

See discussions, stats, and author profiles for this publication at: <https://www.researchgate.net/publication/344688630>

الإتجاهات النظرية المفسرة لجودة الحياة

Article · October 2020

CITATIONS
0

READS
651

1 author:



Fatiha Benketila

Université Kasdi Merbah Ouargla

12 PUBLICATIONS 0 CITATIONS

SEE PROFILE

الاتجاهات النظرية المفسرة لجودة الحياة.

د. سامية ابراهيمي_ أ. فتيحة بن كتيبة(جامعة المسيلة_جامعة ورقلة)

ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى تحديد مفهوم جودة الحياة وأهم الاتجاهات النظرية المفسرة لها حيث تعددت الاتجاهات النظرية وفسرت جودة الحياة انطلاقاً من مفاهيمها وخلفياتها. وقد تم التوصل إلى أن مفهوم جودة الحياة من المفاهيم الهامة في حياة الأفراد والمجتمعات، كونها تساهم في تعزيز السعادة الشخصية للإنسان في جميع المجالات، وأن التعرف على أهم الاتجاهات النظرية المفسرة لجودة الحياة يعتبر ضرورة ملحة مع مراعاة النظرة التكاملية لكل هذه الاتجاهات. الكلمات المفتاحية: جودة الحياة ، الاتجاهات النظرية.

مقدمة

يعتبر مصطلح جودة الحياة من المصطلحات الحديثة والمهمة حيث ظهر بظهور علم النفس الإيجابي ولاقى اهتماماً واسعاً في مجالات حياتية مختلفة، و"زاد اهتمام الباحثين بمفهوم جودة الحياة منذ بداية النصف الثاني للقرن العشرين كمفهوم مرتبط بعلم النفس الإيجابي والذي جاء استجابة إلى أهمية النظرة الإيجابية إلى حياة الأفراد كبديل للتركيز الكبير الذي أولاه علماء النفس للجوانب السلبية من حياة الأفراد، وقد تعددت قضايا البحث في هذا الإطار، فشملت الخبرات الذاتية والعادات والسمات الإيجابية للشخصية، وكل ما يؤدي إلى تحسين جودة الحياة، وقد أكدت دراسات القرن الماضي أن الجانب الإيجابي في شخصية الإنسان هو أكثر بروزاً من الجانب السلبي، وأن هذين الجانبين لا يمثلان بالضرورة اتجاهين متعاكسين، وإنما يتحرك السلوك الإنساني بينهما طبقاً لعوامل كثيرة مرتبطة بهذا السلوك (جبر، 2005)". نقلاً عن (نعيسة، 2012، ص.150).

ويشير (Fernández- Ballesteros) إلى أن مصطلح جودة الحياة يعتبر مصطلحاً أساسياً في علوم عدة منها: علم البيئة والصحة والطب النفسي، والاقتصاد والسياسة والجغرافيا، وعلم النفس وعلم الاجتماع والإدارة وغيرها. وعلى مدار العقدين الماضيين تم استخدام مفهوم جودة الحياة وتطبيقه بشكل متزايد واتسع ليتجاوب مع برامج دعم الأفراد والجماعات وخدمات التقويم الخاص بالسياسة الاجتماعية إذ يعكس هذا الاستخدام والاهتمام جزء من النظرة الواسعة التي تعتبر أن جودة الحياة هي نتيجة ملائمة للتعليم والصحة وبرامج التأهيل والخدمة الاجتماعية. (عراقي، ورمضان، 2005، ص.468).

ويعتبر علم النفس من بين العلوم التي اهتمت بمفهوم جودة الحياة. وقد تبنى هذا المفهوم في مختلف التخصصات النفسية سواء كانت نظرية أم تطبيقية.

