جامعــة وهـران 2

كلية العلوم الاجتماعيـة

قسم: علم النفس والأرطفونيا

ماستر 2

تخصص: علم النفس الصّــحة

الإحـــــــساس بالزّمن
و مرحلة الشّيخوخة
-دراسة عيادية لحالتين-

إعـــــــــداد :

حـــنان مســـلي

إشراف الأستاذ(ة):

شـــــهيدة جبار

لجـــــنة المناقشة

أستاذة غزال أمال .....مناقشا

أستاذة طباس نسيمة .....رئيسا

السنة الجامعية: 2021-2022

Time comes from the spirit,its exploration from our thoughts and its perception frome our actions.

Rilés –time out– 4 :45

ملخص الدراسة باللغة العربية

يعتبر التقدم في العمر انتصارا للتنمية البشرية اذ ان الانسان يعيش عمرا طويلا بسبب تحسن التغدية و الرعاية الصحية و التعليم و تحقيق الرفاه ,فالشيخوخة مفهوم نمائي قد يعاش دون مرض او اضرار .دون او مع انخفاض في القدرات الوظيفية العضوية و العصبية, ارتباطها الاساسي هو الوصول الى اخر مرحلة عمرية للحياة ,بعد تجاوز زمني من التغييرات النفس اجتماعية و الفيزيولوجية منذ الطفولة و الشباب نحو الشيخوخة ,هذه التغيرات بدورها ترتبط بمفهوم الاحساس بالزمن كحالة روحية état d'esprit (نفسية).

هذا ما قادنا الى طرح التساؤل الاساسي ; عن طبيعة الاحساس بالزمن لدى الفرد في مرحلة الشيخوخة.

فرضيات البحث:

الفرد في مرحلة الشيخوخة, يشعر بدوارنية الزمن ;عودة ما تم عيشه في الماضي و الخوف من المستقبل.

منهجية البحث:

اعتمدنا في بحثنا هذا على منهج دراسة الحالة للمنهج العيادي في فحص الهيئة العقلية التركيز فقط على حالات الشيخوخة دون وجود اضطرابات نفسفيزيولوجية و/او عضوية و عصبية,كما تم تصميم دليل مقابلة الذي يخدم بالاساس اشكاليةالدراسة و فرضياتها لطبيعة لاحساس بالزمن لدى حالتين, ذكر 73 سنة و انثى 62 سنة ,و تم تفسيرها حسب مرجعية الفرد النفسثقافية,في الاطار النفسظواهري الزمن الخطي,الاحساس بالماضي ,الحاضر و المستقبل.

نتائج الدراسة :

الشعور بالذنب و الندم عند الحالة الاولى,و الحنين الى الماضي عند الحالة الثانية اتجاه الماضي ,و كذا يضهر توجه زمني اتجاه المستقبل الذي تمثل في احتمال شعور الحالتين بالخوف من المجهول.

يترجم دوارنية الزمن بعودة الماضي و الخوف من المستقبل ,ما يشير الى تحقق فرضيات البحث.

كلمات مفتاحية: شيخوخة, دورانية الزمن ,الزمن النفسي ,الاحساس بالزمن.

Study summary in English

Aging is considered a victory for human development, as a person lives a long life because of improved living conditions (nutrition, health care, education, and the achievement of well-being). Aging is a developmental concept that may be lived without disease or damage, without or with a decrease in organic and neurological functional abilities. Its main purpose is to reach the last stage of life. After a time lapse of psychosocial and physiological changes from childhood and youth towards ageing These changes, in turn, are related to the concept of a sensation of time as a spiritual condition (psychological state); This is what led us to ask the basic question ; About the nature of the sensation of time with the individual in aging

The Hypothesis:

In this research, we relied on the case study approach of the clinical approach in examining the mental statut, focusing only on aging cases without the presence of psy-physiological and/or organic and neurological disorders, and the interview guide was designed, which mainly serves the problematic of the study and its hypotheses for the nature of the sensation of time with two cases: a male 73 years old and a female 62 years old, and it was interpreted according to the individual's cultural-psychological reference, in the context of the phenomenological psychology, linear time, and the sensation of the past, present, and future.

Results:

Feeling of guilt and remorse in the first case,and nostalgia in the second case towards the past,as well as a temporal orientation towards the future, which represents the possibility of feeling fear of the unknown with the tow cases .it translates the rotation of time with the return of the past and fear of the future,which indicates the fulfilment of the research hypothesis.

Key words: Aging, time rotation, psychological time ,sensation of time.

Résumé de l’étude en français

Le vieillissement est considéré comme une victoire pour le développement humain, car une personne vit longtemps grâce à l'amélioration de ses conditions de vie (nutrition, soins de santé, éducation et bien-être). De même, le vieillissement est un concept de développement qui peut être vécu sans maladie ou endommagement, sans ou avec une diminution des capacités fonctionnelles organiques et neurologiques, son principal lien est d'atteindre la dernière étape de la vie, après un temps donné de changements psychosociaux et physiologiques de l'enfance et la jeunesse vers le vieillissement, ces changements, à leur tour, sont liés au concept de la sensation du temps comme une état spirituel (état psychologique), c'est ce qui nous a conduit à poser la question de base, sur la nature de la sensation du temps chez la personne dans le stade du vieillissement.

L'Hypothèse:

Dans cette recherche, nous nous sommes appuyés sur l'approche de cas de l'approche clinique dans l'examen de l'état mental, en se concentrant uniquement sur les cas de vieillissement sans la présence de troubles psychophysiologiques, et / ou organiques et neurologiques, et le guide d'entretien a été créé, qui sert principalement la problématique de l'étude et ses hypothèses pour la nature de la sensation du temps avec deux cas : un homme de 73 ans et une femme de 62 ans, et il a été interprété selon les références culturelles-psychologiques de l'individu, dans le contexte de la psychologie phénoménologique, du temps linéaire, de la sensation du passé, du présent et du futur.

Résultats:

Sentiment de culpabilité et de remords chez le premier cas, et de nostalgie chez le second envers le passé, ainsi qu'une orientation temporelle vers le futur, ce qui représente la possibilité de ressentir la peur de l'inconnu avec les deux cas. Cela traduit la rotation du temps avec le retour du passé et la peur du futur, ce qui indique la réalisation de l'hypothèse de recherche.

Mots clés : Vieillissement, rotation du temps, temps psychologique, sensation du temps.

قائمة المحتويات:

الصفحة

ملخص الدراسة باللغة العربية

Study summary in English

Résumé de l'étude en français

مقدمة عامة

الفصل الاول: تقديم البحث

تمهيد 02

1.طرح الاشكالية 02

2.فرضيات البحث 05

3.اهداف البحث 05

4المفاهيم الاجرائية 05

1.4.الشيخوخة

2.4.الاحساس بالزمن

5.اهمية البحث 05

6.تناول البحث 06

الفصل النظري للبحث

القسم الاول:الشيخوخة

1.مفهوم اللغوي و الاصطلاحي للشيخوخة 08

2نبذة تارخية لمفهوم الشيخوخة 08

1.2.العصور القديمة 08

2.2.العصور الوسطى 11

3.2. بداية العصر الحديث 13

3.احصائيات الشيخوخة في العالم و الجزائر 16

4.المظاهر الفيزيولوجية و الاجتماعية للشيخوخة 17

5.الشيخوخة المرضية و العادية 18

6بعض النظريات المفسرة للشيخوخة 22

1.6.النظرية الجينية

2.6. النظرية الغير جينية

3.6 النظرية المختلطة

4.6.النظريات الاجتماعية 24

خلاصة

القسم الثاني:الزمن و الاحساس بالزمن في الشيخوخة

1.مفهوم اللغوي و الاصطلاحي للزمن 26
2.نبذة تارخية حول مفهوم الزمن 26
1.2.مفهوم الزمن في العصور القديمة 26
2.2. مع نهاية العصور القديمة و بداية العصور الوسطى 27
3.2.لدى المسلمين في العصور الوسطى 28
4.2.بداية العصر الحديث 30
3.الزمن في تعدديته في مرحلة الشيخوخة: 33
1.3. الزمن البيولوجي 33
2.3. الزمن النفسي حسب المدرسة التحليلية 34
3.3 الزمن النفسي و الاحساس به 36
1.3.3.خصائص الزمن 38
4.3.الزمن النفسي من المنظور الوجودي. 39
خلاصة

الفصل التطبيقي

قسم:منهجية البحث و اجراءاته

تمهيد 43
1.الاجراءات المنهجية 43
1.1 الدراسة الاستطلاعية 43
2.1 اختيار حالات الدراسة 43
3.1. نتائج الدراسة الاستطلاعية 44
الحالة الاولى 44
الحالة الثانية 45
2.منهجية الدراسة 45
1.2.المنهج العيادي و دراسة الحالة 45
2.2. الادوات العيادية المعتمدة 45
1.2.2.الملاحظة العيادية 45
2.2.2.فحص الهيئة العقلية 46
3.2.2.المقابلة العيادية 47
1.3.2.2 المقابلة النصف موجهة 47
4.2.2.دليل المقابلة 47

قسم :عرض النتائج و مناقشة الفرضيات

تمهيد 50

1.عرض نتائج الحالات 50

1.1 التقرير السيكولوجي للحالة الاولى 50

1.1.1فحص الهيئة العقلية 53

2.1.التقرير السيكولوجي للحالة الثانية 54

1.2.1.فحص الهيئة العقلية 56

2.ملخص النتائج و مناقشة الفرضيات 57

1.2.ملخص النتائج 57

2.2 مناقشة الفرضيات 57

3.رؤيا , انتقادات و توصيات 59

خلاصة

قائمة المراجع 61

لمقدمة:

يعتبر التقدم في العمر انتصارا للتنمية اذ ان الانسان يعيش عمرا طويلا بسبب تحسن التغدية و الرعاية الصحية و التعليم و تحقيق الرفاه الاقتصادي . ففي دراسة مونية بن بعطوش و اخرون حول ظاهرة الشيخوخة في الجزائر و عوامل تطورها سنة 2015 تصرح على ان الهرم السكاني في الجزائر يتصف حاليا باتساع قاعدته نظرا لزيادة نسبة صغار السن فيه نتيجة لارتفاع معدلات المواليد و انخفاض معدلات الوفيات الخاصة بالاطفال ,و هي نسبة صغيرة مقارنة بدول العالم المتقدم الذي ترتفع فيه نسبة الشيخوخة بنسب متفاوتة نظرا الى الاهتمام و الرعاية الطبية , الوقائية,النفسية و الاجتماعية التي يتلقاه الفرد من هذه الفئة.

كما انه لوحظ و لاول مرة في تعددات السكان من عام 1998 في الجزائرارتفاع شيخوخة السكان و هذا تحت تأثير انخفاظ الخصوبة.بحيث قام الباحث c.dejeager 1959 بوصف الشيخوخة العادية انها حالة مرتبطة بظاهرة التقدم في العمر الذي يصحبها انخفاظ في الوظيفة الفيزيولوجية لاعضاء معينة و التي هي حالة وسطية يمكن من خلالها الوقوع في المرض و التدهور في حالة حدوث ظاهرة حادة و ايضا يمكن ان تكون المرحلة الاولى من الشيخوخة الناجحة (dejaeger & cherin, 2011)

و في اطروحة MAUD MANNONI 1991 يرى فيها MOUKOUTA ان الشيخوخة لا يمكن تحديدها فقط برقم ذو قيمة نسبية في جانب بيولوجي و ان الشيخوخة ترتبط ايضا بالجانب النفسي الخاص بكل فرد ,في سيرورة حياته الحاضرة بين الماضي و المستقبل كما يشير الى ان الشيخوخة لا ترتبط بالعمر الزمني بل ترتبط **بمفهوم الاحساس بالزمن** للفرد فهو حالة روحية état d'esprit (نفسية). فهناك شيوخ بعمر العشرين و شبابا بعمر الخامس و الثمانين .

« La vieillesse n'a rien à voir avec un âge chronologique, c'est un état d'esprit. Il y a des vieux de vingt ans, des jeunes de quatre-vingt-dix ans ». (Moukouta 2010) p32

و في هذه الاشارة نتنبه الى ان احساس الانسان بالزمن يكون في صيغة تكيفية اي تتطور مع الزمن في مراحل عمرية متعددة , فالحساس بمرور الزمن,الوعي بالزمن و ادراكه,تصوره يمشي عبر ازمنة ثلاثة تتداخل مع بعضها في حاضر الشخص فكبار السن الذين تجاوزوا الستين من عمرهم ماضيهم اطور من حاضرهم و هذا الوقع يجعلهم يتبنونا افكار و تصورات حول حياتهم و اخرتهم في بعد ديني ثقافي .

وعلى ما سبق ذكره حاولنا من خلال هذا البحث طرح التساؤل حول طبيعة الاحساس بالزمن عند الشخص في مرحلة الشيخوخة بحث تم طرح في الفصل الاول من هذه الدراسة تقديم بحث حيث يتم التعرف على اشكاليته و فرضياته و كل من اهدافه و اهميته حيث وضع ايطار منهجي للبحث يتم من خلاله دراسة الفرضيات تم **قسم *الفصل النظري*** الى قسمين ***الاول***: حول المتغير المستقل-مرحلة الشيخوخة- حيث يتم التعرف فيه على المفهوم وتقديم نبذة تارخية لتطوره و الاهتمام به تم عرض اهم المظاهر المتعلقة بهذا المفهوم من الناحية البيولوجية ,الفيزيولوجية , و النفسية و تعرفنا على الشيخوخة الكرضية و الشيخوخة العادية. و في الاخير طرحنا اهم النظريات المفسرة .اما القسم ***الثاني*** من الفصل النظري و الذي يتمحور حول مفهوم الزمن و الاحساس به كمتغير تابع للدراسة و هذا للكشف على اهم المظاهر التي تتأثر بالمتغير التابع الا و هو –الشيخوخة- و تم فيه محاولة لعرض نبذة تارخية حول مفهوم الزمن لتوضيح اهم الملامح و الصفات التي يتميز

بها هذا المفهوم من عدة جوانب و كذا عرض اهم هذه التعددية في طرح اشكالية الزمن من جانب : بيولوجي,تحليلي,نفسي و فيه تم عرض خصائص الزمن و الزمن النفسي من منظور وجودي

ثم بعد ذلك تم تقديم ***فصل في منهجية*** البحث و اجرائتها و تعرفنا على المنهجية المعتمدة و اداوتها (الملاحظة ,المقابلة ,فحص الهيئة العقلية , ودليل المقابلة المصمم للبحث و التحقيق في الازمنة الثلاثة) كما عرضنا دراسة استطلاعية سمحت لنا باختيار الحالات حسب موصافات معينة لتساعد في خدمت البحث و سيره و كذا في صياغة الفرضيات الاجرائية و في الاخير ***فصل الدراسة الاساسية ت عرض النتائج و مناقشة الفرضيات*** تم عرض فيه نتائج البحث :عرض الحالتين و نتائجها و تم مناقشة الفرضيات الاجرائية على ضوء النتائج المتحصل عليها و كخاتمة تم تقديم بعض التوصيات والتعقيبات .

فصل

تقديم البحث

تمهيد:

من خلال هدا الفصل سنحاول وضع الاسس المنهجية الاولية التي تسمح لنا بتحديد اتجاه الدراسة التي تتناول موضوع – الاحساس بالزمن عند الشخص في مرحلة الشيخوخة– من خلال التعرف على ادراكه و احاسيسه اتجاه الزمن في ابعاده الثلاث(الماضي ,الحاضر و المستقبل) بالإثارة اهم المفاهيم النظرية و العيادية

1.طرح الاشكالية :

يمر الانسان خلال حياته بمراحل متعددة و مترابطة تحمل في طياتها مجموعة المميزات و التغيرات الطبيعية: الفيزيولوجية (جسمية ,بيولوجية),النفسية الاجتماعية من (نمو و تطور لابعاد الشخصية).و من بين هذه المراحل ,مرحلة الشيخوخة او سميت مرحلة نهاية العمر في الحياة حسب الدكتور الباحث في علم النفس المرضي و علم النفس الاكلينيكي في فرنسا (MOUKOUTA 2010)

و نظرا لصعوبة تحديد تعريف واحد لهذه المرحلة بسبب الاختلافات الواسعة و التي تتميز بالخصوصية من فرد الى اخر.إلا انه يمكننا تحديد طبيعة هذه السيرورة التي تتميز بإنخفاض في الحالة البيولوجية و الوظائف الجسمية العامة في نشاطها(وهن العظام ,الضعف الذي يظهر في القدرة البدنية ,شيب الشعر الناتج عن نقص افراز هرمون الميلانين المسؤول عن تلوين الشعر و الجلد في الجسم ,ظهور التجاعيد المصاحبة للتقدم في العمر.)الحالة النفسية من تغيرات(معرفية ,سلوكية و عاطفية) و الحالة الاجتماعية(علاقات و تفاعلات مع المحيط او الاخر مثال الاحالة الى التقاعد ,وفاة الاصدقاء, الاقران, شريك الحياة.. شخص عزيز .و كل التغيرات الحاسمة التي يمكن ان تحدث في حياة الفرد.

حسب منظمة الصحة العالمية L'OMS تأكد على ان بداية مرحلة الشيخوخة تكاد لا ترتبط بعمرالشخص بحسب السنوات فقط بل ان (الجانب البيولوجي, التقاعد, وفاة شخص قريب ,تغيير المسكن..) يمكن ان يكون محدد لبداية هذه المرحلة (منظمة الصحة العالمية ,2021). إلا ان عتبة الشيخوخة يمكن تحديدها ما بين خمسون و خمسة و ستون سنة اما التصور الطبي الاجتماعي الغربي يتحدثون عن العمر الثالث و الذي يبدأ من عمر خمسة و ستون سنة(سن التقاعد في اغلب المجتمعات) و العمر الرابع يبدأ من سن الثمانون. حيث يعتبر التقدم في العمر انتصارا للتنمية اذ ان الانسان يعيش عمرا طويلا بسبب تحسن المعيشة(التغدية و الرعاية الصحية و التعليم و تحقيق الرفاه الاقتصادي) وفقا لتقدير السكان العالمي تدل المؤشرات الاحصائية حسب "صندوق الامم المتحدة المتعلقة بكبار السن"الاشخاص الذين تبلغ اعمارهم من 60 سنة فما فوق في سنة 2019 بلغ عددهم نحو 700 مليون شخص بنسبة 16% من اجمالي سكان العالم (مصراوي، 2019), و حسب الديوان الوطني للاحصائيات في الجزائر قارب عدد الاشخاص في مرحلة الشيخوخة من فئة 60 سنة فما فوق الى 11 مليون شخص سنة 2019 و هذا من مجموع عدد السكان البالغ اكثر من 40 مليون نسمة و اشاروا ايضا ان معدل الحياة قد بلغ 77.7 سنة عام 2018 مقابل 66.9 سنة عام 1990 و بفارق سنة واحدة اكثر عند النساء حيث من المتوقع ان تصل نسبة كبار السن في الجزائر الى 12.5%. سنة 2050 (اونلاين، 2020).

فحسب تقرير المجلس الوطني الاقتصادي و الاجتماعي للجمهورية الجزائرية لسنة 2001فهو يعرف الشيخوخة على انها (عامل طبيعي دائم يتسبب في تغيرات فيزيولوجية تستقر في اخر الامر الى نقص او عجز يتحدد بعمق استقلالية الشخص المسن) (بلعربي، 2017)بمعنى ان استقلالية الفرد في مرحلة الشيخوخة و درجتها تحدد طبيعة الشيخوخة بذاتها.

المظاهر الاجتماعية للشيخوخة تختلف من مجتمع لاخر من ثقافة لاخرى و كل منها ينظر و يعبر عن الشيخوخة بطريقته الخاصة ففي دراسة حول "الاشخاص المسنين في الجزائر و في البلدان المغاربية" تصرح الدكتوره الباحثة بدرة معتصم ميموني 2013 ان صورة الشخص في مرحلة الشيخوخة في الثقافة الجزائرية متعددة الاوجه فسمي {شيباني مدقدق} بمعنى المسن الضعيف او المريض المتهاوي,و سمي ايضا {الشيباني} و التي تحمل معنى الوالدين الاب بالتحديد حياءا و حرمة لهما فهي ترى ان هناك **ثلاث عوامل معززة لمكانة كبار السن في المجتمع**:اجتماعيا: من حيث انه يحافظ وجوده على الرابطة الاسرية و الجيرة التي تسمح للمحاطين و الاحفاد خاصتا الشعور بالاحتواء, عاطفيا:يمثل صورة كبير السن موضع قوة و احترام فهم الاولياء و الاجداد و كبار العائلة اما دينيا:فان مكانته حددها الدين الاسلامي و بما ان المجتمع الجزائري يتبنى غالبه الدين الاسلامي فمكانة كبار السن في محل مقدس تحفظ له حقوقه و كرامته في جميع احواله. (mimouni, 2013).

اشار كل من Hepworth & Featherstone 1995 ينتقدان في دراستهما فكرة ان الشيخوخة مرض و يؤكدان على ضرورة تطوير معايير سلوكية جديدة التي تسمح بتجاوز هذا التصور التقليدي و من جهة يؤكدان على اننا لا يمكننا نفي واقع وجود تغييرات عامة مرتبطة بالتقدم في العمر و التي تشمل جميع انظمة الجسد و اجهزته بشكل متفاوت بين كبار السن و عليه اصبحت الحاجة الى فهم اليات الشيخوخة من ضروريات لفهم هذه الفئة و التعامل معها . و عليه يشير c.dejeager طبيب فرنسي مختص في طب الشيخوخة و باحث في طب الشيخوخة لدراسة Row&Kahn 1959 انه هناك **ثلاث انواع من الشيخوخة:الشيخوخة المرضية pathologique, الشيخوخة العادية /الطبيعية,الشيخوخة الناجحة réussi**(dejaeger & cherin, 2011)

في اطروحة MAUD MANNONI 1991 يرى فيها MOUKOUTA ان الشيخوخة لا يمكن تحديدها فقط برقم ذو قيمة نسبية في جانب بيولوجي و ان الشيخوخة ترتبط ايضا بالجانب النفسي الخاص بكل فرد ,في سيرورة حياته الحاضرة بين الماضي و المستقبل كما يشير الى ان الشيخوخة لا ترتبط بالعمر الزمني بل ترتبط بمفهوم الاحساس بالزمن للفرد فهو حالة روحية état d'esprit (نفسية). فهناك شيوخ بعمر العشرين و شبابا بعمر الخامس و الثمانين .

« La vieillesse n'a rien à voir avec un âge chronologique, c'est un état d'esprit. Il y a des vieux de vingt ans, des jeunes de quatre-vingt-dix ans ». (Moukouta 2010) p32

و في مقال اخر ترى المحللة النفسية الفرنسية (madeleine natanson 1927م-2013) le temps de vieillir ? .... ان **الزمن هو جزء من النمو** حاملا معه كل التغيرات من مرحلة الى اخرى ...و ذكرت ايضا فكرة anny cordié الطبيبة العقلية العصبية و المحللة النفسية (1927-2018) "**الشيخوخة مثل المراهقة**" فيها تقلبات /انتفاضات boulversement و لكن بدون تعافي و نقصد هنا التقلبات او الانتفاضات بمفهومها حسب هنري فالون H.wallon بالازمات التي تفرق بين مراحل النمو كما يؤكد فالون حسب (معتصم-ميموني و ميموني، 2010، صفحة 11)ان وجود

الازمات بين المراحل تفقد الشخصية توازنها مؤقتا كي تنظم من جديد مثل "ازمة العمر الثالث حسب التصور الغربي ,و ازمة المراهقة "التي يختل فيها التوازن الهرموني و النفسي و الاجتماعي"التغيير" كما ان الازمة ليست سلبية بل هي مهمة و اساسية في النمو.

واما منظور المعرفي للوعي بالزمن ففي دراسة (droit-volet, lorandi, & T.Coull, 2019) افترضت ان الوعي بالزمن" timing " هي قدرة بدائية اساسية يتم الحفاظ عليها خلال جميع مراحل فترة الحياة و لا تتأثر بتبعيات الشيخوخة الطبيعية و هذا راجع الى القدرات المعرفية او عمليات المعرفية الاساسية لاصدرا الاحكام بشكل عام على الوعي بالزمن من (انتباه, ذاكرة عاملة,سرعة معالجة المعلومات) بعد سن 60-65 سنة مقارنتا مع الشباب حيث اظهرت الدراسة ان كبار السن يتمتعون تقريبا بنفس جودة الشباب في تقدير مدة زمنية قصيرة جدا تصل الى (50 مللي ثانية) و هذا ما يعتمد اساسا على الذاكرة العاملة.

