مجلة آفاق علمية ISSN: 1112-9336
المجلد: 18 العدد: 02 السنة 2026 ص 35 - 53

تاريخ الإرسال: 2025/10/14 تاريخ القبول: 2025/11/25
تاريخ النشر: 2026/11/16

جودة الحياة: المفهوم، المجالات، الأبعاد -دراسة تحليلية-

Quality of Life: Concept, Domains, Dimensions -Analytical Study-

احمد اينشكوط[1]، فاطمة نفيدسة[2]
جامعة تامنغست (الجزائر)، [1]inchacoutahmed@univ-tam.dz
جامعة تامنغست (الجزائر)، [2]dr.nfidsa.fatima@gmail.com
مخبر الموروث العلمي والثقافي لمنطقة تامنغست

الملخص:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على جودة الحياة، بمراجعة كَمٍّ من الدراسات التي تضمنتها، بُغيَةَ التعمُّقِ أكثرَ في مفهومها ومجالاتها، وأبعادها، ومؤشراتها، وإلقاء الضوء على بعضٍ من التوجهات النظرية المفسرة لها، في محاولة لتفكيك تلك العناصر وتحليلها.

وقد استنتجنا من ذلك أنه لا يوجد تعريف واحد متفق عليه لجودة الحياة، فهي تُعَرَّفُ بحسب السياق الذي تستخدم فيه، ويؤخذ في الغالب بالتعريف الشامل الذي قدمته منظمة الصحة العالمية، وعلى اختلاف المجالات والدراسات فيها، خاصة النفسية منها والطبية، لاشتماله على الأبعاد الموضوعية والذاتية معاً. وتوصلنا إلى أن مجالاتها متعددةٌ متفرعة، تتمثل بحسب المؤشرات المراد قياسها، إلّا أنّ الكثير من الأدبيات والنظريات تقاربت في تحديدها بين مُوَسِّعٍ لها ومُضَيِّق.

الكلمات المفتاحية: جودة الحياة، مجالات جودة الحياة، أبعاد جودة الحياة، علم النفس الإيجابي.

Abstract:

This study aims to identify the quality of life and discuss a number of the literature that included it, In order to delve more deeply into its concept and dimensions, And shed light on some of the theories explaining it, And trying to deconstruct and analyze these elements.

We concluded from this that there is no single agreed upon definition of quality of life, she is defined according to the context in which she is used, Mostly, the comprehensive definition provided by the World Health Organization is taken into account, Despite the different fields and studies, especially psychological and medical ones, Because it includes both objective and subjective dimensions. We concluded that its fields and dimensions are multiple and diverse, she is formed according to the indicator to be measured, However, much of the literature and theories have converged in identified it between broadening and narrowing it.

Keywords: Quality of Life, Dimensions of Quality of Life, Domains of Quality of Life, Positive Psychology.

المؤلف المرسل: احمد اينشكوط، INCHACOUTAHMED@UNIV-TAM.DZ

مقدمة:

يفكر الأفراد بما يشكل لهم حياة الرفاهية، أو الحياة الجيدة على الأقل. وتعتبر جودة الحياة هدفاً رئيسياً وشاملاً بالنسبة لهم، يتمثل في جوانب متعددة، كالنّفسية، والاجتماعيَة، والاقتصاديّة، والوظيفيّة، وعديد الجوانب الأخرى. فهي تركز على القضايا الحياتية، وطرق التعامل معها بما يعزز تلك الجوانب. أي أن تحسن الظروف المعيشية والصحية من عدمه إنما يكون بمقدار التطور فيها وتعزيزها. ولا يمكن الحكم على ذلك إلّا بفهم وقياس المؤشرات الموضوعيّة والذاتية المتنوعةِ في

مختلف التخصصات، وبمختلف المقاييس، وكذا بتكييف استطلاعات الرفاهية الذاتية مع الغايات المرجوِّ بلوغها.