ويرى العارف بالله الغندور (1999: 28-29) أن علم النفس له السبق في فهم وتحديد المتغيرات المؤثرة في جودة حياة الإنسان.. وقد يرجع ذلك لكون جودة الحياة عبارة عن الإدراك الذاتي لنوعية الحياة، حتى أن تقييم الفرد للمؤشرات الموضوعية في حياته كالدخل والعمل والتعليم، يمثل في إحدى مستوياته انعكاساً مباشراً لإدراك هذا الفرد لجودة الحياة في وجود هذه المتغيرات على هذا المستوى والذي يتوقف بدرجة ما على مدى أهمية كل متغير من هذه المتغيرات بالنسبة لهذا الفرد وذلك في وقت محدد وفي ظل ظروف معينة، وتظهر ذلك بوضوح في مستوى السعادة أو الشقاء الذي يكون عليه والذي يؤثر بدوره في تعاملات هذا

الإنسان مع كافة المتغيرات الأخرى التي تدخل في نطاق تفاعلاته بما في ذلك أسلوبه في حل المشكلات ومواجهة المواقف الضاغطة. (جميل، وعبد الوهاب، 2012، ص.69).

والحق أن مفهوم جودة الحياة مجال من مجالات علم النفس، ولعلم النفس دوره المهم في دراسة السلوك الإنساني وتنميته وتحسينه، والسلوك الإنساني هو الذي يسهم في تحقيق أو عدم تحقيق جودة البيئة المحيطة بالإنسان والخدمات التي تقدم له، أي أن جودة السلوك الإنساني تسهم بدرجة كبيرة في تحقيق جودة الحياة Quality Of Life، والجودة هنا يقصد بها درجة الدقة والاتقان (محرم 1994). نقلا عن (نعيسة، 2012، ص.151).

ولقد اهتم الكثير من علماء النفس بدراسة الخبرات الذاتية الإيجابية والسمات الشخصية والعادات الإيجابية لأنها تؤدي إلى جودة الحياة وتجعل للحياة قيمة، وتحول دون الأعراض المرضية التي تنشأ عندما لا يكون للحياة معنى. (seligman & Csikszentmihalyi, 2000, p.5)

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى تحقيق الأهداف التالية:

التعريف بجودة الحياة.

التعرف على أهم الاتجاهات النظرية المفسرة لجودة الحياة.

أهمية الدراسة:

تكتسب هذه الدراسة أهميتها من أهمية مفهوم جودة الحياة وتأثيره على مختلف الجوانب النفسية، حيث يعد مفهوم جودة الحياة من المفاهيم الحديثة ذات الأولوية التي تلاقي اهتماما متزايدا سواء على المستوى النظري أو التطبيقي، مما جعل العلماء والباحثون يسمون هذا العصر بعصر الجودة. وما شغل بالهم هو صعوبة تحديد مفهوم جودة الحياة نظرا لتعدد أبعاده وتداخله وارتباطه بجوانب كثيرة من الحياة واستخدامه في العديد من العلوم.

وسنحاول في هذه الدراسة تسليط الضوء على مفهوم جودة الحياة ولفت الانتباه إلى أهم الاتجاهات النظرية المفسرة لها، وإثراء البحث في هذا المجال خصوصا في البيئة العربية التي مازالت فيها الدراسات قليلة مقارنة بالبيئة الأجنبية في حدود علم الباحثان.

3. لمحة تاريخية عن ظهور مفهوم جودة الحياة:

من بين المصادر الأولى والمبكرة التي تعرضت إلى تعريف جودة الحياة كتاب الأخلاق لأرسطو (384-322 ق.م) حيث قال: إن كلا من العامة وأصحاب الطبقة العليا يدركون الحياة الجيدة بطريقة واحدة وهي أن يكونوا سعداء. ولكن مكونات السعادة محل خلاف... إذ يقول بعض الناس شيئا ما في حين يقول آخرون غيره، ومن الشائع كذلك أن الرجل نفسه يقول أشياء مختلفة في أوقات مختلفة، فعندما يقع فريسة للمرض فإنه يعتقد أن السعادة هي الصحة، وعندما يكون فقيرا يرى السعادة في الغنى... ويرى أرسطو أن الحياة الطيبة أو الرفاهية Well-being تعني حالة شعورية ونوعا خاصا من النشاط. وكل ذلك هو بالتأكيد جودة الحياة. (Fayers & Machin, 2007, p. 5).