و من جهة اخرى ذكرت نقطة مهمة تتعلق بالشعور بالذات في الزمن او الذي سمته soi-temporel فمن ناحية يوجد الذات في الزمن الحاضر-الان-self-teime ou/internal-teime وهي تحليل داخلي للحالة النفسية ,العاطفية و الاحاسيس الجسمية التي ترتبط بالوعي conscience

و يضيف الباحث و استاذ في جامعة laval الكندية-كيبيك- (Simon Grondin-1959)المختص في علم النفس الزمن (Grondin, 2020, pp. 164-166) في كتابه ان في دراسة ل Ganon-Harvey et al .2019 لاحظا ان هناك تقريبا تشابه في طبيعة الاحساس بسرعة مرور الزمن لدى كبار السن و المراهقين .

ان احساس الانسان بالزمن يبدأ منذ الطفولة و هذا في صيغة تكيفية اي تتطور مع الزمن في مراحل عمرية متعددة لاحظ Paul fraisse(1911م-1966م) عالم النفس الفرنسي ان التقدم في السن متزامن و متعاقب في تحديد الماضي و المستقبل بينما التقدير الدقيق للفترات الزمنية يظهر في سن الثاني عشر تزامنا مع نمو النشاطات العقلية"الفكر" (جبار، 2016)

فالانسان عندما تحركه توقعاته للمستقبل تكون هناك سببية ذاتية لاحداث السيكولوجية و ان اهداف الحياة (ما بعد الحياة في ثقافات مختلفة-الحياةبعد الموت تخدم دوافع و رغبات الشخص في مرحلة الشيخوخة و تحرك سير حياته.)

و على ما سبق فاننا نلاحظ ان الفرد منذ الولادة الى نهاية الحياة يمرعلى مراحل اساسية تحدد طبيعة ادراكه و احساسه بالزمن كما ان للتغير دور اساسي في فهم هذه الطبيعة المعقدة و في مرحلة الشيخوخة يصبح فيه التغير البيولوجي والفيزيولوجي و العقلي الطبيعي و الاجتماعي التابعة لمرحلة الشيخوخة ما يجعل الفرد مجبر على التكيف .

هذا ما يقودنا الى طرح **السؤال العام للدراسة: عن**ماهي طبيعة الاحساس بالزمن لدى الشخص في مرحلة الشيخوخة؟

السؤال الجزئي:

هل الفرد في مرحلة الشيخوخة, يشعر بدوارنية الزمن ;عودة ما تم عيشه في الماضي و الخوف من المستقبل؟

2. فرضيات البحث:

الفرد في مرحلة الشيخوخة, يشعر بدوارنية الزمن ;عودة ما تم عيشه في الماضي و الخوف من المستقبل

3.اهداف البحث:

الكشف عن التصورات و الاتجاهات الزمنية لدى الشخص في مرحلة الشيخوخة الذي لا يعاني من امراض مزمنة و لا يعني من اضطرابات معرفية عصبية

تسليط الضوء على متغير– الاحساس بالزمن – لدى الشخص في مرحلة الشيخوخة.

البحث في طبيعة الاحساس بالزمن حسب المعاش النفسي الاجتماعي للفرد حسب بناءه الزمني و حسب الروابط المنطقية لديه

التعرف على تأثير التقاعد على طبيعة الاحساس بمرور الزمن لدى الشخص في مرحلة الشيخوخة

معرفة على الكيفية التي يوجه بها الشخص في مرحلة الشيخوخة صعوباته بمساعدة الوعي بالزمن

البحث في فكرة الحياة الدنياوية و الاخرية لدى الشخص في مرحلة الشيخوخة.

4.المفاهيم الاجرائية:

الشيخوخة: مرحلة عمرية طبيعية تتميز بإنخفاض في الحالة البيولوجية و الوظائف الجسمية العامة في نشاطها(وهن العظام ,الضعف الذي يظهر في القدرة البدنية ,شيب الشعر,ظهور التجاعيد المصاحبة للتقدم في العمر.)الحالة النفسية من تغيرات(معرفية ,سلوكية و عاطفية) و الحالة الاجتماعية(علاقات و تفاعلات مع المحيط ,الاحالة الى التقاعد ,وفاة الاصدقاء, الاقران, شريك الحياة. و التي تتحدد عتبتها ما بين الستين الى ثمانين سنة

الاحساس بالزمن: هو ايضا الزمن النفسي والذي استعملناه في بحثنا للإشارة الى الوعي و ادراك الشخص في مرحلة الشيخوخة لزمن الداخلي من خلال تحديد انطباعه بمرور الزمن و توجهه و العوامل المتدخلة في ذلك.

5.اهمية البحث:

تكمن اهمية البحث العلمي في مجال علم النفس و خاصة علم نفس الصحة الى الاهتمام بشريحة الاشخاص المتواجدون في مرحلة الشيخوخة و التعرف على طبيعة هذه المرحلة من البعد النفسي الاجتماعي و تثمين و إضافة علمية بحيث ان الدراسة و حسب بحثنا ربما لم يتم التطرق اليها وطنيا.

نحاول الاستناد على المرجعية النظرية و الدراسات السابقة لاعداد سيرورة منهجية نقوم من خلالها معالجة المتغير التابع– الاحساس بالزمن و تحديد المتغير المستقل –الشيخوخة–

تسليط الضوء على الشريحة العمرية–الشيخوخة– التي هي في تزايد مستمر في المجتمع الجزائري و تقل الدراسات عنها و هذا راجع الى تقديم فهم و اهتمام بالجانب النفسي الاجتماعي من خلال التعرف على طبيعة الاحساس بالزمن لدى الشخص في مرحلة الشيخوخة.

يمكننا هنا الاشارة الى اعتقاد الباحثة madeleine natanson (1927م-2013) في مقالها بعنوان le temps de vieillir ? .... " ان **الزمن هو جزء من النمو** حاملا معه كل التغيرات من مرحلة الى اخرى في النمو النفسي" و مرحلة الشيخوخة هي مرحلة من مراحل النمو الاخيرة من حياة الفرد مما يجدر بنا ان نولي اهتمام بها و التعرف على طبيعتها.

6.تناول البحث:

تناولنا في موضوع هذا البحث عرض حالتين عياديتين في مرحلة الشيخوخة تتراوح اعمارهم بين 62 سنة الى 73 سنة بحيث كانت مدة الدراسة تقريبا شهرين و نصف كما تم اجرائها في بيتهم الخاص-الحالتين- و ذلك تحت طلبنا باجراء دراسة من اجل مذكرة تخرج ماسترعلم نفس الصحة.

كانت شروط اختيار الحالات على اساس دراسة استطلاعية كمنا بها تهدف الى جمع المعلومات و معاينة الحالات بشرط ان تكون اعمارهم محصورة بين 60 سنة الى 80 سنة عمر مرحلة الشيخوخة حسب التصور الغربي الاجتماعي و حسب منظمة الصحة العالمية لتحديد عتبة الشيخوخة,كما اننا لم نأخذ بعين الاعتبار المستوى التعليمي و المهني و عملنا ايضا على اقصاء كل الاصابات و الاضطرابات المعرفية العصبية التي تؤثر على القدرات العقلية و كل الضطرابات العقلية و النفسية.

الفصل النظري للبحث

1.المفهوم اللغوي و الاصطلاحي للشيخوخة:

شاخ الانسان,شيخا اسن الشياخ و هو فوق الكهول و دون الهرم اي بلوغ اقصى الكبر اما المرأة عجوزة من العجز و هذا نسبتا الى العجز عن الولادة نقص القوة الانحناء و سقوط الاسنان)خليفة (1997 , ثم كلمة Geronباليونانية معناه الرجل الشيخ vieillard (رويحة، 1983) ص11 .

اصطلاحا الشيخوخة مرحلة من مراحل النمو الاخيرة و لها مميزات و مظاهر خاصة تميزها عن باقي المراحل العمرية الاخرى.

2.نبذة تاريخية لمفهوم الشيخوخة:

فمنذ بداية الزمن و الانسان ينمو و يتقدم في العمر كمسار طبيعي يسير عليه و فيه .الا ان يصل الى الموت (نهاية الحياة) الا ان قبل هذا الاخير هناك اخر مرحلة في حياة الانسان و هي مرحلة الشيخوخة حيث يعود تاريخ بداية الاهتمام بهذا المفهوم و بشكل علمي مع بداية القرن العشرين حيث ارتكز على النواحي الطبية المرضية و العقلية للفرد في هذه المرحلة و لكن لا يمكننا ان نمر مرور الكرام على من اهتموا او ابدوا ارائهم سابقا في الزمن حول طبيعية هذه الفئة و هذه المرحلة من الحياة.

1.2 في العصور القديمة:

مع ذلك فان نموذج الشيخوخة كمرض موجود منذ اكثر من الفي عام ارسطو (322- 330قبل الميلاد) و في الفصل الرابع من اطروحته عن (génération des animaux) كتب عن الشيخوخة على انها مرض طبيعي (maladie naturelle) (darveau-st-pierre & laetitia, 2021)وبتعبير اخر اعتبر الشيخوخة (la vieillisse) جافة و صاقعة مثل الجثة الهامدة, تظهر مع ضعف و هون الجسم .النص الاصلي و ترجمته بالفرنسية وفي مؤلفه (de la longévité)

τὸ δὲ γῆρας ξηρὸν καὶ ψυχρὸν, καὶ τὸ τεθνηκός· φαίνεται γὰρ οὕτως. Ὕλη δὲ τῶν σωμάτων τοῖς οὖσι ταῦτα, τὸ θερμὸν καὶ τὸ ψυχρόν, καὶ τὸ ξηρὸν καὶ τὸ ὑγρόν. Ἀνάγκη τοίνυν γηράσκοντα ξηραίνεσθαι

la vieillesse est sèche et froide, comme ce qui est mort. Elle apparaît ainsi en effet. La substance des corps, chez les êtres, est constituée de cela : le

chaud, le froid, le sec et l'humide. Il y a donc nécessité, quand on vieillit, qu'on se dessèche (*De la longévité* 466a, trad. Mugnier modifiée).

(morand, 2018)

و من جهة اخرى يأكد ابقراط(460ق م) في حديثه عن الشيخوخة على الوقاية اذ انه يرى ان الانسان لا يمكنه التحكم في تقدمة في السن (فقرة من فيلم عصر ادرلين) و لاكن على غرار ذلك يمكنه تأخير او التقليل من اثار الشيخوخة .و يذكر لنا ابقراط من منظوره الطبي و استنادا على نظريتة للاخلاط ان مظاهر الشيخوخة تتمثل في فقدان الرطوبة الحرارة و الماء بسبب الانظمة الغدائية نمط الحياة و ان الجنس و الحركة(la sexualité) هما مسؤولان عن الجفاف الذي يأثر بدوره على الغدد الموجودة في اماكن نمو الشعر مما يسبب ابيضاضه او شيبه و هذا في مؤلفه من طبيعة الانسان (de la nature de l'homme) و لهذه الغاية ,حسب ابقراط يجب على الانسان طوال حياته ان يفرض انضباطا صارما على جسده و عقله و الكلمة الاساسية لذلك هي الرصانة (la sobriété)

(morand، 2018)

يتشارك معه سقراط (socrat)(470ق م) في بعض الافكار فهو يرى ان الشيخوخة تعتمد على الكيفية التي عاش بها المرء سابقا و يرى في هذا السياق حكمة الشخص الشيخ الذي مارسة الحكمة سابقا في شبابه و على العكس من ذلك تزداد رذائة و حماقة (les vices et les folies) الشخص في مرحلة الشيخوخة لمن عاش بشكل غير معقول déraisonnablementفي مراحل سابقة من حياته وهذا ما يقضي الى حتمية المصير الذي يصل اليه الفرد في شيخوخته على حسب الطريق الذي يسلكه في شبابه.

و يرى سقراط ان الصلة بين الحكمة و الشيخوخة مشروطة بحثة فقد عبر عنه في لقائه مع سيفالوس (céphale)

j'aime converser avec les gens d'un grand age .il me semble qu'il faut apprendre d'eux puisqu'ils nous ont devancé sur une route ,que nous aurons peut-étre à parcourir de quelle nature est cette route ,si elle est rude ou pénible ou facile et commode

و الذي يعني انه يجب التحدث مع كبار السن لانه يبدوا انه يجب علينا ان نتعلم منهم لانهم سبقونا في طريق قد نضطر الى المرور عليه ربما و نتعرف على طبيعة هذه الطريق سواء وعرة او صعبة او سهلة و مريحة . و هذا ما يذكرني بعبارة تقال في ثقافتنا (لي فاتك بليلة فاتك بحيلة) و التي تحمل معنى السابق الذي ذكره سقراط في تعبيره اي ان الذي سبقك بليلة واحدة من عمره سبقك بمعرفة او حيلة .. و كأن تعبير سقراط يوحي الى كمالية الشيخوخة ووضعهم في مكانة متعالية في المجتمع (psychaanalyse, 2011)

. فهل يكفي ان نمنح الشيخوخة هذه المكانة؟

من اليونان ننتقل الى الهند عند المؤسس التاريخي للفلسفة البوذية (الديانة البوذية حسب البعض) غوتاما بوذا (563 .483 ق م) فهو ايضا كان له رأي حول الشيخوخة و يراها على انه شيء لا فرار منه.

الشيخوخة . المرض . ثم الموت . و بهذا التعبير يتوضح لنا ان الشيخوخة هي مرحلة تسبق نهاية الحياة و حسب بوذا تحمل في طياتها مظاهر كشيب الشعر,الضعف و الوهن.

Aucours d'une autre promenade il aperçoit un homme aux cheveux blancs ,faible et décrépit,il comprend alors que personne n'échappe au vieillissement.

و كسند اخر يوضح حقيقة الشيخوخة بمفهومها كمرحلة حتمية سابقة نهاية الحياة (الموت)

La vie telle que nous la connaissons est remplie de souffrance.le condition humaine est proche de la condition animale,avec tout ce que cela implique de fain,de soife,de disir sexuel,de lutte constante pour survivre.la naissance elle-méme est douleureus et par la siute,personnes n'est a l'abrie du vieillissement ,de la maladie et de la mort…

(cournoyer, 2022)

و نعود مرة اخرى الى اليونان عند هيزويود (750. 650 ق م)الذي يرى ان الشيخوخة ترسل الى الرجال كعقوبة الى جانب العمل و المرض, إنها بائسة بين اصحاب المأسي.... و تشكل اعظم المصائب الى درجة ان الموت يعتبر علاجا لها (morand, 2018)

و عليه مهما تعددة الاراء حول مفهوم الشيخوخة في المسار التاريخي إلا ان كبار السن يحتلون مكانة صغيرة جدا من حيث الاهتمام و ذلك واضح من خلال الانتاج الادبي او حتى الديني او الطبي ضئيل منذ بداية نهاية الامبراطورية الرومانية الى بداية العصور الوسطى

فالكنيسة كان لها رأي متناقض من حيث اعتبرت ان الشيخوخة تعبيرا رمزيا لعدد السنوات فقط ,كما انهم يظهرون من جانب اخر قسوة غير متوقعة تجاه كبار السن الذين لا تغتفر رذائلهم حتى اكثر من الشباب و يأكدون على الانحلال الجسدي و الذي بالنسبة لهم دليلا على غرور المخلوقات, فهم يصنعون صورا قاسية لهم فالرجل العجوز في قبحه هو صورة الخطيئة l'image de péché المشجعة على عدم إظهار التعاطف إتجاههم و التمسك بفكرة السلطة للاقوى , و استخدمت هذه الكتابات من قبل الكنيسة في السياقات الدينية .

ففي زمن القديس اغسطينون ST Augustin كاتب و فيلسوف من اصل نوميدي لاتيني (354 . 430 بعد الميلاد) توضح رسائل هذا الاخير ان جميع رؤساء الكنيسة كانوا رجال مسنين و مهيمنيين vénérables و هذا ما قد يعبر من جانب اخر عن التناقض في اقوالهم. فهنا مفهوم الشيخوخة مرادفة للفضيلة و الحكمة و العزة.(minois, 1985)

2.2الشيخوخة في العصور الوسطى:

لقي لحديث الشيخوخة و الانسان الكبير في السن في الاسلام مكانة جد مهمة و اساسية حيث تعددت الاحاديث و الايات القرأنية التي تجمع اغلبها على ان الشيخوخة ما هي إلا مرحلة عمرية حتمية يمكن ان يصل إليها الفرد ,فقد شاء الله عز و جل ان يمر الانسان بعدد من المراحل الحياتية المختلفة و تتسم كل مرحلة بعدد من نقاط القوة و الضعف وفقا للتدبير الالاهي المحكم, تبدأ حياة الانسان جنينا في رحم امه ثم وليدا في المهد ثم رضيعا ثم طفلا صغيرا... ثم في مرحلة الصبا و الشباب ثم يبلغ اشده ثم تبدأ مرحلة الشيخوخة ففي قول الله تعالى حول ذلك و بعد بسم الله الرحمان الرحيم ﴿ **يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِن كُنتُمْ فِي رَيْبٍ مِّنَ الْبَعْثِ فَإِنَّا خَلَقْنَاكُم مِّن تُرَابٍ ثُمَّ مِن نُّطْفَةٍ ثُمَّ مِنْ عَلَقَةٍ ثُمَّ مِن مُّضْغَةٍ مُّخَلَّقَةٍ وَغَيْرِ مُخَلَّقَةٍ لِّنُبَيِّنَ لَكُمْ ۚ وَنُقِرُّ فِي الْأَرْحَامِ مَا نَشَاءُ إِلَىٰ أَجَلٍ مُّسَمًّى ثُمَّ نُخْرِجُكُمْ طِفْلًا ثُمَّ لِتَبْلُغُوا أَشُدَّكُمْ ۖ وَمِنكُم مَّن يُتَوَفَّىٰ وَمِنكُم مَّن يُرَدُّ إِلَىٰ أَرْذَلِ الْعُمُرِ لِكَيْلَا يَعْلَمَ مِن بَعْدِ عِلْمٍ شَيْئًا** ﴾

و في اية اخرى من صورة الروم الاية **54** ﴿**ٱللَّهُ ٱلَّذِى خَلَقَكُم مِّن ضَعْفٍ ثُمَّ جَعَلَ مِنۢ بَعْدِ ضَعْفٍ قُوَّةً ثُمَّ جَعَلَ مِنۢ بَعْدِ قُوَّةٍ ضَعْفًا وَشَيْبَةً ۚ يَخْلُقُ مَا يَشَآءُ ۖ وَهُوَ ٱلْعَلِيمُ ٱلْقَدِيرُ**﴾.

و هنا الضعف يقصد به الحالة العامة الاولية و النهائية للتكوين الجسدي ,العقلي ,العاطفي و النفسي فحسب تفسير القرطبي (...و الضعف خلاف القوة) **)موقع(**. **((2017** ,و انتهت الاية الكريمة ب (يخلق ما يشاء) و هنا المشيئة تقتضي العلم و القدرة الالاهية في تغير الاحوال و اختلافها عن ما هو غالب في الحالة العامة عند الخلق

إذا ماهي ملامح او مظاهر الضعف في مرحلة الشيخوخة حسب الاسلام؟

تتميز هذه المرحلة سابقة الذكر بالضعف الجسدي المتدرج الذي يتبعه تغييرات جسمية مثل ظهور الشيب ضعف الحواس سقوط الاسنان وهن العظام﴿ **قَالَ رَبِّ إِنِّى وَهَنَ ٱلْعَظْمُ مِنِّى وَٱشْتَعَلَ ٱلرَّأْسُ شَيْبًا وَلَمْ أَكُنۢ بِدُعَآئِكَ رَبِّ شَقِيًّا** ﴾ **من سورة مريم الاية 4**

و الضعف في هذه المرحلة امر طبيعي الى انه هناك ضعف اخر الا و هو الوهن و الذي يكون ضعف مرضي يصحبه العجز و الذي تصاحبه تأثيرات اخرى على الجسد كله.

وفي تعبير اخر فإن ظاهرة الشيخوخة صورة تعبرعن الخبرة المعرفة و الحكمة و التوبة و الخضوع و الوعي و التعليم و لكنه ايضا تعبير عن انحلال جسدي فحسب الدكتور الباحث في علم الاجتماع **(doukoure, 2013)**في اطروحة له يأكد على ان واقع الشيخوخة في الاسلام مبني من ناحية اجتماعية ,كقيمة تقدر بامتيازات العمر من ناحية اخرى ,كفرصة للتوبة

و على غرار ذلك فإن الاسلام لم يبخل في اعطاء تعاليم و التزامات ووصايا اخلاقية اتجاه كبار السن ,احترامهم و تقديرهم و الاحسان اليهم و رعايتهم في الحاجة كما ان الوصايا موجهة للافراد المحيطين كما لفرد نفسه ايضا ,وصايا برعاية صحته و الالتزام و العناية و الاحسان الى جسده و صحته النفسية و العقلية و الجسدية و هذا منذ الشباب و هذا ما يعود بنا الى سقراط 470 ق م و افكاره التي تهتم فيما يقضي الفرد وقته في مراحل سابقة من حياته تكون نتائجها في مراحل متقدمة من عمره.

إذ طال حديثنا عن كل ما جاء في الاسلام عن كبار السن او مرحلة الشيخوخة لألفنا كتاب حول ذلك نظرا الى الكم الهائل من الاهتمام الذي تلقته هذه الاخيرة .

ثم اتى بعده في العصور الوسطى في العالم الاسلامي العديد من العلماء و الاطباء القدامى المسلمين فنرى ابن سينا في كتابه (القانون في الطب 1025 م) اهتم بالنظام الغذاءي في سبيل علاج الامراض او المشاكل الهضمية و الامعاء عند كبار السن في الجزء الرابع من كتابه تحت عنوان فصل في دق

الشيخوخة و ايضا الطبيب العربي ابن الجزار او احمد بن ابراهيم بن ابي خالد الجزار القيرواني الذي اشار في كتاباته عن الاوجاع و تبعيات السن و كانت اعماله حول االضطرابات النوم ,النسيان ,كيفية تقوية الذاكرة و اسباب الوفاة عند كبار السن)**ساير الطب(2020 ,**

اسحاق حنين او ابو يعقوب اسحاق بن حنين بن اسحاق العبادي 820–910 م طبيب عربي مسلم الذي كتب عن مرحلة الشيخوخة في اعماله عن علاج النسيان)**ويكيبيديا(2022 ,**

و هنا نلاحظ انهم اهتموا كثيرا بالجانب العقلي و المعرفي الوظيفي

3.2مع بداية العصر الحديث:

و مع تطور الطب و العلوم بداية من القرن 14 او ما سمي بعصر النهضة بدأ الاهتمام بكبار السن من الجانب الطبي البيولوجي ثم بعد الثورة الصناعية و الحروب العالمية بدأ تطور علم النفس و ظهر معه علم نفس الشيخوخة و في هدا الجزء من الفصل سنعرض بعض المحطات الرئيسية و اهم المفاهيم التي اتت على ظهر الشيخوخة و طبيعتها.

في 1903 Elie Metchnikoff ilya llitch metchnika عالم احياء روسي مختص في علم تشريح و علم الاحياء الدقيقة 1845–1916 و الحاصل على جائزة نوبل في الطب سنة 1908 .اهتم بدراسة الشيخوخة و كان اول من ناد بمفهوم جيرونتولوجيا Gérontologieو التي تعني علم الشيخوخة **(Héléne, Valérie, & stéphane , 2018)**

و منذ ذلك الحين كان هناك العديد من الدراسات و الابحاث المتعلقة بالشيخوخة من اجتماعيين اقتصاديين و علماء ديموغرافية و علماء احياء و اطباء .و ذلك راجع الى التطور التكنولوجي للوسائل الطبية التي ساهمة في اكتشافات اساسية في فهم العضوية و علاجها خاصتا مع اواخر الثمانينات من القرن العشرين ارتفعت نسبة متوسط عمر السكان فوق ستين سنة 60 الى الضعف في اوروبا و امريكا الشمالية

فهذه النسبة الكبيرة في عدد السكان فوق 60 سنة جعلت تلك المجتمعات تتنبه الى ضرورة الاهتمام بدراسة هذه الفئة . فهل كان لعلماء النفس اهتمام بهذه الفئة و دراستها من الناحية النفسية و العقلية؟

نعم, و لتوضيح اهم ما جاء في هذه الفترة من دراسات نفسية حول الشيخوخة سنبدأ بسيغموند فرويد freud 1904 صرح استنادا على افكار سابقة لجالينيوس و ارسطو على ان مرحلة الشيخوخة مرحلة مرضية و زاد عن ذلك ان الاشخاص الذين بلغوا الخمسينات من العمر او اكثر لم يعد لديهم المرونة La plasticités في العمليات النفسية les processus psychiques التي يعتمد عليها العلاج التحليلي النفسي و بذلك فإنه غير قابل للعلاج و انهم اشخاص غير قادرين على التعلم.

