



# مرحلة الشيخوخة الجانبي الانفعالي و الاجتماعي

## أولاً: الجانب الانفعالي

هذا الجانب أوضح صورة عند الناس في هذه المرحلة من الجانب العقلي، حيث يُلاحظ بعض التغيرات في سلوك الأفراد في هذه المرحلة نتيجة للتعامل معهم.

### يلاحظ على التغيرات الانفعالية في هذه المرحلة عدة نقاط:

1. بعضها يتضح أكثر في بداية هذه المرحلة، في حين لا يلاحظ بعضها بوضوح إلا في نهاية هذه المرحلة.
2. هذه الخصائص تعتبر مزيج من الخصائص الانفعالية في المراحل السابقة، فبعضها يشبه خصائص الأطفال، بينما يشبه بعضها ما لدى المراهقين.

ويمكننا استعراض أهم الخصائص الانفعالية في النقاط التالية:

# أولاً: الجانب الانفعالي



## 1. ضعف القدرة على التكيف

يجد الكبير صعوبة بالغة في تغيير ما اعتاد عليه ،  
سواء كان ذلك في الأشياء المادية أو غير المادية .  
وهذا يعود لعوامل فسيولوجية ونفسية في نفس

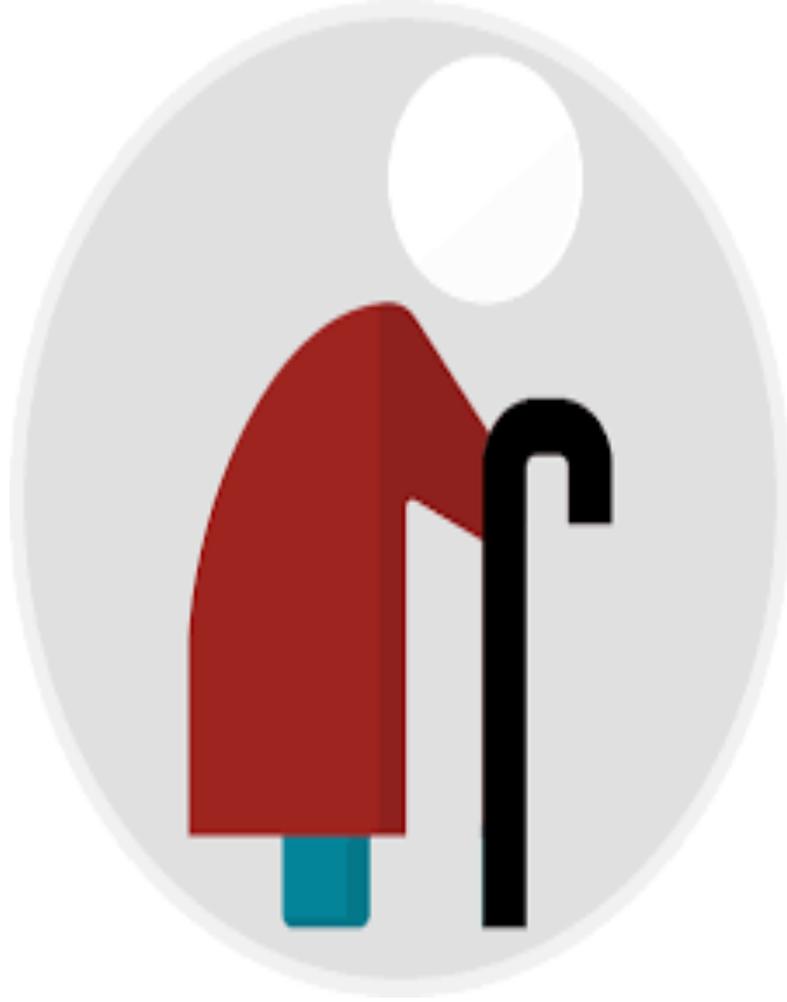
الوقت

# أولاً: الجانب الانفعالي

## ٤. النزعة للسيطرة (بداية الشغوفة أو ضيق)

فالكبير يريد أن تكون أبسط القرارات تحت يده حتى في أبسط الأمور، لماذا؟

- تبرز عند الرجال أكثر من النساء.
- ربما تعود لرغبته اللاشعورية بالإحساس أنه مازال له دور وأهمية، وربما لأنه يريد تسيير الأمور كما يريد خوفاً من التغييرات التي لا تناسبه ولا يمكنه التكيف معها.
- هذه النزعة لا تستمر طويلاً، فهي تتناقص تدريجياً لتصل في آخر هذه المرحلة وبداية الهرم للسلبية والانسحاب (بمما يكون بسبب ضعفه أو لتجنب العلاقات مع من هو له أو بسبب الإرهاق النفسي الناتج عنها).