ومن هنا نجد أن مفهوم جودة الحياة مفهوم قديم ظهر عند الفلاسفة بمفهوم السعادة في الحياة، ويعتقد الفرد أن السعادة تكمن في الشيء الذي ينقصه أو يفترقه فالفقير يرى سعادته في المال، والمريض يرى سعادته في الشفاء، وهكذا وكل هذه الحالات ما هي إلا تعبيراً حديثاً عن جودة الحياة والرضا بها.

"وأصبحت نوعية الحياة من الأولويات لدى المجتمعات الغربية بعد الحرب العالمية الثانية وأدخل المفهوم إلى معجم المفردات، واستخدم للتعبير عن الحياة الهائثة والتي تتشكل من عدة مكونات منها العمل والمسكن والبيئة والصحة". (مسعودي، 2015، ص. 204)

أصبحت بهذا لجودة الحياة أهمية فلسفية وعملية، تظهر كمثالية وشرط إجرائي في الوثائق والسياسات المحلية، وجودة الحياة بطبيعتها معقدة، لوجهات النظر المتناقضة في طرحها، هذا التعقيد يتزايد عندما نبحت ونريد تطبيق المفهوم على الذين عانوا أو يعانون من أمراض عقلية، وهذا لأن المفهوم ذاته يتعلق بالارتياح النفسي، وبذلك أي شيء يخل بهذا الارتياح، يؤثر على جودة الحياة، وهذا بطبيعة الحال يشمل أعراض الاضطراب النفسي بحد ذاته.

وكان مفهومها نموذجياً صريحاً استخدم أكثر فأكثر في قياس جودة الرعاية، استخدم لأول مرة في الولايات المتحدة الأمريكية، وكان الرئيس ليندون جنسون أول من أطلقه سياسياً في خطاب رئاسي للمجتمع في عام 1964م. (كريمة، 2014، ص. 23).

وقد ازداد اهتمام الباحثين بمفهوم جودة الحياة منذ بداية النصف الثاني للقرن العشرين، ففي دراسة استكشافية باتباع المنهج التاريخي لكل من (بيشوب وشين وميلر : Bishop & Chapin & Miler) سنة 2008 اعتمدوا فيها على الاطلاع على الأبحاث المنشورة في موضوع جودة الحياة خلال 25 سنة سابقة توصلوا إلى أن هناك:

20 بحثاً في الفترة الممتدة من 1980-1990

158 بحثاً في الفترة الممتدة من 1990-1995

360 بحثاً في الفترة الممتدة من 1990-2000 وهي الفترة التي تضاعفت فيه الأعمال.

628 بحثاً خلال خمس سنوات بعد ذلك أي في الفترة من 2000-2005 (مشري، 2014، ص. 223).

ومن خلال ما سبق نجد أن مفهوم جودة الحياة صار ضرورة ملحة ومطلب أساسي في حياتنا المعاصرة لما تعانينا من تعقيدات ومشكلات والتي تتطلب من الفرد أن يعيش فيها بجودة حياتية شاعراً بالرضا والسعادة كما نلاحظ زيادة الاهتمام بدراسة الجودة لما لها من أهمية حياتية.

4. مفهوم جودة الحياة:

تشير أدبيات البحث إلى صعوبة تحديد تعريف محدد لجودة الحياة فهو لا يزال غير واضح رغم شيوع استخدامه، " وطبقاً للأشول (2005) تكمن أسباب الصعوبة إلى الأسباب التالية:

حدائثة المفهوم على مستوى التناول العلمي.

