

Measuring Positive Aging in the elderly

Ayaat Mohamed Hassan
Bentalhuda768@gmail.com
 Asst. Prof. Thuriayh Ali Hussein (Ph.D.)
thurayaali26@gmail.com
 University of Baghdad- College of Arts

DOI: [10.31973/aj.v2i136.1291](https://doi.org/10.31973/aj.v2i136.1291)

Abstract:

The current research targeted a positive aging measurement of older aging is recognized for older age in accordance within the role of the elderly. The current research sample (286) of the elderly in Baghdad province has reached the random way. Search tool: The positive aging scale of Lars (2005) was built. Then the measurement will be extracted. The results of the research showed: The elderly have positive aging and statistically significant, and the presence of significant differences in favor of males outside and inside the Houses.

Key words: (positive aging, old age).

قياس الشيخوخة الايجابية لدى كبار السن

أ.م.د ثريا علي حسين
 جامعة بغداد / كلية الآداب

thurayaali26@gmail.com

الباحثة آيات محمد حسن
 جامعة بغداد / كلية الآداب

Bentalhuda768@gmail.com

(مُلخَصُ البَحْث)

استهدف البحث الحالي قياس الشيخوخة الايجابية (**Positive Aging**) لدى كبار السن يتم التعرف على الشيخوخة الايجابية لدى كبار السن وفقاً لمتغير الجنس، ومكان الإقامة خارج دور المسنين وداخل دور المسنين. بلغت عينة البحث الحالي (٢٨٦) من كبار السن في محافظة بغداد بالطريقة العشوائية. أداة البحث: تم بناء مقياس الشيخوخة الايجابية من نظرية لارس (٢٠٠٥). وبعدها تم استخراج الخصائص السيكمترية للمقياس. اظهرت نتائج البحث: لدى كبار السن شيخوخة ايجابية ودالة احصائياً، وجود فروق دالة لصالح الذكور خارج وداخل الدور.

الكلمات المفتاحية: (الشيخوخة الايجابية، كبار السن).

مشكلة البحث:

تعد الشيخوخة طور من أطوار الحياة وظاهرة من ظواهرها وهي ليست مرضاً، وإنما فترة يتغير فيها الإنسان تغيراً فسيولوجياً إلى صورة أخرى يصاحبها ضمور وضعف في كثير من الأعضاء وفقدان ملموس للقوة والحيوية (الغريباوي، ١٩٧٥، ص ١٠٩).

ومع تسارع وتيرة الحياة المعاصرة، ازدادت النظرة السلبية نحو الشيخوخة و مع انخفاض مستوى الرضا عن الحياة لدى كبار السن وانخفاض الروح المعنوية والتوافق النفسي، إذ أصبح التقدم في العمر وما يترتب عليه من الدخول في مرحلة الشيخوخة همماً وكابوساً يخشاه الكثيرون من الشباب والبالغين، إذ تشير الدراسات أن ٨٨% من كبار السن يعانون من الاكتئاب وأن أكثر من ٥% ممن هم فوق ٦٥ عاماً يعانون من عته الشيخوخة، ويزداد انتشاره لدى من هم فوق ٨٥ عاماً بنسبة ٤٧%، ويوجد نحو ٧% من المرضى لديهم خلل معرفي يعزى للزهايمر وتزداد شكاوهم من الأمراض الجسمية والشعور بالذنب والرغبة في الانتحار ونقص الوزن والارهاق البدني واضطراب النوم (Gottlieb: 1992).

وبينت الدراسات أيضاً أن التوافق النفسي لدى كبار السن أفضل في الأرياف عنه في المدن، كما وتبين أن النساء من كبار السن أكثر شعوراً بالمعاناة والاضطرابات النفسية مقارنة بالرجال (العزي، ١٩٨٨، ص ١٠٠).

وقد توصلت دراسات عديدة حديثة إلى أن انتشار عته الشيخوخة* يكون بنسبة ٦% والعصاب بنسبة ١٢.٥% وأما الاكتئاب فنسبة ٧٦% ثم الفصام ويوجد بنسبة ١.١% لدى كبار السن (Gelber, 1996,p:39). وقد بلغ عته الشيخوخة* نسبة مقدارها ٣٢% من عينة قدرها ٢٠٦٧ من كبار السن فيما بين ٦٠_٩٠ عاماً (Shajl , 1996,p:40). وغالباً تتسم شخصية المكتئبين من كبار السن بالانطواء وقلة النوم وضعف العلاقات الاجتماعية ونقص النشاط وهبوط القدرة الجنسية وزيادة التوهم المرضي وقلة الحركة وظهور أمراض القلب والرهاب الاجتماعي ونقص عمليات التفعيل (Hamouda,1994,p:120). وتتجلى مشكلة البحث عن طريق تقديم الباحثة تساؤلاً بالاستناد إلى الأطر النظرية والدراسات التي قدمها البحث الحالي:

- هل لدى كبار السن شيخوخة ايجابية؟

أهمية البحث:

أدى الاهتمام المتزايد بشيخوخة السكان إلى وضع كبار السن في دائرة الضوء كأهم المستفيدين من الإنفاق العام عالمياً. وفي أواخر التسعينيات، نشرت منظمة التعاون والتنمية في الميدان الاقتصادي سلسلة من التقارير التي كانت فعالة في نيوزيلندا وأبلغت نظام تقييم

الأداء للأفراد. الحفاظ على الرخاء في مجتمع الشيخوخة وبعث برسائل قوية حول الآثار الشاملة للمعاشات التقاعدية والإنفاق الصحي، والدعوة إلى تثبيط التقاعد المبكر وزيادة قدرة كبار السن على البقاء منتجين اقتصاديًا. وأعقب ذلك إصلاحات لمجتمع الشيخوخة (OECD,2000, p45).

وبحلول عام ١٩٩٦، اعتمدت "الشيخوخة الإيجابية" في نيوزيلندا كمفهوم (وحدة كبار السن (ACE)، 1996) وكونت فرقة العمل الوزارية الأولى المعنية بالشيخوخة الإيجابية (١٩٩٧). من أجل زيادة مشاركة كبار السن في المجتمع هدفًا للسياسة (إدارة الرعاية الاجتماعية، ١٩٩٦) وتم تعزيز فوائد الإنتاجية المستمرة لدى كبار السن (ACE، 1996:p54).

إذ إن أهمية الدراسة العلمية لعملية التقدم بالعمر تساعدنا في فهم الخصائص والقدرات الحقيقية لكبار السن وإبعاد الأفكار الخرافية والأوهام الخاطئة حول عملية التقدم في العمر والافراد كبار السن، وترسم لنا معالم الطريق الصحيح للتعامل معهم وفهم أوضاعهم وحاجاتهم وأساليب رعايتهم، إذ أن:

١. أهمية الحياة الإنسانية سواء للفرد ذاته أم لصديق أو جار أو قريب له هو شيء يستحق أن يفكر فيه كل إنسان من وقت لآخر. ففي كل لحظة يتوقف فيها الفرد ليراجع حياته فسيلاحظ عادة كيف أنه قد تغير أو نما وكبر وبرزت لديه ظواهر جديدة.

٢. أحد الأسباب الأكثر وجوباً لدراسة التقدم في العمر وكبار السن هو حصول الافراد على رؤية شخصية حول حياته الخاصة به وبما سيكون عليه، وبذلك يمكنه توقع ما يمكن أن تكون عليه حياته حين ينمو أكبر وماذا يستطيع الفرد أن يعمل ليؤثر في عملية التقدم في العمر، وكيف يستطيع أن ينغمس في تشكيل مستقبل أفضل ما يمكن لنفسه.

٣. بناء فهم صحيح لعملية التقدم في العمر سيزود الباحث بمعلومات عن واحدة من أكثر التغيرات المهمة التي تحدث في العالم اليوم وهي ظاهرة * (العالم الأشيب) (the Gray World) (Hawkins & Others, 1996,p98)

إذ أن فهم الشيخوخة ليس فقط يساعد الافراد على إدارة شؤون حياته عندما يكبر بل ويزوده بما يحتاج إليه من معرفة حول هذه النسبة الهائلة من كبار السن ذوي الشعر الأبيض بين السكان وما يتطلبه ذلك من علوم جديدة واهتمامات جديدة تتعلق بدراسة الخصائص النفسية والجسمية والعقلية والصحية والاجتماعية لهذه الشريحة التي ستبلغ في القريب المنظور حوالي ٢٢% من مجموع السكان على الكرة الارضية. (الزبيدي، ٢٠٠٩، ص ٢٩٠)

٤. الإحاطة الكافية في تقديم رعاية لكبار السن في دور المسنين وغيرها.