وقد تم استخدام مصطلح جودة الحياة في كثيرٍ من التخصصات، على رأسها الفلسفية والنفسية والطبية بشكل ملحوظ منذ العقود الخمس الأخيرة. كلٌّ يحددها بحسب تخصصه ونظرته. وبالرّغمِ منْ أنّ مصطلح الجودَة يُطْلق أساساً على الجَوانب المادّية والتكنولوجية، لكن يمكن توظيفه للدلالة على بناء الإنسان ووظيفته ووجدانه[1].

هذا وإنّ موضُوع جودةِ الحَياةِ بالنّسبة للباحثين وعلماء النفس، قد لاقى اهتماماً فاق ما لقيه في التخصصات الأخرى إذا ما قورن بينها كماً ونوعاً في الأبحاث والدراسات فيها. والمتتبع للدراسات النفسية الحديثة يلاحظ اهتماماً واضحاً بمفهوم جودة الحياة بصفة عامة، وجودة حياة الفرد بشكل خاص. ويعكس هذا الاهتمام أهمية هذا المصطلح وتأثيره على مختلف الجوانب النفسية[2]. وعلى العموم يمكن القول أنّها تشير إلى فهم الفرد لأسلوب حياته في إطار البيئة الاجتِماعيةِ وأشكال الثقافة التي يعيش فيها، وترابطها نحو تحقيق اهتماماته، والرغبات التي تناسب حالته النفسية[3]. وللإشارة فإنَّ الاختلاف في آراء الباحثين في التخصص المختلف، والمناهج العديدة، والتفسيرات المتنوعة حول مفهومها يؤثر بقدر ما على الأبحاث والدراسات السالفة في هذا المجال، وقد يؤثر على ما هو آت منها.

والقارئ المطلع على ذلك يفهم سبب عدم وجود إجابة مرضية دقيقة لا لبس فيها لجودة الحياة، أو لماذا قدمت مفاهيم مختلفة لها. وللتعمق أكثر في هذا الموضوع نستعرض جزءاً من تلكم الدراسات التي تناولت جودة الحياة، بدءاً بدراسة جوان إسماعيل بكر(2011) المعنونة بـ: جودة الحياة وعلاقتها بالانتماء والقبول الاجتماعيين، خلصت إلى أن أبعادها تتلخص في العلاقات الأسرية الدخل، والتعليم

والصحة النفسية، والصحة العامة والعلاقات الاجتماعية، وقضاء أوقات الفراغ والتفاؤل بالمستقبل، وهي تعد مؤشرات جودة الحياة للطلبة أفراد عينة البحث. في حين أن أبعاد الانتماء الاجتماعي تمثلت بالرضا عن الجماعة، وتقدير الذات والمشاركة المجتمعية، والميل ومسايرة المجتمع، أما القبول الاجتماعي فتكون من بعد واحد[4]. وفي دراسة لسعاد حوتي (2023) بعنوان: جودة الحياة لدى المصابات بسرطان الثدي خلال المعالجة الكيميائية، وهدفت إلى الإبانة عن مستوى جودة الحياة لديهن خلال المعالجة الكيميائية، والتعرف على أهم المؤشرات المساهمة في تحقيقها، وذلك بإجراء دراسة عيادية لحالتين مصابتين بسرطان الثدي تخضعان للعلاج الكيميائي، تم التوصل إلى أن الحالتان تتمتعان بمستوى مرتفع من جودة الحياة، مع اختلاف في الدرجات. كما أفضت إلى أن المساندة الأسرية والزوجية من المؤشرات التي ساهمت في تحقيق جودة الحياة لديهن.

