



- 1- قد تمتد فترة الشيخوخة عشرات المسنين ولذلك أثره في حياة الفرد ومن حوله من معارف وأصدقاء وأهل ..
  - 2- يعاني المسن من ضعف جسمي عام في الإحساس والعضلات والعظام والنشاط الجسمي الداخلي ( هضمي وبولي ودموي وجلدي ) وضعف عام في النظارة .. وبدء ظهور الترهلات . وأعراض الشيخوخة هذه تظهر على كل إنسان ..
  - 3- نضوج علمي وغزارة وثراء فكري ، حيث أن أكابر العلماء خبير إنتاجهم الفكري في هذه المرحلة ( ما بعد المستين ) ويكون لدى المسن أيضاً ثراء شخصي بالخبرة الذاتية مع الآخرين حيث يفهم الحياة فهماً واقعياً ويدرك الحياة بعيداً عن الخيال وبواقعية عملية .
  - 4- معاناة صحية في تناوب مع المتاعب المرضية ، ويتطلب ذلك عناية صحية متواصلة ودقيقة .
  - 5- صلابة نفسية واجتماعية في الاتجاهات ، يصعب معها التكيف والتوافق النفسي للمسن مع مستجدات الحياة وما تتطلبه من علاقات وأنماط سلوكية جديدة مع عدة أجيال مما يجعله يعاني من صعوبات التوافق الضروري للحياة المهادنة
  - 6- يرى المسن نفسه إما متخوفاً من الوصول للشيخوخة أو منكرها لها ولما يعطي لها بالماً في تصرفاته ، وكلما تقدم به السن شعر بالعجز أكثر ويحدث ذلك في المجتمعات الغربية حيث يرى المسن نفسه قد وصل لمرحلة سلبية في حياته وذلك نتيجة لطبيعة العلاقات الاجتماعية المفككة ، والروابط العائلية الضعيفة .
- وبالنسبة إليهم فإن مشكلة سن التقاعد قد خلقت مشاكل جديدة تتعلق بتحقيق الذات ، وبحقوقهم كبشر وفي شعورهم بتدني المستوى المعيشي ، وعدم ملائمتهم لصحتهم ورفاهيتهم ، ولصحة ورفاهية أسرهم وأيضاً لزيادة الحاجة إلى الرعاية الصحية والطبية والاجتماعية والنفسية ويرافق ذلك شعورهم بعدم الأمان بسبب تقدم السن وكل ذلك يساهم في نشوء مشكلات المسنين . أما في مجتمعاتنا الأكثر التزاماً بالنواحي الدينية فإننا نجد أن كبار السن يصاحبه ارتفاع في المكانة ويعامل المسن بالتبجيل والاحترام والتوقير ..
- ومن ناحية أخرى يؤدي الانقطاع عن العمل □ في عصرنا الراهن إلى زيادة النظر للشيخوخة بوصفها مشكلة نفسية واجتماعية حيث أن التوقف عن العمل يتضمن انقطاع أدوار اجتماعية هامة ، وتقلصاً في الدخل وتقليلاً في فرص الاتصالات الاجتماعية ، وزيادة في الوحدة والفراغ وهذا ما توصل إليه العلماء عموماً بأن التقاعد هو أمر سلبي .
- والمشكلات يمكن أن تكون انفعالية وجدانية كالشعور بالفشل أو الاحباط مما يؤدي إلى أن تغلب على هؤلاء روح المشاؤم . وقد يصل بعضهم إلى الشك بأقرب المقربين إليهم . ويكون سلوكهم متسماً بالشك والحذر والمحساسة والتأثر الانفعالي ( قد يتزوج المسن ممن هي في سن بناته ويتصابى وعند عجزه يتهمها ويشك بها وبهذا لا يوقر نفسه )
- وهناك مشكلات ذهنية فكرية وذلك نتيجة لضعف الحواس وضعف الانتباه وعدم القدرة على التركيز ، مما يضعف المدركات بالإضافة إلى ضيق الاهتمام وإلى ضعف الذاكرة وتشتتها وسرعة النسيان مما يجعل الفرد يتمركز بشكل محوري في تفكيره حول شيء مما يبدو شبيهاً بالوسوسة أو الهلوسة . □
- وأما المشكلات الصحية فإن أمراض الشيخوخة تعتبر أكثر خطورة لضعف مقاومة الجسم لدى المسن وشدة تأثيره وضعفه مما يقلل فرص إجراء جراحات ضرورية لصحته . كما أن ضعف الجسم عموماً يظهر لديه أمراضاً ومشكلات جسدية مثل أمراض القلب والمشرابين وهشاشة العظام والكسور والأمراض الجلدية والحسية . وغيرها وقد يظهر لدى المريض توهم بالأمراض وتركيز زائد على الصحة حيث ينظر للعرض البسيط بأنه خطير
- وهناك مشكلات اقتصادية يعاني منها المسنون لنقص مواردهم المالية ، ولضعف الأداء لديهم ، أو للتقاعد ، أو لتترك العمل ، وهذا في حد ذاته مشكلة نفسية واجتماعية وصحية واقتصادية بأبعادها المؤثرة والمتأثرة .
- وأما المشكلات الاجتماعية فإن ازدياد العمر يقلل من الأصدقاء بسبب تفرقهم إما بالبعد أو بالوفاة أو بالسفر . وكذلك الأولاد لأنهم لا يشؤون الحياة . وأما شريك الحياة الزوجية فقد يتوفى وبالتالي يظل المسن يعاني من الوحدة وآثارها النفسية . وكذلك فإن عدداً غير

قليل من المسنين يعاني من الصلابة الاجتماعية لصعوبة تكيفه وتبنيه لأنماط جديدة في السلوك والتفكير .