# أولاً: الجانب الانفعالي



## ٣. الموسامية الانفعالية

يقصد بها أن انفعالات الشخص لا تتناسب مع المثير لها، فقد يحزن حزناً كبيراً أو يفرح

فرحاً شديداً لأمر بسيط

( وقضى ربك ألا تعبدوا إلا إياه وبالوالدين إحساناً إما يبلغن عندك من الكبر أحدهما أو

كلاهما فلا تقل لهما أفٍ ولا تنهرهما وقل لهما قولا كريماً ) .

٤ . انحسار الاهتمامات تدريجياً

# أولاً: الجانب الانفعالي

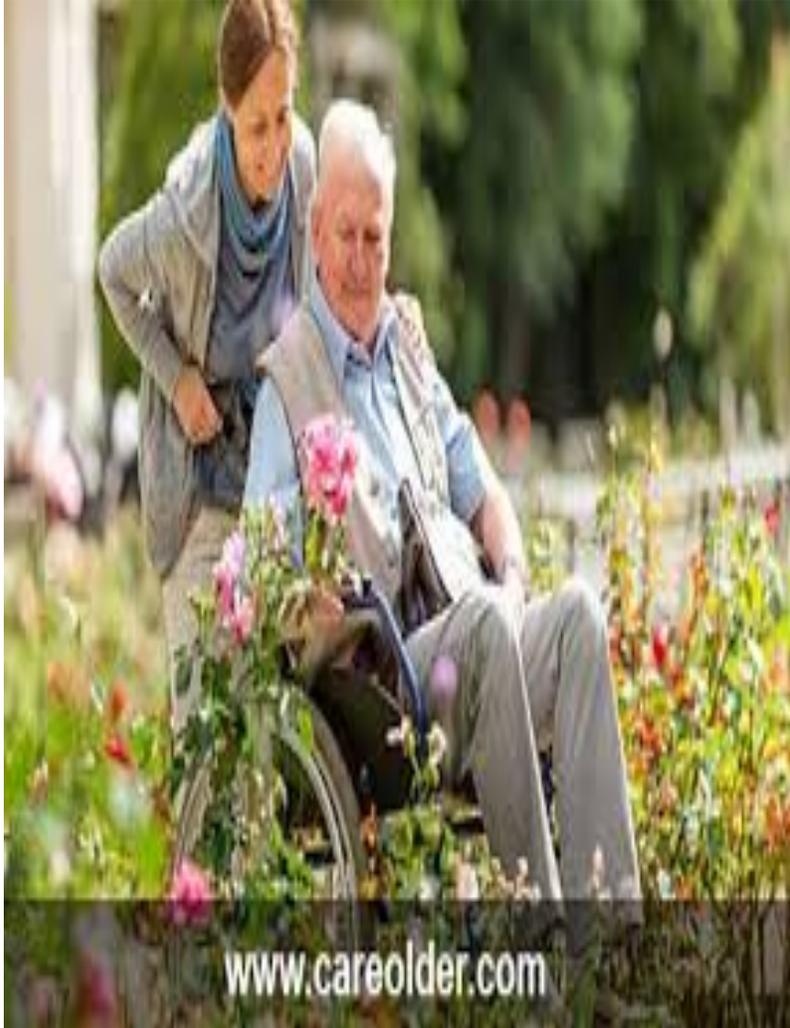
## ٤. انحسار الاهتمامات التدريجي

تبدأ في هذه المرحلة اهتمامات الفرد بالانحسار التدريجي فتضيق شيئاً فشيئاً. فالاهتمامات قد تكون واسعة لدى البعض في بداية المرحلة "توجد فروق فردية" لكنها تتناقص تدريجياً لينحصر فيما يدور في مجتمعه ثم يضيق أكثر ليقصر على وسطة المحيط به "أسرته" ليدور في آخر المرحلة على نفسه فقط.