إضافة إلى اعتبار الأبعاد الآتية: الأسرية، الزوجية، المهنية، الدينية، من بين المؤشرات التي ساعدت الحالتين في مرحلة العلاج والمعالجة الكيمائية[5]. وفي دراسة لأغنيسيا ماغيريا، وأغنيسيا باك 2022 **Agnieszka Magiera** و **Agnieszka** بعنوان: محددات جودة الحياة بين المراهقين في منطقة مالوبولسكا، بولندا، هدفت إلى الإشارة إلى محددات الأبعاد المختلفة لجودة الحياة. في مجالات عدة لدى عينة من المراهقين البولنديين، ومما توصلت إليه أن عوامل الخطر المختلفة كانت مرتبطة بتدني جودة الحياة في أبعاد مختلفة: كان الجنس الأنثوي محدد الخطر على الصحة الجسدية، والسلامة النفسية، والتصور الذاتي، والاستقلالية، والعلاقات مع الوالدين والحياة المنزلية، والموارد المالية؛ كان العام الدراسي الأعلى مخصصًا للرفاهية الجسدية، والسلامة النفسية، والحالة المزاجية والعواطف (الصف الثاني من المدرسة الثانوية فقط)، والتصور الذاتي، والدعم

الاجتماعي والأقران، والبيئة المدرسية؛ وكان عدم الرضا عن المظهر يرجع إلى الصحتين البدنية والنفسية.[6].

مما ذكر سلفاً سنسعى في هذه الورقة العلمية إلى مراجعة ومناقشة مجموعة من العناصر والمتمثلة في: مفهوم جودة الحياة، والتطرق إلى تاريخها ومجالاتها وأبعادها بالنسبة إلى علم النفس، والتعريج على بعضٍ من المقاربات النظرية حولها، وعلى أساس ذلك نطرح الأسئلة التالية:

-ما مفهوم جودة الحياة؟ وما الذي يحددها؟ وهل هي نفسها الرفاهية والسعادة أم أنها ترمي لشيء آخر؟ وفيما تتمثل مجالاتها؟ وماهي أبعادها؟

أ-أهداف الدراسة:

ركز علم النفس اهتمامه بالصحة النفسية للفرد، واعتنى بفهم سلوكيات الفرد اعتناءً خاصاً بغرض تعزيز السوي منها، وتعديل غير السوي، وعلاج ما يتمكن منه من اضطرابات نفسية، أو الحدّ منها على الأقل. وفي الآونة الأخيرة وبعد ظهور فروع أخرى من علم النفس كالإيجابي، والصحي، ارتقت مساعي العلماء والمنظرين والخبراء إلى ما تجاوز خلو الفرد من الاضطرابات والأمراض إلى تمتعه بالصحة المطلقة، والحياة الجيدة.

ومنه فإن الدراسة تهدف إلى:

-التعرف على جودة الحياة وتحديد مفاهيمها في علم النفس.

-التطرق إلى تاريخها، كون ذلك يعدّ أساساً في تحديد مفاهيمها وسبيلاً للإلمام بأبعادها.

-مناقشة مجالاتها وأبعادها وتفكيك وتحليل جوانبها الرئيسية.

-تسليط الضوء على جزءٍ من النظريات المفسرة لها.

ب-أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة في رسم إطار نظري لجودة الحياة كإضافة إلى ما جادت به الأدبيات السابقة بها، وإثراء المخزون العلمي العربي المتواضع بحثاً فيها وإنتاجاً. ولكونها–جودة الحياة–مصطلح حديث انزوى به علم النفس الإيجابي على حساب فروع علم النفس الأخرى التي صبت اهتمامها بشكل كبير على علاج الاضطرابات النفسية للأفراد، وتعديل السلوكيات غير السوية.. والعلوم الأخرى على العموم، فقد ضمت عديد العوامل التي تجاوزت ما انحصرت عليه تلك الفروع الأخرى إلى ما يلبي الاحتياجات الأساسية والثانوية للأفراد، المعنوية منها والمادية.

ومنه يمكن القول أن أهمية الدراسة تبرز في:

–محاولة تقديم تحليل وافٍ لمفهوم جودة الحياة، بما يساهم في فهم أبعادها ومجالاتها.