تطرق هذا المفهوم للاستخدام في العديد من العلوم، حيث يستخدم أحياناً للتعبير عن الرقي في مستوى الخدمات المادية والاجتماعية التي تقدم لأفراد المجتمع، كما يستخدم للتعبير عن إدراك الأفراد لمدى قدرة هذه الخدمات على إشباع حاجاتهم.

لا يرتبط هذا المفهوم بمجال محدد من مجالات الحياة، أو بفرع من فروع العلم، غنما هو مفهوم موزع بين الباحثين والعلماء على اختلاف تخصصاتهم، والملفت للنظر أن أصحاب كل تخصص يرون أنهم الأحق باستخدامه سواء كان تخصصهم علم الاجتماع أو الطب بفروعه المختلفة، أو العلوم البيئية أو الاقتصادية. (كاظم، والبهادي، 2006، ص. 69).

حسب قاموس أكسفورد: الجودة تعني الدرجة العالية من النوعية أو القيمة، فالجودة عبارة عن مجموعة من المعايير الخاصة بالأداء الممتاز والتي لا تقبل المناقشة أو الجدل، ويشير هذا إلى أن الأفراد يتعلمون من خلال خبراتهم أن يميزوا بين الجودة العالية والجودة المنخفضة عن طريق استخدام مجموعة من المعايير التي تميز بين النوعين من الجودة. (مشري، 2014، ص. 224).

"وعرفها معهد الإدارة: التميز في تقديم الخدمات المطلوبة منه بفعالية بحيث تكون خالية من الأخطاء والعيوب، وبأقل تكلفة وترقى لمستوى توقعات ورغبات المنتفعين وتحقق رضاهم التام حاضرا ومستقبلا وذلك من خلال التحسين والتطوير المستمر والالتزام بمتطلبات ومعايير الأداء، وأداء العمل الصحيح بشكل سليم من المرة الأولى وكل مرة. (المطوع، 1999: 423-424)". نقلا عن (الهمص، 2010، ص. 42).

من خلال هذا التعريف نجد أن جودة الحياة تعني الخلو من العيوب والأخطاء أثناء تقديم الخدمات، وأي أداء أو عمل يقدم بشكل سليم وصحيح دائما.

ويعرف (Frank, 2000, p. 24) جودة الحياة بأنها حسن إمكانية توظيف إمكانيات الإنسان العقلية والإبداعية وإثراء وجدانه ليتسامى بعواطفه ومشاعره وقيمه الإنسانية. وتكون المحصلة هي جودة الحياة وجودة المجتمع ويتم هذا من خلال الأسرة والمدرسة والجامعة وبيئة العمل من خلال التركيز على ثلاثة محاور هامة هي التعليم والتثقيف والتدريب. (الهمص، 2010، ص. 42).

وهذا التعريف يوضح لنا أن جودة الحياة هي حسن توظيف إمكانيات الإنسان العقلية والإبداعية، ليتسامى بعواطفه ومشاعره ويتم ذلك من خلال مؤسسات التنشئة الاجتماعية المختلفة.

أما منسي وكاظم فيعرفان جودة الحياة بأنها: "مدى شعور الفرد بالرضا والسعادة وقدرته على إشباع حاجاته من خلال نوعية البيئة التي يعيش فيها، والخدمات التي تقدم له في المجالات الصحية والاجتماعية والنفسية مع حسن إدارته للوقت والاستفادة منه". (منسي، وكاظم، 2010، ص. 45).

وتعرف منظمة الصحة العالمية (WHO, 1999) جودة الحياة بأنها انطباق الفرد تجاه حياته وضمن النسق والمعايير الثقافية في مجتمعه ومستوى العلاقة بين تحقيق أهدافه وتوقعاته وفق مفاهيم معيارية محددة لديه ومن وجهة نظر أخرى هي عملية الدمج والتكامل بين جوانب صحة الفرد الفسيولوجية والنفسية ومستوى عدم الاعتمادية Independency والعلاقات الاجتماعية، وعلاقة ذلك بما يبرز في المستقبل من أحداث بيئية. (الهمص، 2010، ص. 42).