٥. كثرة الاعتقادات الخاطئة بين الناس حول عملية التقدم في العمر والتي تقود في الغالب الى ضرر وتحامل وتمييز تجاه كبار السن. وقد وصف طور (روبرت بانلر) Robert Butler عالم الشيخوخة المعروف مصطلح (العمرية) Ageism _ ليصف ماذا يحدث حين تؤثر وجهات نظر غير دقيقة حول عملية التقدم في العمر في الطريقة التي يعامل بها الأفراد والمجتمع " كبار السن". فالعمرية هي مجموعة من الاتجاهات وأنماط السلوك التي تظهر حين يعين المجتمع خصائص وصفات محددة (معظمها سلبية) لجميع كبار السن مستندة كلها الى خاصية واحدة مشتركة وهي " العمر الزمني" (Hooyman & Kiyak , 1991, p 55).

أهداف البحث:

- ١- قياس الشيخوخة الايجابية لدى كبار السن.
- ٢- تعرف الفروق في الشيخوخة الايجابية لدى كبار السن تبعاً لمتغير الجنس (ذكور / اناث) ومكان الإقامة (خارج الدور / داخل الدور).

حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بـ:

عينة من المسنين في داخل دور المسنين وخارج دور المسنين الذين تراوحت اعمارهم بين (٦٠_٨٠) سنة في العراق للسنة الدراسية (٢٠١٨_٢٠١٩).

تحديد المصطلحات:

١- هافيجرست (havighurst,1961):

بانها إضفاء الحياة على السنوات المتأخرة من العمر وقد استخدم مصطلح "إضفاء الحياة" ليشير به الى مساعدة الأفراد على التمتع بحياتهم والرضا عنها وتحسين جودة ونوعية الحياة في سن الشيخوخة. (havighurst,1961,p:23)

٢- لارس (Lars, ٢٠٠٥):

اسلوب حياة وطريقة للعيش ويتضمن العملية التي يتقدم بها الافراد بنجاح في محاولاتهم لتقديم تناسب أفضل بينهم وبين البيئة والظروف المتغيرة في مرحلة الشيخوخة. ويتضمن هذا المتغير خمسة ابعاد وهي (البعد العقلي، البعد النفسي، البعد الجسمي، البعد الاقتصادي والبعد الاجتماعي) . (Lars,2005,p145)

أما التعريف الاجرائي للشيخوخة الايجابية هو: -

الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب على فقرات مقياس الشيخوخة الايجابية المستعمل في هذه الدراسة.

الجوانب النظرية للشيخوخة الايجابية:

نظرية فك الارتباط Disengagement Theory:

طورت هذه النظرية في بداية الستينات من القرن العشرين المنصرم من الباحثين "الين كمنك" و "وليم هنري" استناداً الى بيانات ميدانية استمدت من دراسة مستعرضة Cross-sectional لعينة من كبار السن (بين عمر ٧٠_٧٤ سنة) في مدينة "كنساس ستي" الأمريكية بين عامي (١٩٥٧-١٩٦٠). وقد عدت في حينها من أعظم المحاولات التي قدمت تفسيراً نظرياً شاملاً للطبيعة الاجتماعية والنفسية لعملية الكبر، وكانت بسيطة ولا تضم تفاصيل في بدايتها، ثم طورت وجرى تنقيحها على يد "كمنك" عام ١٩٦٣ م ثم على يد "هنري" في عام ١٩٦٤ (شاذلي، ٢٠٠١، ص ٣٥).

وكان المنطلق الأساسي الأول لهذه النظرية هو ان الانسحاب الثنائي المتبادل لكبار السن من جانب والمجتمع من جانب آخر عن بعضهما بعضاً يؤدي الى رضا عالٍ عن الحياة واشباع ذاتي للكبار (Hendrick & Leedham, 1991, p65).

فبينما هم يكبرون، فإنهم يتحررون من المسؤوليات لكي تنتقل لاحقاً للأجيال الأصغر سناً وبذلك يحصل الرضا الشخصي لديهم حين يحدث تقبل الانسحاب.

وأهم مبادئ هذه النظرية في احداث التوافق عند كبار السن هي:

- أ. ان عملية فك الارتباط حتمية وعالمية. بمعنى أنها تحدث في كل زمان ومكان عبر الثقافات ولا بد أن تحدث في حياة الفرد يوماً ما ان لم تحدث الان.
- ب. ان كلاً من الفرد والمجتمع يستفيد من انسحاب كبار السن من بعض الادوار الاجتماعية.
- ت. إن الاعتزال وفك الارتباط يخدم الوظيفة النفسية لكبار السن، حيث يسمح لهم بتقليل فعاليتهم التي تتضاءل نتيجة للانحطاط العام والتراجع في القدرات العامة. أي أن أسباب فك الارتباط ليست فقط العوامل الاجتماعية وانما تحتمها العوامل الداخلية للفرد كبير السن.

ث. تخدم عملية فك الارتباط الوظيفة الاجتماعية، حيث تفتح أدواراً اجتماعية أمام الآخرين وتؤدي الى انتقال القوة والمسؤولية من جيل سابق الى آخر قادم (Smith, 2006, p23).

وبعد أن ادخلت التعديلات الاساسية على هذه النظرية على يد كل من "كمنك" و "هنري" كما أسلفنا فقد أقر فيها بعد التنقيح بأن الرضا عن الحياة قد يرتبط بالاندماج في الانشطة بصورة ايجابية لدى بعض المسنين وبالانسحاب من النشاط الاجتماعي لدى البعض الاخر. كما اكدت في صيغتها الجديدة على وجود فروق بين الجنسين في عملية فك الارتباط من أدوار الحياة الاساسية. حيث ترى النظرية أن أدوار الحياة للنساء لا تتغير كثيراً منذ اكتمال الانوثة وحتى الوفاة وعلى خلاف ما يحصل عند الرجال. كما أكدت الفروق بين الجنسين

في قبول التقاعد وما يوفره من فرص متباينة جنسياً. فقد تنقل النساء من قيود الوظيفة الى وضع أفضل من الحرية في حين ينقل الرجال من وضع أكبر حرية الى التقيد بوضع روتيني. (Atchley,1976,p128)

وأظهرت التعديلات وجود نمطين مزاجيين مختلفين للتوافق مع البيئة عند كبار السن، وهما النمط المزاجي الاصطدامي (Impinger) والنمط المزاجي الاختياري (selector)، فأن اصحاب النمط المزاجي الاول، كما ترى النظرية، مندفعون نشطون يحاولون تجربة مفهومهم عن الذات من خلال التفاعل مع الآخرين وانتظار مدى تقبل الآخرين لهم. ولذلك فهم يواجهون صعوبة أقل في المراحل الاولى من عملية فك الارتباط. أما أصحاب المزاج الاختياري من كبار السن فيكونون متحفظين او عنيدون ويفضلون سلوك الاكتفاء الذاتي، لذلك فهم أكثر قلقاً على فقدان التفاعل. وتمت إعادة صقل هذه النظرية مرة أخرى في سنة ١٩٧٢ على يد الباحثين (ستريب وشنايدر) لكي تلائم حقائق وشرط التقاعد النظامي في المجتمع الامريكي (شاذلي، ٢٠٠١، ص 62)

فقد أجرى "يومانز" دراسة سنة ١٩٦٨ على عينة ممثلة من الرجال والنساء بأعمار تتراوح بين (٤٥_٦٠) سنة في ولاية "كنتكي" الامريكية ولم يظهر البحث دليلاً ينبئ بالانسحاب الاجتماعي من النشاطات الاجتماعية أو من الهويات لأفراد تلك العينة (Youmans,1968,p53).

وأظهرت الدراسات التي قام بها "روبرت اتشلي" سنة ١٩٧٦ على اساتذة الجامعة المتقاعدين ان التلازم الاجتماعي والنفسي لفك الارتباط لم يتحقق من الناحية الواقعية، إذ أن حدوث فك الارتباط الاجتماعي بعد التقاعد لم يصاحبه فك ارتباط نفسي (Atchley,1976,p121).

وأوضحت دراسة على عينة من الاطباء الهنود المتقاعدين سنة ١٩٧٦ إن فك الارتباط لم يكن شرطاً أساسياً للتوافق الناجح لكبر السن (panital,1976,p43).

ويؤكد النقد لهذه النظرية وجود أخطاء علمية في الاستنتاجات التي توصل اليها أصحابها في استنادهم الى نتائج دراستهم في "كنساس سيتي". إذ لم يكن كل كبار السن الذين تراوحت اعمارهم بين (٧٠_٧٤) سنة متخليين عن ارتباطهم. فلقد كان ٢٢% منهم لديهم عدد كبير من الأدوار، كما كان لأكثر من ثلث العينة (٣٤%) تفاعل يومي عالي مع الآخرين، وكان لدى ١٨% من العينة مجال حياتي كبير (شاذلي، ٢٠٠١، ص ٥٥).

ومن جهة اخرى فإن (مادوكس) يثير شكوكاً حول منهجية الدراسة المستعرضة التي اتبعها "كمك وهنري" حيث يرى "مادوكس" أن أفضل طريقة بحثية لاختبار الفروض لنظرية فك الارتباط هي الطريقة الطولية وليست المستعرضة وتوصل الى حكم مفاده " أن اعتبار

عملية فك الارتباط أمراً محتوماً يعد من قبيل الافراط في تبسيط الامور"
(Maddox,1964,p88).