–إثراء الدراسات العلمية المتعلقة بها.

–نشر الوعي المجتمعي بأهميتها وكيفية تحقيقها.

باقتضاب فإن هاته الدراسة تمثل إضافة مهمة لفهم جودة الحياة، بما ينعكس ايجاباً على الأفراد والمجتمعات.

2. ماهية جودة الحياة:

1.2 نشأة وتطور مفهوم جودة الحياة:

يمكن إرجاع المفهوم إلى عصر الفترة الفلسفية المبكرة (427–322 قبل الميلاد)؛ وكانت السعادة هي الهدف المركزي للحياة الطيبة والتي تحددها المواقف والمشاعر والمعتقدات[7]. ومبدأ مؤشرات جودة الحياة بدا في البروز مع تنامي فكرة المؤشرات الاجتماعية أوائل الستينات، كما ان لها جذورها في أدوات القياس الاقتصادية في القرنين الـ 18 و19، وأوائل القرن العشرين، والتي انقسمت بدورها إلى نوعين مؤشرات كمية، ومؤشرات نوعية[8]. وفي عام 1947، عرّفتها المنظمة

العالمية للصحة بأنها "حالة من السلامة البدنية، والعقلية، والاجتماعية الكاملة، وليس مجرد غياب المرض والعجز[9]". وفي عام 1990 اعتقد هانستاد **Hanestad** أن المفهوم اكتسب رواجًا جزئيًا بسبب دلالاته الإيجابية، ويذكر أن "معظم الناس سيتفقون على أنها هدف لكل من الفرد ومجموعات الأفراد". ومع هذا فيفترض هذا أن نوعية الحياة، أو حتى مفهوم الجودة، يشير فقط إلى حالة إيجابية، وليس مجرد "حالة"[10].

وفي عام 1995 طورت **(WHO)** تعريفها ليصبح: " إدراك الفرد لموقعه في الحياة في سياق الثقافة وأنظمة القيم التي يعيشون فيها وفيما يتعلق بأهدافهم وتوقعاتهم ومعاييرهم واهتماماتهم". هذا التعريف واسع ويتضمن مجالات مثل الصحة البدنية، والوضع النفسي، ومستوى الاستقلال، والعلاقات الاجتماعية، والمعتقدات الشخصية[11].

2.2 مفهوم جودة الحياة:

حظي مفهوم جودة الحياة بتبن واسع على مستوى الاستخدام العلمي، وحتى في حياتنا اليومية، وتباينت محاولات التعريف بمفهوم جودة الحياة بتباين الأطر النظرية التي خرجت منها هذه التعاريف، وإن المؤشرات الموضوعة بكل مظاهرها المادية القابلة للرصد والإحصاء والقياس لم تعد كافية لصياغة دقيقة ومفهومة لجودة الحياة. وتعتبر من المفاهيم الحديثة نسبياً، وقد أطلق عليها في بعض البحوث العربية باسم نوعية الحياة. وتتضمن جودة الحياة ثلاث نواحي (صحية – نفسيه – اجتماعية)[12].

ويُنظر إليها من المنظور النفسي بأنها بناء كلي شامل مكون من متغيرات متنوعة تهدف إلى إشباع الحاجات الأساسية للفرد. بحيث يمكن قياسها بالمؤشرات الموضوعية والذاتية.[13].

3.2 تعريفات جودة الحياة:

تتعدد تعاريف جودة الحياة وتتنوع بحسب الخلفية العقدية والفكرية للباحث وتناوله حسب السياقات المختلفة، وكذا النظر في مألات المفهوم وأبعاده، ولتحديد المعنى الدال عليه اللفظ، لابد من الرجوع إلى معاجم اللغة.