ويعرفها الكرخي: "شعور الفرد بالرضا والسعادة وبالقدرة على إشباع الحاجات في أبعاد الحياة الذاتية والموضوعية والتي تشمل (النمو الشخصي، والسعادة البدنية والمادية، والاندماج الاجتماعي، والحقوق البشرية) الكرخي، 2011، ص. 24" نقلا عن (مبارك، 2011، ص. 720).

وعرفها فرانك بأنها: إدراك الفرد للعديد من الخيارات، وبالمفهوم الواسع شعور الفرد بالرضا مع وجود الضروريات في الحياة مثل الغذاء والمسكن وما يصاحب هذا الإحساس من شعور بالإنجاز والسعادة، وجودة الحياة بالمفهوم الضيق خلو الجسم من العاهات الجسمية". (كريمة، 2014، ص.27).

ويعرفها حبيب بأنها: درجة إحساس الفرد بالتحسن المستمر لجوانب شخصيته عن النواحي النفسية، المعرفية، الإبداعية، الثقافية، الرياضية، الشخصية، الجسمية، والتنسيق بينها، مع تهيئة المناخ المزاجي والانفعالي المناسبين للعمل والانجاز والتعليم المتصل للعادات والمهارات والاتجاهات. وكذلك تعلم حل المشكلات وأساليب التوافق والتكيف، وتبني منظور التحسن المستمر للأداء كأسلوب حياة، وتلبية الفرد لاحتياجاته ورغباته بالقدر المتوازن، واستمرارية في توليد الأفكار والاهتمام بالإبداع والابتكار والتعلم التعاوني بما ينمي مهاراته النفسية والاجتماعية. (حبيب، 2006، ص.84).

"وقد اعتمدت منظمة اليونسكو تعريفا شاملا لمفهوم جودة الحياة والذي يتمثل في أنه: "كل جوانب الحياة كما يدركها الأفراد، وهو يتسع ليشمل إشباع الحاجات الأساسية التي تحقق التوافق النفسي للفرد." (عبد المعطي، 2005، ص 17)" نقلا عن (المشهداني، والفزاري، 2006، ص 332).

"وبهذا المنظور فإن جودة الحياة هي المدخل للاهتمام بالتنمية الإنسانية مع الاهتمام المتزايد بالنمو السليم المتكامل لجميع الجوانب النفسية والعقلية والاجتماعية والثقافية والرياضية والدينية والجسمية وذلك من خلال عمليات التعلم المتصل والمستمر للعادات والمهارات والاتجاهات. وكذلك تعلم حل المشكلات وتعلم أساليب التوافق والتكيف". (حبيب، 2006، ص.81).

من خلال التعريفات السابقة نجد أنه لا يوجد تعريف موحد لمصطلح جودة الحياة لكنها اتفقت نوعا ما على أن جودة الحياة هي شعور الفرد بالرضا وإشباع حاجاته والرضا عن الحياة والحياة العاطفية الإيجابية إلى جانب الصحة الجسمية وإحساسه بمعنى السعادة وصولا إلى أن يعيش الفرد حياة متوافقة بين جوهره والقيم السائدة في المجتمع.

5. الاتجاهات النظرية المستخدمة في تفسير جودة الحياة:

توجد أربع اتجاهات رئيسة في تفسير جودة الحياة وهي:

الاتجاه الفلسفي

الاتجاه النفسي

الاتجاه الاجتماعي

الاتجاه الطبي

1.5. الاتجاه الفلسفي:

يؤكد هذا الاتجاه على أن جودة الحياة حق متكافئ في الحياة والازدهار وهناك الكثير من المواطنين التي تتطلب الجودة حتى يصل الإنسان إلى جودة الحياة، فمفهوم جودة الحياة حسب المنظور الفلسفي جاء من أجل وضع مفاهيم السعادة ضمن الثلاثية البرجماتية المشهورة والمتمثلة في أن الفكرة لا يمكن أن تتحول إلى اعتقاد إلا إذا أثبتت نجاحها على المستوى العملي، أو القيمة الفورية وليست المرجأة (النفعية) والمستوى العملي أقرب إلى مفهوم السعادة والرفاهية الشخصية منه إلى أي مفهوم آخر، وهذا المفهوم لب اهتمام