L'age des malades entre en ligue de compte lorsqu'on veut étqblire leur aptitude a etre traité par la psychanalyse… en effet, les personnes ayant atteint ou depasse la cinquantaine ne disposent plus de la plasticité des processus psychiques sur la quelle s'appuie la therapeutique –les vieilles gens ne sont plus éducables .

عقب عليه من جهة Ferenczi 1921 في جانب مهم و هي ان الفرد مع تقدمه في العمر يميل الى العودة الى الانا في المراحل السابقة من عمره libidinal و يصرح في كتابه 1921 في التحليل النفسي ان كبار السن يصبحون مثل الاطفال–نرجسيين ساخرين cyniques et mechants و بخلاء .تتراجع لديهم الرغبة الجنسية و كأنهم يرجعون الى مرحلة جنينية prégénitales حيث يكون الليبيدو في طور النمو. غير كامل.

و كان لابد من الانتظار حتى الستينات الى الثمانينات من القرن العشرين حيث بدأ النفسانيون في اوروبا في شق طريقهم نحو علم الشيخوخة مما يدفعنا هنا الى الاشارة الى اعمال Suzanne Pacaud 1965 و التي قامت باقتراح تعريف لمفهوم علم الشيخوخة la gérontologie على انه العلم الذي يقوم على دراسة العمليات التي تحدث منذ الولادة الى الموت

La gérontologie(…) c'est la seule peut–étre dont l'intérêt se porte sur des processus qui se déroulent de la naissance jusqu'à la MORT. **(Héléne, Valérie, & stéphane , 2018, p. 5)**

بمعنى ان علم الشيخوخة يهتم بالفرد في سيرورة نموه بجميع مراحلها.و كأنها تقول ان الشيخوخة هي نتيجة لسيرورة لامتداد حياة الفرد منذ الولادة .

و في الجانب الاخر من العالم بالتحديد في امريكا بدأت الاعمال في العديد من المجالات للتعامل مع كبار السن و هذا تلبية للحاجة فتأسس مركز البحوث الدراسي الاول لدراسة الشيخوخة مركز NIH National institute of aging 1945

و كان James bairren رئيس لها و في عام 1975 تم ادراج منح تكوينية في جامعة جنوب فلوريدا و جامعة شمال تكساس و جامعة كاليفورنيا كتخصص في درجة ماجستير و دكتوراه في علم الشيخوخة **(stringfixer.com)** و كان يجب الانتظار حتى عام 1986 لادراج هذا التخصص الاخير في جامعات فرنسية سوف نتطرق اليها لاحقا من هذا الفصل .

و مع مطلع الثمانينات و التسعينات من القرن العشرين ازداد العمل على الشيخوخة بشكل ملحوظ في جميع المجالات **(Héléne, Valérie, & stéphane , 2018)**

1984 اطلق اليوم العالمي لمرض الزهايمر Alzheimer's Disease International في امريكا واشنطن على يد مجموعة من الباحثين و العلماء من بينهم Rita Hayworth Gala 1918-1987 ليكون 21 سبتمبر . **(alzheimer's disease international)**

ثم استمر ذلك الا ان وصلوا الى التركيز على الجوانب النفسية و الفيزيولوجية للشيخوخة(وقت رد الفعل,التغيرات في الادراك الحسي..)بالاضافة الى الوظائف المعرفية (الذكاء و الذاكرة) و هذا باستخدام منهجيات علم النفس التفاضلي psychologie différantielle و قد تم بالمقارنات بين الشباب و كبار السن في وظائفهم المعرفية .

اما علم النفس الاجتماع فقد كان له دور في وضع إطار نظري التي سنتطرق إليها في الفقرات القادمة **(Héléne, Valérie, & stéphane , 2018, p. 10)**

اما في مجال علم النفس الاكلينيكي بدأت التجمعات في فرنسا و تأسست جمعية علم النفس و الشيخوخة psychologie et vieillissementفي مدينة رينس عام 1987 تحت اشراف Dominique le doujet .

كما احتضنت جامعة بوردو bordeaux2 في عام 1986 اول تكوين جامعي في علم نفس الشيخوخة .

ثم بدأ تطوير و تكيف الادوات المنهجية المستخدمة في هذا المجال من سلالم لقياس القدرات المعرفية و الاختبارات الاسقاطية عند الاشخاص المسنين **(Héléne, Valérie, & stéphane , 2018, p. 11)**

و كخلاصة لما عرضنا سابقا يمكننا استنتاج على ان الشيخوخة و علم الشيخوخة و علم نفس الشيخوخة سيرورة تطور مفهوم الشيخوخة في محاولة لفهم هذه المرحلة من عدة جوانب و في عدة مجالات بهدف تحقيق الصحة الجسمية,العقلية,وخاصتا النفسية التي هي في طور التطور .

3.احصائيات الشيخوخة في العالم و الجزائر:

يعتبر التقدم في العمر انتصارا للتنمية اذ ان الانسان يعيش عمرا طويلا بسبب تحسن التغدية و الرعاية الصحية و التعليم و تحقيق الرفاه الاقتصادي .

حسب مقال في موقع الرسمي للامم المتحدة فان العالم يشيخ: فجميع البلدان تقريبا في العالم تشهد نموا في اعداد كبار السن و بين سكانها و نسبتهم.وعلى الصعيد العالمي فان اسرع الشرائح الاجتماعية نموا هي شريحة من هم في سن الخامس و ستون 65 و اكبر ,فمنذ عام 1950 شهدت جميع المناطق زيادات كبيرة في متوسط العمر المتوقع نظرا الى تحسينات نظم المساعدة و تراجع الخصوبة (المتحدة، 2019).

وفقا لتقدير السكان العالمي تدل مؤشرات احصائية حسب صندوق الامم المتحدة المتعلقة بكبار السن 60 سنة فاكثر في 2019 بلغ عددهم نحو 700 مليون شخص بنسبة 16% من اجمالي السكان و بحلول 2050 يتوقع العدد ان يصل الى بليوني نسمة اي اكثر من 20% من عدد السكان في العالم اعمارهم 60 سنة فما فوق (مصراوي، 2019)

مع دعم صندوق الامم المتحدة للسكان الحكومة الجزائرية في مبادرتها لزيادة الوعي بظاهرة التقدم في العمر عند السكان و البحث و جمع البيانات من اجل سياسات و تخطيط بادلة تضمن دمج قضايا كبار السن في البرامج التنمية الوطنية (الجزائر، 2022).

قارب عدد الجزائريين من فئة 60سنة فما فوق 11مليون شخص سنة 2019 من مجموع سكان الجزائر البالغ عددهم ازيد من 40 مليون نسمة هذا ما كشف عنه الديوان الوطني للاحصائيات و اشار ايضا ان معدل الحياة قد بلغ 77.7 سنة عام 2018 مقابل 66.9 سنة عام 1990 و بفارق سنة واحدة اكثر عند النساء حيث من المتوقع ان تصل نسبة كبار السن في الجزائر الى 12.5%. (اونلاين، 2020).

ففي دراسة مونية بن بعطوش و اخرون حول ظاهرة الشيخوخة في الجزائر و عوامل تطورها 2015 تصرح على ان الهرم السكاني في الجزائر يتصف حاليا باتساع قاعدته نظرا لزيادة نسبة صغار السن فيه نتيجة لارتفاع معدلات المواليد و انخفاض معدلات الوفيات الخاصة بالاطفال (...) و هي نسبة صغيرة مقارنة بدول العالم المتقدم الذي ترتفع فيه نسبة الشيخوخة نظرا الى الاهتمام و الرعاية الطبية و الوقائية التي يتلقاه الفرد من هذه الفئة.

كما انه لوحظ و لاول مرة في تعددات السكان من عام 1998 في الجزائر شيخوخة السكان و هذا تحت تأثير انخفاظ الخصوبة. (بعطوش و اخرون، 2015).

4.المظاهر الفيزيولوجية و الاجتماعية للشيخوخة:

مما لا شك فيه ان مرحلة الشيخوخة تتبعها تغيرات جسمية و تحولات فيزيولوجية تميزها عن باقي المراحل العمرية السابقة و في ما يلي في هذا الجزء من الفصل سنعرض المظاهر العامة الفيزيولوجية الجسدية و الاجتماعية التي تميز الشيخوخة.

بغض النظر عن مجموعة الابحاث و الدراسات التي تعتبر الشيخوخة مرحلة تتدهور فيها الصحة الجسمية و العقلية للفرد من ظهور امراض تكون احيانا خطيرة. الا انه يوجد بعض المظاهر المشتركة بين افراد هذه الفئة التي قد تعتبر طبيعية تتبع مراحل النمو العادية للكائن البشري

مثل:

- الشكل العام للجسم(تغير الوزن ,سقوط الاسنان و الشعر, اعوجاج او انحداب الظهر,شيب الشعر,تجاعيد,رعشان اليديين ضعف عام ,و ضعف الحواس...)
- تراجع وظيفي في اجهزة الجسم(الجهاز الهضمي .التنفسي..)
- انخفاض او تغيير في معدل الايض و نشاط الغدد الصماء و تدفق الدم
- تغيرات في القدرات العقلية و الاداء الحركي.

كلها يمكن ان تتواجد بنسب متفاوتة عند الافراد في مرحلة الشيخوخة كما يمكن لبعضها ان يكون غير موجود كما يمكن ان تصحبها بعض الامراض التي قد تصل درجة خطورتها الى الموت.قد نتساؤل هنا عن الطبيعة البيولوجية الفيزيولوجية لعملية التقدم في العمر او النمو في مرحلة الشيخوخة؟و للايجابة على هذا السؤال لابد و التطرق الى الجانب الطبي المفسر فتدهور البنية البيولوجية للشخص في مرحلة الشيخوخة

راجع اساسا الى حالة طبيعية تتأثر بنمط الحياة و العوامل البيئية و الوراثة (بلعربي، 2017) في الوقت الحالي لازال الباحثون في المراحل الاولى من الكشف عن الاساس الحيوي لعملية الشيخوخة حيث ربطها البعض بعامل برمجة مرتبطة بالتلف يتبع جدول زمني حيوي فالاستمرارية تنظم النمو و التطور الذي يعتمد بدوره على انظمة جينية تؤثر على الاستجابات الوقائية ,الترميم ,ادفاع في الجهاز المناعي (ويكيبيديا، 2022)

فحسب تقرير المجلس الوطني الاقتصادي و الاجتماعي للجمهورية الجزائرية لسنة 2001فهو يعرف الشيخوخة على انها (عامل طبيعي دائم يتسبب في تغيرات فيزيولوجية تستقر في اخر الامر الى نقص او عجز يتحدد بعمق استقلالية الشخص المسن) (بلعربي، 2017)بمعنى ان استقلالية الفرد في مرحلة الشيخوخة و درجتها تحدد طبيعة الشيخوخة بذاتها و هذا حسب كل فرد .

اما بخصوص المظاهر الاجتماعية للشيخوخة فهي تختلف من مجتمع لاخر من ثقافة لاخرى و كل منها ينظر و يعبر عن الشيخوخة بطريقته الخاصة ففي دراسة حول الاشخاص المسنين في الجزائر و في البلدان المغاربية تصرح الدكتوره الباحثة بدرة معتصم ميموني 2013 ان صورة الشخص في مرحلة الشيخوخة في الثقافة الجزائرية متعددة الاوجه فسمي {شيباني مدقدق} بمعنى المسن الضعيف او المريض المتهاوي,و سمي ايضا {الشيباني} و التي تحمل معنى الوالدين الاب بالتحديد حياءا و حرمة لهما فهي ترى ان هناك **ثلاث عوامل معززة لمكانة كبار السن في المجتمع:**

- اجتماعيا: من حيث انه يحافظ وجوده على الرابطة الاسرية و الجيرة التي تسمح للمحطين و الاحفاد خاصتا الشعور بالاحتواء
- عاطفيا:يمثل صورة كبير السن موضع قوة و احترام فهم الاولياء و الاجداد و كبار العائلة
- دينيا:فان مكانته حددها الدين الاسلامي المذكور سابقا بما ان المجتمع الجزائري يتبنى غالبه الدين الاسلامي فمكانة كبار السن في محل مقدس تحفظ له حقوقه و كرامته في جميع احواله. (mimouni, 2013).

5.الشيخوخة المرضية و العادية:

في هذا الجزء من الفصل سنعرض مفهومين اساسيين للدراسة و توجهها و توضيح ان الشيخوخة ليست مرض و التدني فيها طبيعي يساير نمو الانسان انما المرض حالة قد يكون الفرد معرض لها في جميع مراحل حياته خاصتا الشيخوخة

المفهوم **الاول الشيخوخة المرضية و جميع الامراض التي قد تصيب العضوية , الحالة العقلية و النفسية** و المفهوم **الثاني الشيخوخة العادية**

و هذان التصوران المتناقضين للشيخوخة اشارة اليه hepworth & featherstone 1995 و اللذان ينتقدان فكرة ان الشيخوخة مرضا و يؤكذان على ضرورة تطوير معايير سلوكية جديدة ترتبط بالسن و العادات التي تسمح بتجاوز التصور التقليدي للشيخوخة (سايل، 2014) الا انه لا يمكننا نفي واقع وجود تغييرات عامة مرتبطة بالتقدم في السن و هي قد تشتمل على جميع انظمة الجسد و اجهزته و تأثر على حياة كبار السن بطرق متفاوتة و هذا وفقا و بشكل اساسي على التركيب الجيني و الحياة السابقة (نمط الحياة التي كانوا يتمتعون بها هذه الفئة اخيرة الذكر) ففي دراسة حول الشيخوخة المرضية و الناجحة لدى المسنين التي قامت بها الباحثة حدة وحيدة سايل وجدت ان احمد شفيق و يوسف سليمان خير الله 2003 لخص **التغيرات الجسدية التابعة للشيخوخة الفيزيولوجية كما يلي:**

- **التحولات النسيجية:**حيث ان النسيج الضام اساسا يتكون من مادة الكولاجين collagéne و التي بدورها تحافظ على مرونة الانسجة و بالتالي الشرايين العضلات و المفاصل و الجلد,ففي الشيخوخة تنخفض النسبة الطبيعية لهذه المادة في الجسم مما يؤدي الى انخفاض في الوضيفة التجديدية و بالتالي تغيرات قد تؤثر على المرونة الحركية الالام بعض الامراض كالروماتيزم... و المظهر الخارجي للجلد(التجاعيد).
- **ضعف الحواس:** السمع و يرى ان فقدان السمع مع التقدم في السن امر طبيعي لا مفر منه و الذي يمكن ان تكون اسبابه تتمثل في تغيرات الطبلة الاذن او الاذن الوسطى و التي تشوش انتقال الصوت الى الاذن الداخلية.

كما ان بعض الحالات الطبية مثل امراض القلب و ارتفاع ضغط الدم و السكري قد يؤثر على الوظيفة السمعية. (وابطب، 2021)

- **الابصار:** قد يضعف البصر في الشيخوخة بسبب التغيرات البنيوية و الذي يعود الى تردي البقعة الشبكية المركزية ملحق و ايضا فقدان النسيج المرن
- **مشاكل القلب و الاوعية الدموية**
- **مشاكل الجهاز الهضمي و الاعضاء الداخلية**

- **الجهاز المناعي و الغدد الصماء :** حسب دراسة peter j delvers فان الجهاز المناعي عند المسنين يتميز بالبطء فكل من البلاعم الخلايا الثائية و كريات الدم البيضاء تستجيب بشكل بطء في الدفاع عن الجسم و هذا ما يجعلهم اكثر عرضة للاصابة ببعض الامراض كالسرطنات الالتهابات و اضطرابات المناعة الذاتية و تبعا لهذه التغيرات الفيزيولوجية الطبيعية فان كبار السن هم عرضة لعوامل خطر متعددة تهدد صحتهم العقلية و الجسدية منها (العوامل الاجتماعية النفسية البيولوجية الجينية)فهي قد تحدد مستوى الصحة بشكل عام عندهم كما انها قد تأثر على استقلاليتهم.
- **الامراض التي تصيب الجهاز العصبي و الطب العقلي:**

و هنا الاصابة تتعلق بالاعصاب و الدماغ و التي تشكل مشكلة صحة عمومية و من اخطر الامراض التي يتعرض لها كبار السن (امراض عصبية انحلالية maladies neurodegeneratives) نظرا الى المخلفات التي تأتي جراء الاصابة و من اشهرها مرض الباركينسون maladie de parkinson و مرض الزهايمر .maladie d'alzheimer.

- **الاضطرابات السيكولوجية التي قد تكون تابعة للشيخوخة:**

في اغلب الاحيان عند الحديث عن الاضطرابات السيكولوجية التابعة لمرحلة الشيخوخة فاننا بالتالي نتحدث على مجموعة الاعراض السلوكية التي تظهر لدى كبار السن و التي تكون تحت تأثير عدة عوامل تتفاعل فيما بينها و قد يتعرض كبار السن لاحداث حياة متنوعة كالامراض وفاة بعض المقربين او تغير الحالة الاجتماعية

وهي وضعيات قد تأثرعلى تنظيمه للجهاز النفسي و يصعب عليه التوافق و التكيف معها و بالتالي امكانية الاصابة ببعض اضطرابات.نستند هنا لقول s.freud حول مفهوم بنية الشخصية :{{اذا سقط بلور من الكريستال فانه لا يتكسر باي حال من الاحوال بل حسب خطوط الضعف و القوة التي حدتث عند تكوينه و هي خاصة بكل جسم. هذه الخطوط تبقى خفية حتى ينكسر البلور....}}

بمعنى ان الاضطرابات النفسية ليست شيء محتم مع جميع الحالات الا ان بنية الشخصية لها دور هام في تحديد نوع الاضطراب غرارا على نوع الصدمة او الحدث الذي تلقاه الفرد كما تظهر الاضطرابات السيكولوجية لدى كبار السن بشكل غير نمطي formes atypiques و قد يصعب تمييزها عن الشيخوخة الفيزيولوجية و المرض الجسدي و من بين هذه الاضطرابات نذكر الشائعة منها :

الاكتئاب – الاضطرابات الحصرية–الاضطرابات الهذائية (الخلط العقلي etats confusionneles) و احيانا تكون كعرض ثانوي لامراض دماغية وعائية– توهم المرض الهذائي– الهلاوس– هذاء السرقة– اضطرابات الحالة الانفعالية/العاطفية– الخبل العقلي .demance senile

- **بعض احداث الحياة الضاغطة:**

فقدان الصحة الجسمية – فقدان الاستقلالية – فقدان العمل (الاحالة الى التقاعد) –فقدان الاقران و الاقارب –ادراك قرب الموت – المعاش السلبي بشكل عام.

و من جهة يرى (MOUKOUTA, 2010)اهم الاضطرابات التي قد تكون تابعة للشيخوخة هي:

اضطرابات سلوكية و التي ترتبط اعراضها بالاضطرابات الحصرية و المظاهر الاكتئابية و الفرد قد يشعر بالفراغ الانعزال و التي قد يكون هذا الحصر مرتبطا بفقدان الموضوع الداخلي المرتبط بالمستقبل (قلق الموت)

و يلاحظ ايضا ان الحالة المنعزلة اجتماعيا يتبنى سلوكات عدوانية و باخد موقف معارض

اضطرابات الشخصية: و التي تظهر من خلال تبني الفرد سلوكات اهتياجية agitation مثل سلوكات نمطية كجمع ,نزع و ارتداء الملابس , التردد الى المرحاض المتكرر...) تعبير لغوي تكراري

Des piétinements

Un tasikinésie

Syndrome de godat (مظاهر حصرية تستدعي الى اتباع الشخص المرافق او المساعد في كل تحركاته

- اضطرابات ذهانية. وكذا الدماغ من الاضطرابات الوظيفية و الجهاز النفسي من جميع الاضطرابات النفسية .

و عليه يتبادر الى اذهاننا هنا سؤال **هل خلاء العضوية من الامراض لدى الفرد في مرحلة الشيخوخة يمكن اعتبارها شيخوخة عادية /طبيعية؟ام ان هناك عوامل اخرى او مظاهر اخرى تحدد لنا الشيخوخة العادية؟**

و للايجابة على هذا السؤال يجدر بنا تقديم بعض المفاهيم الاساسية حول le fonctionement الجهاز النفسي في هذه المرحلة

اقترح 1932 s.freud topique 2 للجهاز النفسي الانا و الهو و الانا الاعلى le moi le ca et le sur-moi

فالانا الذي يتحكم و يعمل كحلقة وصل بين الواقع النفسي و العالم الخارجي la realite psychique et le monde exterieur

الانا الاعلى يشكل و بطريقة معينة القانون و الاعراف و هو ينبثق عن طريق l'angoisse de castration و السلطة الابوية

و يمثل الهو هنا قطب النزوي pulsionnel الدافع للشخصية محتواه اللاشعور

و في مرحلة الشيخوخة, يمكن للانا ان يستجيب بطريقة مختلفة في اغلب الاحيان بصرامة regide , رافضا جميع اشكال التغيير او حتى جميع اشكال التعديل حيث انه يميل الى الافراط في الاستثمار surinvestissementsلحماية نفسه او جهازه النفسي من l'angoisse و عند العجز غالبا و في معضم الاحيان يقع في somatisation و الذي تكون الاصابة عادتا في الجهاز الهضمي و الامعاء الداخليةبالبنسبة ل moukoutaيرى ان ferry&goues1989 يؤكدان على ضرورة اعادة تنظيم الانا في مرحلة الشيخوخة الراجعة الى التغيرات الحاسمة التي تحدث فيها.

كما يرى ايضا انه اذا كان التقدم في العمر عملية او سيرورة processus زمنية من بداية حياته الى نهايتها و اذا كانت حالة ترتبط بالنفسية فيمكننا عندئذ ان نؤكد على ان الشيخوخة الطبيعية/العادية هي تلك التي نعيشها بدون مرض او اضرارsans hurts .ولكن في نفس الوقت تصحبه انخفاظ في القدرات الوظيفية العضوية للكائن الحي.كما يمكننا اضافة جانب مهم الا و هو (الاخر) (l'autre)/المحيط بتعبير اخر .فحسب 1970 de beauvoir(الشيخوخة تظهر اكثر وضوحا في الاخرين على الفرد نفسه..)

La vieillesse apparait plus clairement aux autres qu'au sujet lui-meme (moukouta ,2010)p32

اي ان التفاعلات les interqctions مع الاخرين, مكانة الفرد و استقلاليته تحدد بداية الشيخوخة و طبيعتها.

6.بعض النظريات المفسرة للشيخوخة:

ادى ارتفاع النمو السريع في السن بين المجتمع و خاصة في البلدان الصناعية و كذا في متوسط العمر في العقود الاخيرة الى الوعي باهمية هذه الفئة ,و اصبحت الحاجة الى فهم اليات الشيخوخة من

الضروريات الاساسية لفهم اكثر هذه الفئة و التعامل معها و عليه فقد اقترح كل من row & kahn في مقال 1959 c.dejeager طبيب فرنسي مختص في طب الشيخوخة و باحث في الشيخوخة و الجسم الانساني **ثلاث انواع من الشيخوخة:الشيخوخة المرضية pathologique, الشيخوخة العادية /الطبيعية,الشيخوخة الناجحة réussi**(dejaeger & cherin, 2011)

حيث انه وصف الشيخوخة العادية /الطبيعية انها حالة مرتبطة بظاهرة التقدم في العمر الذي يصحبها انخفاظ في الوظيفة الفيزيولوجية لاعضاء معينة و التي هي حالة وسطية يمكن من خلالها الوقوع في المرض و التدهور في حالة حدوث ظاهرة حادة و ايضا يمكن ان تكون المرحلة الاولى من الشيخوخة الناجحة.