نظرية الشيخوخة الايجابية لـ لارس (Lars) Positive aging theory:

طور أخصائي علم الشيخوخة السويدي لارس تورنستام نظريته حول " Gerotranscendence" على مدى عقدين من الزمن. يشير جوهر النظرية إلى أن شيخوخة الإنسان الطبيعية تتضمن مجموعة من المكونات الحيوية التي يتم تجاهلها بشكل عام. إذ ان البشر لديهم ميل طبيعي ومفهوم لمقاومة التغيير. على وجه الخصوص، نجد الهوية الشبابية هدية صعبة للغاية من التخلي عنها. ومع ذلك، يجب تقديم هذه التضحية. إنه ثمن الدخول إلى الحياة بعد سن الرشد. ويتطلب اكتشاف مرحلة الشيخوخة التعمق والتخلي عن الرغبة اليائسة للقلق بشأن المواقف الخارجة عن سيطرة المرء. الفرد بصدد إعادة اكتشاف الحياة التي عاشها، وإعادة تقييم الاختيارات التي قام بها وإعادة النظر في المشاعر المؤلمة التي هرب منها دائماً في الماضي والتي يجد الفرد نفسه امامها في نهاية المطاف. هذا هو المكان الذي يبدأ فيه الطريق إلى الشيخوخة. (Lars ,2005,p122)

لقد أثار تعريف مفهوم الشيخوخة الايجابية نقطة خلافية بين علماء نفس النمو وعلماء الشيخوخة، فاتجه التفكير الأساسي إلى أن كبر السن الناجح قد يعني الحياة طويلاً والخلو من الأمراض، والصحة النفسية الجيدة ، والدفاء الاجتماعي إلا أنه سرعان ما ظهرت المشكلات في هذا التحديد لمفهوم الشيخوخة الايجابية ، حيث تبلورت هذه المشكلة في التساؤل التالي : هل كبار السن الذين أصبحوا مرضى أو الذين يخبرون بتغيرات معرفية في مرحلة الكبر يُعتبرون غير ايجابيين ؟ ، وإذا كان الأمر كذلك فإننا سوف نركز أبحاثنا فقط على الاصحاء من المسنين الذين ينطبق عليهم هذا التعريف وتصبح دراسة كبار السن يمكن أن تُعمم فقط على قلة مختارة ليست ممثلة للمجموعة العمرية التي تنتمي لها . (ليزاج أسبينوول، ٢٠٠٩، ص ٤٧)

وعلى هذا فإنه لا يمكن أن نبنى تعريفاً للشيخوخة الايجابية يكون نموذجاً يفشل في تحقيقه معظم المسنين ، وهو تعريف لها في ضوء سلامة الصحة البدنية والعقلية للفرد ، حيث أنه عادة ما يصاحب مرحلة الشيخوخة حدوث بعض التغيرات في كفاءة الوظائف الفسيولوجية والمعرفية للأفراد ، ولهذا اتجه الباحثون لتحديد معنى أكثر اتساعاً وعمقاً لمفهوم النجاح في العمر المتقدم يركزون فيه على جهود الأفراد أنفسهم لتحقيق هذا النجاح في إدارة شيخوختهم رغم مظاهر التغير الحتمي الذي يشترك فيه جميع من يمر بهذه المرحلة العمرية إلا أن بعضهم فقط يتميز بقدرته على تحقيق حياة أفضل لنفسه فيها . فالشيخوخة الايجابية تمثل تلك العملية التي من خلالها نستطيع السيطرة على خبراتنا الخاصة التي نمر بها في

العمر المتقدم والتي تتم من خلال اكتشاف معنى لحياتنا يمكننا من تجاوز وتخطى هذه العمليات التدهورية التي تحدث في مرحلة الشيخوخة (Hill, 2005, p49)

حيث يتمكن الأفراد من تحقيق ذلك من خلال استخدامهم للاستراتيجيات السلوكية والكفاءات التي تعمل على إدارة التكيف تبعاً لمطالب الحياة اليومية، حيث تعمل عمليات التكيف على معالجة تلك المخاطر والتحديات التي يواجهها الأفراد في هذه المرحلة، وفي الوقت نفسه تعزز من النتائج الإيجابية (Rohr, 2009, p65) والتي تتمثل في شعور المسن بالرضا عن حياته والانتفاع بها.. وغيرها من المشاعر الإيجابية الأخرى.

يشير لارس في نظريته الى ان الثقة بالنفس تزداد أكبر عند التقدم بالعمر مقارنة بالمراحل العمرية الأصغر، حيث يعتقد ان الافراد يقللون خوفهم في الاختباء وراء الادوار الاجتماعية كالأومومة وغيرها، فيما يشير كبار السن انهم ليسوا بحاجة للقيام بتلك الادوار لتعزيز ثقتهم بأنفسهم. (Lars,2005,p64)

ايضا فإن كبار السن يقل اهتمامهم في اراء الاخرين فيهم وما يعتقدونه حولهم، حيث يشير لارس ان السعادة تكمن في القيام بأشياء لم يجرؤ الفرد القيام بها خوفا من تقييم الاخرين، وبما في ذلك التحرر من بعض الاعراف الاجتماعية وعدم الاهتمام الشديد في المظهر والانشغال في مواكبة الظواهر الاجتماعية كما في السابق. (Lars,2005,p65)

لقد قام جيمس بيرن بأبحاثه لدراسة تغيرات التعلم المرتبطة بالسن وقد استغرق ذلك أكثر من ربع قرن، حيث قام بدراسة نفس الأفراد عبر عدد معين من السنوات، في محاولة منه لتحديد تلك التغييرات التي تحدث في القدرة على التعلم مع التقدم في السن وقد وجد بيرن ومساعدوه في عام ١٩٦٣ م أنه لا يجب توقع اضمحلال الأداء العقلي أو تدهور القدرة على التعلم في أثناء مرحلة الشيخوخة وتبعاً لنتائج هذه الأبحاث فإنه التدهور العقل هو نتيجة لمرض وليس نتيجة طبيعية للشيخوخة، ورغم ما كشفت عنه هذه الأبحاث من البطء الطبيعي لزمن رد الفعل العقلي والجسدي نتيجة للشيخوخة العادية فإنه لم يرد أن هناك ضعفاً أو انخفاضاً في القدرات العقلية العامة للتعلم، ويستطيع معظم الأفراد أن يستمروا في اكتساب معلومات جديدة وفي الاشتراك في خبرات جديدة وفي التعلم في أثناء المراحل المتقدمة من العمر. (سليمان، ٢٠٠٨، ص ٧٨-٧٩)

حيث يبين لارس ان إدراك الفرد في مرحلة الشيخوخة يكون أكبر، حيث يكتشف جوانب عديدة في شخصيته لم يكن قد انتبه اليها من قبل. سواء كانت جوانب ايجابية ام سلبية. فإن مرحلة الشيخوخة تعتبر مرحلة أكثر استقرارا واستبصارا بالذات. لا يتعلق ذلك باكتشاف جوانب جديدة في الشخصية وانما هي اعادة تعريف للجوانب التي كانت معروفة لدى الفرد سابقا. (Lars,2005,p60)

ايضا في مرحلة الشيخوخة ينخفض التركيز على الذات، ويستبدل ذلك بتطور أكبر في صفة الايثار، والذي يعتبر نوع من التغيير من الانانية الى الاثار والذي يطلق عليه سمو الذاتي، حيث يتم تجاوز رغبات واحتياجات الذات لصالح احتياجات ورغبات الاخرين من الابناء وغيرهم. (Lars,2005,p61)

يقول يونغ ان مع التقدم في السن يبدأ التأمل والتفكير وانعكاس الصور الداخلية في لعب دور أكبر في حياة الانسان، في أواخر العمر، يترك الفرد شريط الذكريات يعبر أمام "عيون العقل"، ويحاول أن يفهم طبيعة الحياة. (سليم، ٢٠٠٢، ص ٥٤٥)

يشير لارس الى ان بعض كبار السن يتغير اهتمامهم بالآخرين، حيث يصبح الفرد أكثر انتقائية ويفضل علاقات أعمق مع عدد قليل من الافراد بدلاً من علاقات أكثر سطحية مع العديد من الافراد.