الفلاسفة خلال قرون، كأرسطو، سقراط، وابيقور، الذين ركزوا على مفهوم السعادة الذي كان الموضوع الرئيس لاهتماماتهم عبر تساؤلات عديدة. ما هو؟ هل يمكن الوصول إليه؟ وكيف؟ وينظر إلى جودة الحياة من منظور فلسفي آخر على أن هذه السعادة المأمولة لا يمكن للإنسان الحصول عليها إلا إذا حرر نفسه من أسر الواقع، وحلق في فضاء مثالية تدفع بالإنسان إلى التسامي على ذلك الواقع الخائق، وترك العنان للحظات من خيال إبداعي وبالتالي فجودة الحياة من هذا المنظور مفارقة للواقع تلمسا لسعادة متخيلة حاملة يعيش فيها الإنسان حالة من التجاهل التام لآلام ومصاعب الحياة والذوبان في صفاء روحي مفارق لكل قيمة مادية. (بوعيشة، 2014، ص. 79)

ونلاحظ من خلال هذا الاتجاه في تفسير جودة الحياة أنه ركز على مفهوم السعادة في الحياة والرضا، ولا يمكن الحصول على السعادة في الحياة إلا إذا تحرر الإنسان نفسه من أسر الواقع وحلق في فضاء المثاليات مما يدفعه إلى التسامي على الواقع الخائق، وترك العنان لخيالاته.

الاتجاه النفسي:

إن الحياة بالنسبة للإنسان هي ما يدركه منها حتى أن تقييم الفرد للمؤشرات الموضوعية في حياته كالدخل، السكن، العمل، التعليم يمثل انعكاسا مباشرا لإدراك الفرد لجودة الحياة في وجود هذه المتغيرات بالنسبة لهذا الفرد وذلك في وقت محدد وفي ظل ظروف معينة ويظهر ذلك في مستوى السعادة والشقاء الذي يكون عليه ويرتبط بمفهوم جودة الحياة العديد من المفاهيم النفسية منها: القيم، الإدراك الذاتي، الحاجات، مفهوم الاتجاهات، مفهوم الطموح، مفهوم التوقع إضافة إلى مفهوم الرضا، التوافق، الصحة النفسية، ويرى البعض أن جوهر جودة الحياة يكمن في إشباع الحاجات كمكون أساسي لجودة الحياة، وذلك وفقا لمبدأ إشباع الحاجات في نظرية أبرهام ماسلو. (الهمص، 2010، ص. 43).

وبالتالي فالأساس لجودة الحياة يتضح في العلاقة الانفعالية القوية بين الفرد وبيئته وهذه العلاقة تتوسطها مشاعر وأحاسيس الفرد ومدركاته فالإدراك ومعه بقية المؤشرات النفسية مثل المدركات التي تظهر من خلالها جودة الحياة الفرد كما ينظر إلى مفهوم جودة الحياة وفقا للمنظور النفسي على أنه البناء الكلي الشامل الذي يتكون من المتغيرات المتنوعة التي تهدف إلى إشباع الحاجات الأساسية للأفراد الذين يعيشون في نطاق الحياة وجودة الحياة يتطلب إلى استماع الأشياء بالشكل تراكمي أن يفهم الإنسان ذاته وقدراته وإمكانيات وتوافق ميوله وقدراته مع اختياراته بما يمكنه من الصحة النفسية والتوافق النفسي وكدالة لمواجهة الضغوط النفسية. وحسب المنحى النفسي هو درجة إحساس الفرد بالتحسن المستمر لجوانب خصبة في النواحي النفسية مع تهيئة المناخ المزاجي والانفعالي المناسبين للعمل والانجاز والتعلم المتصل بالعادات والمهارات والاتجاهات وكذلك تعلم حل المشكلات وأساليب التوافق والتكيف وتبني منظور التحسن. (شاهر خالد سليمان، العدد 117: 126) "نقلا عن (شيخي، 2014، ص. 83).