كما اكد على ان الشيخوخة قد تقع في عدة مستويات و التي تكون بيولوجية فيزيولوجية...(الا ان العامل الاجتماعي النفسي) عامل اساسي و مهم في عملية التقدم في العمر و في هذا الجزء القادم من الفصل سنقدم اهم النظريات الفيزيولوجية و الاجتماعية المفسرة لظاهرة الشيخوخة.في مقال c.dejeanger 2011 اقترح **قائمة من النظريات و التي قسمها الى ثلاث انواع: النظريات الجينيةt.genetique- النظريات اللاجينيةt.non-genetique -النظريات المختلطةt.mixtes**

كما انه من المهم التنبيه على انه من المحتمل جدا ان الشيخوخة ليست واضحة تماما نظرا الى طبيعتها المعقدة ومتعددة العوامل الا انها تستجيب لمجموعة من الاليات الجسمية بنسبة 30-35% من عملية الشيخوخة و التقدم في العمر((dejaeger & cherin, 2011)) ص158

فقد ارجع العامل الاساسي في النظريات الجينية الى عامل الوراثة الذي نحمله معنا من اسلافنا و اجدادنا (حمض نووي صبغي)DNA و هو مسؤول بشكل ما في تحديد المعدل الذي تتقدم فيه في العمر génes de longévité وجد عند بعض الكائنات ان هناك جينات مسؤولة ليس عن تطويل العمر الكائن بل جينات تبطئ من عملية التقدم في العمر كما يستند بالنظرية على ان بعض المتلازمات مثل s.werner و هو مرض وراثي صبغي نادر مسؤول عن اصلاح التلف الملحق بالحمض النووي الصبغيDNA يصيب الصبغي مما ينتج عنه التقدم الشيخوخة المبكرة vieillissement prématuré (& dejaeger) (cherin, 2011) ص159.

1.6.الساعة البيولوجية و الجينات:

نظرية الحد لهايفليك t.de limite de hayflick 1960 و التي تؤكد على محدودية انقسام الخلية للوصول الى التيكوميرات الموجود في الحمض النووي للخلية.وتشير فكرة الساعة البيولوجية و الجينات الىالتحكم الداخلي للجسم في مظاهر مرتبطة بالشيخوخة بوجود ساعة بيولوجية داخلية قادرة على دمج فكرة او مفهوم الزمن و تحويلها الى اثارات بيولوجية.فحسب هذه النظرية فان الوسيلة الوحيدة لابطاء التقدم في العمر هي بابطاء معدل انقسامات الخلايا.

2.6..اما بالنسبة **للنظرية الغير جينية** : فهي تتعدد و تختلف من النظرية المناعية t.imunologique الى النظرية العصبية–المناعية او النظرية الهرمونية. فهما يهتمان بالاليات التي تعمل بها الشيخوخة العادية و لا بالاسباب المتعلقة بهذه الاخيرة و للمزيد من المعلومات العلمية و الطبية البيولوجية حول الموضور انصح بالرجوع الى المرجع الاساسي ((dejaeger & cherin, 2011)).

3.6.اما **بخصوص النظرية المختلطة:** فاهمها النظرية التطورية évolutionnistes 1991 و هي مجموعة من الدراسات حول انواع مختلفة من الكائنات مدعمة ببيانات بيولوجية حول الشيخوخة ,جينية او غير جينية و تاريخ نموها, لتحديد طول عمر الكائنات و اسبابها و الياتها (dejaeger & cherin, 2011 ص166).

4.6.النظريات الاجتماعية المفسرة لمرحلة الشيخوخة :

1.4.6.نظرية الانسحاب و فك الارتباط :

يرى كل من" **كاننج** " و" **هنري**" ان مرحلة الشيخوخة تتضمن الانسحاب من السياق الاجتماعي اي في تفاعله مع المحيط ففي نظرية الإرتباط ترى أن الإنسحاب هو أسلوب الأمثل للشعور بالرضا لدى كبار السن و تصاحبها مجموعة من التغيرات : انخفاض معدل التفاعل و فاعلية الفرد,تغيرات على مستوى الشخصية,تغيير الاهتمام بالذات.

وعلى عكس ما ذهب اليه الباحثين في مجال علم النفس الاجتماع الذين يؤكدون على الطبيعة الاجتماعية للانسان و ضرورة التفاعل و الاندماج و المشاركة لتحقيق التوافق النفسي .

2.4.6.نظرية الأزمة :

الاعتراف بالدور الكبير و المهم الذي يقوم به كبار السن داخل المجتمع من شأنه ان يدعم هويتهم و يحسن من علاقتهم بالاخرين وتحقيق التوافق النفس اجتماعي.

و في هذه النظرية يرون ان الاحالة الى التقاعد قد يسبب لدى كبار السن نوع من عدم التوازن حيث يفقد الشعور بالفاعلية داخل المجتمع.

3.4.6.نظرية التوافق :

يرى اتشلى ان كل من التسوية الداخلية–,التفاوض و التفاهم بين الاشخاص يقوم على توافق كبار السن و الذي يسمح له بالرضا عن نفسه و تقدير ذاته.

وتكون من خلال اعادة النظر في معايير اتخاد القرار و مناقشة الفرد لاهدافه و طموحاته مع الاخرين

4.4.6.نظرية المنحى التفاعلي الرمزي :

يرون ان التقدم في العمر هو عملية دينامية تستجيب لسياقات بنائية و معيارية و ادراكات الفرد ويعطي هذا المنظور لكبار السن نمط معين من الرمزية لنشاط معين (الخبرة).

التوقعات المعيارية اي المشاركة الاجتماعية التفاعلية و توافقها مع الدور الذي يقوم به الفرد (رسمي او غير رسمي .))خليفة(1997 ,

كخلاصة فالشيخوخة او ظاهرة التقدم في العمر معقدة و متعددة العوامل multifactorielles .فالتقدم في العمر يحمل في طياته سيرورة كاملة من الولادة الى الموت كهدف وجودي اساسي يجدر بنا فهمه و التحظير له كباقي مراحل الحياة الاخرى فمن الناحية العضوية فلا يوجد فقط المرض في الشيخوخة.و كل العوامل الاجتماعية و النفسية.. تعمل على تحقيق نمو طبيعي و يبقى الفرد وحده مسؤول عن اختياراته كيف يعيش مع كل هذه المتغيرات التي قد تحمل المرض اوالصحة.

القسم الثاني: الزمن و الاحساس بالزمن في الشيخوخة

1.مفهوم اللغوي للزمن:

الزمن اسم مفرد - بنصب الميم و كسر النون- جمعه ازمان ,او ازمنة ارتبطة في تعريفه حسب (معجم المعاني) (بالمدة طويل او قصير,الوقت الذي تقع فيه الاحداث,اوتضمنه لحدث ما) و المقصود هو الارتباط و الملازمة (المعاني، 2010-2022) .

حسب الفلاسفة فمفهوم الزمن له وقع الحركة و التغيير و هناك من يراه انه فعل واحد و شيء متصل باتصال الحركة بحث لا بداية له و لا نهاية فالزمن انواع الفزيائي منها قابل للقياس و النفسي يعتمد على عوامل اخرى مرتبطة بطبيعة الشخص الذي يحس يشعر او يدرك الزمن و ديمومته.

بالفرنسية temps من اصل tempus باللاتنية و هو مصطلح يشير الى لحظات التغيير حسب (fraisse, 1967) في مقدمة كتابه "علم نفس الزمن" يصرح اكثر تحديدا الزمن هنا هو جزء من المدة و هو حالة جوية/طقس etat d'atmosphére كما قال le temps qu'il fait بمعنى الزمن يرتبط بالحالة الخارجية المحيطة ايقاعاتها و تغيراتها و الزمن الذي يمر le temps qui s'écoule

2.نبذة تاريخية حول مفهوم الزمن:

إشكالية الزمن من المواضيع التي شغلت الانسان منذ القدم ,واختلفت ارائهم و افكارهم باختلاف المعايير الفكرية و الفلسفية عبر الزمن.فمفهوم الزمن يعود توظيفه الى الحضارات القديمة حيث تم ربطه بالوجود.

1.2.مفهوم الزمن في العصور القديمة:

ففي اليونان القديمة ما قبل الافلاطوني كان الزمن و المكان ممثلين من طرف إلهان من الالهة الاولمب هرما hérens و هيستا hestia .حيث يوجد اسفله تمثال زيوس zeus .

و البداية كان الكاوس الاه بذائي معناه بالاغريقية الظلام او الفراغ,ي لحظة ما ظهرت جايا gaia او الارض و التي ولدت السماء اورانوس oranos و انجبت منه بعد ذلك الجيل الاول من الالهة الى جانب الجبابرة titans و العمالقة géants.احد هؤولاء العمالقة هو كرونوس cronos و التي تعني الوقت او الزمن .فامسك بزمام الحكم و قام باخصاء اورانوس في قصة ملحمية.و خوفا من ان يحدث له المثل ان يقوم احد ابنائه بنزعه من العرش كان كرونوس يبتلع كل مولود تلده له ريا rhéa زوجته .و في احد الايام قامت هذه الاخيرة بخداعه حيث قدمت له حجرا ملفوفا بالقماش منقذة بذلك ابنها المتبقي زيوس zeus الذي تربى في كريت منهيا بذلك حكم كرونوس و بدأ معه حكم الالهة ذات الاشكار البشرية les dieux anthropomorphes(سعيدي ، 2007)

و ما يمكننا استنتاجه من هذه الاسطورة ان الزمن مخلوق ولدته الالهة و انه كائن موجود له القدرة على الفعل .و كذلك نلتمس منها النظرة التشائمية لفكرة الزمن بصفته عملاق يلتهم ابنائه .و على الانسان ان يعتمد على نفسه في تحدي الزمن و القيام باعمال يمكن ان تضمن له الخلود و تجذر بنا الاشارة ان الاساطير عموما تأخذ طابع رمزي فهي دائما بحاجة الى تأويل..

و مع افلاطون (427 ق.م-347ق.م) و الذي يعد من اوائل الفلاسفة الذين تناولوا مشكلة الزمن بطريقة متكاملة حيث نظر اليه في بعدين ,(بعد فيزيقي و بعد ميتافيزيقي) و يراه على انه ابتدأ مع العالم فهو

مخلوق مع العالم فهو الا جزء من الازل (ما لانهاية) في حين ان الازل متحد بوجه ما مع الله. معنى ذلك ان الماضي و المستقبل هما محل حركة و يشكلان مصطلح الزمن.فبالنسبة لافلاطون يقوم الزمن على ربط عالم الصور(المثل العليا) بعالم المحسوسات المادية (سلاطنية، 2019)

و من جهة قدم ارسطو ariscot (374ق.م-322ق.م) رأيا دقيقا.و هو كان رافضا لاسلافه و كتب (في كتاب الرابع للفزياء): "اننا نواجه صعوبات عندما نحاول ان نقول بالضبط لشيء هو مكان...كما ان لا بوادر لي لاقدم اي شيء .او حتى طرح اي سؤال حول هذا الموضوع".

فقد كان رافضا لفكرة الفراغ لارخيتاس لانها لا تعطي افضلية لنوع من الحركة..و التي هي بذاتها مرتبطة بالزمنفوضع فكرة ذكية و هي تحديد الفضاء بما يحويه الذي قام الى تكوين فكرة لتصور وجود مرجعية للكون"سماع نجوم الثابتة" اعلاه و "مركز الارض" ادناه ويكون الثابت اعلاه مستقرا تماما و ادناه في موقعه جملة , بمعنى ان المشكل يتمحور حول الفرد نفسه و وفقا له .اي ان حركة الفرد نفسها تحدد صورة الزمن.فالحركة جزء من الزمن (العمري، 2012) و هنا يمكننا الاستناد الى اية قرأنية من سورة الكهف الاية 10:**"اذ اوى الفتية الى الكهف فقالوا ربنا اتنا من لدنك رحمة و هيئ لنا من امرنا رشدا"**ففي هذه القصة من مجموعة من الفتية الصالحين فروا من قوم ظالمين الى كهف متضرعين متمسكين برحمة الله ان ينجيهم من القوم و الاية اللاحقة:"فضربنا على اذانهم في الكهف سنين عددا*ثم بعثناهم لنعلم اي الحزبين احصى لما لبثوا امدا"تبين ان الله اوحى على ان يجعلهم اية للناس بإنامهم سنين عددا لا يعلم عدتها الا هو .فالنوم ظاهرة تنعدم فيها الحركة بشكر كبيرو هنا و بطريقة ما توقف زمنهم الى اجل مسمى .و من جهة اخرى فان التعبير عن الزمن اثناء النوم **و الوعي به قد تحدد لنا اشكالية الاحساس بالزمن.**

فارسطو طرح فكرة الزمن و الزمن الفزيائي من خلال مشكرة ارتباطه بالحركة

و عرف ارسطو الزمن بانه"مقدار الحركة بحسب المتقدم و المتأخر" و في تقسيمه للزمن يقول"فمن جزئي الزمان الاكثر شيوعا احدهما قد كان و لم يعد و الاخر سيكون و لما يكن بعد" و قصده هنا الزمن الماضي و المستقبل.

الاول لا يمكن بعد ان يكون في حياتنا.

و الثاني بعيد عنا بمسافة بعيدة او قريبة و لكنه ينقضي و لن يتكرر حدوثه.

2.2.مع نهاية العصور القديمة و بداية العصور الوسطى:

و في اواخر العصور القديمة الى العصور الوسطى ذهب الفيلسوف الابيقوري لوكريتيوس (55ق.م-99ق.م) lucertius الى رؤية طبيعة الزمن فضلا عن الفضاء"المكان" في كتاب "طبيعة الكون" ان :"الزمن في حد ذاته لا وجود له ..و يجب ان لا يدعي شخص انه يمكنه الشعور بالزمن في حد ذاته بصرف النظر عن حركة الاشياء".

و من جهة ابدى الفيلسوف الرواقي زينون (490ق.م-430ق.م)رأيا مشابها ففكرة ان الزمن هو زائف لانه لا يعمل بواسطة المادة اي انه مبحث ميثافيزيقي بحث (العمري، 2012)

لم تتغير هذه المفاهيم حول الزمن و المكان و بقيت ثابتة دون تغيير حتى اتى القديس اغسطين (354-430) ووضع تحولا لاهوتيا على حجة لوكريتيوس لطبيعة انعدام الزمن في "اعترافاته" confessions مؤكدا ان :"الله خلق العالم بالزمن,و ليس في الزمن" و جاء الزمن الى حيز الوجود جنبا الى جنب مه هذه المادة او بعبارة اخرى.انها وجهة نظر التي بشر بها بشكل مثير علماء الكونيات اليوم "ان احدا قام بالانفجار العظيم" (العمري، 2012).

كما اضاف على ان الزمن لم يكن موجودا قبلا فانه لا يمكننا الحديث عن البعد"المستقبل" و القبل"الماضي" خارج الزمن و بالتالي لا يمكننا ان نسأل "ماذا كان الله يفعل قبل ان يخلق السماء و الارض" (زكري، 2018)

فلو كان الزمن دائم الوجود لبطل ان يكون زمنا و كان ازلا.

و يرى اوغسطين ان ادراك الزمن هو نوع من "نفخ" العقل او الروح اي انه موجود فقط في وعينا ,ندرك بواسطته الازمنة الثلاثة في وقت واحد:

- حاضر الماضي"الماضي بالذاكرة"
- حاضر الحاضر"الحاضر بالحدس و الانتباه"
- حاضر المستقبل"المستقبل بالتوقع"

و بالتالي هنا فانه ينفي المستقبل و الماضي من الوجود و يجعل الحاضر من دون مدى يقاس به و كأنه جزء من الماضي و المستقبل (سلاطنية، 2019).

3.2.المسلمين في العصور الوسطى:

قال تعالى:"و العصر*ان الانسان لفي خسر"

تناول القرأن الكريم الكثير من المسائل المتعلقة بمفهوم الزمن و ذلك راجع الى الاهمية الكبيرة الذي يتلقاها هذا الموضوع فنجد من ناحية انه يوجد الكثير من الايات القرأنية التي تحدثت عن نسبية الزمن الموضوعي ,اي الزمن الفزيائي المتعلق بالعالم الخارجي و هذا ما سنترق اليه في العناوين القادمة من الفصل.

فالطقوس الدينية تنبه المسلم على ضرورة الاهتمام بالوقت و قداسته مثلا في الاية القرأنية"ليلة القدر خير من الف شهر" الاية 3من سورة القدر دليل على قداسة و فضل زمن على زمن اخر و من جهة اخرى نرى الاية 103 من سورة النساء"... ان الصلاة كانت على المؤمنين كتابا موقوتا" توضح لنا اهمية و قداسة الزمن في اداء العبادات و الاهمية الفلسفية تكمن هنا في مدى ارتباط الزمن بالامور المقدسة.

كما تكلم القرأن من جهة اخرى على ان الزمن النفسي السيكولوجي المرتبط بالوعي الانساني ففي قصة نبي اللهعزير-عليه السلام- في قوله تعالى:" او كالذي مر على قرية و هي خاوية على عروشها قال انى يحي هذه الله بعد موتها فاماته الله مائة عام ثم بعثه قال كم لبثت قال لبثت يوما او بعض يوم قال بل لبثت مائة عام فانظر الى طعامك و شرابك لم يتسنه و انظر الى حمارك و لنجعلك ايه للناس و انظر الى العظام كيف ننشزهها ثم نكسوها لحما فلما تبين له قال اعلم ان الله على كل شيء قدير"الاية 259 من سورة

البقرة فهناك اشارة متعلقة بعد شعور نبي الله تماما بمرور الزمن اثناء موته "في غيابه عن الوعي"بالرغم من مرور مئة عام ,و هذه الاية تتشابه مع قصة اصحاب الكهف المذكورة سابقا.

و الى جانب الايات القرأنية هناك الكثير من الاحاديث النبوية التي تكلمت عن الزمن بالفاظ و تعابير مختلفة.
فعند محمد بن مثنى حدثنا عبد الوهاب حدثنا ايوب عن محمد بن سيرين عن علي بن ابي بكر رضي الله عنه عن النبي –صلى الله عليه و سلم –قال:"الزمان قد استدار على هيئته يوم خلق الله السموات و الارض السنة اثنا عشر شهرا منها اربعة حرم ثلاثة متواليات ذو القعدة و ذو الحجة و المحرم و رجب ..الذي بين جمادى و شعبان".كتاب بدء الخلق لصحيح البخاري الحديث رقم 2958
و يعلق هنا الدكتور زغلول النجار عن الحديث و يقول بان لفظ الذي استخدمه الرسول –صلى الله عليه و سلم-بقوله:"ان الزمان قد استدار على هيئته يوم خلق الله السموات و الارض"فيه اشارة ضمنية توضح تكون الكون .حيث تكون الاجرام السماوية فيه.لان لفظة"استدار" تحوي بالضافة الى العودة الى البدء اشارة واضحة على استدارة و تدور الكون ,حيث يؤكد على ان الزمن ليس جسما ماديا يستديرو لكنه فترة تمر فإذا استمر الزمن,استدرا الكون,و بالتالي استدارة جميع الاجرام و مداراته.
خلاصة القول ان القرأن الكريم و السنة النبوية يمكن اعتبارهما منهلا ضخما يمكن الاستفادة منه في فهم الزمن و حقيقته الغامضة و كل ما تناولناه الى هنا مجرد اشارات طفيفة لما يتناسب مع حجم و هدف البحث.

ففي الفلسفة الاسلامية ,فان العلماء المسلمين لم تختلف اراءهم حول الزمن على من سبقوهم من عصور سابقة الا انهم تفوقوا في اعطاء مفاهيم وفقا لمبادئ قرأنية و نجد ابو يوسف يعقوب بن اسحاق الكندي(805م-873م) علامة عربي مسلم برع في عدة مجالات(الفلكية,الفزيائية و الطب و الرياضيات و الفلسفة) الذي قال عن الزمن ووضع فرقا بين ماهو ازلي و غير ازلي"الجسم له جنس و انواع لكن الازلي لا جنس له ,إذن الازلي ليس جسما"بعبارة اخرى فان "الجسم لا يمكن ان يكون ازليا" (سلاطنية، 2019)ص23
ما يحاول قوله الكندي هنا و التأكيد عليه هو ان الزمن مقياس للحركة و الجسم حيث انهم لا يستبقان بعضهما (جبار، 2016) ص67-68
تلاه بعدها و في نفس العصر العالم محمد بن زكرياء ابو بكر الرازي (865م-925م) حيث قسم الزمن الى قسمين:الاول هو الزمن المطلق الذي لا تعده حركة فتكون المدة هي الدهر و الثاني هو زمن المحور او المضاف"النسبي" المرتبط بالحركة .الاول هو زمن حقيقي رياضي مطلق,قائم بذاته مستقل بطبيعنه اما الثاني مقياسه حسي خارجي لاي مدة بواسطة الحركة و يبطل ببطلان المتحرك و يود بوجوده الذي يأتي على هيئة الساعات و الشهور و الاعوام (حسين، 2021).
في(980م-1037م) ظهر الفيلسوف و الطبيب الغني عن التعريف **ابن سينا** الذي كان له تصور طبيعي حول الزمنيربط فيه بين الحركة و المسافة و يعطيه وجودا ماديا وورد عنه في كتاب "النجاة"و في "عيون الحكمة" انه يؤكد الاتباط التام بين الزمن و بين الحركة, فيؤكد ***انه لا يتصور الزمن الا مع الحركة و متى لم يحس بالحركة لم يحس بالزمن.إذن فالحركة تحدد طبيعة الاحساس بالزمن في كليته***
كما انه وضع نظرية متكاملة عن المكان فعبر على ان المكان يأخد ثلاثة اتجاهات:

- التفسير المنطقي :للمكان مثل الاتجاهات" فوق- تحت- يمين- شمال" ومنه يمكننا تصور مكان حقيقي للجسم و مكان غير حقيقي له ,و هو ما تعبر عنه مدارس الفن التشكيلي بدءا من المدرسة السيريالية (المكان الميثافيزيقي).
- التفسيرالرياضي :و نعني به الصورة المجردة للمكان في العقل و ليس في الواقع اما مجال دراسته فهو الهندسة الذي يتم من خلال تجريد المكان الى (اشكال,سطوح,خطوط,نقاط..)
- التفسير الطبيعي: و يقصد به دراسة مفهوم المكان ضمن نطاق "العلم" حيث ربطه بالحركة و الزمان و كلاهما لهما صلة اساسية بالجسم و منه فعند ابن سينا يتمتع بخصائص اساسية تميزه وهي كالاتي:

1- المكان يقبل المتمكن فيه و يفارقه المتمكن من الحركة
2- ان المكان هو الذي فيه الجسم وحده و لا يجوز ان يكون معه جسم اخر
3- المكان الواحد يقبل من مكنات عديدة في ازمنة مختلفة و لا يقبلها مجتمعة في زمن واحد.
4- المكان خاصيته التباث.
5- يقبل القسمة الى جهات (فوق تحت...)
6- المكان متناهي تبعا لتناهي الجسم الطبيعي الذي يحل فيه. (حسين، 2021)

سنكتفي هنا بهذا الكم من المفاهيم التاريخية الاساسية في العصر القديم والعصور الوسطى لمحاولة لفهم الزمن و طبيعته و عليه يمكننا ان نستخلص على ما سبق ذكره على ان مفهوم الزمن كما ذكره سابقا ارسطو انه يرتبط بالحركة .كانت اضافات اللاحقين بعده تتمحور حول المبدأ القياس عند الكندي و تعدديته عند الرازي ز طبيعته المرتبطة بالاحساس عند ابن سينا وهذا استنادا على بعض المبادئ و المصادر الدينية كالقرأن .