حيث تشير أحد المستجيبات في المقابلات التي اجراها لارس على كبار السن انها كانت أكثر اهتماما بالعلاقات السطحية العديدة مع الاخرين لكنها لم تعد كذلك في مرحلة الشيخوخة، حيث يوضح لارس حجم الحاجة المتضائلة الى علاقات اجتماعية متعددة. وحاجة أكبر لعزلة ايجابية التي هي بعكس الحاجة الى الوحدة، التي تتعامل مع الانسحاب السلبي بل تصبح العلاقات محدودة أكثر وأعمق أكثر. (Lars,2005,p62)

وفي دراسة على عينة من (٢٠٤) من الرجال والنساء المسنين ممن تمت مقابلتهم تبعاً لخبراتهم واتجاهاتهم في المشاركات الاجتماعية لا يرون حدوث العديد من التغيرات كلما تقدم بهم السن، بينما النساء المتزوجات تصل القمة في الفعاليات الاجتماعية في حوالي الخمسينيات من العمر. مع توسيع الفعاليات الاجتماعية والوظيفية بعد ان يترك الأطفال البيت وتكون آلام قد تفرغت لاهتماماتها. (الزبيدي، ٢٠٠٩، ص ٥٩)

حيث يبين لارس العزلة الايجابية على انها أقرب لان تكون عزلة تأملية وليست انسحاب سلبي، وتكون الحاجة اليها لسببين هما:

السبب الاول ان العزلة تكون ضرورية من أجل تحقيق الذات وتوطيدها والاستبصار في جوانب الفرد.

والسبب الثاني هو ان كبير السن يصبح أكثر انتقائية في انشطته وتفاعلاته الاجتماعية ويختار منها ما يناسبه أكثر في مرحلته العمرية هذه. (Lars,2005,p70)

فقد تكون العزلة الايجابية كقراءة الكتب او الاستماع الى الاخبار او المحاضرات المفيدة. في حين يعتبر كبار السن ان التفاعلات الاجتماعية المتعددة غير مفيدة وليست ذات معنى. حيث تشير احدى المستجيبات في المقابلات التي قام بها لارس حول كبار السن، انها تحتاج للعزلة الايجابية للشعور بالارتياح أكثر لحل الامور وربما التفكير في

تغيير بعض السلوكيات المعينة، وان تلك الفترات من العزلة تجعلها تشعر بحالة جيدة وأنها بحاجة إليها. (Lars,2005,p71)

حيث أن الأفراد الأصغر سناً يرون المستقبل مفتوحاً بينما الكبار يرون المستقبل أكثر تعقيداً، وهذا يؤدي بهم الى أن يكونوا أكثر تقديراً لحياتهم، وخاصة حياتهم الاجتماعية، مما يدفعهم الى الحفاظ على المشاعر الايجابية، والوصول الى حد أقل من المشاعر السلبية. (Christel , 2006 , p78)

يشير لارس الى ان الاهتمام بامتلاك المال في مرحلة الشيخوخة يشكل عبئاً عليهم حيث يقول العديد من المستجيبون في المقابلات التي اجراها لارس ان الفرد يصبح سجين لما يملكه لكون ذلك يحتاج الى الاهتمام به وادارته والانتباه له، في حين يعتقد كبير السن ان عليه ان يمتلك فقط ما يلزم احتياجاته اليومية، وبما في ذلك ادخار الممتلكات الاخرى كالملابس والاثاث وغيرها من المستلزمات المادية.

يبين لارس ان لدى كبار السن قدرة على التخلص من الممتلكات غير الضرورية أكثر من غيرهم من الفئات العمرية الاخرى. (Lars,2005,p66_67)

اما على الصعيد المعرفي والعقلي هناك العديد من الدراسات استطاعت أن تحدد الجوانب الرئيسية للحكمة على اختلاف الثقافات، مثل الأبعاد المعرفية، والوجدانية والانعكاسية، كما وجدت الدراسات أن الحكمة تظهر بصورة جلية لدى كبار السن أكثر مما هي عليه لدى الشباب، وذلك نتيجة لتراكم الخبرة والتوازن الانفعالي وقوة الشخصية وسلامة الإدراك والحس، رغم ضعف الجوانب الجسمية. (Sternberg, 2005, p12)

وتوصلت دراسة امريكية حديثة الى ان يجب ترك مسائل حل النزاعات لكبار السن، لأنهم يمتلكون النضج الكافي لاتخاذ القرارات الحكيمة بغض النظر عن مستوى تعليمهم، وتبين من خلال هذه الدراسة ان الأشخاص الذين تزيد اعمارهم عن (٦٠) عاماً يتمتعون بشكل أكبر بسمات تعتبر في مجال علم النفس من مظاهر الحكمة، مقارنة بمن هم أصغر سناً منهم. وأشارت الدراسة الى ان كبار السن لديهم القدرة على النظر في النزاعات من زوايا مختلفة والتوصل الى حلول وسطية. (Ardelt, 1997 , p19) وقد قسم لارس ابعاد الشيخوخة الايجابية وهي كالاتي:

البعد النفسي: يتمثل هذا البعد في المشاعر والسمات الشخصية الايجابية لكبير السن والرضا عن الذات والاستقلالية.

البعد الاجتماعي: يشير هذا البعد الى قيام كبير السن ببعض الانشطة الاجتماعية التي تجلب له الشعور بالاستمتاع والرضا في هذه المرحلة من العمر.

البعد العقلي: يشير هذا البعد الى العمليات المعرفية لكبير السن كالأدراك والتذكر والانتباه والتركيز والمهارات العقلية وحل المشكلات واتخاذ القرارات.

البعد الجسدي: يتمثل هذا البعد الى قيام كبير السن ببعض السلوكيات الصحية السليمة التي تتعلق بصحته الجسدية والانتاجية.

البعد الاقتصادي: يتضمن هذا البعد مدى حرص كبير السن على ممارسة السلوكيات الاقتصادية الرشيدة التي تجنبه التعرض للمشكلات المالية. (Lars,2005,p74)

ويشير لارس الى ان كبار السن في الشيخوخة الايجابية يبدون فرقاً أكثر في تقبل الآراء المختلفة للأخرين عما سبق، حيث يشير بعض كبار السن انهم أصبحوا اقل تعصباً لوجهات النظر التي تبناها، حيث يزداد عندهم التفكير الواسع بدل من ضيق الافق لدى الفئات العمرية الاصغر. (Lars,2005,p69)

مما تقدم يتبين ان هذه النظرية هي الاكثر تفسيراً للشيخوخة الايجابية لذلك قامت الباحثة بتبني نظرية لارس (Lars).

مجتمع البحث:

تم اعتماد مجتمع البحث من المسنين، كون هذه الدراسة أعدت لهذه الفئة العمرية ولخصائص هذين المتغيرين فضلاً عن كون فئة كبار السن هي شرائح لها اهمية كبيرة في مجتمعنا كونها طاقة من الطاقات التي تساهم في نهضة المجتمع.

شمل مجتمع البحث الحالي كبار السن من داخل دور المسنين ومن خارج الدور من المتقاعدين وقد بلغ عدد المتقاعدين الكلي المدني في العراق (3093646) متقاعدًا. إذ بلغ عدد المتقاعدين الذكور المدني (1261234)، أما عدد المتقاعدين الإناث المدني (1832412) وبالنسبة لعدد المتقاعدين العسكريين الكلي فهو (2202366) إذ بلغ عدد المتقاعدين العسكريين الذكور (1201245) أما عدد المتقاعدين العسكريين الإناث (1001121).

واما كبار السن النزلاء في دور رعاية المسنين الخاصة بالدولة، والذين بلغ عددهم (١١٢) مسناً ومسننةً، فقد كان عددهم في دار مسنين الصليخ (٤٦) منهم (٢٩) ذكوراً و (١٧) إناثاً، وفي دار مسنين الرشاد كان عددهم (٦٦) منهم (٤٠) ذكوراً و (٢٦) إناثاً كما موضح في الجدول ادناه.

جدول (١) يوضح اعداد المسنين في دور رعاية المسنين في محافظة بغداد

المجموع	اناث	ذكور	السكن
٤٦	١٧	٢٩	دار مسنين الصليخ
٦٦	٢٦	٤٠	دار مسنين الرشاد
١١٢	٤٣	٦٩	المجموع

عينة البحث:

تألفت عينة البحث الحالي من عينتين وهما عينة البناء والتي تألفت من (١٨٤) مسناً ومسنة من عمر (٦٠) سنة فأكثر على وفق متغيري الجنس والإقامة (خارج دور المسنين وداخل دور المسنين) حيث بلغ عدد الذكور (٩٧) وعدد الإناث (٨٧) وعينة القياس البالغ عددها (٢٨٠) وبلغ عدد الذكور (١٥٩) وعدد الإناث (١٢١)، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، وقد بلغ عدد افراد العينة من النزلاء في دور المسنين (١١٢) مسناً ومسنة، منهم (٤٣) إناثاً و (٦٩) ذكور، ومن غير النزلاء (١٦٨) مسناً، منهم (٩٠) ذكور و (٧٨) من الإناث. والجدول ادناه يوضح ذلك.

