفردية المتميزة وهذا سبب من أسباب معارضة المتقدمين في السن لكل تغير اجتماعي.

فالإنسان وقد تخطى الخامسة والخمسين من عمره قد اعتاد على أعمال وطرق خاصة للقيام بتلك الأعمال فيكون من الصعب عليه أن يحل طريقة جديدة محل قديمة وهناك ميل لدى المسن إلى الاستمرار في نوعية السلوك ونمطه فالجديد يحتاج استعماله وقتاً وتدريباً وهذا ما يثبط همة الهرم لأن استعمال القديم وتقبله في هذا العمر أيسر وأسهل من الجديد.

وبناء عليه فان هذا الجمود وضعف المرونة يتفاوت في الأنماط المجتمعية المختلفة خاصة فيما يتعلق بالمحافظة على القديم ومدى تقبل التغيرات والرغبة في التغيير والتجديد ويمكننا التأكد بان تمسك الإنسان في أي ثقافة وبخاصة المسنون على العادات والتقاليد أو مظاهر الحياة القديمة المألوفة بالنسبة لهم قد تكون لأمر شخصيه بحتة أو لنواح نفسية أو بغرض المحافظة على وجودهم أنفسهم كما هو الحال في المجتمع الحضري.



# التصنيف العام لاحتياجات المسنين...::

## (أ) الحاجات المادية والبيولوجية..

وتتلخص هذه الحاجات المادية في المسكن والطعام والملبس والصحة ويحتاج توفير هذه الحاجات ابتداءً إلى توفير القدرة المالية لدى المسن وهنا يصطدم اغلب المسنين وخاصة المتقاعدين عن العمل بمشكلة ثبات المعاش الذي يحصلون عليه بعد تقاعدهم في الوقت الذي تتزايد فيه الأعباء وبخاصة في الجوانب الصحية وتزايد أسعار السلع والخدمات, وقد لجأت الدولة لمواجهة هذه المشكلة بزيادة المعاشات بنسبة ١٠% .

إن هذه المشكلة تحتاج إلى مواجهة جذرية بتنظيم فئات المعاشات بحيث تتماشى مع مستوى الأسعار أولاً بأول . وقد نشير هنا إلى أهمية توعية الشباب بحيث يستعدون لهذا اليوم بالادخار والاستثمار بما يكفل لهم في مستقبل أيامهم الاستقرار الاقتصادي المنشود وفيما يتصل بالسكن فإن الأمر لا يقتصر على توفير المسكن فحسب وهو أمر تحوطه المشكلات بالنسبة لأزمة الإسكان وإنما تمتد إلى مشاركة الأبناء في السكن حتى بعد زواجهم وما يسببه ذلك من إقلاق لراحة المسن.

● فإذا أقام المسن مع زوجته المسنة وحدها أو بمفرده إذا توفيت فإن المشكلة تتفاقم حيث يعاني المسن من مشكلات تدبير الطعام وتنظيم المنزل وقضاء الحوائج الشخصية.



ومن هنا يأتي دور الأسرة والمجتمع لتوفير المناخ المناسب لإشباع الاحتياجات المادية للمسن . فمن جانب الأسرة يتعين أن تدرك الأسرة احتياجات المسن والأسلوب المناسب للتعامل معه وتهيئة المناخ المناسب لحياته. ومن جانب المجتمع فبالإضافة إلى الإعلام بأصول رعاية المسنين يتعين أن يوفر المجتمع البرامج والخدمات التي تعين المسنين على إشباع احتياجاتهم مثل دور الرعاية للمسنين وأندية المسنين والجمعيات التعاونية الاستهلاكية لتيسير حصول المسنين على احتياجاتهم المادية .... الخ.



## (ب) الحاجات الثقافية..

يعد فقدان الأمل في المستقبل والاستسلام لليأس في مقدمة المشكلات التي يعاني منها اغلب المسنين وبخاصة إذا تصور المسن أن أيام البهجة قد ولت , وان حاضرههم ومستقبلهم هو الخريف الذي يؤدي إلى النهاية ويزكي هذا الإحساس المناخ العام الذي يقوم في الأسرة والمجتمع إزاء المسنين , وكلما انخفض مركز المسن في الأسرة واتجه المجتمع إلى الاستهانة بالمسنين كلما تعلق شعور المسن باليأس .