4.2.بداية العصر الحديث:

و رغم تعدد الافكار و الاراء حول الزمن ننتقل الان الى حقبة زمنية اخرى في اوروبا و بالتحديد مع نهاية القرن الرابع عشر قام nicolaus copermicus (1473م-1543م) بنقل مركز الكون –حسب ارسطو من الارض- الى الشمس ,كما اشار كوبرنيكوس نفسه تقريبا في بداية كتاب "دوران الاجرام السماوية" « de revolutioninbus » :"لا شيء يمنع الارض من التحرك...لانها ليست وسط الدورات جميعا"

ثم بعد خمسين سنة لم تعد الملاحظات الفلكية يمكنها ان تتوافق مع مفهوم مدرات الكواكب الجامدة مما ادى ب johannes kepler (1581م-1630م):" من الان فصاعدا الكواكب تتبع مساراتها خلال الاثير مثل الطيور في الهواء, و علينا ان نتحدث بالتالي عن هذه الاشياء بشكل مختلف" و مثل هذه الافكار قادته الى فكرة جوهرية تربط الاطر الساكن للفضاء بالاجسام الطبيعية بدلا من تراكيب غيبية كانت تحكمها الافكار اللاهوتية للكنيسة انذاك و التي اشتقت منها افكار حول مدارات الكواكب و طولها (العمري، 2012) ص6-7 .كلها محاولات لتقديم او تفسير او فهم مفهوم الزمن من ناحية فزيائية كبداية لنهضة علمية في مجال الفزياء و علم الفلك و الكونيات.

بعد مرور مدة زمنية و بالتحديد في القرن السادس عشر ظهر galilée غاليليو غاليلي العالم الفلكي و الفيلسوف الرياضي و الفزيائي الايطالي (1564م-1642م) و اصبح مفهوم الزمن علميا سالكا بذلك طريق الملاحظة و التجربة حيث دحض انذاك نظرية ارسطو حول الحركة و نشر نظرية مركزية الشمس

و هذه الثورة الفكرية تقدم من خلالها تعريفا للزمن من طرف نيوتن حيث قال:"ان الزمان المطلق و الرياضي بتذاته و طبيعته ينتج باطراد بدون النظر لاي شيء خارجي...و تسمى الديمومةduration " فالزمن النسبي و الظاهر انما هو قياس محسوس و خارجي للزمن المطلق "الديمومة"و يقدر بحركات الاجسام سواء اكان دقيقا ام غير متساو.و هو عادة ما يستخدم بدلا من الزمن الحقيقي مثل الساعة اليوم و الشهر و الاسبوع (سلاطنية، 2019)

ما نلاحظه هنا و هو التشابه الكبير بين افكار نيوتن حول الزمن و المكان و افكار ابن سينا يوجد زمن حقيقي رياضي و زمن نسبي مرتبط بالحركة.

و تبع غاليليو افكاره الفيلسوف و عالم الرياضيات و الفزيائي الفرنسي rené descartes (1596م-1650م) ضمنا بالفضاء المطلق . و استخدمة المفهوم للتوصل الى شيء يشبه الى حد بعيد قانون نيوتن الاول للحركة لكنه بعد ان ثم محاكمة غاليليو من قبل محاكم التفتيش اجل نشر نتائجه لاكثر من عقد من الزمن و التي قرر من خلالها كل من وجهات النظر المطلقة و نسبية الزمن في نفس الوقت (العمري، 2012) ص7

و في سنة 1781 في كتاب "نقد العقل الخالص" ل emmanuel kant (1724م-1804م) الفيلسوف الالماني يقول:" فجميع معارفنا تبدأ بالتجربة و هذا لا يثير اي شك في الواقع من خلال ماذا يمكن للمعرفة ان تثير وضعها كموضع التنفيد ان لم يكن من قبل للاشياء و المواضيع التي تمس حواسنا" بمعنى ان المعرفة و التجربة الخاصة للكائنات او الفرد هو موضوع يمس الاحاسيس مما يجعله موضع تنفيد حيث يؤكد على ان فمهوم الزمن و الفضاء هنا ليسا مفهومان تجريديان يعتمد على التجربة بل هو ما يجعل من التجربة بحد ذاتها ممكنةبحيث ان خصائص الزمن تحدد لنا تصورا للزمن من خلال التجربة.مما يعطي البديهة للزمن بمعنى ان الزمن و الفضاء شروط الحدس والاحاسيس (جبار، 2016) ص 74

بمعنى اخر فحسب كانط فان للمكان و الزمان وجودهما الواقعي المطلق غير مستقلين عن الانسان و الاشياء بل هما منبعثان بالضرورة من القدرة الحسية فالزمن حسبه هو شرط الصوري القبلي لكل الظواهر بوجه عام (سلاطنية، 2019) ص 24

ثم ابدى من بعده الفيلسوف الالماني georg wilhelm friedirich hegel (1770م-1881م) افكاره حول الزمن و اعطى له معنى و غاية مرتبطة بوجود وعي و غاية محددة ,فاصبح الانسان و سيلته يستعملها ليتحقق و ينشر وجوده و في نفس السياق يلحقه الفيلسوف الالماني martin hedegger (189l-1976) و يؤلف سنة 1927 كتابه الرئيسي être et temps الوجود و الزمن و الذي حاول من خلاله الربط بين مفهوم الوجود و الزمن فما هو موجود يمكن الاحساس به و ادراكه و ما يمكن فهمه في الزمن الحاضر و لادراك الكينونة l'être يجب التركيز على خاصيته الاساسية و هي التزامن la temporalité و ليس الوجود داخل الزمن.

و ياكد من جهة على ان الاشياء هي التي توجد داخل الزمن بينما الانسان فهو من داخل نسيج الزمن.

حيث يقف هنا henri bergson(1859م-1941م) الفيلسوف الفرنسي الحاصل على جائزة نوبل في الادب عام 1927 الى جانب heidegger .و اكتشف هو الاخير في الديمومة "الاستمرارية"المعنى الايجابي للزمن و رأى فيها مصدر للوجود الحقيقي (سلاطنية، 2019)ص25

حيث قدم تصور نفسي للزمن كأمر مهم لدرجة ان مسألة الزمن و الفرد ستكون الشغل الشاغل للفلاسفة في القرن العشرين (جبار، 2016) ص75.

فالمعاش الذي يتميز بعدة خصائص منها انه يدوم اي يحافظ على الاحداث التي مر بها .اي انه ذاكرة:"الشعور معناه ذاكرة" فكل لحظة يعيشها الانسان هي ثمرة اللحظة السابقة التي عاشها ,فالحاضر هو تجمع للماضي و انبثاق منه.

و نجد من ناحية ان بارجسون فرق بين الزمن النفسي السيكولوجي او الداخلي و الزمن الرياضي حيث ان هذا الاخير لا يقاس كما يقاس الزمن النفسي و ان لحظاته لا تتجدد باستمرار و انه مستقل عن المكان كما ان لحظاته المتعاقبة تتداخل فيما بينها "اي ان الزمن السيكولوجي هو زمن كيفي و لا كمي مستقل عن المكان" (سلاطنية، 2019) ص25

مع نهاية القرن التاسع عشر وجدت الفزياء نفسها في ازمة, هناك نظريات جيدة لميكانيكا نيوتن و الكهرومغناطيسة لماكسويل لكنها لا تبدو متوافقة .الضوء المعروف انه ظاهرة كهرومغناطيسية لكنه لا يخضع لقوانين الميكانيكا نفسها كالمادة و اظهرت تجارب albert michelsan (1852م-1931م) فزيائي امريكي عمل على قياس سرعة الضوء و انه دائما ينتقل بنفس السرعة بغض النظر عن سرعة امصدره و في عام 1898 اقترح الفزيائي الفرنسي henri poincaré (1854م-1912م) ان فترات من الزمن فضلا على طولها يمكن ان تعتمد على المراقب و تنبئ في عام 1904 ان سرعة الضوء قد تكون حد لا يمكن تجاوزه.

و بهذا اتى الالماني الفزيائي albert einstain(1879م-1955م) و الذي بدأ بتناول المشكلة بطريقة جديدة و هي ان قوانين الفزياء و سرعة الضوء يجب ان تكون هي نفسها بالنسبة لجميع المراقبين الذين يتحركون بشكل منتظم بغض النظر عن حركتهم النسبية و لكي يكون هذا صحيحا فالمكان و الزمان لم يكونا مستقلين بل هما متحولين الى بعضهما البعض في مثل هذا الاسلوب للحفاظ على سرعة ضوء ثابتة لجميع المراقبين فالزمان و المكان نسبي اي انهما يعتمدان على حركة المراقب الذي يقيسهما و الضوء هو اكثر اساسية منهما هذا هو اساس نظرية اينشتاين النسبية ثم بعدها لم ينهي اينشتاين اعماله وواصلة الى ان وصل الى مبدأ التكافؤ و الجاذبية كزمان مقوس الذي يبرهن على تمدد الفضاء (الكون) ثم بعدها اساس الفيزياء و هي نظرية النسبية العامة (الزمكان) (العمري، 2012)

حتى هنا رأينا العديد من الاعمال و الافكار و الاراء حول مفهوم الزمن و انتقاله من مفهوم اسطوري مبهم الى مفهوم فلسفي مجرد ثم الى مفهوم علمي تطورت مبادئه و خصائصه الى ان وصلت الى اللحظة الحالية و هو ساري البحث فيه و عن طبيعته لدى الانسان و كخلاصة فان الزمن هو عملية تقدم تتميز بالاستمرارية و الى اجل غير معروف بدأ من البداية و مرورا بالحاضر متجها نحو المستقبل كما انه يختلف تعريفه من حيث مبادىء اذا كان فزيائي او نفسي مرتبط بالوعي و ادراكات و احاسيس الفرد.

3.الزمن في تعدديته في مرحلة الشيخوخة:

1.3.الزمن البيلوجي:

الكائن الحي كائن يولد و ينمو,يعيش /يحيى ثم يموت اذن فهو في تغير مستمر و بالتالي فهو مربوط بالزمن و اهم ما يمكن ملاحظته هو التغير البيولوجي و هو تغير ينبع من داخل الكائن الحي و بالتالي فالزمن البيولوجي يمكن النظر اليه على انه زمن ذاتي داخلي و مما يمكن ملاحظته عند كبار السن بغض النظر على التغيرات الفيزيولوجية البيولوجية سابقة الذكر في الفصل السابق فإن طبيعة التقذم دورية غير معكوسة,دائرية حيث ان دورة الحياة تشكل في حد ذاتها دورة كاملة مغلقة و الانسان يولد رضيعا يصبح طفلا ثم ينمو ليصبح شابا ثم كهلا فشيخا ثم يموت و لا يمكنه باي حال من الاحوال ان يعكس ذلك او ينتقل في هذه المراحل بشكل عشوائي فهناك زمن بيولوجي نوعي متعلق بالعمر (سعيدي ، 2007).

و في هذا ظهر علم الاحياء الزمني او chronobiologie و هو فرع من فروع علم الاحياء او البيولوجية اول مرة في قرن السابع عشر من قبل العالم الفرنسي jean-jacques dortous de mairan(1678م-1771م) و هذا عندما قام بمراقبة حركة اوراق النباتات في عام 1729 قام بتجربة على mimosa pudica النبتة الحساسة التي اظهر وجود ايقاع الساعة البيولوجية في النباتات و افترض ان هذا الايقاع اتى من الساعة الداخلية ثم قام بعض الباحثين باكتشاف العلاج بالضوء و الميلاتونين و ذلك كوسيلة لاعادة ايقاعات الساعة البيولوجية للحيوان و الانسان (ويكيبيديا، علم الاحياء الزمني، 2022).

حسب alain reinberg(1912م-2017م) عالم احياء فرنسي رائد ابحات في علم الاحياء الزمنية فهو يعرف "علم الكرونوبيولوجيا,بدراسة البنية الزمنية للكائنات الحية و الياتها و تعديلاتها) جبار(2016 ,

كما يشير الى ان مختلف العوامل البيئية تتفاوت بشكل دوري و يمكن ان تؤثر على الايقاعات البيولوجية و سمى هذه العوامل البيئية ب "المزامنات" مثل :ايقاعات الساعة البيولوجية تناوب الضوء و الظلام)جبار(2016 , ص86-87

فيمكن لاي شخص ان يتقدم في العمر وفقا لايقاعه المرتبط ب métabolisme تمثلاته الغدائية او "عملية الايض.

فهل تختلف هذه المعايير عند كبار السن؟

2.3.الزمن النفسي حسب المدرسة التحليلية:

Olivier flournoy (1925م-2008م) محلل نفسي سويسري ذكر في كتابه Le temps d'un psychanalyse 1979 على ان الزمن في التحليل النفسي يشارك في نواحي معينة في فترة الطفولة "زمن ثانوي" le temps secondaire يقول flournoy و الذي من خلاله يطرح سؤال حول "هل اللاشعور لا يعرف الزمن؟" (guiliaumin & et autre, 2016, pp. 52-53)

و انطلاقا من طرح S.Freud فرضية "اللازمنية اللاشعور,لا زمنية نزوة الحياة و كل الخبرات التي لها صلة جنسية و التي تنشط خارج الوعي من الميلاد الى الموت بحيث تستدخل زمنية نوعية يصبح "ما بعد الحدث" لحظة حاسمة في اعداد الماضي و تحول زمن الحاضر و هذا في سياق علاجي خاصتا)جبار , 2016) ص 106-107

و هذا ما يبدوا متناقضا فاذا كان لازمنية للاشعور كيف يفسر بناء الزمني في مراحل النمو .فحسب فرويد يوضح انه هناك مظاهر زمنية نفسية نذكر بعضها (الاستثمار في وحدة الزمن من خلال مبدأ اللذة و الالم بمعنى ذلك التدبدب و الايقاع للتصور الداخلي للاحاسيس ,في مراحل تطور الليبيدو خلال مراحل النمو النفسي العاطفي...)

و هنا يقصد بما سبق ذكره على ان مفهوم الزمن مرتبط بمفهوم المراحل ,فالفترات الزمنية التي تنشأ فيها النفسية و تتطور في ايطار عاطفي للشخص بمعنى انه حلقة زمنية مركبة و معقدة خطية تهتم بملاحظة التنظيم السلوكي للفرد منذ ولادته مع الام الى موته مع المواضيع الخارجية.

كما ترى المحللة النفسية الفرنسية madeleine natanson (1927م-2013) في مقالها بعنوان le temps de ….vieillir ? ان **الزمن هو جزء من النمو** حاملا معه كل التغيرات من مرحلة الى اخرى في النمو النفسي و العلاقات مع الاخر و التي تسميها françoise dolto (1908م-1988م) طبيبة نفسية و محللة نفسية "المراحل المتعددة « des castration symbolique » فقدان انتقال ,بداية من ترك دفء جسد الام الشعور بالراحة النفسية انتقالا الى مرحلة اكتشاف الفم "الاكل" و الكلام "تواصل و تفاعل " مرورا بالمشي و اكتشاف الفضاء ثم تصل الى مرحلة الشيخوخة التي يعتمد فيها على العصى و التي تعوض صعوبة المشي مما يسمح بالاستمرار في الطريق.

و مع الاخير في مقال natanson ذكرت فكرة anny cordié الطبيبة العقلية العصبية و المحللة النفسية (1927-2018) **"الشيخوخة مثل المراهقة"** هناك تقلبات /انتفاضات boulversement و لكن بدون تعافي

و نقصد هنا التقلبات او الانتفاضات بمفهومها حسب هنري فالون H.wallon بالازمات التي تفرق بين مراحل النمو كما يؤكد فالون حسب (معتصم-ميموني و ميموني، 2010، صفحة 11)ان وجود الازمات بين المراحل تفقد الشخصية توازنها مؤقتا كي تنظم من جديد مثل ازمة العمر الثالث حسب التصور الغربي ,و ازمة المراهقة التي يختل فيها التوازن الهرموني و النفسي و الاجتماعي"التغيير" كما ان الازمة ليست سلبية بل هي مهمة و اساسية في النمو .

« il faut faire le deuil de soi par petits morceaux »

و يرى Bianchi henri محلل نفسي فرنسي و رئيس الجمعية الدولية لعلم الشيخوخة و التحليل النفسي ان في المراحل الاولى من الحياة تكون طبيعة التعلق L'attachement حتمية تتوجب الحدوث كما انه اولي, له سمة الغير شرطية inconditionnel لامحدود و لكن بعد المرحلة الاوديبية يصبح شرطي حيث يرتبط بالموضوع الخارجي البديل عن الام (الموضوع الاصلي) في هذه المرحلة يمكن للموضوع ان يستبدل باخر و يكون عمل الحداد le deuil ممكننا . و لكن في مرحلة الشيخوخة يصبح **مفهوم التعلق عرضة للخلافات و مثير للجدل .بحيث يشتعل او ينتهج بعد-اوديبي post-oedipien (مبدأ الواقع) و يتعلق بمواضيع périssables زائلة و محدود –حياته- .و عليه فان الانا لايجاد معنى للتعلق اما ان يقوم بحداد مع الموضوع "الحياة" اما ان يجد موضوع بديل يكون لا محدود و هنا يجدر به العودة الى التعلق الاولي مع مثلنة الموضوع avec une idéalisation** (MOUKOUTA، 2010، صفحة 37)

فهنا يمكننا القول كانه يفقد زمنه الخاص و مشروط عليه الحداد على زمنه .

و في نفس السياق فان péruchon marion نفسانية فرنسية و استاذة محاظرة في جامعة – paris 5 descartes ترى انه هناك ثلاثة انواع من الفقدان لدى الشخص في مرحلة الشيخوخة :

- **فقدان الموضوع:** بمعنى فقدان اشخاص مقربين و هنا تكمن الاختلافات على المستوى العاطفي للمعاناة الناتجة عن الفقدان على حسب قرب الموضوع المفقود و اهميته في حياة الشخص حيث يراه الشخص المسن على انه على قرب موعده من الموت هذه الاخيرة قد تولد لديه نوع من القلق .
- **فقدان الوضيفة :** تتعلق هنا بجزء من جسده بمعنى فقدان الاستقلالية و من جهة فان التغييرات الجسدية التابعة للشيخوخة يمكن ان تأخد على حسب الثقافة التي ينتمي اليها الفرد و كذا شخصيته فهناك من يراها ترتبط بتشوه صورة الذات و فقدان للجماليات الشبابية و من جهة ترى كبصمة لتجارب و حكمة لشخص قد مر على مراحل متعددة في حياته اي مثال للمقاومة و الصمود.
- **فقدان الذات :** هنا يتعلق الفقدان عامة بالعلاقة بين الانا و الهو في الجهاز النفسي الخاص بكبير السن اي ان الهو يكون في تحدي مع الموت حيث يقوم بتجاهله و من جهة فان اشكالية الموت قد تستلزم الحداد على الانا في سياق انه ينفصل و يعيد استثمار réinvestissement في الصورة الجسمية بمعنى قبول فكرة التقدم في العمر و قبول التحول لذي يطرأ على جسده .و غالبا ما يتم الخلط في ان الجسد المختلف لا يعنى "انا MOI"مختلف (MOUKOUTA، 2010، الصفحات 38-39)

فالشخص كبير السن له طبيعة مختلفة في الحالة النفسية المتعلقة **بالاحساس بالزمن فهو له ماضي اطول من مستقبله** و حاضره يعيشه بطابع مرتبط بالحالة الفيزيولوجية و الاجتماعية المتغيرة و على هذا اوضح لنا الباحث الدكتور في علم النفس العيادي و علم النفس المرضي (charlemgane simplice moukouta 1964) في اشارة الى gérard le goués في كتابه (المحلل النفسي و كبير السن 1991) انه لدى كبار السن نوعين من الاستهام fantasme الاول الاستهام ذو الطابع الغير خاضع للزمن/اللازمني intemporalité بمعنى ان التقدم في السن لا يحدث له و انه يبقى في الشباب الازلي اما الاستهام الثاني فهو استهام الابدية internité بمعنى انه شخص خالد immortel كفكرة للهروب من الموتهذا الاستهام قد يبدو حاملا لمظاهر باثولوجية و لكن في الاساس هو يشير على انه امتداد لاعتقاد ديني .الحياة بعد الموت.(moukouta,2010) ص 35

3.3.الزمن النفسي و الاحساس به:

« Dans vieilliesse,il y a vie »

Romola sabourin

و ايام تطير بنا سحابا

و إن خيلت تدب بنا نمالا

قصار حين نجري اللهو فيها

طوال حين نقطعها فعالا

احمد شوقي-حياة ما نريد لها زيالا (احمد شوقي)

هنا الزمن يعبر عنه على انه احساس شخصي بكل فرد في سرعة مروره في لحظات الفرح و بطئ في لحظات الحزن .

و هنا قد ارتبط الزمن النفسي و الاحساس به بالمشاعر او الحالة العاطفية التي يكون فيها الفرد اثناء موقف ما او اتجاه حدث ما و هذا ما سماه Etienne klein ب la fluidité du temps psychologique سيولة الزمن النفسي و شبهه بالحبل المطاط un caoutchouc الذي يحمل ايقات خاصة به تنوعات variations .)(Etienne , 1995) ص26

كما انه اضاف من جهة اخرى و ربط الزمن بالمعاش LE TEMPS VéCU و كذا السلوكات اتجاه الزمن وهنا عقبت الباحثة الفرنسية في مجال علم النفس العصبي المعرفي sylvie droi-volet في ملتقى لها حول ادراك الزمن في الدماغ على افكار و صرحت ان **دراسة الزمن النفسي يرتبط اساسا بعاملين:**

الاول متعلق بمشاعرنا و حالتنا المزاجية و الثاني النشاط activités و كلاهما يؤثران على تجاربنا الشخصية بمرور الزمن.

كما انه هناك نوعين من الاحساس بمرور الوقت 1- عبر تقييم زمن الحياة السابقة بمعنى الفكرة الحاضرة عن الماضي

2- عبر الخبرات اليومية الحاضرة و التي تتدخل فيها العوامل سابقة الذكر"المشاعر و النشاط" كما اكدت هنا على الاليات المعرفية

و في دراسة لها مع warren .h .meckحول كيف المشاعر تلون ادراكنا للزمن how emotions « colour our perception of time « ترى ان احساسنا بالزمن يتعلق بمشاعرنا في سرعته في اوقات الفرح و البطء في اوقات الملل من خلال ادوات قياس عاطفية standardized emotional material

بعرض صورة توظح ملامح وجه عاطفية لاشخاش مرتبطة بمعزوفات موسيقية مختارة و يتم من خلالها حساب مدة الاستجابة و دراسة ماشاعرهم الشخصية حيث سمحت لهم بفهم الاليات التي تعمل بها مشاعرنا من جانب عصبي معرفي من خلال الساعة البيولوجية و ايقاعاتها و كنتيجة للدراسة اكدت على ان تجاربنا الشخصية اتجاه المحيط الخارجي و كيفية ادراكنا له ثؤتر بشكل مباشر على احساسنا بمرور الزمن و ديمومته .

.(sylvie & warren , 2007)

في دراسة اخرى لها (droit-volet, lorandi, & T.Coull, 2019) افترضت ان الزمنية /الوعي بالزمن timing هي قدرة بدائية اساسية يتم الحفاظ عليها خلال جميع مراحل فترة الحياة و لا تتأثر بتبعيات الشيخوخة الطبيعية و هذا راجع الى القدرات المعرفية او عمليات المعرفية الاساسية لاصدرا الاحكام بشكل عام على الوعي بالزمن من (انتباه, ذاكرة عاملة,سرعة معالجة المعلومات) بعد سن 60-65 سنة مقارنتا مع الشباب حيث اظهرت الدراسة ان كبار السن يتمتعون بنفس جودة الشباب في تقدير مدة زمنية قصيرة جدا تصل الى (50 مللي ثانية) او العكس و هذا ما يعتمد اساسا على الذاكرة العاملة.