جدول (2) يوضح توزيع عينة البناء لكبار السن حسب متغيري الجنس والإقامة

المجموع	اناث	ذكور	الإقامة	
97	31	66	دائرة التقاعد	خارج الدور
31	19	12	مكاتب البطاقة الذكية	
23	8	15	دار مسنين الصليخ	داخل الدور
33	13	20	دار مسنين الرشاد	
184	71	113	المجموع	

جدول (3) يوضح توزيع عينة القياس لكبار السن حسب متغيري الجنس والإقامة

المجموع	اناث	ذكور	الإقامة	
98	38	60	دائرة التقاعد	خارج الدور
126	30	96	مكاتب البطاقة الذكية	
23	9	14	دار مسنين الصليخ	داخل الدور
33	13	20	دار مسنين الرشاد	
280	90	190	المجموع	

ثالثاً: أداة البحث Research Tool:

١- اعداد فقرات المقياس وصياغتها:

لما كانت الباحثة قد اعتمدت الإطار النظري للشيخوخة الايجابية ل لارس (٢٠٠٥)، بعد مراجعة العديد من الادبيات السابقة وبالبحث عن مقاييس للشيخوخة الايجابية لم تعثر الباحثة على مقياس متلائم مع كبار السن في المجتمع المحلي فقامت ببناء مقياس وفقاً للنظرية المتبناة والاطلاع على مقاييس اخرى ذات صلة.

اعتمدت الباحثة في جمع فقرات مقياس الشيخوخة الايجابية وصياغتها على مراجعة بعض المقاييس ذات الصلة او القريبة من موضوع الدراسة والاستفادة من بعض الدراسات السابقة وكذلك مضامين النظرية المتبناة ومن تلك المقاييس مقياس لارس (Lars,2005) الذي يتكون من ١٢ فقرة. إذ قامت بصياغة (٥٤) فقرة تحمل اتجاهين (مع المفهوم وعكس

المفهوم). واستناداً للإطار النظري لمفهوم الشيخوخة الايجابية حددت الباحثة خمسة ابعاد للشيخوخة الايجابية وتتضمن:

- ١- البعد النفسي: يتمثل هذا البعد في المشاعر والسمات الشخصية للمسئ والرضا عن الذات والاستقلالية والقلق والحالة الانفعالية.
 - ٢- البعد العقلي: يشير هذا البعد الى العمليات المعرفية لكبير السن وحل المشكلات واتخاذ القرارات.
 - ٣- البعد الاجتماعي: يشير هذا البعد الى قيام كبير السن ببعض الانشطة الاجتماعية التي تجلب له الشعور بالاستمتاع والرضا في هذه المرحلة، وهي (الادوار الاجتماعية، شبكة العلاقات الاجتماعية، الانشطة الاجتماعية).
 - ٤- البعد الاقتصادي: ويتضمن مدى حرص المسن على ممارسة السلوكيات الاقتصادية الرشيدة التي تجنبه التعرض للمشكلات المادية وتحقق له الشعور بالأمان والاكتفاء المادي.
 - ٥- البعد الجسمي: يشير هذا البعد الى قيام كبير السن ببعض السلوكيات الصحية السليمة التي تتعلق بصحته الجسدية والانتاجية والطاقة.
- وقد وزعت هذه الفقرات على ابعاد مقياس الشيخوخة الايجابية، إذ كانت ابعاد الشيخوخة الايجابية (٥) ابعاد وهي: البعد النفسي وكان عدد فقراته (١٢) فقرة، والبعد العقلي وعدد فقراته (١١) فقرة، والبعد الاجتماعي وكان عدد فقراته (١٣) فقرة، والبعد الاقتصادي وكان عدد فقراته (٩) فقرة، والبعد الجسمي وكان عدد فقراته (٩) فقرة.

جدول (4) المصادر العلمية لفقرات مقياس الشيخوخة الايجابية

المصدر	الفقرات
الإطار النظري	١,٢,٣,٤,٥,٦,٧,٨,١٠,١١,١٢,١٤,١٥,١٦,١٧,١٨,١٩,٢١,٢٣,٢٥,٢٦,٢٧,٢٨,٢٩,٣١,٣٢,٣٤,٣٥,٣٦,٣٧,٣٨,٣٩,٤٠,٤١,٤٢,٤٣,٤٤,٥١,٥٢,٥٣,٥٤
مقياس لارس (Lars,2005)	٣٠,٣٣,٢٤,٢٢,٢٠,١٣,٩,٤٥,٤٦,٤٧,٤٨,٤٩,٥٠

تحديد بدائل الاستجابة واوزانها واتجاه الفقرات وتصحيحها:

بما ان عينة البحث الحالي كبار السن فقد اعتمدت الباحثة بدائل الاستجابة الثلاثية لسهولة تطبيقها على كبار السن وسهولة فهمها، فكان لكل فقرة من فقرات مقياس الشيخوخة الايجابية ثلاثة بدائل متدرجة تأخذ اوزان من (1,2,3) لاتجاه الفقرات مع المفهوم ومن (3,2,1) لاتجاه الفقرات عكس المفهوم، ويوضح الجدول (٥) ذلك:

الجدول (5) البدائل وميزان الاجابة على مقياس الشيخوخة الايجابية

اتجاه الفقرة	تتطبق عليّ تماماً	تتطبق عليّ الى حد ما	لا تتطبق عليّ
مع المفهوم	٣	٢	١
عكس المفهوم	١	٢	٣

٢- إعداد تعليمات المقياس:

لإعداد تعليمات المقياس سعت الباحثة ان تكون التعليمات واضحة ودقيقة لتعريف الشيخوخة الايجابية، إذ طلب من المستجيب التفضل بالحكم على مدى تلبية خبرات ومشاعر مر بها، وذلك من خلال اختيار أحد البدائل الموضوعة أمام كل فقرة بوضع إشارة (√) تحت البديل المناسب. وأشارت الباحثة الى عدم ترك أية عبارة من دون إجابة، مذكرة ان لا توجد إجابات صحيحة وإجابات خاطئة، وأن الإجابة لن يطلع عليها أحد سوى الباحثة ولن تستعمل إلا لأغراض البحث العلمي ولا حاجة لذكر الاسم.

٣- صلاحية فقرات المقياس:

رتبت الباحثة الفقرات والبالغ عددها (٥٤) فقرة التي قامت بجمعها في استبانة، كل بحسب مجالها، مع ذكر التعريف النظري المعتمد في الدراسة للمفهوم والابعاد الخمسة، وعرضت بعد صياغتها الأولية على مجموعة من الخبراء المختصين في ميدان علم النفس لغرض الحكم على مدى صلاحيتها في قياس ما وضعت لأجله، ومدى ملازمتها للمجال الذي وضعت فيه، وملائمة بدائل الإجابة.

بعد جمع آراء الخبراء وتوجهاتهم، اعتمدت الباحثة نسبة اتفاق ٧٥% فأعلى، وفي هذا الصدد اشار بلوم (Bloom) الى استبقاء المواقف او الفقرات لاي اختبار او مقياس إذا حصل على نسبة اتفاق ٧٥% فما فوق وحذف ما دونها. (بلوم، ١٩٨٣، ص ١٢) لذا أبتقت الفقرات التي نالت نسبة اتفاق (٨٠%) فأكثر، مع تعديل بعض الفقرات الأخرى، أما الفقرات التي حصلت على نسبة اتفاق أقل من (٨٠%) فقد حذفت من المقياس وهي الفقرات (٥٤، ٢٥، ١٨، ٦) وقد أصبح المقياس بصيغته الأولية مكوناً من (٥٠) فقرة.

جدول (٦) النسبة المئوية لموافقة المحكمين على فقرات مقياس الشيخوخة الايجابية

النتيجة	النسبة المئوية	عدد غير الموافقين	عدد الموافقين	عدد الفقرات	أرقام الفقرات
تقبل	١٠٠%	٠	١٥	١٧	1,2,3,4,5,7,8,9,10,11,12,13,14,15,16,17,19
تقبل	٩٣.٣٣%	١	١٤	١٤	20,21,22,23,24,28,26,27, 29,30,31,32,33,34
تقبل	٨٦.٦٦%	٢	١٣	١٩	35,36,37,38,39,40,41,42,43,

					44,45,46,47,48,49, 50,51,52,53
ترفض	٧٣.٣٣%	٤	١١	٤	٦,١٨,٢٥,٥٤

٤- عينة وضوح الفقرات والتعليمات وحساب الوقت:

لغرض التأكد من وضوح فقرات المقياس، وسهولة استيعابها، وإمكانية الإجابة على بدائلها من دون التباس، قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة مؤلفة من (٢٠) مسناً ومسنة من محافظة بغداد، وبعد تطبيق المقياس على العينة تبين ان تعليمات المقياس وفقراته كانت واضحة ومفهومة بالنسبة للعينة، وكان مدى زمن الإجابة على فقرات المقياس يتراوح بين (٢٠_٢٥) دقيقة.