ومن المعروف أن المسن يدخر ثروة لا يستهان بها من المعلومات والخبرات يستطيع معها العطاء والبذل لو أتيحت له الفرصة المواتية, كما أن قدرته على التعليم تظل قوية في ظل الظروف المواتية حتى أن هناك من الدول من ينظم دراسات حرة على المستوى الجامعي للمسنين ويتميز المسنون بالإقبال على تفهم أمور الدين ومناقشتها.

ويظهر ذلك في إقبالهم على حضور الندوات والمناسبات الدينية ومطالبتهم المستمرة بتيسير أدائهم فريضة الحج .

ويحتاج المسنون إلى الترفيه والترويح وإتاحة الفرصة أمامهم  
للتحرك في داخل بلادهم وخارجها.

ولهذا فإن من الضرورة تيسير اشتراكهم في الرحلات الجماعية  
كما أنهم يحتاجون إلى تيسير التمتع بالعروض المسرحية والسينمائية  
عن طريق منحهم الشروط الميسرة للتمتع بها وكذلك الأجور  
المنخفضة في الوسائل المملوكة للدولة.



## (ج) الحاجات الاجتماعية ..

يحتاج المسنون إلى تعزيز علاقاتهم الاجتماعية ذلك لان مرحلة الشيخوخة وما يصاحبها عادة من تقاعد عن العمل وعزلة من قطاع كبير من المجتمع تؤدي إلى زيادة إحساس المسنين بالوحشة وليس من شك في أن المسن يكون أكثر حاجة إلى تدعيم علاقاته الاجتماعية لمواجهة تلك المتغيرات الاجتماعية. وفي مقدمة ما يحتاج إليه المسن تدعيم العلاقات الأسرية في مواجهة تغير العادات والتقاليد من جيل إلى جيل وما يترتب عليه من اختلاف الآراء والاتجاهات بين جيل الأجداد وأجيال الآباء والأحفاد.

ولقد حرص الإسلام على تدعيم حقوق الآباء قبل أبنائهم وحض على تكريم الآباء والبر بهم وخاصة عند الكبر . كذلك يحتاج المسنون إلى تدعيم العلاقات الاجتماعية مع الأقران وباقي فئات المجتمع بحيث يقودون حياة تسودها البهجة والأمل.



ومن هنا يأتي دور المجتمع لتنظيم الوسائل والأساليب لتدعيم هذه العلاقات ولعل أفضل ما يفعله المجتمع في هذا هو تعميم أنشطة المسنين وهي أنشطة اجتماعية تتوافر فيها احتياجات المسنين وتضمن العناصر والمقومات لإقامة حياة خصبة لهم. يشعرون فيها بالراحة ويحسون بان لهم دورا في هذه الحياة وان هناك من يهتم بهم ويعتمد عليهم وأنهم مازالوا مرغوبين في المجتمع . بل وان لهم احترامهم الخاص , وتؤدي هذه الأنشطة عددا من الأنشطة تملأ أيام المسن بالحيوية والحياة فهناك الندوات الدينية والثقافية المليئة بالمناقشات وأعمال الفكر، وهناك الرحلات التي تجمع المسنين فتنبت صداقات جديدة وتدعم صداقات سابقة.



وهناك فرصة تنمية المواهب واستثمارها سواء كانت مواهب فنية ، أو سبل الحياة مثل التعاون الاستهلاكي والمطعم والرعاية الصحية و الخدمات الاجتماعية المتعددة ، وهناك التكافل الاجتماعي بين المسنين أنفسهم ويقدم بعضهم العون والمشورة للآخرين ، وفوق كل ذلك فان نادي المسنين يعد المدرسة التي تتعلم فيها أسرة المسن أصول الرعاية المسنين عن طريق التشريعات التي تكفل لهم المستوى المعيشي المناسب ، وكذلك التيسيرات في وسائل الانتقال والملاهي ودور السينما والمسرح والرحلات ، فضلا عن تعريف المواطنين باحتياجات المسنين وتوعيتهم بأساليب رعايتهم والدعوة إلى تكريمهم والاحتفال بهم في المناسبات المختلفة.