هذا الانحسار جزء منه ينتج عن **الضعف الجسدي وضعف الحواس بشكل خاص** ، لكن

العامل الأكبر يرجع للتغيرات الاجتماعية المرتبطة بهذه المرحلة ( **قلة التفاعل مع**

**الأوساط المختلفة، وفقدان الدور** )



# أولاً: الجانب الانفعالي

## ٥. كثرة نقد الأجيال الأصغر سناً

يميل الأفراد في هذه المرحلة لنقد الأجيال التالية خاصة جيل الشباب وقد يبالغون في ذلك وفي نفس الوقت يبالغون في تضخيم جيلهم. فالحياة بالنسبة لكبير ماضي بعكس الشاب الذي تكون الحياة له مستقبل. لهذا يجد الكبار الماضي الذي عاشوه ويبالغون في تصوير قوتهم وشجاعتهم وحكمتهم في الوقت الذي يحقرون فيه الجيل الجديد ويصفونه بالميوعة و "جيل البيبسي" "جيل الأي باد" وغيرها هذه الظاهرة موجودة عند كل الأجيال لكنها ليست بنفس الشدة كما هو الحال في هذه المرحلة. هل هذا النقد صحيح؟ .. لماذا تنتج الفروق بين الأجيال؟



## أولاً: الجانب الانفعالي



### 6. المحرص على التوفير والادخار

- يزداد حرص الإنسان على الحياة وعلى جمع الأشياء كل ما تقدم به العمر .
- يحتفظ بأشياء لا قيمة كبرى لها وينتقد من يتخلص منها ويتهمه بالاسراف والتبذير .
- يترتب عليها كثرة الخلافات مع الأبناء فقد لا يوفر حاجاتهم حتى لو كانت ضرورية بل وينتقدهم عن شراء أشياء غالية حتى وإن كانت من مالهم الخاص .
- زيادة حب المال شيء طبيعي " **يهرم إن آدم وتشب منه أثنائه** "
- يتحاشى بعض المصروفات الضرورية كالأدوية والغذاء .
- **" يبدأ الشخص بوضع الأوراق النقدية في جيبه بدون محفظة، ثم يلبس ويضعها في محفظة، ثم مايلبث أن يربطها برباط من مطاط، وبعد فترة يلفها في كيس من قماش أو بلاستيك، وأخيراً يخرج بها بل يضعها تحت فراشه أو في صندوق من حديد "**

# أولاً: الجانب الانفعالي



## ٧. ضعف تقدير الذات

تبدو بوضوح في نهاية المرحلة أكثر من بدايتها.

يبدأ الكبير تدريجياً في النظر لنفسه بصورة سلبية فيرى نفسه ضعيفا وعاجزاً ثم يمتد هذا الشعور ليشمل الشعور بأنه لا فائدة منه وأنه عال على غيره خصوصا إذا كان عاجزه الجسمي وصل للحد الذي يصبح به معتمدا على الآخرين .  
هذا الشعور قد يصور للكبير أشياء لا يؤيدها الواقع.

## ثانياً: الجانب الاجتماعي

يحدث تبدل كلي في العلاقات الاجتماعية للشخص في هذه المرحلة  
نتيجة لبعض الأحداث المصاحبة في هذه المرحلة.

ومن أبرز التغيرات ما يلي:



Designed by Freepress.com

# ثانياً: الجانب الاجتماعي

## 1. تقلص الأسرة

- تعود الأسرة لما كانت عليه في بدايتها فالاستقلال الذي بدأ في الكهولة يصل منتهاه في هذا المرحلة
- يصبح الوالدان وحيدان ، وقد يرتاح الكبار في البداية لكن ما يلبث أن يتحول لشيء من الملل والعزلة
- يكون هذا أشد في الأسر الغير ممتدة وكذلك في حال قله المشاغل
- الافراد في هذه المرحلة يضحون براحتهم وبعض ما يملكون في سبيل أن يزورهم أبناءهم



# ثانياً: الجانب الاجتماعي



## 1. محدودية الاتصال بالآخرين

الأفراد في هذه المرحلة لديهم رغبة في الاتصال بالآخرين والاجتماع بهم لكن هناك عوامل تجتمع لتحد من ذلك

1. الضعف الجسدي الذي يزداد مع التقدم في العمر ليعيق الفرد عن التواصل من عدة جوانب ( قيادة السيارة مرهقة ، ضعف مرنة الساعحة البيولوجية ، ضعف الحواس )
2. ضيق الاهتمامات وبشكل خاص في أواخر هذه المرحلة
3. التقاعد

# التقاعد

إذا كان بدء العمل من أبرز أحداث مرحلة الشباب ، فالتقاعد من أبرز أحداث مرحلة الشيخوخة .  
تعود أهمية هذه الحدث لما يسببه من ( **التغير الكبير في حياة الشخص ، والآثار النفسية والاجتماعية المترتبة عليه** )