٥- التحليل الإحصائي لفقرات المقياس:

بعد التطبيق على عينة البناء البالغة (١٨٤) قامت الباحثة بتطبيق التحليل الإحصائي وأن الهدف من تحليل الفقرات هو الإبقاء على الفقرات الجيدة في المقياس بعد التأكد من كفاءتها في تحقيق مبدأ الفروق الفردية الذي يقوم عليه المقياس. وهل إن الفقرة تمتلك قوة التمييز (Discrimination Power) بين المستجيبين الذين تكون درجاتهم عالية والمستجيبين الذين تكون درجاتهم واطئة في المفهوم الذي تقيسه الفقرة أم لا (Ebel 1972, P.392). ويشير جيزل (Ghisell, 1981) إلى ضرورة إبقاء الفقرات ذات القوة التمييزية في الصورة النهائية للمقياس، واستبعاد الفقرات غير المميزة أو تعديلها أو تجريبيها من جديد (Ghisell, 1981, p.434). وقد لجأت الباحثة إلى استعمال طريقة المجموعتين المتطرفتين وعلاقة الفقرة بالمجموع الكلي للمقياس

أ_ طريقة المجموعتين المتطرفتين (Extreme Group Method):

ولتحقيق ذلك أتبعته الباحثة الخطوات الآتية:

- ١- قامت الباحثة بتطبيق مقياس الشيوخوخة الايجابية على عينة من كبار السن (عينة البناء) التي بلغ عددهم (184).
 - ٢- تصحيح كل استمارة وتحديد الدرجة الكلية لكل منها.
 - ٣- ترتيب الدرجات التي حصل عليها المستجيبين تنازلياً (من أعلى درجة إلى أدنى درجة).
 - ٤- اختيار نسبة قطع لتحديد المجموعتين المتطرفتين، فقد حين أشار أيبيل Eble إلى أن نسبة (٢٧%) تعد أفضل نسبة لتحديد المجموعتين المتطرفتين وذلك لأنه على وفق هذه النسبة يتم الحصول على عينة بأكبر حجم وأقصى تمايز ممكن (Eble, 1972, p.261).
- وفي ضوء هذه النسبة (٢٧%) بلغ عدد الاستمارات لكل مجموعة (50) استمارة، أي إن عدد الاستمارات التي خضعت للتحليل بلغ (100) استمارة.

٥- قامت الباحثة بتطبيق الاختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفرق بين المجموعتين العليا والدنيا على كل فقرة، وتعد الفقرة مميزة إذا كانت القيمة التائية المحسوبة أعلى من القيمة التائية الجدولية^١، وقد اتضح من هذا الاجراء ان هناك ست فقرات غير مميزة في مقياس الشيخوخة الايجابية هي (٢٠، ٣٧، ٤٣، ٤٥، ٤٧، ٤٨) ليصبح عدد فقرات المقياس (٤٤) فقرة والجدول (٧) يوضح ذلك.

جدول (٧) القوة التمييزية لفقرات مقياس الشيخوخة الايجابية باستعمال أسلوب المجموعتين المتطرفتين

ت	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة	الدالة
	المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف		
١	2.50	0.65	1.24	0.59	10.17	دالة
٢	2.72	0.57	1.24	0.52	13.56	دالة
٣	2.76	0.56	2.48	0.61	2.39	دالة
٤	2.72	0.61	2.4	0.70	2.44	دالة
٥	1.98	0.82	1.38	0.60	4.17	دالة
٦	2.42	0.81	1.40	0.67	6.86	دالة
٧	2.68	0.51	2.40	0.78	2.12	دالة
٨	2.60	0.61	2.30	0.84	2.05	دالة
٩	1.98	0.82	1.56	0.64	2.85	دالة
١٠	2.44	0.61	2.12	0.82	2.21	دالة
١١	2.94	0.24	2.46	0.68	4.73	دالة
١٢	2.62	0.57	2.08	0.80	3.88	دالة
١٣	2.68	0.55	2.28	0.64	3.35	دالة
١٤	2.64	0.56	2.30	0.74	2.60	دالة
١٥	2.92	0.27	2.54	0.61	4.00	دالة
١٦	2.22	0.82	1.40	0.57	5.82	دالة
١٧	2.20	0.70	1.68	0.74	3.61	دالة
١٨	2.36	0.75	1.38	0.57	7.37	دالة

*القيمة التائية الجدولية (١.٩٦) ودرجة الحرية ٩٨ ومستوى دلالة ٠.٠٥.

دالة	4.05	0.64	1.56	0.78	2.14	١٩
غير دالة	-0.58	0.69	2.12	0.70	2.04	٢٠
دالة	3.30	0.67	2.20	0.60	2.62	٢١
دالة	3.10	0.66	2.24	0.57	2.62	٢٢
دالة	4.16	0.68	2.16	0.61	2.70	٢٣
دالة	5.59	0.72	2.18	0.42	2.84	٢٤
دالة	4.49	0.66	2.18	0.54	2.72	٢٥
دالة	7.23	0.65	1.52	0.71	2.50	٢٦
دالة	5.75	0.69	2.24	0.39	2.88	٢٧
دالة	5.36	0.61	1.56	0.79	2.32	٢٨
دالة	3.32	0.64	2.42	0.49	2.80	٢٩
دالة	8.43	0.68	1.54	0.60	2.62	٣٠
دالة	5.45	0.73	1.60	0.63	2.34	٣١
دالة	7.20	0.57	1.40	0.75	2.36	٣٢
دالة	11.19	0.65	1.48	0.51	2.78	٣٣
دالة	6.96	0.71	1.68	0.64	2.62	٣٤
دالة	3.71	0.63	1.66	0.86	2.22	٣٥
دالة	8.16	0.69	1.82	0.49	2.80	٣٦
غير دالة	1.44	0.61	2.44	0.64	2.62	٣٧
دالة	3.45	0.57	2.42	0.46	2.78	٣٨
دالة	4.86	0.72	1.82	0.68	2.50	٣٩
دالة	2.33	0.74	2.30	0.64	2.62	٤٠
دالة	2.14	0.71	2.48	0.49	2.74	٤١
دالة	8.83	0.61	1.40	0.70	2.56	٤٢
غير دالة	-0.25	0.81	2.14	0.81	2.1	٤٣
دالة	4.37	0.65	1.52	0.85	2.18	٤٤
غير دالة	-1.41	0.72	2.18	0.83	1.96	٤٥
دالة	4.01	0.76	1.86	0.79	2.48	٤٦
غير دالة	1.09	0.61	2.30	0.84	2.46	٤٧

غير دالة	-0.28	0.64	2.40	0.78	2.36	٤٨
دالة	3.10	0.68	2.16	0.67	2.58	٤٩
دالة	5.13	0.74	2.10	0.58	2.78	٥٠

ب- طريقة الاتساق الداخلي (علاقة درجة الفقرة بالمجموع الكلي) **Internal Method Consistency**:

ولتحقيق ذلك استعملت الباحثة معامل ارتباط بيرسون Pearson لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة من فقرات مقياس الشيخوخة الايجابية والدرجة الكلية ل (184) استمارة أي العينة ككل، وعند موازنة قيم الارتباط مع قيمة معامل ارتباط بيرسون الجدولية البالغة (0,14) عند مستوى (0.05) ودرجة حرية (182) أتضح أن الارتباطات كلها دالة إحصائياً والجدول (٨) يوضح ذلك.

جدول (٨) التحليل الإحصائي لفقرات مقياس الشيخوخة الايجابية باستعمال أسلوب علاقة

درجة الفقرة بالدرجة الكلية

الدرجة	معامل الارتباط								
١	0.67	١١	0.30	٢٠	0.28	٣٠	0.50	٣٩	0.15
٢	0.71	١٢	0.29	٢١	0.23	٣١	0.54	٤٠	0.63
٣	0.23	١٣	0.25	٢٢	0.33	٣٢	0.66	٤١	0.43
٤	0.18	١٤	0.15	٢٣	0.37	٣٣	0.55	٤٢	0.42
٥	0.48	١٥	0.28	٢٤	0.36	٣٤	0.37	٤٣	0.18
٦	0.60	١٦	0.49	٢٥	0.57	٣٥	0.56	٤٤	0.31
٧	0.16	١٧	0.38	٢٦	0.38	٣٦	0.18		
٨	0.21	١٨	0.59	٢٧	0.51	٣٧	0.42		
٩	0.34	١٩	0.48	٢٨	0.26	٣٨	0.22		
١٠	0.20			٢٩	0.59				

صدق المقياس:

وقد تم التحقق من مؤشرات صدق المقياس الحالي بأسلوبين على النحو الآتي:

أ. الصدق الظاهري **Face Validity**:

وقد جرى التحقق من الصدق الظاهري للمقياس، إذ تفحصت الباحثة أولاً المقياس بما يتضمنه من بناء نظري وتعريفات وفقرات وبدائل ومجالات، ثم عرضها على لجنة من

المحكمين صادقت عليها بعد أن استبعدت منها تسع فقرات على نحو ما مر ذكره سابقاً في صلاحية الفقرات.

