

الفئات العمرية:

تبدأ فترة الرشد بالانتهاء من الدراسة والدخول إلى ميدان العمل، وقد يحصل ذلك قبل سن الخامسة والعشرين ماعدا المهن التي تتطلب إعداداً طويلاً، وفي دراسات حديثة لعالم النفس الاجتماعي ليفنسون بين أن الفترة الممتدة من سن الخامسة والعشرين إلى سن الأربعين هي فترة تحقيق الحلم بالنسبة للكثيرين بعبارة أخرى أن المهمة الرئيسية للشخص في هذه المرحلة هي توجيه نشاطه في اتجاه تحقيق رؤيته لنفسه وأحلامه في أن يكون طبيباً أو صاحب عمل أو فناناً وكيفما كانت تلك الرؤية فإنه تصبح أساساً يحدد له اختياراته وقراراته الضرورية لنموه وتطوره، أما بالنسبة لنوجارتن فان الانتقال من المراهقة إلى النضج يحمل معه زيادة في النشاطات والخبرات وجوانب جديدة من الاستقلال والكفاءة في مرحلة النضج يصبح الراشد أكثر ثقة وأقل تردداً في التعبير عن مشاعره وأقل اعتماداً على الآخرين.

هذا إذا سار كل شيء على ما يرام، لكن لو سارت الأشياء على غير ما نطمح، ولم يتجسد الحلم يرى نيكسونان تحقيق الذات في هذه المرحلة يعتمد إلى حد بعيد على قدرتنا في تكوين علاقات حميمة دافئة بالآخرين، لذلك فإن الأزمة التي تميز هذه المرحلة هي أزمة الاتصال الوثيق في مقابل العزلة فالشاب القادر على حل الأزمة المميزة لهذه المرحلة هو الشخص القادر على أن يطور نفسه ويجعلها متفتحة حيال شخص آخر يستطيع أن يكون معه علاقة طيبة وثيقة دافئة وغالباً ما يكون الآخر شخصاً من الجنس المقابل ويؤدي الفشل في تكون علاقة وثيقة إلى الإحساس بالعزلة والانفصال وبالرغم من أن بعض الراشدين يستطيعون أن يحولوا إحساسهم بالعزل في هذه السن إلى أشياء إيجابية كالإنجازات الفردية في العمل أو الفن أو العلم أو الحياة الاجتماعية فان غالبية المنعزلين يتعرضون للكثير من المشكلات النفسية كالقلق والاكتئاب.

وتتضاءل في هذه المرحلة النزعة أو الرؤية الحاملة للحياة التي كانت تميز شخصية المراهقين وتصبح رؤيتهم للعالم أكثر واقعية، فيبدأ التخطيط لبناء حياة أسرية زوجية بكل ما يتطلبه ذلك من شحن للمهارات المختلفة للشخصية، وتحمل الرغبة في تحقيق النجاح في العمل دوراً مهماً في هذه المرحلة مع ذلك فان المتاعب الزوجية ونسبة الطلاق تزداد مما يشير إلى أن التوافق العام يرتبط بأشياء أخرى إلى جانب العلاقات الجنسية كالرغبة في تحقيق الاستقلال والفردية، لهذا تبين بعض الدراسات الحديثة أن عدد

المتزوجين ممن يذهبون إلى العيادات النفسية طلباً للنصح والإرشاد والعلاج في هذه السن يصل إلى ضعف عدد المتزوجين في الأعمار الأخرى.

المرحلة الثانية الراشدون المتوسطون والكبار (40-65):

يصور لنا الخيال الشعبي الدارج والموروث السائد الكهول والمسنين على أنهم معين الحمئة الذي لا ينضب إلا ان البحث يدل على أن الشباب في المرحلة المتوسطة من العمر (40-65) هم في الحقيقة أكثر حكمة وأجدر بتقديم المشورة والنصح، بمن فيهم المسنين يلجؤون إلى أشخاص في هذه المرحلة طلباً للرأي السديد وبحثاً عن البصيرة النافذة، وهناك بعض الأفكار الموروثة والسائدة الأخرى التي ترى أن المرحلة المتوسطة من الرشد أو منتصف العمر تتصف بدورها ببعض أزمات النمو إلا أنه لم يحدث اتفاقاً حتى الآن عما إذا كانت توجد على الإطلاق في الحياة الراشدة، ففيها تتبدد مشاعر الاعترا ب والعجز وتتلاشى تدريجياً نزعات العيب والانفصال وهي الظواهر البارزة والملاحظة في بعض مراحل المراهقة وفي مرحلة الرشد المبكرة، ومع ذلك فإن هناك تغيرات فسيولوجية تحدث في هذه المرحلة وتشكل بعض الأزمات بالنسبة لأفراد هذه السن فبالنسبة للمرأة ينقطع الحيض وبالتالي تتوقف عن الإنجاب، ويأتي عذا مصحوباً ببعض الأعراض الفسلجية والنفسية ومع ذلك فإن دراسة أمريكية بينت أن توقف الطمث لا يشكل أزمة حقيقية إلا عند حوالي 4% من النساء.