و من جهة اخرى ذكرت نقطة مهمة تتعلق بالشعور بالذات في الزمن او الذي سمته soi-temporel فمن ناحية يوجد الذات في الزمن الحاضر-الان-self-teime ou/internal-teime وهي تحليل داخلي للحالة النفسية ,العاطفية و الاحاسيس الجسمية التي ترتبط بالوعي conscience

و في مقابلة منظور الزمني الخاص بالفرد و الذي يحمل في طياته اتجاهات مختللفة التي تساعد في اعطاء ترتيب ,اعطاء معنى لاحداث الحياة طريقة لبناء قصة حياته منذ بدايتها الى نهايتها (droi-volet, 2019)

يرى الباحث و استاذ في جامعة laval الكندية-كيبيك- (Simon Grondin-1959)المختص في علم النفس الزمن (Grondin, 2020, pp. 164-166) في كتابه ان في دراسة ل Ganon-Harvey et al 2019. لاحظا ان هناك تشابه في طبيعة الاحساس بسرعة مرور الزمن لدى كبار السن و المراهقين حيث ربط ذلك الاحساس عند المراهقين بطابع القلق Anxiety التابع لطبيعة نمو في تلك المرحلة. و يضيف في كتابه فكرة التلسكوب forward telescoping المتعلقة بذاكرة الاحداث الماضية .فالشخص في مرحلة الشيخوخة يميل الى التقليل من المدة التي وقعت فيها الاحداث السابقة سواء كانت احداث عامة او شخصية فهو له احساس ان الحدث وقع منذ وقت بعيد جدا لدرجة انه يراه الان كأنه مر بسرعة و يضيف انه كلما كانت الاحداث اقدم اخطأ تقدير من سرعة مرورها.

يمكننا ملاحظة هنا و حسب ما اكدته فكرة هنري فالون المذكورة سابقا ان في مرحلة العمر الثالث و المراهقة لهما نفس الخصائص النفسية في النمو حيث تظهر الازمة كمرحلة زمنية ايجابية و اساسية في اعادة تنظيم الشخصية من جديد .

« Les années passent plus vite que les semaines »

Nekfeu,Natsukashii 3 :06

و قد لخصت الباحثة شهيدة جبار في اطروحة التخرج بعنوان"الزمن الذاتي لدى المكتئب الحصري اسهامات الروشارخ و ال tat " ان الانسان يمكنه ادراك الزمن من خلال التعاقب ,المدة و التزامن و من خلال الذاكرة و من خلال فكرة او تصور المستقبل. و هذا ما يقودنا الى فكرة ثلاثية الزمن و بنائها" (جبار، 2016)ص78 .

و التي تعتبرها من خصائص الزمن بحيث :

التعاقب la succession هو:

التوالي,التناوب,التتابع (المعاني، 2010-2022) وهو عبارة عن نظام لتسلسل اللحظات و الاحداث

و المدة la durée :

حصر الزمن في فترات ووضع لها حدود ففي اشارة من(1976-189l) martin hedegger في مؤلفه الرئيسي سنة 1927" être et temps الوجود و الزمن" ما هو موجود يمكن الاحساس به و ادراكه و ما يمكن فهمه في الزمن الحاضرو لادراك" الكينونة l'étre "يجب التركيز على خاصيته الاساسية **و هي التزامن la temporalité ou/la simultanéité** و ليس الوجود داخل الزمن.

ما يقودنا الى دورانية و خطية الزمن :المتمثلة في الاتجاه الزمني المرتبط بالتصورات الذهنية التي يكونها الشخص عن الزمن و الشكل الذي يأخده التعاقب (جبار، 2016)

ومن جهة اخرى فان جان بياجي يرى ان الزمن يتطور بالتدريج مع النشاطات الذهنية,مع نهاية مرحلة الرضع حديثي الولادة يفهم الزمن وسطا عاما GENERALIZD MEDUIM كما في المسافة و المكان ,و التي يمكن ان يحدد موضع الذات و الاشياء الاخرى وفقا لبعضها 'الا ان تطور ادراك الزمن لم يكتمل في هذه المرحلة الحسية الحركية .اما في عمر اربعة الى ثمانية شهور و هي مرحلة التسلسل الذاتي يبدو فيها الزمن هنا ينطبق على تتابع الظواهر و بقدر ما يكون للطفل هنا تدخل لذاتهيكون قادرا على ادراك هذا التتابع للاحداث عندما يكون هو نفسه قد احدث هذا التتابع و الذي يرتبط فافعال ذاتيه و هنا يضل البناء الموضوعي للزمن في هذه المرحلة الفرعية مستحيلا و عليه تتشكل سلسلة من ردود الافعال تدريجيا تتحدد فيها اشارات الى احداث قادمة مثل الطريقة التي يساعد فيها امه عندما تلبسه و هذا في عشرة اشهر بالتقريب ,حيث تظهر بعض المبادرات التي تظهر قدرته على التكيف مع السلسلة الزمنية .و بهذا الاسلوب سيقوم هو مثلا بايجاد حدائه او سترته .

في المرحلة القادمة من ثمانية اشهر الى سنة يشهد الطفل تحول و تطور مفهوم الزمن متزامنا مع تطور الاشياء و نموها فمصطلح (قبل و بعد) يطبقه من الان فصاعدا

ثم في عمر السنة الى سنة و ستة اشهر يتجاوز الزمن عنده حدود المدة الكامنة في النشاط الذاتي ليكون بذلك حلقة متصلة و منظمة تربط احداث العالم الخارجي ببعضها.ثم بعدها و ابتداءا من سنة و ستة اشهر الى عمر السنتين يقوم الطفل بتصورات داخلية رمزية للمشكلات الحسية الحركية مخترعا الحلول بسلوك المحاولة و الخطأ الضمني اكثر من الخطأ الصريح.. و يبذأ ايضا بتخيل الاشياء الغير حاضرة مع عدم امكان تحديد هل هي الماضي ام في المستقبل اما في السن الثانية يكون قادر على تذكر الذكريات التي تعود الى شهر من الزمان و في السن الثالثة من عمره تكون لديه ذكريات تعود الى سنة من الزمن.

و في سن الخامسة تعود الذكريات عائدة الى سنتين من الماضي و حين يصل الى السابعة و الثامنة (مرحلة التفكير التصوري) يبدأ ماضيه يطغي على تجربته الحالية فيصبه مهتما بما مضى من حياته (تاريخ ولادته.التاريخ ذاته) و تبدأ بالتدريج تنمو الصورة المعرفية الداخلية عن العالم الخارجي و قوانينه و علاقاته التي تخضع لها الافعال الداخلية

فالوعي بالزمن و الشعور به مصدرهما نحن و من دوننا لا وجود للزمن. و لدى بياجي فإن الزمن هو القدرة على تقدير طول حادثة ما في حدود زمني (ثواني .دقائق .ساعات...)

و من سن السابعة الى الحادية عشر و التي تشمل مرحلة العمليات الشكلية حيث يظهر الطفل معقولا و منظما في موافقاته مع عالم الاشياء المحيطة به. يكتسب فهما بدائيا عن الزمن و المكان و العدد و المنطق و تكون ادراكاته الزمنية متغيرة كدالة للتطور الادراكي حيث تتغير معها ايضا استجابته للادوار الاجتماعية اي ما يعنيع ان يكون المرء شابا في مجتمعه . فيبذأ بوضع خطط مستقبلية خارج حدود نشاطه المعتاد و يذهب هنا بياجي ان الطفل لديه ادراك تصوري للترتيب الزمني لتتابع الفترات الزمنية بين المراحل الزمنية فيشمل فهم التلازم الزمني و ترابط الفترات و قياس الزمن من خلال تكوين وحدة زمنية. و ترتبط عملية ادراك الزمن بالقدرة على ادراك التغيير .فانماط ادراكنا للامدduration مثلا لا يمكن تحديدها من دون دراسة علاقة الامر المدرك بطبيعة ما يتغير, و بنية عمليات تكامل التعاقب خلال معايشتنا للحاضر النفسي الذي يحدث في اثنائه.تزامن الاحداث ثم تعاقبها (الحاضر السيكولوجي) هو الذي ندرك ضمنه السمات الاساسية للتغيير فالانسان لا يتقيد او يقف عند هذا الحد لان باستطاعته تشكيل تمثلاث للتغيرات كما يستطيع ان يربطها مع نفسه و /او مع بعضها و الاستفادة منها لفوائد شخصية تقريبا.

فادراك /الامد duration (الفترة الزمنية بين ما تفعله و ما تريد فعله في المستقبل القريب) نقوم بتقييمه مباشرة من عدد التغيرات التي نلاحظ حدوثها ضمنه.و يعتبر التحول من الطفولة المراهقة تحولا كبيرا في مجال ادراك الزمن و لعل اهم تلك التحولات ازدياد الواقعية اي الفهم التدريجي للعلاقات بين الماضي و النشاطات و الفرص المتاحة و الاحتمالات و التوقعات (مرسيلينا، 2014)

4.3.الزمن النفسي من المنظور الوجودي:

يرى رائده vector Frankl فكتور فرانكل ان توجه الانسان نحو المعنى و الى اهدافه المستقبلية تجعله يسعى الى تحقيقها .فالشخص الذي يقبل حاضره و ماضيه يكون توجهه الاساسي المستقبل بكل ما يرتبط به من مجهول او عدم يقين هذا ما يجعله يختبر "الحصر" l'anxiété .التوتر او الخوف.

فيشير ميرلو بونتي 1947 ان موقفنا من الموت نتخده على اساس تكويننا الذاتي من خلال تجاربنا الرمزية المتعلقة بتاريخنا الخاص. بمعنى ان الفرد تحركه توقعاته للمستقبل فتتكون لديه سببية ذاتية للاحداث السيكولوجية و اهداف حياته (ما بعد الموت عند المتدينين) تخدم دوافعه و رغباته و تحرك سير حياته و احساسه بزمن .فالمستقبل ليس ما هو قادم الينا ,بل نسعى نحن اليه ... (مرسيلينا، 2014)

حسب Etienne kleinلا يوجد ذاكرة تستعيد حاضر الماضي لان الماضي مر déjà vecu والمستقبل مهما بلغنا ارادتنا يبدوا لنا غير مؤكدincertain لاننا لم نعشه بعد و لهذا فان حياتنا اليومية الماضي و المستقبل لا يبدوان متماثلين مع بعضهما و عليه فان الزمن النفسي له اتجاه واحد و مسهم.

يضيف الى ذلك قول Paul claudel الشاعر والاديب الفرنسي (1868م-1955م) من كتابه l'art poétique ان –الزمن هو معنى الحياة –فيمكن للمرء عكس ذلك و القول ان

"زمن الحياة له معنى" (Etienne ، 1995)ص36

رغم ذكرنا في الفصول السابقة النقاط المشتركة بين كبارالسن في طبيعة نموهم و تغيراتهم البيولوجية,الاجتماعية النفسية الا اننا لم نثير طرح هل للشيخوخة او لكبار السن زمن خاص بهم او طبيعة زمنية نفسية خاصة بهم؟

و للايجابة على هذا السؤال يجب التأكيد اولا على فردانية الفرد و ان كل حالة هي حالة متفردة عن البقية رغم نقاط التشابه .فكبار السن مثلهم مثل الافراد في مراحل متعددة من الحياة. و يعتقد الاستاذ الجامعي jean guillamin (1923-2017) في ميدان علم النفس المرضي من جامعة ليون اللفرنسية في هذا السياق ان هناك انواع types و اختلافات بين كبار السن vieillards .فعند التقدم في العمر نحن نتخد اتجاه حتمي بيولوجي نجو الموت و نهاية الحياة فالزمن هنا له مكانة في تحديد طبيعة الاختلافات النفسية و الاجتماعية و حتى الفيزيولوجية.فهناك شيخوخة يكون فيها التدني و التدهور déclin ظاهرة تحدث طول تلك المرحلة, مرحلة فقدان القدرات والتي تكون صورة سلبية فيها ربما الشعور بالعار stigmatisation .

و هناك صورة اخرى للشيخوخة الطبيعية العادية التي تمحي الصورة النمطية للضعف (guiliaumin & helene, 2012, pp. 90-91) فيمكننا ان نجد اشخاص علماء .باحيثين نشروا اعظم انجازاتهم و هم في مرحلة الشيخوخة و على شفى من نهاية حياتهم.

فالاصوات المحيطة التي تحمل كل من ذكريات الطفولة ليست نفسها اليوم فالاحساس بالمحيط و ما فيه يختلف من زمن حياة او مرحلة حياة الى اخرى ,نفسها نفس الروائح التي يحملها الهواء ليس نفسها اليوم فهذا التحول او التغير في الاحاسيس عندما نرى الماضي و نقارنه بزمننا (guiliaumin و et autre، 2016)

ان احساس الانسان بالزمن يبدأ منذ الطفولة و هذا في صيغة تكيفية اي تتطور مع الزمن في مراحل عمرية متعددة و على هذا ظهر تيارين الاول زمن يبنى تدريجيا مع التقدم في العمر اما التيار الثاني له علاقة بفكرة j.piaget زحول المفاهيم النفسية للمصطلحات الحركية الزمنية cénimatique (جبار، 2016) ص 90. السيميائية عند الطفل او الوظيفة الرمزية تمثل انشطة التمثيل برمتها عند الطفل اي تركيب العلامات و استعمالها و التي تخضع للفكر (وهيبة، 2020) .

لاحظ Paul fraisse(1911م-1966م) عالم النفس الفرنسي ان التقدم في السن متزامن و متعاقب في تحديد الماضي و المستقبل بينما التقدير الدقيق للفترات الزمنية يظهر في سن الثاني عشر تزامنا مع نمو النشاطات العقلية"الفكر" (جبار، 2016) ص94

فالانسان عندما تحركه توقعاته للمستقبل تكون هناك سببية ذاتية لاحداث السيكولوجية و ان اهداف الحياة (ما بعد الحياة في ثقافات مختلفة-الحياةبعد الموت تخدم دوافع و رغبات الشخص في مرحلة الشيخوخة و تحرك سير حياته.

و على ما سبق فاننا نلاحظ ان تطور او تكون مفهوم الزمن لدى الفرد يمر بمراحل متعددة منذ الولادة و يمكن اعتباره مراحل بدائية اساسية في تحديد طبيعة ادراكنا و احساسنا بالزمن مع كل المتغيرات الحادثة كما ان للتغير دور اساسي في فهم هذه الطبيعة المعقدة ثم ان هذا التطور لا يتوقف الى هذا الحد فالتغير مستمر و الانسان يتقدم في العمر و في مرحلة يصبح فيه التغير البيولوجي و ترتبط معه التغيرات الفيزيولوجية و العقلية الطبيعية و الاجتماعية التابعة لمرحلة الشيخوخة فان الفرد مجبر على التكيف معها فهل هنا يتغير مفهوم الزمن لديه ليتكيف مع جميع هذه التغيرات الحاسمة ؟ ام يبقى المفهوم الزمن المبني سابقا ثابتا ؟

و عليه فهل طبيعة احساسنا بالزمن تتغير في مرحلة الشيخوخة؟ و هذا ما تتمحور عليه دراستنا

فصل

منهجية البحث و اجراءاته

تمهيد:

في هذا الفصل سنتعرف على المنهجية و اهم الوسائل المعتمدة في هذه الدراسة للتحقيق حول طبيعة الاحساس بالزمن لدى الشخص في مرحلة الشيخوخة و اهم الاجراءات التي توصلنا الى فهم و مناقشة الفرضيات المقترحة لهذه الدراسة.

1. الاجراءات المنهجية:

1.1الدراسة الاستطلاعية:

عن (MOUKOUTA ,2010)ص32 في محاولة لتعريف الشيخوخة يشير الى دراسة (Maud Manoni 1991) ان الشيخوخة لا ترتبط بالعمر الزمني بل ترتبط بالحالة النفسية (الروحية) (Etat d'ésprit) الذي يمكن ربطه بمفهوم الاحساس بالزمن فهناك شيوخ بعمر العشرين و شباب بعمر الخامس و الثمانين. بمعنى" انها قضية سماحة القلب générosité de cœur كوسيلة للمحافظة على توافق مع الطفل الذي كنا عليه "و يقصد بها هنا قدرة الانسان فالحفاظ على فطرته التي كان عليها في بداية حياته و انطلاقا من هذا الاساس سعينا من خلال هذه الدراسة الاستطلاعية البحث عن حالات فوق سن 60سنة في العمر الثالث حسب التصور الطبي الاجتماعي الغربي او حسب منظمة الصحة العالمية L'OMS كمرحلة شيخوخة .

و لمعالجة المتغير التابع–الاحساس بالزمن– استعنا بالمنهج العيادي ;"الملاحظة " و "المقابلة العيادية" ; المقابلة النصف موجهة التي تسمح لنا بجمع المعلومات و المعطيات الخاصة بالحالات و من جهة تسمح لنا ببناء علاقة ثقة معهم كبداية لسيرورة بحث. كما اهتممنا اساسا بالمعالجة الكيفية للبحث في معالم الاحساس بالزمن في ابعاده الثلاثة (الماضي و الحاضر و المستقبل)

2.1 اختيار حالات الدراسة:

في هذا البحث اهتممنا بوجود الشخص في مرحلة الشيخوخة او العمر الثالث حسب العمر الزمني –ابتداءا من سن الستين 60 الى سن الثمانين 80 حسب التصور الطبي الاجتماعي الغربي و حسب منظمة الصحة العالمية L'OMS الساكنين في ولاية وهران الغير لاجئين في ديار الرحمة او العجزة اي تعيش في كنف العائلة او في بيتهم الخاص. غير طالبان للفحص ,كما اننا لم نأخذ بعين الاعتبار المستوى التعليمي او المهني و لكن ركزنا على اقصاء كل اضطرابات معرفية عصبية ترتبط بالقدرات العقلية و كذا الاضطرابات العقلية والنفسية .

و فيما يلي نقدم مختصر حول تقديم الحالات المختارة:

ز.ل:انثى 62 سنة, متزوجة ماكثة في البيت الزوجي,لزواج دام 42 سنة بمدينة وهران , من مستوى اقتصادي وتعليمي متوسط . لا تعاني من اي سوابق طبية ولا امراض مزمنة و لا تعاني من اضطرابات معرفية عصبية ,الحالة غير طالبة للفحص بل نحن من تقدمنا بطلب من الحالة لاجراء المقابلات بغرض بحثي حيث اظهرت لنا انفتاح و تعاون و قبلت.

ت.ح: ذكر 73 سنة متزوج منذ اكثر من 40 سنة ,متقاعد مهنته سابقا في مجالات متعددة اهمها (المجال الزراعي و المجال الطبوغرافي) ماكث في بيته الخاص مع اسرته بمدينة وهران, من مستوى اقتصادي جيد و تعليمي متوسط.لا يعاني من اي سوبق

طبية و لا امراض مزمنة و لا يعاني من اضطرابات معرفية عصبية .الحالة ايضا غير طالب للفحص بل نحن من تقدمنا بطلب باجراء المقابالات بغرض بحثي لم يعارض و قبل و صرح انه لربما ينتفع بها.

3.1 نتائج الدراسة ا لاستطلاعية:

بخصوص هذه الدراسة اعتمد0نا اساسا على المعالجة الكيفية للبحث في معالم الاحساس بالزمن في ابعاده الثلاثة (الماضي و الحاضر و المستقبل)

الحالة ز.ل: قدمت الحالة اثناء المقابلة النصف موجهة سهولة في التعبير حيث ابدت عن رأيها حول احوالها عامة و طرحة **اشكالية اسرية (تفكك اسرتها ,موت الوالدين وتفرق الاخوة)** "كنا ملومين و مجموعين على المليحة و القبيحا بصح كي ماتوا والديا كل واحد راح في جيها ...." و **اعربت عن شعورها بالحزن اتجاه ذلك وصرحت انها حاولت و لم تستطع فعل شيء اتجاه ذلك الا قبوله و المضي قدما و الاهتمام بحياتها و ابنائها** " الله غالب جات كيما هاك انا لي عليا درته و دروك باقيلي حياتي و ولادي نتلها بيهم ..."**اثناء حديثها عن الماضي لاحظنا اشكالية ذكر والدها كثيرا فهي تصرح انها كانت قريبة منه و انها الشخص الوحيد التي كانت تتفهمه .. كما انها تبدي تعاطف شديد اتجاهه** " بويا الله يرحمه (الدعاء له بشتى ادعية المغفرة و الرحمة) كان يشرب من هم امه لي هملاته و تاني ما "امها تقصد" لي سمع عليها صوالح مشي ملاح ...ماكانش يهلك دايمن وخطرات كي يشرب يزعف و يضرب ما "كان لسانها طويل"... و يهرس و انا كنت نخزن حتا تولي الامور مليحة و نروح البويا و نشوفه.."**كما لاحظنا ايضا عند حديثها عن الماضي و قصتها الذاتية مبنية و مرتبة بترتيب كرونولوجي اي انها تحكي الاحداث بالترتيب منذ الطفولة حتى يومنا هذا**

اما اثناء البحث في مظاهر الاحساس بالزمن في ابعاده الثلاثة

الماضي عبرت الحالة عن الماضي بقول "فات و منقدش نبدله" و كأن هناك شعور بالذنب و تأنيب الضمير اتجاه الماضي

الحاضر ابدت الحالة اثناء المقابلة عن رؤيتها الروتنية و المتشابهة لحاضرها "..غي كيفكيف اليمات يتعاودو.."

المستقبلاما المستقبل فكانت لها نظرة مجهولة و عبرت عنه بالتمني و الرجاء "...نتمنى يكون احسن..." .."منقدش نعرفه.."

الحالة ت.ح: قدم الحالة اثناء المقابلة النصف موجهة انفتاح و تعبير عن نفسه **وطرح اشكالية الحياة المهنية (التقاعد و تغير ايقاع الحياة)** "راكي تشوفي فيا دروك عندي 73 عام و مازال نخدم هاك و هاك باش مانقعدش ما ندير والو ..شاباغي دير والفت الخدما و منعرفش حاجا ودخرا" **حيث نرى هنا ان الحالة لم تستدخل فكرة التقاعد و فهو يرى ان بالعمل يكسب قوته و يومه ليستطيع مواصلة الحياة و كانه ربط نفسه بالعمل** من جهة اخرى ابدى الحالة تعبيرا عاطفيا متواضعا عن ذاته **و الامه السابقة** "كاين صوالح في هاذ الدنيا مانقدوش ننسوهم كيما la douleur الوالدين الخوت و الصحاب ..وكل واحد و دنيته و الدنيا جايا كيما هاك "**فهو يعبر بصعوبة عن مشاعره وبالتعبير المجازي الذي يغلب في حديثه** " لاق لواحد يكون قلبه حديد ويعرف من عندمن يدي الراي.."

اما اثناء البحث عن مظاهر الاحساس بالزمن في ابعاده الثلاثة

الماضي : يرى الحالة ان الماضي بعيد و مر بسرعة "..نحس الماضي بعيد بزاف ma genèse فاتت تجري و ....ملي تزوجت لوقت هاذا يبانلي فات يجري.."

الحاضر و يرى من الجهة ان الحاضر يمر بسرعة ايضا " تغمض عينيك تلقا سيمانا فاتت ... لوقت راه يجري.."

المستقبل: عبر عنه بكلمتين في بادأ الامر تم صمت " جاي جاي .." ثم اضاف ان المستقبل عبارة عن احلام " نتمنا الصحة و نكون مع ولادي ملمومين.."

من هنا نلاحظ ان هناك تباين و اختلاف في طبيعة الاحساس بالزمن لدى الحالتين و هذا لانه مفهوم ذاتي يرتبط بالمعاش و الاحداث السابقة التي توجهه عبر الازمنة الثلاث

2.منهج الدراسة:

1.2 المنهج العيادي و دراسة الحالة:

ترجع اهمية الاعتماد على منهجية علمية في البحوث او الدراسات في مجالات العلوم الاجتماعية و خاصتا علم النفس الى الضرورة العلمية حيث تعتبر شرط من شروط قبول الدراسة ,فاختيار المنهجة المناسبة ترجع اساسا الى طبيعة موضوع الدراسة Le Théme d'étudeفهذا الاخير يفرض اسلوبه بطريقة تتحدد فيها نوعية المنهجية حسب نوع الدراسة فلكل بحث منهجية مناسبة له و لان اشكالية الدراسة الحالية تسعى الى تحديد طبيعة الاحساس بالزمن لدى الشخص في مرحلة الشيخوخة فان المنهج المناسب لذلك هو المنهج العيادي /الاكلينيكي,على اعتبار انه المنهج الاكثر فعالية في كشف الجوانب النفسية و الاجتماعية للفرد. بحيث تلخص الباحثة (شرادي نادية 2007) في مقالها في محاولة لتعريف المنهج العيادي حسب wenter و هو تلميذ (w.wundt) بجامعة بنسيفلنيا بامريكا بان :"منهج البحث يقوم على استعمال نتائج فحص حالات و دراستهم ..لاجل استخلاص مبادئ عامة توحي بها ملاحظة كفاءاتهم و تصوراتهم" بمعنى انها مجموعة الخطوات و الاساليب التي تقوم على جمع معلومات تخدم اهداف الدراسة و تدوينها من جهة اخرى حيث تعتمد او ترتكز اساسا على دراسة الحالة etude de cas اي دراسة تاريخ الفرد و حاضره (anamnése,catamnése)و هي منهج كيفي يستعمل ادوات(ملاحظة,مقابلة ,اختبارات او مقاييس) كما لها خطوات .