ب. صدق البناء: Construct Validity

- وتحقق هذا النوع من الصدق في المقياس الحالي من خلال المؤشرات الآتية: -
١. علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية: وقد تم التحقق من صحة هذا المؤشر لصدق البناء في الاجراءات السابقة من خلال تحليل فقرات المقياس احصائياً وحساب معاملات تمييزها ومعاملات ارتباطها مع الدرجة الكلية.
 ٢. علاقة درجة الفقرة بكل مجال: استخرج هذا النوع من الصدق من خلال استخراج العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة مع مجالات المقياس وبعد تطبيق الاختبار التائي لمعاملات الارتباط ظهرت ان جميع معاملات الارتباط دالة احصائياً عند مقارنة القيم التائية المستخرجة بالقيمة التائية الجدولية (١.٩٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (182) على نحو ما هو مبين في (الجدول ٩).

جدول (٩) التحليل الإحصائي لفقرات مقياس الشيخوخة الايجابية باستعمال أسلوب علاقة درجة الفقرة بالمجال

معامل	ت	معامل	ت	معامل	ت	معامل	ت	معامل	ت
الارتباط		الارتباط		الارتباط		الارتباط		الارتباط	
		البعد الاقتصادي	البعد الجسمي	البعد الاجتماعي	البعد العقلي	البعد النفسي			
0.68	٤١	0.54	٣٦	0.65	٢٤	0.61	١٤	0.69	١
0.66	٤٢	0.39	٣٧	0.65	٢٥	0.23	١٥	0.56	٢
0.54	٤٣	0.51	٣٨	0.84	٢٦	0.60	١٦	0.80	٣
0.45	٤٤	0.36	٣٩	0.65	٢٧	0.55	١٧	0.87	٤
		0.67	٤٠	0.15	٢٨	0.65	١٨	0.50	٥
				0.72	٢٩	0.35	١٩	0.58	٦
				0.63	٣٠	0.52	٢٠	0.75	٧
				0.68	٣١	0.52	٢١	0.47	٨
				0.80	٣٢	0.58	٢٢	0.79	٩
				0.78	٣٣	0.59	٢٣	0.53	١٠
				0.63	٣٤			0.42	١١
				0.76	٣٥			0.56	١٢
								0.52	١٣

٣. علاقة درجة كل مجال بالدرجة الكلية للمقياس:

استخرج هذا النوع من الصدق من خلال استخراج العلاقة الارتباطية بين درجة كل مجال بالدرجة الكلية، وبعد تطبيق الاختبار التائي لدلالة معامل الارتباط ظهر أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مقارنة القيم التائية المستخرجة بالقيمة التائية الجدولية (١.٩٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (182) على نحو ما هو مبين في (الجدول ١٠).

جدول (١٠) التحليل الإحصائي لفقرات مقياس الشيخوخة الايجابية باستعمال أسلوب

علاقة درجة المجال بالدرجة الكلية

البعد	البعد النفسي	البعد العقلي	البعد الاجتماعي	البعد الجسدي	البعد الاقتصادي	الشيخوخة الايجابية
البعد النفسي	1	0.51	0.47	0.36	0.47	0.81
البعد العقلي		1	0.45	0.56	0.41	0.76
البعد الاجتماعي			1	0.52	0.30	0.81
البعد الجسدي				1	0.34	0.69
البعد الاقتصادي					1	0.58

ثبات المقياس The: Reliability

توجد أكثر من طريقة لتقدير معامل الثبات نظراً لتعدد مصادر أخطاء القياس، وقد

قامت الباحثة بحساب الثبات لمقياس الشيخوخة الايجابية بطريقتين هما:

١_ طريقة اعادة الاختبار

٢_ طريقة معامل الفا

١_ طريقة اعادة الاختبار:

قامت الباحثة بتطبيق مقياس الشيخوخة الايجابية على عينة مكونة من (٤٠) مسناً

ومسنة من محافظة بغداد وتم اختيارهم بطريقة قصدية وبعد مرور اسبوعين من التطبيق

الاول على المقياس قامت الباحثة بإعادة تطبيق المقياس مرة أخرى على العينة ذاتها، وبعد

استعمال معامل ارتباط بيرسون (Person Correlation Coefficient) بلغت قيمة معامل

الثبات لمقياس الشيخوخة الايجابية بهذه الطريقة (0,746) وهو معامل ارتباط عالي عند

مقارنته بالدراسات السابقة.

٢_ معامل ألفا للاتساق الداخلي Alpha Coefficient for Internal Consistency:

ولاستخراج الثبات بهذه الطريقة خضعت استمارات عينة التحليل الإحصائي البالغة (١٨٤) استمارة لمعادلة ألفا كرونباخ (Alpha Cronbach Formula) وقد بلغ معامل ثبات المقياس للشيخوخة الايجابية (0,875) وهو ثبات جيد عند مقارنته بالمعيار المطلق وهو (٠.٥٥٦).

وصف مقياس الشيخوخة الايجابية بصورته النهائية:

يتكون مقياس الشيخوخة الايجابية بصيغته النهائية من تعليمات الاجابة و (٤٤) فقرة وامام كل فقرة من فقرات المقياس مدرج ثلاثي (تتطبق عليّ تماماً، تنطبق عليّ الى حد ما، لا تنطبق عليّ) للإجابة على فقراته وتأخذ الابدال الاوزان (١,٢,٣) إذ يأخذ البديل (تتطبق عليّ تماماً) الوزن (٣) ويأخذ البديل (لا تنطبق عليّ) الوزن (١) وان أعلى درجة يمكن الحصول عليها هي (١٣٢) والتي تكشف عن أعلى حالات الشيخوخة الايجابية واقل درجة هي (٤٤) وتكشف عن أدنى حالات الشيخوخة الايجابية والمتوسط الفرضي للمقياس هو (٨٨).

التطبيق النهائي:

بعد أن تم التأكد من استخراج الخصائص السايكومترية لمقياس الشيخوخة الايجابية أصبحت جاهزة للتطبيق. وقد تم تطبيق المقياس على عينة البحث التطبيقية والبالغة (٢٨٠) من كبار السن بناءً على كتب تسهيل المهمة التي زودت بها الباحثة الصادرة من عمادة كلية الآداب والمعنون الى دور الدولة. وقد أوضحت الباحثة للعينة أثناء التطبيق طبيعة الدراسة من دون ذكر متغيري الدراسة بصورة مباشرة، والتأكيد على مدى أهمية صدق ودقة المستجيب، إضافة الى توضيح طريقة الإجابة، وقامت بالإجابة على أي تساؤل او استفسار مطروح من عينة البحث.

النتائج:

اولاً: قياس الشيخوخة الايجابية لدى المسنين:

بعد تطبيق مقياس الشيخوخة الايجابية على عينة البحث التطبيقية البالغة (٢٨٠) مسناً ومسننة، أظهرت النتائج أن مقياس الشيخوخة الايجابية قد بلغ فيه المتوسط الحسابي (٩٥.٣٨٥٧) درجة وبانحراف معياري قدره (١٢.٤٨٩٦) درجة، في حين كان المتوسط الفرضي لمقياس الشيخوخة الايجابية قد بلغ (٨٨) وباستعمال الاختيار التائي لعينة واحدة، تبين أن القيمة التائية المحسوبة كانت (٩.٨٩٥) وهي أكبر من القيمة الجدولية البالغة (١.٩٦) عند درجة حرية (٢٧٩) وبمستوى دلالة (٠.٠٠١)، وهذا يعني أن هناك فرقاً دالاً

إحصائياً لصالح الوسط الحسابي للعينة، أي ان عينة البحث تتمتع بالشيخوخة الايجابية والجدول (١٠) يوضح ذلك.

**جدول (10) الاختبار التائي لعينة واحدة لدلالة الفرق بين الوسط الحسابي والوسط
الفرضي لعينة البحث لمقياس الشيخوخة الايجابية**

الدلالة	القيمة التائية		الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العدد	المتغير
	الجدولية	المحسوبة					
دالة	١.٩٦	٩.٨٩٥	٨٨	١٢.٤٨٩٦	٩٥.٣٨٥٧	٢٨٠	الشيخوخة الايجابية

حيث تتناسب هذه النتيجة مع ما اشار اليه الدكتور لارس تورنستام، يستمرون في تطوير وجهات نظر جديدة تشكل جوهرهم كأفراد. يمكن القول إننا نعيد تعريف أنفسنا بشكل أساسي مع تقدمنا في السن. والأهم من ذلك، أن الإحساس الجديد بالذات ربما لا يتناسب مع الملف الشخصي الشائع لـ "الشيخوخة الايجابية". ومع ذلك، فإن كبار السن يواجهون نوعية حياة إيجابية تتجاوز الحدود العادية. ذكر تورنستام في مقال نشرته صحيفة نيويورك تايمز عام ٢٠١٠ عن بولا سبان، "نحن نتطور ونتغير. نحن نضج ... إنها عملية تستمر طوال حياتنا، ولا تنتهي أبداً. الخطأ الذي نرتكبه في منتصف العمر هو التفكير في أن الشيخوخة الايجابية تعني الاستمرار على النحو الذي كنا عليه في سن الخمسين. ربما لم يكن كذلك." (Lars , 2005, p124)

وكما اشارت دراسة (IMSERO,2006) فلقد تم قياس نسبة انتشار الشيخوخة الإيجابية بواسطة مقياس مشترك (مع مؤشرات موضوعية وذاتية) بنسبة ٢٧.٩٪ وهذه النتيجة مدعومة ببيانات السكان من إسبانيا حيث تكمن قوة هذه الدراسة في البروتوكول المستخدم الذي تم تطويره من ESAP (المسح الأوروبي حول بروتوكول الشيخوخة المُدار في دراسة EXCELSA-P في سبع دول أوروبية. (IMSERO,2006, p26).
ثانياً: التعرف على الفروق في الشيخوخة الايجابية وفق متغير الجنس (ذكور _ اناث) ووفق متغير السكن (داخل دور المسنين وخارج دور المسنين).