الجودة لغة: شَيْءٌ (جَيِّدٌ) وَالْجَمْعُ (جِيَادٌ) وَ(جَيَائِدُ) بِالْهَمْزَةِ عَلَى غَيْرِ قِيَاسٍ وَجَادَ الشَّيْءُ يَجُودُ (جَوْدَةً) بِفَتْحِ الْجِيمِ وَضَمِّهَا أَي صَارَ جَيْدًا..

والجودة: بفتح الجيم، صفة الجيد وطبيعته، إتقان الصناعة.. وجَادَ يَجُودُ جَوْدَةً: جَادَ العامل في عمله. أتى بالجيد.

خلاصة المعاني اللغوية للجودة تتمثل في الآتي:

1 – جودة الشيء: صار جيداً. 2– أتى بالجيد من القول أو الفعل. 3– ضد الرديء[14].

أمّا اصطلاحاً فهناك مجموعة واسعة جدًا من التعاريف والتفسيرات لجودة الحياة – أكثر من 100 تعريف وفقًا لروبرت شالوك **Robert Schalock**. وما يجب التأكيد عليه هو أن المنشورات المتعلقة بجودة الحياة من الأدبيات الطبية غالبًا لا تحددها. ففي مراجعة منهجية حديثة، لم يقدم سوى 16 من أصل 68 نموذجًا لجودة الحياة المرتبطة بالصحة، والتي تم تقييمها كتعريف لجودة الحياة. وهذا الفشل الشائع في تحديد ما يتم قياسه، أو حتى في الاستشهاد بالتعريفات المستخدمة في مواضع أخرى يزيد بشكل كبير من الغموض المفاهيمي لها. ويجادل كيث **Keith** بأن وجهة نظر العديد من الباحثين هي أنه لا يمكن تعريف جودة الحياة بدقة، وبالتالي فإنهم في الغالب يختارون دراسة جوانب وأبعاد مختلفة لجودة الحياة بدلاً من محاولة تعريفها بشكل صريح[15]. وفي الوقت الحاضر يحمل هذا المصطلح معانٍ مختلفة اعتمادًا على السياق الذي يُستخدم فيه. كما هو الحال مثلاً في مجال تعزيز الصحة والوقاية من الأمراض، غالباً ما يستخدم كمرادف للحالة الصحية. وفي العلوم النفسية

يتم تعريف جودة الحياة على أنها علاقة ذاتية للصحة تتجلى في الرضا العام عن الحياة والرفاهية، من خلال غلبة المشاعر الإيجابية، والغياب النسبي للمشاعر السلبية والمشاعر الذاتية للصحة الجيدة[16].

في منشوراته علم نفس الصحة (2009)، يقول كريفوهلافي **Křivohlavý** أن "نوعية الحياة يتم تعريفها فيما يتعلق برضا شخص معين عن تحقيق الأهداف التي تحدد اتجاه حياته"[17].

–وتعرف أيضاً بأنها الدرجة التي تلبي بها الحياة المعايير المختلفة للحياة الجيدة[18].

–جودة الحياة هي الإحساس بالحياة من خلال الشعور بالرضا والسعادة والرفاهية، وعيش حياة خالية من أي اضطرابات سلوكية ونفسية وصحية، تعود على صاحبها بالأمن والاستقرار والارتياح حتى يخدم نفسه والمجتمع الذي يعيش فيه[19].

– وأوضح الغندو (1999)، أنها بناء كلي يتكون من مجموعة من المتغيرات تهدف الى اشباع الفرد، ومؤشرات تقيس مقدار هذا الاشباع بمؤشرات موضوعية تقيس الإمكانات المتدفقة عليه، ومؤشرات ذاتية تقيس مقدار الاشباع الذي يحققه[20].ووفقا لفايرز وماشين **Fayers & Machin** (2000)، فإن جودة الحياة تمثل الاختلافات بين آمال وتوقعات الفرد والتجربة الحالية للفرد[21].