و فيما يخص معايير تحليل المعطيات حسب المعاش النفسي الاجتماعي للفرد و حسب بناءه الزمني و حسب الروابط المنطقية لديه .دون اللجوء الى نظرية من النظريات الاخرى فاشكال الزمن و خصائصه ومما تم فحصه نظريا نستنتج ان الاحساس بالزمن قد يأخذ خصائص و هذا في محاولة لبناء معايير خاصة بالدراسة تحدد لنا:

الاتجاه الزمني (الماضي ,الحاضر ,المستقبل)

انسحاب زمني (انعدام التزامن)

الاحساس بدورانية الزمن او الاحساس بتواتر او تدبدب الزمن المرتبط اساسا بالابقاع الخاص للفرد "فعندما يغيب الانجاز يغيب الشعور بالزمن"

تم اننا لم نستعمل اي مقياس او اختبار لهذه الدراسة نظرا الى عدم وجود ما يناسب توج الدراسة و ضبط فرضياتها و ايضا ارتأينا ان مقياس زيمباردو لقياس المنظور الزمني الذي سبق لنا و بحثنا في تطبيقه و لكن لم اجد توجهي و صلاح له في اثراء ما توجهت اليه طبيعة الموضوع المدروس .

فضلا على ذلك,فان الاهتمام بالبعد الاخلاقي مع الحالات من سلوك اتجاههم من اهم الشروط و كذا الاخد بعين الاعتبار تميز و فردانية singularité و في سياقه contextuelالنفساجتماعي . فكل حالة فريدة من نوعها .ناهيك عن الامتياز بقدر الامكان بالموضوعية L'objectivité و الحيادية La Neutralité مع كينونة الحالات و طبيعتهم النفسية و الاجتماعية .

2.2الادوات العيادية المعتمدة:

اعتمدنا في دراستنا على عدد من الادوات و الوسائل التي تساعدنا في جمع البيانات و تدوينها كتحظير بطاقة تقنية une fiche technique و تصميم دليل المقابلة guide d'entretien الذي يخدم بالاساس اشكالية الدراسة و فرضياتها و التقرب اكثر من طبيعة الاحساس بالزمن لدى الشخص في مرحلة الشيخوخة.وفيما يلي نعرض موجز حول الادوات العيادية المعتمدة:

1.2.2الملاحظة العيادية:

الملاحظة باللاتنية L'observation (ob) –بمعنى المقدمة او المقابل (الشيء الخارجي) و (servare) –المشاهدة حماية او حفظ– كما لها عدة معاني كالانتباه و راقب و لاحظ و هي عملية منطقية يتم من خلالها احاطة جميع خصائص الظاهرة دون تحريف او الاخلال بها بالتجريب. بهدف وصف و تدوين و دراسة و شرح ما هو ملاحظ من سلوك فعلى او قولي او تغير . (Brahmi, 2019, p. 101)

بمعنى ان الملاحظة مبدئ اساسي في جمع و تدوين و تسجيل المعلومات بدون حكم او اسقاط او تفسير او تشخيص بحيث انها تكون موجهة و تستجيب لاهداف معينة(حسب الدراسة في مجال البحث خاصتا) كما انها ايضا وسيلة تجتمع فيها سيرورة من التفاعلات بين ملاحظ و ملاحَظ observateur–obsérveé التي تسمح بظهور معنى .

و مانحاول ملاحظته اثناء المقابلات مع الشخص في مرحلة الشيخوخة هو المظاهر الخارجية العامة من سلوك و تصور و ايقاع الخاص به و اتجاهه نحو فكرة الزمن و الاحساس به .

2.2.2 فحص الهيئة العقلية:

ان الاعتماد على اداة الفحص الهيئة العقلية أ..قويدر نصرة 1978 كوسيلة لملاحظة و التعرف على الاستجابات السلوكية التلقائية اللفظية و الحركية ,بما في ذلك معلومات حول محيط الفرد و هذا يكون خلال عرض الحالات لإشكاليتهم و تفسيراتها وهذا من اجل التعرف و اكتشاف طبيعة الهيئة العقلية statut mental و هذا من خلال ستة محاور :

1. الاستعداد و السلوك العام: الذي يتم من خلاله ملاحظة و تدوين الملامح الخارجية العامة من مظهر,نوع اللباس و النظافة العامة ,ملامح الوجه,تصرفات عامة اثناء المقابلة..
2. النشاط العقلي:انتاج لفظي تلقائي ,الايجابة على الاسئلة,لبقدرة على التعبير اللغوي عن الافكار ,سيولة و مرونة الاستجابات ,كل ما يتعلق بمخارج الحروف و طريقة الكلام و وتيرته
3. المزاج و العاطفة:الاستجابات العاطفية عامة اثناء المقابلة,الاحاسيس و العواطف المرتبطة بالمواضيع الحديث

4. محتوى التفكير:محتوى التعبير او الانتاج اللغوي ,الاهتمامات التي تتلخص في المواضيع المختارة للحديث عنها من طرف المفحوص
5. القدرة العقلية:التوجهالزمني المكاني ,الانتباه, معارف عامة ,القدرات المعرفية كالكتابة و القراءة و القص و الفهم, التعبير المجازي لديه ...
6. الحكم و الاستبصار:و هي قدرة الشخص على فهم اشكالياته و صعوباته و اوضاعه و الوعي بها ,مظاهر بنية شخصيته و كيف يواجه الصعوبات,و احكامه اتجاهها .

وهنا سيكون التركيز على الطبيعة السلوكية و الفكرية لدى الشخص في مرحلة الشيخوخة في التعبير التلقائي و اساليب مواجهة احداث الحياة المتغيرة التابعة لمرحلة الشيخوخة و كذا معالجة طبيعة الاحساس بالزمن كمفهوم وجداني يرتبط بالحالة العاطفية العامة و كذا من المنظور المعرفي للوعي بالزمن

3.2.2 المقابلة العيادية:

حسب(Blanchet 1985) المقابلة العيادية في مجال البحث العلمي اداة او وسيلة بحث و تقصي كما هي اداة اعداد لبيانات و معلومات خاصة عند المفحوص اثناء لقاء بين فاحص و مفحوص.

[…]il s'agit d'un dispositif par lequel une personne « A » favorisé la production d'un discours d'une personne « B » pour obtenir des information inscrites dans la biographie de « B ». (Bénony & Chahraoui, 1999, p. 64)

1.3.2.2المقابلة النصف موجهة:

يتوفر لدى الباحث هنا دليل لاسئلة معد سابقا و لكن بدون صياغة ,بمعنى ان دليل المقابلة يكون موجها حسب موضوع الدراسة و اشكاليتها فحسب 1983marie-France castaréderى ان في المقابلة النصف موجهة تكون درجة الحرية و التعبير فيها متوسطة مما يسمح للباحث بتوجيه اسئلته المفتوحة بشكل منتظم على الحالة .

كما تضيف على ان كلما كانت المقابلة حرة "غير موجهة" كلما كانت اجوبة الحالة غنية و معقدة ,فريدة من نوعها بمعنى تسمح للحالة بالتعبير و التداعي عن حقائق اكثر عمقا عن عالمه الداخلي (Bénony و Chahraoui، 1999، صفحة 65) و لتأمين فهم واقعه لبعض الافكار و التصورات النفسية يتم تحليل المقابلات في مستوى وصفي الذي يتم من خلاله تحدد مؤشرات و معالم نفسية في مجمل خصوصيته و فردية دراسة الحالة.

4.2.2 دليل المقابلة:

عبارة عن مجموعة الاسئلة الموجهة و النصف موجهة تخدم فرضيات البحث لتحديد مظاهر-الشيخوخة- و معالجة المتغير التابع-الاحساس بالزمن- و **ذلك في ثلاثة ابعاد:**

بعد الاحساس بالماضي: من خلال هذا البعد سنتعرف اكثر على تاريخ الحالة ,ماضيها و طفولتها... حيث يتم التركيز على رؤيته لماضيه ,كيف يرتب احداث حياته السابقة بغرض التعرف على ادراكه و احساسه اتجاه الزمن الماضي .

بعد الاحساس بالحاضر: وهنا تتمحور الاسئلة حول ايقاعاته الخاصة مثل: نشاطه الاعتيادي اليومي ,فيما يقضي وقته,اهتماماته ,(طبيعة تأقلمه مع حياته بعد التقاعد لدى الحالة المتقاعدة) و كيف يتعامل مع مفاهيم (الفقدان و الانتقال, الحداد) و معرفة نوع الاستجابات اتجاه حاضره .

بعد لاحساس بالمستقبل : و هنا نحقق في رؤية زمن المستقبل و تصوره و اتجاهه ,التحدث عن فكرة (الحياة الدنياوية و الاخروية). ايضا البحث عن التصور اللاشعوري السابق لأوانه .

فصل الدراسة الاساسية :

عرض نتائج الدراسة و مناقشة الفرضيات

تمهيد:

في هذا الفصل من البحث سيتم عرض نتائج دراسة الحالة لحالتان الاولى **ز.ل و** الثاني **ت.ح** على حسب فحص الهيئة العقلية و دليل المقابلة المصمم بهدف اختبار فرضية البحث.

1.عرض نتائج الحالات:

1.1التقرير السيكولوجي للحالة الاولى

1.1.1تقديم الحالة:

الجنس: انثى

السن:62

المستوى الدراسي: شهادة تعليم ابتدائي

المهنة:ماكتة في البيت

الحالة المدنية: متزوجة ام لخمسة ابناء و جدة لخمسة احفاد

السكن: وهران

2.1.1 تاريخ النفسي و الاجتماعي للحالة و تحليل المقابلات :

ز.ل 62 سنة من مواليد 1960 ,من نمط جسمي pycnique ممتلء قليلا و مستدير ,لون الشعر اشقر غامق و لون العيون فاتحة مائل الى الاخضرار ذات لون بشرة بيضاء ,تلبس الحجاب (جلابة) نظيف,منظم ,ماكتة في البيت (قامت ببعض اعمال الخياطة و بيعها في مذة زمنية و لكن توقفت),متزوجة منذ 1980 و لها خمس ابناء (ذكر و اربع اناث) و خمسة احفاد(ذكرين و ثلاث اناث)

توقفت عن الدراسة بعد حصولها على شهادة الابتدائي بامر من ابيها و قد ابدت عن حصرتها انها كانت تريد ان تواصل الدراسة لانها تملك القدرات "كي ديت certificat d'étude primaire تع الابتدائي ...بويا حبسني و انا كنت نعرف نقرا و كنت باغيا نقرا ...القرايا مليحا..مكتوب" .

كما اضافت انها عاشت طفولة معقدة مع اسرتها المتكونة من 6 اخوة (اربعة ذكور و 2اناث) رتبتها كانت الوسطى و علاقتها بهم متوترة "كنا بزاف فدار و بويا و ما كانو دايمن يدابزو.." "..و خوتي هادوك ثاني كل واحد راح في طريق.."فصراعات امها و ابيها كانت تجعلها تشعر بالخوف و تختبأ فاباها كان يتعاطى الكحوليات في بعض المرات و كانت تنتج عن تلك الصراعات تعنيف و تخريب للممتلاكات في البيت " كي كان بويا الله يرحمه و يغفرله يشرب ... ما تديله دراهم و تخزنهم و هوا كي يفيق يضربها و يهرس الدار و انا كنت نخاف ..نهرب عند الجارة "

و ابدت تعاطف اتجاه اباها كما عبرت عن اسفها فهي من جهة كانت في صراع مع امها التي كانت تقوم بامور سيئة لم تصرح بها " ما كانت تقولنا كنت ندير كلش على جالكم ياش نوكلكم ..." **لم تتقبل تلك الفكرة حتى الوقت الحالى فهي ترى ان الامر غير اخلاقي و متناقض** كما انها بحيث انها اعذرته لانه كانت حالته الاسرية هو ايضا معقدة ..كان زوج امه و امه يخرجونه من البيت فلم يكن له احد و امه تخلت عنه " بويا تاني ...نغبن مه كانت تبغي ربيبها(ابن زوجها) كتر من ولدها وكانو يطردوه مدار و كي كبر ماولاوش يحلوا عليه الباب و نهار لي يروح ...يشرب و يديل حالة"**كما اضافت ان امها كانت تكلفها بحراسة ابيها** اذا كان يذهب الى المشرب اسفل الشارع بعد العمل و كانت تراه في حالات لا يرثى لها و كانت تتعاطف معه و تشعر بالحزن اتجاه سلوكه و حالته عامة"... ما كلفتي باه نعسه كي كان في عمري 12 سنة تحت عن الكانتينا تع الزواوي .. خطرات نلقاه و خطرات لا ..و كي نشوفه يغيضني الله غالب ماقديت ندير والو "

بعد ذلك تحدث الحالة عن قصة زواجها مع زوجها الحالي **بالتفصيل بالتاريخ و القصة كاملة** مع ذلك بعض المشاكل التي واجهتها هي و زوجها مع اسرتها "..في عام03 مارس 1980 تزوجت .. جبت الصغار و كانوا دارنا دايمن يديرولي المشاكل ..ختي لكبيرا كان خاطبها مول الدار قبلي ...بعدا بدل رايه ..و بطل منها و خطبني انا كنت صغيرا 16 عام و بويا قبل و تزوجت.."ثم تحدث عن **الاجهاضات المتواصلة** الراجعة الى نشاطها المفرط في اعمال البيت و ابدت حزنا تغيرت ملامح وجهها ". كان وقت صعيب..و طيحت بزاف(تقصد هنا الاجهاض) ربعا خطرات يوصلولي ستة شهر و ندمي(نزول الدم) ...و الطبيبة حذرتني بلي كان ما نستحفظش نقعد غي نطيح(الاجهاض).." "... خطرة اللولا كنت فدرا ..و جابولي خبر خويا ذخل الحبس .. مل الخلعا قعدت غي نبكي بعد ..حكمني الوجع..و لقيت الدم ... بزاف و كي داوني السبيطار ..كي فطنت قعدت نحوس عليه (الجنين) ما قبلتش ...غاضتني.... بكيت ..الدمعة دارت فيا حالة ....بشويا بشويا بديت نوالف .....مكتوب تقدرت" "....كنت كل خطرا ..كل خطرا عيت و نضريت ..بعدا مول الدار ولا يخزنلي الصوالح ..باه مانقيش كي يروح الخدمة و يقلي قعدي مكسلا انا نقي و نطيب..." كان زوجها يخبأ ادواة التنظيف و يطلب منها ان لا تتعب نفسها من اجل الجنين . و هو كان يتكفل بتنظيف البيت و الطبخ بعد عودته من العمل.

نلاحظ تسلسل و ترتيب كرونولوجي لاحداث الماضي مما يجعلنا نقول ان الحالة لها ادراك و وعي بالزمن الماضي .

كما نلاحظ توجها زمنيا اتجاه الماضي و الذي يظهر احتمالا بسبب شعورها الذنب اتجاه احداث حياتها كالصراعات الاسرية الماضية المسبب لصدمات نفسية والاجهاضات المتكررة التي كان سببها فرط نشاطها و حركتها اثناء الحمل.

بعد سؤالها عن كيف كانت تقضي وقتها في مرحلة بعد زواجها قالت:"..الوقت كان يتمشا بالعقل...و نهاري كان طويل ...كانت عزوجتي معايا خطرات فدار و كانت مونستني...كنا متفاهمين ...و خطرات كانت الامور تصعاب ..بصح انا كنت نتعامل معاها مليح الحمد لله ...هيا بروحها كانت تقول بلي مرت محمد(زوجها) خيرمن كناييني قاع.." فقد ابدت على ان الوقت **كان يمر بشكل بطيء** و كان يومها طويل و لكن **حضور ام زوجها معها في البيت جعلها احيانا تشعر بالراحة .**

في مرحلة من حياتها جعلتها تشعر بالملل و الاحساس بان الوقت يمر بشكل بطيء كانت مرافقة من طرف شخص مما جعلها تشعر على الرغم من ذلك بالراحة.

ثم بحديثها عن وضعها الحالي صرحت الحالة :"... غي كيف كيف... اليمات يتعاودو الا اذا انا بغيت نبدل و نخرج شويا ..." **طابع الروتين اليومي الذي يجعلها تشعر صباحا ان الوقت يمر بسرعة عندما تكون مشغولة باشغال البيت و مساءا عند الانتهاء الوقت يبطء من جديد** "... صباح الوقت قاع مانحسش بيه نكون لاهيا... و الحشيا يتقال ..نكون قاعدا ..."

ان الاختلاف الشعوري الذي تشعر به الحالة بمرور الزمن راجع اساسا الى ايقاعها اليومي فكلما كان نشاطها اكثر كلما شعرت او احست ان الوقت يمر بسرعة و العكس صحيح و هذا ما يسمى بدوارنية الزمن .

اما بتعبير اخر عن مرحلة سن اليأس و انقطاع الدورة الشهرية عبرت على ان تلك المرحلة لم تلقى فيها صعوبة كبيرة و **عبرت عن راحة لانها لم تعد مجبرة عن الولادة مجدادا** و تبقى **طاهرة** كل الشهر لاداء عباداتها اليومية".. la ménopause فوتها عادي مالقيتش مشاكل كبار ... بصح ريحت بلي ماغاديش نزيد نولد ..و ثاني وليت نقد نصلي و نصوم فالوقت .."

ثم طرحنا السؤال حول المستقبل البعيد و القريب **فابدت الحالة صمت** ثم قالت ان المستقبل لا استطيع ان اعرف مافيه ..**و طغت فيه تعبيرات التمني و الرجاء** ان يكون احسن " لي راه جاه ..منقدش نعرفه...ان شاء الله يكون مليح و شباب .. و نلقوا ربي و هو راضي علينا .. حسن الخاتمة هذا مكان "..."الصحة .ربي يخليلي عينيا باه نقد نشوف ولادي يكبروا و ينجحوا عندي غي هما ....راني هنا على جالهم..." اما **بخصوص المستقبل القريب**

فقد عبرت على انها ترجو الصحة لتستطيع مواصلت الحياة و ان ترى ابنائها ينجحون و ربطت المستقبل بالاولاد و بالعمل للاخرة "...جا الوقت لي الواحد يشوف في روحه..."

الاتجاه نحو المستقبل يسبب لها خوف او حصر متدبدب و الذي يتمثل في شعورها بتسارع الزمن احيانا و الصمت او ملامح وجها التي تعبر عن الخوف و غلب في تعبيرها مصطلحات التمني و الرجاء بان يكون المستقبل احسن

3.1.1 فحص الهيئة العقلية:

الاستعداد و السلوك العام:

ز.ل من نمط الجسمي pycnique ممتلء قليلا و مستدير ,لون الشعر اشقر غامق(بعض شعرات الشيب) و لون العيون فاتحة مائل الى الاخضرار ذات لون بشرة بيضاء ,تلبس الحجاب (جلابة) نظيفة و منظمة ,كان ملامحها بشوشة ضاحكة و كان الاتصال معها سهل في بداية الحصص حيث تقدمنا نحن لها بطلب لاجراء دراسة و قبل فانفتاح صدر (لمس الوجه كثيرا , تغير ملامح الوجه عند الحديث عن الاجهاضات, نشاط مفرط في الحركة اثناء الجلوس) اثناء اجراء المقابلات

النشاط العقلي:

تعبر ز.ل جيدا عن افكارها مترابطة في محتواها كما لديه اسلوب حسي ملموس في التعبير .كثيرا ما تستعمل التكرار في سرد احداث الماضي .السرد بطريقة كرونولوجيا لاحداث الحياة و بالتفصيل المدقق.تيرة كلام متوسطة و احيانا منخفظة عند الحديث عن الحاضر.

المزاج و العاطفة:

ز.ل لديها مزاج يغلب عليه الحزن خلال سير الحصص خاصتا عند الحديث عن احداث الاجهاض

محتوى التفكير:

تدرك الحالة حالتها النفسية فهي تحاول ان تربط احداث الماضية في تسلسل كرونولوجي .و كانت اغلب اهتمامها اناء الحديث عن :الاب,الاجهاضات المتكررة,الاخت الكبرى .

القدرة العقلية:

ز.ل لديها توجه زمني و مكاني جيد .و لديها ذاكرة جيدة لاحداث الماضي و الحاضر و ايضا القدرة على ترتيبها .الا انها تعاني من نقص الانتباه و ليس لديه صعوبة في اتخاد القرارات.

الحكم و الاستبصار:

ز.ل لديها وعي جيد بحالتها و صعوباتها فهي تدرك جيدا ان بعض السلوكات و القرارات المتخذة تأثر عليها و ان عليها تغيير بعض السلوكات للمصلحة الخاصة و العامة ,فهي تعطي ايضا قيمة كبيرة للمعايير الاجتماعية و الدينية في العلاقات

طبيعة الاحساس بالزمن الحاضر لديها مرتبط بادراك ملموس و محسوس متدبدبة مرتبط بالنشاط اليومي لها و كذا بالمزاج .

2.1.التقرير السيكولوجي للحالة الثانية

1.2.1تقديم الحالة :

الجنس :ذكر

السن:73

المستوىالدراسي: ثانوي

الحالة المدنية : متزوج اب اربعة ابناء و جد لثلاثة احفاد

السكن : وهران

2.2.1 تاريخ النفسي و الاجتماعي للحالة:

ت.ح 73 سنة من مواليد 1949 من نمط جسمي leptosone نحيف و طويل لون شعره الاسود يغلب عليه الشيب كما له شارب مشيب ايضا و عينين عسليتين ذو لون بشرة داكنة قليلا ,يلبس لبس كلاسيكي قميص و سروال ,نظيف و منظم ,ملامح وجهه بشوشة و ضاحكة ,كان التصال معه في البداية سهل فهو من النوع المنفتح على المحيط تقدمنا اليه بطلب للمشاركة معنا في الدراسة و قبل ,متقاعد رسميا و لكن يعمل احيانا بناءا على طلبات الاصدقاء او المقربين ,متزوج و له 4 ابناء(ذكرين و انثيين) و جد لثلاث احفاد (ثلاث اناث) . مستواه الاقتصادي من متوسط الى جيد

مولود بتونس من ام تونسية و اب جزائري له خمسة اخوة واحد متوفى (2اناث و ثلاث ذكور) رتبته الوسطى **.توفي والده و هو بعمر 13 سنة** حيث عبر الحالة عن ذلك اليوم بصعوبة و بدت في وجهه ملامح الحزن و الحصرة(...الوالد توفى مور ما صلى الظهر بنهار الجمعة ...كنت معاه و ماكنش مريض غي عيان ....رحت نجري نحوس على ما خبرتها و عيطوا لجارنا جا شافه . درنا جنازة و دفناه .الله يرحمه كان عنده 52 عام"و صرح في قول اخر يعبر عن حزنه على فقدان ابيه و بعض العلاقات "..كاين صوالح في هاذ الدنيا مانقدوش ننساوهم كيما la douleur و الناس لي يدروك.. فرقنا الزمان"

كما يضيف سرد قصة صرته جدا و لا يزال يتذكرها بتفاصيلها منذ صغره يوم سفره مع اسرته الى تونس بالسيارة و كانت اجمل عطلة في حياته حيث كانت الاسرة كلها مع بعض "...نهار مننساهش شباب ...رحنا لتونس مع بويا و خوتي باللوطو(سيارة) ..DS-19 ...كانت طريق طويلة ...كنا ملمومين و شفنا LA FAMMILE .."

بعد موت اخيه الاكبر اعبر الحالة بتعبير مجازي عن حالته و عواطفه اتجاه فقدانه لاخيه (توفي بحادث سيارة) "..كي راح خويا ..راحو كتافي ...الطريق لي دار فيها الحادثة كانت مظلامة داتلي لعزيز.." من الظلمة و الطريق كانت ملامة .