ولتحقيق هذا الهدف استعملت الباحثة تحليل التباين الثنائي Two Way Anova، للتعرف على دلالة الفروق في الشيخوخة الايجابية وفق متغير الجنس (ذكور _ اناث) ووفق متغير السكن (داخل دور المسنين وخارج دور المسنين)، والجدولين (١١_١٢) يوضح ذلك .

جدول (١١)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية الشيخوخة الايجابية حسب الجنس والسكن

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	المتغيرات
12.88	101.64	102	ذكور خارج الدور
12.63	95.03	68	اناث خارج الدور
13.15	98.99	170	كلي خارج الدور
8.49	90.00	80	ذكور دور
10.09	89.30	30	اناث دور
8.91	89.81	110	كلي دور
12.55	96.52	182	ذكور كلي
12.15	93.28	98	اناث كلي
12.49	95.39	280	المجموع الكلي

جدول (١٢)

نتائج تحليل التباين للكشف عن دلالة الفروق في الشيخوخة الايجابية وفق متغير الجنس (ذكور - اناث) و وفق متغير السكن (داخل دور المسنين وخارج دور المسنين)

الدلالة Sig	القيمة الفائية F	متوسط المربعات M.S	درجة الحرية D.F	مجموع المربعات s.of.s	مصدر التباين s.of.v
دال عند ٠,٠٠٥	47.858	6258.977	1	6258.977	السكن
=	9.910	1295.989	1	1295.989	الجنس
=	3.794	496.176	1	496.176	الجنس * السكن
	----	130.782	276	36095.820	الخطأ
	----	----	280	2591084.000	الكلي

وتشير نتائج جدول (١٢) إلى ما يأتي :

- ١- هناك فرق ذو دلالة إحصائية في الشيخوخة الايجابية وفق متغير السكن ولصالح خارج الدور لان متوسطهم أعلى من الساكنين في الدور ، إذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (47.858) وهي أعلى من القيمة الفائية الجدولية والبالغة (3.84) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (1-276) .

٢- هناك فرق ذو دلالة إحصائية في الشيخوخة الايجابية وفق متغير الجنس ولصالح الذكور، إذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (9.910) وهي أعلى من القيمة الفائية الجدولية والبالغة (3.84) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (1-276) .

٣- ليس هناك تفاعل دال بين متغيري (السكن والجنس) إذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (3.794) وهي أقل من القيمة الفائية الجدولية والبالغة (3.84) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (1-276) .

وكما تشير النتائج الى وجود فروق دالة لصالح الذكور خارج وداخل الدور حيث تتناسب هذه النتيجة مع ما اشارت اليه نتائج دراسة (أنتوني ١٩٩٨)، (Anthony) - التي هدفت إلى قياس مدى انتشار الشيخوخة الايجابية والعوامل المرتبطة بها وأجريت على (١٠٤٥) مسنة من الجنسين بلغت أعمارهم (٧٠) عاما فأكثر. إلى ارتباط الشيخوخة الايجابية بشكل عام لدى كل من السيدات والرجال بالذكاء اللفظي كما لوحظ ان انتشارها ينخفض بشدة ما بين عمر (٧٠:٧٤) وحتى سن (٨٠) فما فوق ويزداد انتشارها بين الرجال أكثر من النساء في هذه المرحلة. (Anthony,1998,p28)

كما أشارت نتائج دراسة (روبرت ٢٠٠٢)، (Robert) - التي اشتملت على عينة من المسنين الرجال ممن تراوحت أعمارهم ما بين (٧٢ : ٠٨) عام - إلى أن من أفضل المتنبئات بأسلوب الشيخوخة الايجابية هي: (الحالة الصحية الحالية - المستوى الاقتصادي الاجتماعي - الوضع المالي الحالي - الاستقرار الزواجي بعيد المدى - أنماط المشاركة الدينية). (Robert,2002, p24)

وهذا أيضاً ما أكدته دراسة (Lead & et al,1999) من أن الإناث أكثر انتقاداً لذواتهن من الذكور، وقد يرجع السبب في ذلك إلى التربية التي تتلقاها الإناث من الوالدين إذ أن محاسبة الإناث تكون أكثر شدة عادة من الذكور بسبب ما يفرض على الإناث من قيود اجتماعية. (Lead & et al,1999, p39)

وقد اشارت دراسة (Stolorow,et al,1987) إلى أن الأفراد الذين يتعرضون إلى خبرات الدفاء العاطفي والعلاقات الودية الداعمة من والديهم في أثناء طفولتهم المبكرة يدركون والديهم على أنهم أكثر تفهماً لهم وعطفاً عليهم الذي يؤدي بهم إلى أن يكونوا أكثر إشفاقاً على ذواتهم في المراحل اللاحقة في حياتهم من خلال تعلم هذه الصفة النفسية من الوالدين واكتسابها على العكس من أولئك الذين يدركون آبائهم على أنهم باردين انفعالياً أو على درجة عالية من النقد أو أنهم سيئين في تعاملهم معهم. (Stolorow,et al,1987)

التوصيات:

استكمالاً لمتطلبات البحث الحالي وفي ظل النتائج التي توصل إليها البحث الحالي توصي الباحثة بما يأتي:

- ١- الاستفادة الوحدات الارشادية في دور المسنين من مقياس الشيخوخة الايجابية لتعزيز كبار السن في التعامل مع مرحلة الشيخوخة.
- ٢- الحث على مد جسور مع الإعلاميين في إبراز الشيخوخة الايجابية والابتعاد عن الاستراتيجيات السلبية في التعامل مع كبار السن في البرامج والأنشطة الإعلامية.

المصادر:**العربية:**

- سليمان، سناء محمد. (٢٠٠٨). مرحلة الشيخوخة وحياة المسنين بين الآمال والآلام، الطبعة الاولى. القاهرة: عالم الكتب للنشر والتوزيع.
- الزبيدي، علي جاسم. (٢٠٠٩). سيكولوجيا الكبر والشيخوخة مراحل ما بعد النمو في حياة الانسان، الطبعة الاولى. عمان: دار اثراء للنشر والتوزيع.
- الغرابوي، فاطمة (١٩٧٥): الشيخوخة هل هي. مرض. مجلة عالم الفكر. مجلد ٦، عدد ٣. وزارة الالزبيدي الكويت.

References:

Al-Gharabawi, Fatima (1975): Old age is it. Illness. Journal of the world thought. Volume 6, Issue 3. The Ministry of Al-Zubaidi, Kuwait.

Al-Zubaidi, Ali Jassim (2009). The psychology of old age and post-developmental stages in human life, first edition. Amman: Ithraa House for Publishing and Distribution.

Ardelt, M. (1997). Wisdom and life satisfaction in old age. Journal of Gerontology: Psychological Sciences. 52B. Pp: 15-27

Baltes, P. B., & Smith, J. (1990). Toward a psychology of wisdom and its ontogenesis. In R. J. Sternberg (Ed.), Wisdom: Its nature, origins, and development (pp. 87-120). New York: Cambridge University Press.

Hamouda, M.A.: Sleep disorders Patterns and risk factor in sample of non-psychiatric Egyptian population ,Alazhar Med. jou. vol (22), pp (13-26).1993.

Hawkins, B.A., May, M.E.& Rogers, N.B. Therapeutic Activity intervention SR with the Elderly: Foundations and practice, venture publishing, inc. Pennsylvania, 1996.

Hill, R. (2005): (Positive aging: A guide for mental health professionals and Consumers New York: w.w. Norton.

Hooyman, N.R., & Kiyak, H.A. Social Gerontology: A Multidisciplinary perspective (2". ed.) Needham Height, Ms: Allyn & Bacon, 1991. Nd

OECD (2000) Reforms for an Ageing Society, Paris: OECD Pauley. Gerard. and Susan McPherson (2010) The experience and meaning of compassion and self-compassion_ for individuals with depression or anxiety, Psychology and psychotherapy: Theory, Research and practice, 83, 129-143.

Soliman, Sanaa Muhammad (2008). The stage of old age and the life of the elderly between hopes and pains, first edition. Cairo: The World of Books for Publishing and Distribution.