3. علم النفس الايجابي وجودة الحياة:

يشترك علم النفس الإيجابي في الكثير من القواسم المشتركة مع مجال المؤشرات الاجتماعية وأبحاث نوعية الحياة. إلّا أنه لا يمكن وصف جميع أنواع البحوث بأنها إيجابية. يمكن تقسيم البحث حول جودة الحياة إلى واحد من أربعة مناهج بناءً على ما إذا كان يستخدم منهجًا ذاتيًا أو موضوعيًا، وما إذا كانت بؤرته عبارة عن مؤشرات سلبية أو إيجابية. في حين يعتمد المنهج الذاتي على التقارير الذاتية عن جودة الحياة، فإن النهج الموضوعي يعتمد بدلاً من ذلك على مصادر المعلومات الموجودة

بشكل مستقل عن المشارك (على سبيل المثال، حالة الفقر) أو إذا أبلغ عنها المشارك، يمكن التحقق منها (على سبيل المثال، الاهتمامات الدراسية). في المقابل وفي حين أن بعض مؤشرات نوعية الحياة تكون سلبية حيث يسعى الباحثون إلى فهم أو معالجة وجود ظروف أو حالات غير مرغوب فيها (مثل العنف، الخوف)، فإن مؤشرات أخرى تكون إيجابية، حيث يقيس الباحثون وجود الظروف غير المرغوب فيها مثل العنف أو حالات الخوف. من الظروف المرغوبة مثل التعاون أو حالات السعادة والفرح والازدهار. ولذلك فإن علم النفس الإيجابي هو نموذج مهم ضمن تقاليد جودة الحياة التي تؤكد على المؤشرات الإيجابية وبالتالي معالجة الخلل في رفاهية الإنسان مثل غياب السلبية[22].

منذ بداية النصف الأخير من القرن الـ 20، اهتم الباحثون بفهم جودة الحياة كمفهوم مرتبط بعلم النفس الإيجابي، حيث تزايدت الأبحاث في هذا المجال وشملت التجارب الذاتية والعادات الإيجابية والسمات الشخصية وكل ما من شأنه تحسين جودة الحياة. يصف علماء النفس الإيجابي: "دراسة جميع نقاط القوة لدى الإنسان ودراسة ما يمكن منع الإنسان من الوقوع في براثن الاضطرابات النفسية والسلوكية، وكذلك دراسة كافة العوامل الذاتية والمجتمعية التي تضبط حياة الإنسان[23].

وفي العقدين الماضيين، حددت الأبحاث مجموعة من العوامل التي تؤثر على الرفاهية وجودة الحياة. وهي الديموغرافية مثل الحالة الاقتصادية، والحالة الاجتماعية والجنس والعمر، والحالة الصحية المتصورة، والعوامل المتعلقة بالحياة الاجتماعية، والشعور بالانتماء إلى المجتمع، وجودة العلاقات الشخصية[24].

4. مجالات جودة الحياة:

يذكر كيكيتش(2005) Kekic ، وكذلك في مقال لفيليس وبيري Felce & Perry (1995)، أن عوامل جودة الحياة متنوعة وواسعة تغطي نطاقًا واسعًا من

مجالات الحياة. وتشمل مثلاً وسائل الراحة المادية، والظروف الصحية، والتفاعل الاجتماعي، والتعليم، والتعبير الإبداعي، والقيم الثقافية، وبيئة العمل، والسكن...هذه العوامل عند وضعها ضمن إطار مرجعي مشترك، تعطي فهمًا بديلاً وموسعًا للمؤثرات الخارجية الحالية وظروف الحياة، أي "تقييم أكثر اكتمالًا وأكمل لجودة الحياة[25].

وجودة الحياة هي جملة معقدة من مجموعة من المجالات المادية والنفسية والاجتماعية.

1.4 المجال النفسي:

بالنسبة لديوار (1989) Deware) المكون النفسي لجودة الحياة يشمل الانفعالات والحالات الوجدانية الايجابية وبالنسبة للآخرين فهي مرادف لغياب الوجدان السلبي، مما يعني أنها نظيرٌ للصحة النفسية أو للراحة النفسية الذاتية والتي تعتبر مفاهيم أكثر شمولية من ناحية شمولها على سيرورات معرفية، أي الرضا عن الحياة.