ويعتقد اريكسون أن أزمة النمو الرئيسية في هذا السن تتمثل في خاصيتين: الامتداد الاجتماعي والتفوق على النفس، فإن كان النضج سليماً في هذه المرحلة فإن الشخص يجد نفسه يتجاوز الامتداد البيولوجي الخاص كالتكاثر وحضانة الأطفال إلى الامتداد بمعناه النفسي والاجتماعي والذي يتمثل في الالتزام بقضية إنسانية عامة، تتجاوز الاحتياجات المباشرة للحاضر، وقد يحدث أن يأخذ النمو طريقاً عكسياً فيتفوق الشخص على احتياجاته الشخصية بالمعنى المادي المباشر.

ويحدث نمو آخر في الحكم الأخلاقي كما يراه كولبردج اذ تتطور الأحكام ذات المحتوى الشكلي إلى الأحكام القائمة على المبدأ الشخصي وصالح المجتمع ورفاهيته، ومن الناحية السلبية فإن المشكلات النفسية في هذه السن قد تتزايد خصوصاً فيما يتعلق بأعراض القلق فقد بينت الدراسة أن نسبة القلق في ما بين سن 55 و 64 سنة تتزايد فتصل ضعف نسبة القلق في الفترة ما بين سنة 25 و 34 سنة وتتضاعف أيضاً نسبة القلق بين النساء فتصل إلى ضعف مثيلاتها بين الذكور، ويبدو أن من أسباب

زيادة القلق في هذه السن الإحساس الزائد بالمسؤولية والاستقلال فضلاً عن الضغوط التي تتراكم على الأفراد فيما يتعلق بالعمل والأسرة والطموحات الشخصية والإحباطات الناجمة عن تحقيق الذات.

التعلم في سن الرشد:

بين الدراسات المستعرضة تدهور القدرة على التعلم مع التقدم في السن، ومن الدراسات الأولى التي تناولت هذا المجال دراسة ثورندايك التي انجزها عام 1928 تكشف هذه الدراسة أن القدرة على العلم تصل إلى القمة في عمر 22 سنة ثم تتراجع بنسبة 1% كل سنة حتى عمر الخمسين، أما اختبار وكسلر فيبين الشي نفسه، أي أن التعلم يصل إلى أقصاه حتى عمر 22 ثم يأخذ في التقهقر المتواصل، وهكذا فان الذكاء والقدرة على التعلم يتصاعدان حتى بداية مرحلة الرشد ثم يبدأ في التناقص.

ولكن بعض الدراسات الطولية تعطينا نظرة أكثر تفافلاً وقد قدم اونز إلى عينة من الرجال في سن الخمسين الاختبار الذي اجتازوه وهم في سن 18 سنة وكان ذلك من اجل دخول الجامعة وبعد سنوات كانت النتائج كالآتي: نتائج الأفراد في سن الخمسين كانت أفضل مما حصلوا عليه في سنة 18 سنة مع الاحتفاظ بالإنجاز نفسه مع تراجع بسيط في الرياضيات وقد أكدت هذه النتائج بعض الدراسات الطولية العائدة إلى سن الخمسين سنة.

ولكن يبقى أن الفروقات التي تمت ملاحظتها في الدراسات الطولية والمستعرضة ترجع إلى الاختلاف في الاختبارات المستخدمة بالإضافة إلى أن الاختبارات الطولية تتناول حقل المفاهيم ومن المعروف به أن السرعة تتناقص مع التقدم في السن ولكن ليس القوة الذهنية مما يعني أن الراشدين يتفوقون في الاختبارات التي تتطلب التفكير مهما يكن من امر فان الموضوع متعلق بأساليب تقييم قدرات الراشدين والمتقدمين في السن.

ويتميز الراشد في القدرة الاستمرارية والإنتاجية العالية وهذا ما أكدته الاختبارات النفسية وقد دلت هذه الاختبارات على:

1. القدرة على الأبداع في ميادين الآداب والفنون التي تبلغ ذروتها في سن الأربعين أو في سن الخامسة والأربعين من العمر، وفي الأعمار المتقدمة أيضا مثل رينوار بيكاسو وبياجيه.
2. الفروقات في الإنتاجية بين مجموعات العمل الصناعيين في شرائح الأعمار المختلفة غير ذي معنى.
3. في ميدان السياسة كما في ميدان الأعمال فان أكثر التفوق والنجاح نجدها عند ذوي السن المتقدمة.
4. ويبقى أن القدرة على اكتساب معلومات ومعارف جديدة تتناقص مع التقدم في السن، إذ أن من الطبيعي أن الذهني يكون قد استثمر إمكاناته في اكتساب معرف ومهارات فيصعب عليه التغير مثل ذهن الشاب.
5. الرشد عند النساء.