و صرح الحالة بتعبيره عن رؤيته للزمن الماضي على انه بعيد و ان الزمن فيه مر ببطء في طفولته و مراهقته على غرار **المرحلة التي تزوج فيها الى الان انها مرت بسرعة جدا** "كي نشوف Mon enfance et ma genèse نشوفها بعيدا و فاتت تقيلا.... و ملي تزوجت و لهيت فل الخدمة لوقت فات يجري محسيتش بيه كي فات".

الحالة يعبر بصيغ ماضية و جماعية عن نفسه و احداث حياته"... كنا غاياي بكري ...la genèse كنا في وقت وهران كانت خاويا و كنا كل حاجة في بلاصتها ... centre ville نروحولها بالكرافاطا(ربطة عنق)

نرى هنا اتجاه الزمني نحو الماضي يتمثل من خلال شعوره بالحنين الي احداث الماضي التي ربطها بمشاعر السعادة و الفرح بحث صرح ان الماضي كانت فيه اجمل اللحظات و الاوقات التي لن ينساه ابدا.

و **في تعبيره عن الحاضر انه يمر بسرعة و هذا راجع الى طبيعة نشاط الحالة اليومي** كما انه متقاعد عن العمل منذ مذة و لكن يشغل نفسه احيانا بالعمل تحت طلب المقربين او العملاء "... مازال حد الان نخدم خطرا على خطرا ..مانقدش نقعد مجمع ...لابغا غي نتمشا برا واحد 12 كيلمتر بصح مانقعدش ما ندير والو.."حيث يعبر **الحالة على ادراكه للزمن يساعده على فهم و مواجهة صعوباته** "كي ديت la retraite وليد نحس الوقت تقيل ...ووليت نكره. نضايق" .." كي نشوف الوقت لي فات و لي راني فيه دروك ... نفهم بلي الخدمة و الحركة تخليني نكون مليح..و مادام راه عندي الصحة الحمد لله راني نخدم.."

هنا يمكننا الاشارة الى ان الحالة يشعر بانسحاب زمني يرتبط بمعاشه النفسي الاجتماعي اليومي التابع للتقاعد الذي احدث تغير في نشاطه و اقاعه اليومي و في محاولته لاعادة ذلك الايقاع من خلال اعادة احياء الروتين السابق و هذا مايجعله في موقف يتجنب فيه واقعه الحاضر.

اما بخصوص حديثه عن **المستقبل كان التعبير عن شيئ مجهول** "..**جاي جاي...**" اي انه **قادم وكأن زمنه الحاضر ثابت والمستقبل هو المتحرك قادم اتجاهه او بتعبير اخر فهو لا يريد الذهاب اليه نظرا الى طابعه المجهول .**

حيث ابدى ايضا **كفا ظاهرا** في **صمته** ثم صرح على **ان المستقبل هو عبارة عن احلام** بمعنى التعبير المنطقي فالمستقبل غير ملموس و لم يحدث بعد "مانيش عارف ...."ثم " le future c'est des Rêves و هاذ les rêves هما الصحة و l'entourage ..." الذي يقصد به العائلة و ابنائه .كما اضاف ايضا تعبيرا عن الدنيا و الاخرة "لي عنده الوقت في هاد الدنيا و ماعندهش الراي ماعنده والوا... والافعال تاعنا نتحاسبو بها عند ربي ممبعد .." "..يجي نهار و نلاقوا مولانا.."

فإتجاهه نحو المستقبل يرتبط بطبيعة معاشه كاحتمال شعوره بالخوف من المجهول المتمثل في صمته او التعبير عنه كانه احلام نتمنى تحقيقها.

3.2.1فحص الهيئة العقلية:

الاستعداد و السلوك العام:

ت.ل من نمط جسمي leptosone نحيق و طويل ذو شعر اسود يغلب عليه الشيب كما له شارب مشيب ايضا ,لون العينين عسلي و ذو بشرة داكنة قليلا لبسه منظم نظيف كلاسيكي بسيط ,ملامح وجه بشوشة ,في البداية كان الاتصال معه سهل و ابدى قبول في المشاركة في الدراسة و تميزة تصرفاته اثناء المقابلات بالتسرع وفرط الحركة و النشاط فهو له تعبير جسدي لغوي .

النشاط العقلي:

الحالة يعبر جيدا عن افكاره تبدو افكاره مشوشة احيانا و يطغى على وتيرة كلامه التسرع في مخارج الحروف,له سيولة و مرونة الاستجابات بشكل متواضع "على حسب المواضيع" .

المزاج و العاطفة:ا

لدى الحالة مزاج متقلب من مزاج الفرح الى القلق عامة اثناء المقابلة و على حسب مواضيع الحديث

محتوى التفكير:

يدرك الحالة حالت النفسية 'و يحاول وضع روابط ما بين الزمن الماضي البسيط و المستقبل المعقد فهو له اهتمام في موضوع الماضي و ذكرايات الطفولة و المراهقة و الحديث عنه 'كما ان طابع تعبيره اللغوي يميل الى التعبير المزاجي فهو يفضل استعمال صيغ الجمع في الحديث عن نفسه و مشاعره .

القدرة العقلية:

ت.ح لديه توجه زمني و مكاني جيد .و لديه ذاكرة جيدة لاحداث الماضي بالتفاصيل و الحاضر لديه مدرك جزئيا فهو يشعر انه يمر بسرعة .الا انه تعاني من نقص الانتباه و التركيز احيانا و ليس لديه صعوبة في اتخاد القرارات.

الحكم و الاستبصار:و الحالة لديه قدرة على فهم اشكالياته و صعوباته و اوضاعه و الوعي بها فهو يدرك انه متسرع احيانا في اتخاد القرارات , واحكامه اتجاه صعوباته .

طبيعة الاحساس بالزمن الحاضر لديه مرتبط بادراك ملموس و محسوس مرتبط بالنشاط اليومي له و كذا مزاجه المتقلب .

و الان بعد ما تم عرض النتائج الخاصة بالحالتان سنحاول الاجابة على اشكالية الدراسة :التعرف على طبيعة الاحساس بالزمن عند الشخص في مرحلة الشيخوخة

2.ملخص النتائج و مناقشة الفرضيات:

1.2. ملخص النتائج:

من نتائج التحقيق حول الاحساس بالازمنة الثلاثة (ماضي ,حاضر و مستقبل):

دورانية الزمن الماضي: اعادة المعاش و الشعور بالذنب اتجاهه

صعوبة التركيز و الانتباه في الحاضر: تمثلت في الانشغال باحداث الماضي

الخوف من المستقبل: صعوبة في ادماج زمن الحاضر بحيث يمنعه من تصور المستقبل و تخيل لحظاته.

2.2.مناقشة الفرضيات:

التذكير بالفرضية العامة :

الفرضيات العامة المطروحة في مقدمة البحث تمت اجرأتها حسب نتائج الدراسة الاستطلاعيةو التي توافق الوسيلة العيادية (التحقيق حول الاحساس بالازمنة الثلاثة) تظهر انها قد تحققت لدى الحالتين

الفرضية العامة 1: الفرد في مرحلة الشيخوخة, يشعر بدوارنية الزمن ;عودة ما تم عيشه في الماضي و الخوف من المستقبل

.أجرأت الفرضية الجزئية –1– : (التحقيق) الفرد في مرحلة الشيخوخة, يشعر بدوارنية الزمن ;عودة ما تم عيشه في الماضي تمثلت في شعوره بالذنب و الندم اتجاه احداث الماضي وامكانية الخوف من المستقبل هذه الفرضية تحققت خلال الدراسة المتمثلة في تكرار و الانشغال باحداث الماضي و صعوبة التركيز و الانتباه في الحاضر مما يشكل له صورة مجهولة و مبهمة حول المستقبل في مسار زمني خطي. فصمتهما و التعبير عن مستقبلهما كانه احلام يتمنيان تحققها.

–من خلال ان انشغال الحالة في عمله يجعله يشعر بمرور الزمن بشكل سريع و عند مكوته في البيت و تغير ايقاعه اليومي مفاجئ ادى الى احساسه بتباطء الزمن و ما جعل الحالة **ت.ح** يواجه صعوبة في التأقلم مع الوضع الجديد و محاولته ايعادة ذلك الايقاع للحفاض على السيرورة التي كان فيها . و هذا ما يجعلنا نشير الى اهمية التحضير النفسي قبل التقاعد. كما يرى Simon Grondin–1959) في كتابه ظاهرة مرور الزمن تتعلق بايقاع الشخص اليومي و نشاطه فكلما زاد نشاطه نقص انتباهه ووعيه بالزمن فيشعر انه يمر بسرعة.

–**لدى الحالة ز.ل** بسبب احداث حياتها كالصراعات الاسرية الماضية المسبب لصدمات نفسية والاجهاضات المتكررة التي كان سببها فرط نشاطها و حركتها اثناء الحمل. في احتمالية شعورها بالذنب اتجاه ماضيها.

اما الحالة **ت.ح** فهو **يتمثل من خلال شعوره بالحنين الي احداث الماضي التي ربطها بمشاعر السعادة و الفرح** حسب تصريحه

بالاضافة لاحظنا عند الحالة **ز.ل ان** ادراك و الوعي بالزمن في ترتيبه يساعد على فهم و مواجهة الصعوبات عند الشخص في مرحلة الشيخوخة يتمثل عند الحالة **ز.ل** بحيث تكون لها صورة واضحة حول ماضيها و بالتالي تدرك و تعي بالزمن الحاضر من خلاله بحيث تضع الفروق و يصحب على ذلك واقع الاحساس بالزمن ملموسا و محسوسا مرتبطا بالنشاط العقلي و كذا القدرات العقلية من حكم و استبصار ما يجعلها تفهم و تواجه صعوباتها و في هذا السياق تصرح الباحثة الفرنسية (droi–volet, 2019) حول نقطة مهمة تتعلق بالشعور بالذات في الزمن او الذي سمته soi–temporel فمن ناحية يوجد الذات في الزمن الحاضر–الان self–teime ou/internal–teime وهي تحليل داخلي للحالة النفسية ,العاطفية و الاحاسيس الجسمية التي ترتبط بالوعي conscience و التي تساعد في اعطاء ترتيب ,اعطاء معنى لاحداث الحياة طريقة لبناء قصة حياته منذ بدايتها الى اللحظة الحاضرة .

و حسب ما نصت عليه نتائج الحالتين يمكننا القول ان الفرضية الاجرائية قد تحققت.

نضيف ايضا بعض التلميحات:

ان فكرة الحياة الدنياوية و الاخروية عند الشخص في مرحلة الشيخوخة تؤثر في تحديد تصور لا شعوري سابق لاوانه. و هذا من خلال ما قدماه الحالتين عند الطلب منهم التعبير عن رؤيتهما للمستقبل فقد ساد الصمت في اول وهلة ثم عند الحالة ت.ح ان المستقبل قادم وكأن زمنه الحاضر ثابت و المستقبل هو المتحرك قادم اتجاهه

ففكرة الباحث gérard le goués حول نوع الاستهام ذو الطابع الغير خاضع للزمن/اللازمني intemporalité بمعنى ان التقدم في السن لا يحدث له و انه يبقى في الشباب الازلي .

اما عند الحالة ز.ل **طغت فيه تعبيرات التمني و الرجاء في التعبير عن المستقبل** ان يكون احسن و ان تكون الاخرة افضل من الدنيا و هذا ما يرجعنا الى فكرة gérard le goués مرة اخرى الاستهام الثاني فهو استهام الابدية internité بمعنى انه شخص خالد immortel يشير على انه امتداد لاعتقاد ديني .الحياة الاخروية (moukouta .2010).

3.رؤيا , انتقادات و توصيات:

اثناء انجازنا للبحث النظري وجدنا اشارة مهمة حول طبيعة النمو النفسي عند الشخص في مرحلة الشيخوخة التي تعتبر مرحلة الشيخوخة و مرحلة المراهقة متشابهين ففي اشارة في مقال natanson ذكرت فكرة anny cordié الطبيبة العقلية العصبية و المحللة النفسية (1927–2018) ان "**الشيخوخة مثل المراهقة**" هناك تقلبات /انتفاضات . boulversement. هنا التقلبات او الانتفاضات بمفهومها حسب هنري فالون H.wallon "**الازمات**" التي تفرق بين مراحل النمو كما يؤكد فالون حسب (معتصم–ميموني و ميموني، 2010، صفحة 11)ان وجود الازمات بين المراحل **تفقد الشخصية توازنها مؤقتا كي تنظم من جديد** مثل "ازمة العمر الثالث حسب التصور الغربي ,و ازمة المراهقة "كما اضافت ان الازمة ليست سلبية بل هي مهمة و اساسية في النمو . مما دفعنا الى اقتراح دراسة حول طبيعة النمو من هذا الباب.

و يجدر بنا الاشارة ايضا الى بعض الصعوبات التي لقيناه بشكل متكرر اثناء انجازنا للبحث الا و هي نقص المراجع و الدراسات حول موضوع الشيخوخة كمرحلة طبيعية .

اما بخصوص متابعة الحالتين خارج ايطار البحث فان من خلال بحثنا انتبهنا الى العديد من التصريحات التي تعبر عن عدة ظواهر ,(الفقدان و الحداد ..) فارتأينا التلميح حول هذه المفاهيم و فهمها اكثر من جانب سيكولوجي.

و نضيف اخر شيء كالاشارة الى الاهتمام بالتحضير النفسي للشيخوخة نظرا الى الاهمية الكبيرة التي تجعل الفرد و تمكنه من فهم و تجاوز صعوواباتها.

لربما بحثنا هذا ليس كامل من جميع الجوانب مثل الجانب الديني الاجتماعي المرتبط بشكل كبير مع مفهوم الشيخوخة في مجتمعنا الجزائري و التعرف على مختلف متغيراته التابعة

خلاصة:

في هذا الفصل قمنا بعرض ملخص لنتائج الحالات و مناقشة الفرضية العامة و الجزئية و في الاخير رؤيا و انتقادات و بعض التوصيات.

قائمة المراجع

باللغة العربية:

احمد ,ب .(2018) .*محاظرات في مقياس علم وظائف الاعضاء* .جامعة حسيبة بن بوعلي ,الجزائر .شلف :معهد التربية البدنيةو الرياضة.

الجزائر ,ص .ا .(2022) .*صندوق الامم المتحدة* Consulté le 04 18, 2022, sur .موضوعات الشيخوخة : الشيخوخةhttp://www.algeria-unfpa.org/ar/topics/

العمري ,ع .ا .(01 09 ,2012) .الزمن منذ العصور القديمة الى اينشتاين .*مدونة عيون المعرفة*.12-1 .pp ,

المتحدة ,ا .(01 10 ,2019) .*قضايا عالمية.الشيخوخة* Consulté le 04 18, 2022, sur .الامم المتحدة : http://www.un.org/ar/global-issues/ageing

المعاني .(2010-2022) .*تعريف و معنى الزمن في معجم المعاني الجامع* Consulté le 05 14, 2022, sur .المعاني : الزمنalmaany.com/ar/dict/ar-ar/

اونلاين ,ا .(12 03 ,2020) .*شيخوخة حوالي 11مليون جزائري عمرهم 60سنة فما فوق* ,Consulté le 04 18, 2022 . surاللقاء اونلاين/http://www.elikaaonline.com :ف-سنة-60-عمرهم-مليونجزائري-11-حوالي-شيخوخة/

بدون مؤلف ,2021) .اكتوبر .(04*الشيخوخة و الصحة* Consulté le .فبراير 20, 2022, sur منظمة الصحة العالمية : http://www.who.int

بعطوش ,م .ب & .,اخرون .(01 12 ,2015) .ظاهرة الشيخوخة في الجزائر و عوامل تطورها .*مجلة العلوم الاجتماعية و الانسانية العدد 33*, pp. 201-220.

بلعربي ,ع .(2017) .اطروحة شهادة دكتورة في الانتروبولوجيا .*الشيخوخة و التقاعد لدى عمال التربية)الزمن المعاش حسب الجندر* .*(*عمي موسى غيليزان :جامعة وهران .2

جبار ,ش .(2016) .الزمن الذاتي لدى المكتئب الحصري اسهامات اختبار الروشاخ و ال tatمقاربة سيكوديناميةا .*طروحة لنيل شهادة دكتورة ثنائية في علم النفس* .جامعة وهران , 2جامعة رنيه ديكارت باريس .7

حسين ,ع .م .(13 04 ,2021) .*فكرة الزمان و المكان عند الفلاسفة العرب"ابن سينا* Consulté le 04 25, 2022, sur ." بوابة اريد/http://www.portail.arid :

حسين ,ع .م .(12 12 ,2021) .*مدونة"فكرة الزمان و المكان عند الفلاسفة العرب -ابو بكر الرازي و الحسن بن هيثم* ." بوابة اريدConsulté le 4 25, 2022, sur : http://www.portail.arid.my/ar-lypost/details/f044eeeo-5337-8/

خليفة ,ع .م .(1997) .*دراسات في سيكولوجية المسنين* .القاهرة :دار غريب للطباعة و النشر و التوزيع.

رويحة ,ا .(1983) .*شباب في الشيخوخة* .بيروت لبنان :دار القلم.

زايد ,ن-15 йил 2021) .مارس .(ايداع ملفات تقاعد عمال التربية قبل 31اوت .*النهار اونلاين*.

زكري ,ع .(05 05 ,2018) .*اغسطينوس و ماهية الزمن* :christoproxy sur ,2022 ,25 04 le Consulté .
/2018/05/blog-post.HTM.اغسطينوسوماهيةالزمنhttp//:christoproxy.com/

ساير الطب .(2020) .*فصل في دق الشيخوخة)من كتاب قانون الطب(لابن سينا* sur ,2022 ,05 04 le Consulté .مكتبة مدرسة الفقاهة/ar.lib.eshia.ir/73052/4/91 :الشيخوخة"

سايل ,ح .و .(21 12 ,2014) .الشيخوخة المرضية و الناجحة تناول خاص بالامراض و جودة الحياة لدى المسنين .*دراسات نفسية*.144-119 .pp ,

سعيدي ,ع .(2007) .مفهوم الزمان بين بارغسون و اينشتاين .*مذكرة لشهادة ماجيستير في الفلسفة* .قسنطينة ,جامعة الاخوة منتوري.

سلاطنية ,ن .(2019) .منظور الزمن لدى افراد الجيش المصابين باضطراب ضغط ما بعد الصدمة) PTSDدراسة عيادية لاربعة حالات بمدينتي قسنطينة و بسكرة .*مذكرة تخرج لنيل شهادة ماستر في علم نفس الصحة* .جامعة محمد خيضر بيسكرة.

ك.ب-12 йил 2020) .مارس .(شيخوخة11:مليون جزائري اعمارم 60سنة فما فوق .*جريدة الخبر* .p ,عدد .164730

كبداني ,خ йил 2018) .مارس .(الشيخوخة في الجزائر :مقاربة سوسيو ثقافية .*مجلة انسانيات*.16-11 .pp ,

م .ت .(2017) .*تفاسير* sur ,2022 ,05 04 le Consulté .تفاسير القرأن :
quran.ksu.edu.sa/tafseer/qortobi/sura30-aya54.html

مرسيلينا ,ح .(2014) .العلاقة بالزمن و الصحة النفسية .*دراسات و مقالات عربية*.*arabpsy*

مصراوي .(01 10 ,2019) .*في اليوم الدولي للمسنين 16%من سكان العالم اكبر من 65سنة صفحة علاقات* Consulté .
le 04 17, 2022, sur مصراوي :
http://www.masrawy.com/howa_w_hiya/relationship/details/2019/10/01

معتصم-ميموني ,ب & .,.ميموني ,م .(2010) .*سيكولوجية النمو في الطفولة و المراهقة* .الجزائر :ديوان المطبوعات الجامعية.

وابطب .(22 07 ,2021) .*الجيل الذهبي,علاج ضعف السمع لكبار السن* sur ,2022 ,20 04 le Consulté .واب طب.

وحيدة ,س .ح .(2014) .الشيخوخة المرضية و الناجحة -تناول خاص بالامراض و جودة الحياة لدى المسنين .-*دراسات نفسية* , pp. 119-144.

وهيبة ,د .(2020) .*تعلم اللغة في ضوء نظرية جان بياجي* .جامعة مولود معمري تيزي وزو :مذكرة تخرج ماستر تخصص ليسانيات تطبيقية .

ويكيبيديا .(17 03 ,2022) .*دراسة الشيخوخة* sur ,2022 ,14 04 le Consulté .ويكيبيديا :
ar.wikipedia.org/wiki/دراسة_الشيخوخة

ويكيبيديا .(14 04 ,2022) .*علم الاحياء الزمني* sur ,2022 ,19 04 le Consulté .ويكيبيديا :
ar.wikipedia.org/wiki/علم_الاحياء_الزمني

باللغة الاجنبية:

alzheimer's disease international. (s.d.). Consulté le 04 17, 2022, sur alzint.org/about-us/our-history/

Brahmi, E. (2019). le role et l'impact de la famille dans la prise en charge du sujet àgé atteint de démence. *these:doctorat en sciences en psychologie clinique*. oran, algerie: université oran 2 -faculté des sciences sociales.

cournoyer, j. (2022, 01 06). *BOUDDHISME(religion)*. Consulté le 04 04, 2022, sur memoire du quebec: memeoireduquebec.com/wiki/index.php?title=bouddhisme_%28religion%29

darveau-st-pierre, v., & laetitia, m. -l. (2021, 05 12). la vieillesse chez les anciens enjeux antiques,Débats d'actualité. *archives de philosophie*, pp. 5-11.

dejaeger, c., & cherin, p. (2011, 11 15). les théories du vieillissement. *médecine et longévité*, pp. 155-174.

docteurs, a. (2019, 03 18). *linfo sante en video comment votre mental peut il guerir votre sante cardiaque?* . Consulté le 12 03, 2021, sur allo docteures: https://www.allodocteurs.fr/maladies-coeur-comment-votre-mental-peut-il-guerir-votre-sante-cardiaque-26700.html

doukoure, d. (2013). veiillissement et longévité en milieu urbain dans le district d'abidjan(cas des personnes agees d'aobedience musulmane a partir de leur pratique). *unuversite felix houphouét bogney,abidjan* .

droit-volet, s., lorandi, f., & T.Coull, J. (2019, january 07). Explcit and implicit timing in aging . *Acta Psychologica*, pp. 180-189.

droi-volet, s. (2019). *la perception du temps par le cerveau.* montpellier : maison des sciences de l'homme.

Etienne , K. (1995). *Le temps.* roubaix: flammarion.

fraisse, p. (1967). *psychologie du temps.* paris: presses universitaires de france.

Grondin, S. (2020). *the perception of time -your questions Answered-.* New York: Routledge.

guiliaumin, j., & et autre. (2016). *le temps de lq vie" les dynamismes du vieillssement.* paris: la société fenixx;édition numerique.

guiliaumin, j., & helene, r. (2012). *le temps et la vie -les dynamismes du vieillissement.* france: sociéte feniXX forma ePub.

Héléne, A., Valérie, b., & stéphane , A. (2018). *psychogerontologie -5 leçons fondees sur des cas cliniques.* paris: DEBoeck Supérieur.

mimouni, b. m. (2013, 03 31). les personne agee en algerie et au maghreb enjeux de leur pris en charge. *insaniyat*, pp. 11-32.

minois, g. (1985). la vieillesse dans la littérature religieuse du haut moyen age. *pannales de bretagne et des pays de l'ouest, 92*(4), pp. 389-401.

morand, a.-f. (2018). "chimie" de la vieillesse.Explication galéniques de cet àge de la vie. *openEdition/journals (cahier des etudes anciennes)*, pp. 125-143.

MOUKOUTA, C. S. (2010). *Vieillissement et Migration en France -approches psychopathologique et interculturelle-.* paris: l'Harmattan.

natanson, m. (2011, 02 01). le temps de ...vieillir? *reveue imaginaire et inconscient /cairn*(N°28), pp. 129-139.

psychaanalyse. (2011). *la vieillesse,un concept philosophique?* Consulté le 04 04, 2022, sur psychaanalyse: psychaanalyse.com/pdf/LA%20VIEILLESSE%20CONCEPT%20PHILOSOPHIAUE%20(12%20-%2066%20Ko).pdf

stringfixer.com. (s.d.). *Gérontologie*. Consulté le 04 14, 2022, sur stringfixer.com: stringfixer.com/fr/gerontologie

sylvie, d.-v., & warren , H. (2007, 09 08). How emotions colour our perception of time. *scienceDirect*, pp. 504-513.