الاتجاه الاجتماعي:

الاهتمام بدراسات جودة الحياة قد بدأت منذ فترة طويلة وقد ركزت على المؤشرات الموضوعية في الحياة مثل معدلات المواليد، معدل الوفيات، معدل ضحايا المرض، نوعية السكن، المستويات التعليمية لأفراد المجتمع، إضافة إلى مستوى الدخل، وهذه المؤشرات تختلف من مجتمع إلى آخر، وترتبط جودة الحياة بطبيعة العمل الذي يقوم به الفرد وما يجنيه من عائد مادي من وراء عمله ومكانته المهنية وتأثيره على الحياة ويرى العديد

من الباحثين أن علاقة الفرد مع الزملاء تعد من العوامل الفعالة في تحقيق جودة الحياة فهي تؤثر بدرجة ملحوظة على رضا أو عدم رضا الفرد عن عمله (مسعودي، 2015، ص.206).

الاتجاه الطي:

ويهدف هذا الاتجاه إلى تحسين جودة الحياة للأفراد الذين يعانون من أمراض جسدية مختلفة أو نفسية أو عقلية وذلك عن طريق البرامج الإرشادية والعلاجية التي تتعلق بالوضع الصحي وفي تطوير الصحة (محمدي، وبوعيشة، 2013، ص.7)

فقد زاد اهتمام أطباء ومتخصصين في الشؤون الاجتماعية والباحثين في العلوم الاجتماعية لتعزيز ورفع جودة الحياة لدى المرضى من خلال توفير الدعم النفسي والسيكولوجي لهم.

عدد أبحاث جودة الحياة التابعة لقسم الصحة بجامعة "تورينتو" بكندا تقول إن الهدف النهائي من دراسة جودة الحياة وتطبيق ذلك على حياة الناس تعيش حياة ذات جودة حياة لها معنى ويتم الاستمتاع بها. (شيخي، 2014، ص.83).

خاتمة

مما سبق يتضح أن جودة الحياة من المفاهيم المهمة، والتي ينبغي الاهتمام بها ودراستها والتعمق في ذلك، لكونها قاعدة أساسية في تفادي الكثير من المشكلات التي قد تعترض حياة الفرد.

وجودة الحياة تساهم في نشر الفضائل الإنسانية الإيجابية وتعزيز السعادة الشخصية للإنسان في ممارساته وأنشطته وشؤون حياته اليومية، لتحسين صحة الفرد النفسية والجسدية مما يجعله فردا منتجا فعالا في مجتمعه وهذه أسعى غاية. ولا ينبغي الاكتفاء بالدراسات النظرية فقط بل يجب توفير برامج للرفع من جودة الحياة وتحسينها وتطويرها.

وعلى الرغم من وجود وجهات نظر مختلفة بين الباحثين على مفهوم جودة الحياة وتفسيرها إلا أنهم اتفقوا جميعا على أن جودة الحياة في مجملها تؤكد على ضرورة تحقيق السعادة والرضا في مختلف النواحي الحياتية التي تخص الفرد وصلته بنفسه والمحيطين به، من أجل تحقيق الصحة النفسية ولا يمكن عزل كل اتجاه عن الآخر فهم يمثلون النوع المتكامل لا انفصال بينهم.

