

قياس هشاشة اجتماعية موثوق للمسنين الأتراك: دراسة جديدة

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

مارس 10, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). قياس هشاشة اجتماعية موثوق للمسنين الأتراك: دراسة جديدة. عرب سايكولوجي. تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=119566>

تخيل أنك تزور جدتك أو جدك، ولاحظت أنهما أصبحا أقل اهتماماً باللقاءات الاجتماعية، ورفضاً دعوات الأصدقاء والعائلة بشكل متكرر. قد يكون هذا أكثر من مجرد انعزال مؤقت؛ قد يكون علامة على ما يُعرف بـ "الهشاشة الاجتماعية". هذا المفهوم، الذي يكتسب زخماً متزايداً في أبحاث الشيخوخة، يشير إلى انخفاض في القدرة على الحفاظ على العلاقات الاجتماعية والمشاركة فيها، وهو ما يمكن أن يؤثر بشكل كبير على الصحة العامة ورفاهية كبار السن.

منهجية البحث

قام باحثون بقيادة الأستاذة أتاباس (Atbas) بدراسة تهدف إلى تقييم مدى ملاءمة أداة قياس الهشاشة الاجتماعية، وهي "مؤشر ماكيزاكو للهشاشة الاجتماعية" (Makizako Social Frailty Index)، لكبار السن في تركيا. هذا المؤشر، الذي تم تطويره في الأصل في اليابان، يعتمد على خمسة أسئلة بسيطة تقيس جوانب مختلفة من التفاعل الاجتماعي، مثل عدد مرات الاتصال بالأصدقاء والعائلة، والمشاركة في الأنشطة الاجتماعية، والشعور بالوحدة.

شملت الدراسة عينة من كبار السن الأتراك، وتم جمع البيانات من خلال مقابلات شخصية. ركز الباحثون على التحقق من شيئين رئيسيين: الصدق (هل يقيس المؤشر بالفعل ما يفترض أن يقيسه، أي الهشاشة الاجتماعية؟) والثبات (هل يعطي المؤشر نتائج متسقة إذا تم استخدامه على نفس الشخص في أوقات مختلفة؟). لتقييم الصدق، قارن الباحثون نتائج المؤشر مع مقاييس أخرى ذات صلة بالصحة الاجتماعية والنفسية لكبار السن. أما لتقييم الثبات، فقد أعادوا تطبيق المؤشر على مجموعة فرعية من المشاركين بعد فترة زمنية قصيرة، وقارنوا النتائج.

النتائج

أظهرت نتائج الدراسة أن مؤشر ماكيزاكو للهشاشة الاجتماعية أداة موثوقة وصالحة لقياس الهشاشة الاجتماعية بين كبار السن الأتراك. لقد وجد الباحثون أن المؤشر يرتبط بشكل كبير بمقاييس أخرى للصحة الاجتماعية والنفسية، مما يشير إلى أنه يقيس بالفعل مفهوم الهشاشة الاجتماعية بشكل دقيق. على سبيل المثال، كان لدى كبار السن الذين حصلوا على درجات أعلى في المؤشر (مما يشير إلى هشاشة اجتماعية أكبر) مستويات أعلى من الاكتئاب والقلق، ومستويات أقل من الرضا عن الحياة.

بالإضافة إلى ذلك، أظهرت الدراسة أن المؤشر يتمتع بثبات عالٍ. وهذا يعني أن النتائج التي يحصل عليها الشخص باستخدام المؤشر من المرجح أن تكون متسقة إذا تم استخدامه مرة أخرى في وقت لاحق. هذه النتيجة مهمة لأنها تعني أن المؤشر يمكن استخدامه بثقة لتتبع التغيرات في الهشاشة الاجتماعية لدى الأفراد بمرور الوقت.

تداعيات

إن إثبات صلاحية وثبات مؤشر ماكيزاكو للهشاشة الاجتماعية لكبار السن الأتراك يمثل خطوة مهمة إلى الأمام في فهم ومعالجة هذه المشكلة المتنامية. الهشاشة الاجتماعية ليست مجرد نتيجة طبيعية للشيخوخة؛ بل هي عامل خطر رئيسي للإصابة بمجموعة متنوعة من المشاكل الصحية، بما في ذلك الأمراض المزمنة، والاكتئاب، وحتى الوفاة المبكرة.

يمكن استخدام هذا المؤشر من قبل الأطباء والعاملين في مجال الرعاية الصحية لتحديد كبار السن المعرضين لخطر الهشاشة الاجتماعية، وتقديم الدعم والموارد اللازمة لهم. قد يشمل ذلك برامج لتعزيز المشاركة الاجتماعية، وتوفير فرص للتواصل مع الآخرين، وتقديم المشورة والدعم النفسي.

علاوة على ذلك، يمكن أن يساعد هذا المؤشر في توجيه السياسات العامة التي تهدف إلى تحسين رفاهية كبار السن. من

خلال فهم العوامل التي تساهم في الهشاشة الاجتماعية، يمكن للحكومات والمجتمعات تطوير استراتيجيات فعالة لمعالجة هذه المشكلة وضمان حصول كبار السن على الدعم الذي يحتاجونه ليعيشوا حياة صحية ونشطة وذات مغزى. إن الاعتراف بأهمية الروابط الاجتماعية ودعمها ليس مجرد مسألة إنسانية، بل هو استثمار في صحة ومستقبل مجتمعاتنا.

Reference

Atbas C. (2025). *Detection of social frailty in older adults: validation and reliability of the Makizako Social Frailty Index for Turkish older adults, a cross-sectional study*. BMC Geriatrics, 26(1), 115-115

DOI: [10.1186/s12877-025-06810-y](https://doi.org/10.1186/s12877-025-06810-y)