**هل كان متواجداً سابقاً؟؟**

**نشأة مفهوم التقاعد** نشأ في بداية من منطلقات مادية بالدرجة الأولى من هذه المنطلقات :

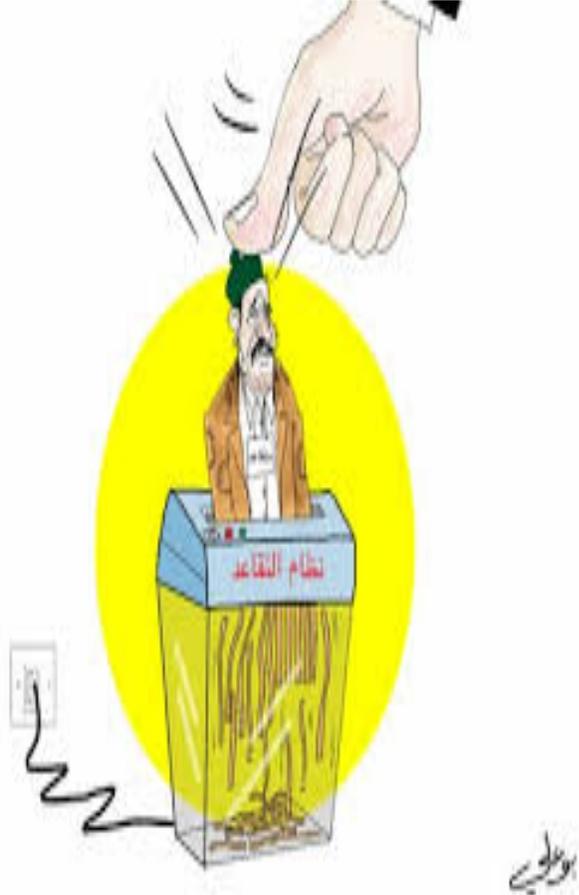
**مبدأ الجدوى الاقتصادية:** يرى أصحابه أن الإنتاجية تصل في سن معينه لحد غير مجي مما ينبغي إحلاله بغيره مثلما تغير الآله عنما تصبح غير صالحة . **ما رأيك بهذا المبدأ؟؟** ( **غير إنساني، لا يتفق في كثيره الحالات مع الحقائق العمريه عن هذه المرحله خاصة باختياره التيه** )

**حداً للتقاعد، سه السنه تم اختياره ما يزيد عن ٥٠ سنة** (

حدث تغير في سن التقاعد في بعض البلدان ، تم الغاؤه في بلدان أخرى  
قد يكون من المناسب البحث عن محكات غير السن أو أن يختلف السن باختلاف طبيعة ومجال العمل



# التقاعد



**مبدأ الإحلال:** ظهر متأخرا بالنسبة للأول ، قد يكون فيه شيء من الصحة لكن التعميم هو المشكلة .

**المبدأ الإنساني:** ظهر بعد ظهور التقاعد ، فهو في حقيقته تبرير أكثر منه منطلقا لكنه ساهم في تحسين نظام التقاعد وظروف المتقاعدين .

## آثار التقاعد على الفرد:

1. الجانب النفسي
2. التغيير في نظام الفرد
3. تأثير العلاقات الاجتماعية

# التقاعد



نموذج انشائي للأطوار النفسية التي يمر بها المتقاعدون:

1. الانفصال النفسي عن العمل والتفكير في التقاعد
2. طور شهر العسل
3. طور الاصطدام في الواقع
4. طور إعادة التقويم
5. طور الركود
6. النهاية

# التقاعد

## المرأة والتقاعد

هل تختلف عن الرجل في خبرة التقاعد؟

هذا التساؤل نتيجة لما أكدته الدراسات المتعددة عن اختلاف الذكور والإناث في

درجة الانتماء النفسي للعمل > كيف؟

أشار بعض الباحثين إلى وجود عوامل قد تجعل خبرة التقاعد ذا أثر سلبي على المرأة

أكثر من الرجل إذا أخذ بالاعتبار عدة عوامل ( طول المدة التي تبقى فيهادونه عمل، قد

تقضي جزء منها وهي أمهات، العلاقات الاجتماعية التي ستقل أكثر أهمية لدى الأمهات مع الرجل).



## فئات المتقاعدين

1. المستمرون : هم الذين استمروا بنفس الأعمال
2. الذين أعادوا تنظيم حياتهم
3. العاطلون : لا يعملون ولا يقومون بأي نشاط
4. المضطربون : لم يستقروا على أمر

## العوامل التي يعتمد عليها مدى تأثر الفرد بالتقاعد

( اتجاهاته المسبقة نحو التقاعد ، مستوى تكيف الفرد ، قيمة العمل المحال منه للتقاعد )