قائمة المراجع:

1. بحرة، كريمة، (2014)، جودة حياة التلميذ وعلاقتها بالتحصيل الدراسي، مذكرة ماجستير تخصص التنمية البشرية وفعالية الأداءات، كلية العلوم الاجتماعية، وهران، الجزائر.
2. بوعيشة، أمال، (2014)، جودة الحياة وعلاقتها بالهوية النفسية لدى ضحايا الإرهاب بالجزائر، رسالة لنيل شهادة دكتوراه علوم في علم النفس، جامعة الجزائر.
3. جميل، سمية طه وعبد الوهاب، داليا خيري، (2012)، جودة الحياة في ضوء بعض الذكاءات المتعددة لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية من تخصصات مختلفة، دراسات عربية في التربية وعلم النفس، ASEP، العدد 22، الجزء الأول.
4. حبيب، مجدي عبد الكريم، (2006)، فعالية استخدام تقنيات المعلومات في تحقيق أبعاد جودة الحياة لدى عينات من الطلاب العمانيين، وقائع ندوة علم النفس وجودة الحياة، جامعة السلطان قابوس- مسقط، 17-19 ديسمبر.

5. شبيخي، مريم، (2014)، طبيعة العمل وعلاقتها بجودة الحياة، دراسة ميدانية في ظل بعض المتغيرات، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير، جامعة تلمسان، الجزائر.
6. عراقى، صلاح الدين ورمضان، مصطفى علي، (2005)، فعالية برنامج إرشادي لتحسين جودة الحياة لدى الطلاب المكتئبين، مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، المجلد الثاني، العدد 34.
7. كاظم، علي مهدي والبهادلي، عبد الخالق نجم، (2006)، جودة الحياة لدى طلبة الجامعة العمانيين والليبيين، دراسة ثقافية مقارنة، The Scientific Journal Of Arab Open Academy In Denmark، مجلة علمية محكمة نصف سنوية، العدد 3.
8. مبارك، بشرى عناد، (2011)، جودة الحياة وعلاقتها بالسلوك الاجتماعي لدى النساء المتأخرات عن الزواج، مجلة كلية الآداب العدد 99.
9. محمدي، فوزية وبوعيشة، أمال، (2013)، معوقات جودة الحياة الأسرية، الملتقى الوطني الثاني حول الاتصال وجودة الحياة في الأسرة، 09 و10 أبريل، جامعة قاصدي مرياح- ورقلة
10. مسعودي، امحمد، (2015)، بحوث جودة الحياة في العالم العربي، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية العدد 20، جامعة وهران، الجزائر.
11. مشري، سلاف، (2014)، جودة الحياة من منظور علم النفس الإيجابي، دراسة تحليلية، مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية، جامعة الوادي، العدد 8.
12. المشهداني، سكرين إبراهيم والقراري، منال بنت خصيب، (2006)، جودة الخدمات الإرشادية المقدمة في مركز الإرشاد الطلابي بجامعة السلطان قابوس كما يراها الطلبة المتوقع تخرجهم، وقائع ندوة علم النفس وجودة الحياة، مسقط 17-19 ديسمبر.
13. منسي، محمود عبد الحليم وكاظم، علي مهدي، (2010)، تطوير وتقنين مقياس جودة الحياة لدى طلبة الجامعة في سلطنة عمان، مجلة أماراباك، المجلد الأول، العدد الأول.
14. نعيصة، رغداء علي، (2012)، جودة الحياة لدى طلبة جامعتي دمشق وتشرين، مجلة جامعة دمشق، المجلد 28، العدد الأول.
15. الهمص، صالح إسماعيل عبد الله، (2010)، قلق الولادة لدى الأمهات في المحافظة الجنوبية لقطاع غزة وعلاقته بجودة الحياة، رسالة مقدمة لقسم علم النفس بكلية التربية بالجامعة الإسلامية كمتطلب تكميلي لنيل درجة الماجستير، علم النفس، غزة.

المراجع الأجنبية:

- 1- Fayers, P, & Machin, D, (2007), Quality Of Life : The Assesment, Analysis& Interpretation Of Patient-repoted, Outcomes, Chichester, West Sussex, England: john, Wiley& Son.
- 2- Seligman, M, E, P,& Csikszentmihalyi, M.(2000), Positive Psychology An Introdnution American Psychologist,55,5-14.