2.4 المجال الجسمي (الفيزيائي):

لقد قام الكتاب في هذا المجال بتصنيف مختلف جوانب الصحة البدنية والقدرات الوظيفية. حيث تتمثل الصحة الجسمية في الطاقة، والحيوية، والتعب، والراحة، والألم، والمؤشرات البيولوجية، وتتمثل القدرات الوظيفية في: المكانة الوظيفية، النشاط الفاعل، النشاطات اليومية.

3.4 المجال الاجتماعي:

تشكل العلاقات والنشاطات الاجتماعية للأفراد المجال الثالث الأكثر أهمية في جودة الحياة، ويتمثل المجال الاجتماعي لجودة الحياة في الحياة الاجتماعية وهي على عكس الانعزال أو العزلة الاجتماعية في مجالات متعددة كالعائلة، الصداقة،

والمهنة، أو شبكة من العلاقات التي تحقق الاندماج الاجتماعي والوجداني ومن ناحية الكيفية فهي السند الاجتماعي داخل الوسط الاجتماعي[26].

أما فلاناقو (1982) Flanagan فيعتبر أن التقويم الفردي لنشاطاته الاجتماعية تتمثل في: تقدير الذات، تحقيق الذات، النجاح والفشل وهو مؤشر على صحة الجانب الاجتماعي.

وقد حددت منظمة الصحة العالمية خمس مجالات لجودة الحياة تشمل ما يلي:

1-المجال الجسمي ويتضمن (الألم، النشاط والتعب، النوم والراحة، والوظائف الحسية).

2-المجال النفسي ويتضمن (المشاعر السلبية والإيجابية، تقدير الذات، صورة الجسم).

3-المجال الاجتماعي ويتضمن (نشاطات الحياة اليومية، القدرة على التواصل، العلاقات الشخصية، والمساندة الاجتماعية، والقدرة على العمل).

4-المجال البيئي تتضمن (الحرية، والسلامة البدنية والبيئة المنزلية، والموارد المالية والصحة والرعاية الاجتماعية، وفرص اكتساب العمل).

5-المجال المعرفي ويتضمن (القدرة على التذكر، وتركيز الانتباه، والاحتفاظ بالانتباه، والرضا عن القدرات الشخصية)[27].

5. أبعاد جودة الحياة:

ينظر إلى مفهوم جودة الحياة على أنه تركيب ذو أبعاد عديدة، وقد اعترف الباحثون الذين حاولوا إجراء قراءة شاملة حوله بتعدد أبعاده، ويرجع ذلك إلى تنوع المجالات التي تستخدمه، وملاحظة عدد الدراسات الحديثة نسبياً في دراسة هذا المتغير في جميع الميادين، مثل الطب والاقتصاد وعلم الاجتماع وبرامج الإرشاد وإعادة التأهيل والتربية أكّدت أن هذا المفهوم متعدد الأبعاد.

وقد أوضحت (صالح، 1990) أنه يوجد نوعان من المؤشرات لجودة الحياة: أولها الموضوعية: وتتضمن (السكان، المكانة الاجتماعية، الوظيفة، الدخل، النقل، السكن، التعلم، الصحة).

ثانيها الذاتية: تعنى بتقييم جودة الحياة بحسب مدركات واستجابات الأفراد لها، وبما تحققه لهم من إشباعات، وبمدى شعورهم بالرضا، والسعادة، وهذا أفضل مؤشر لجودة الحياة[28].

ويؤكد عبد المعطي (2005) أن لها ثلاثة أبعاد هي: 1. جودة الحياة الموضوعية: (الحياة الاجتماعية)، 2. جودة الحياة الذّاتية: (الرضا عن الحياة)، 3. جودةُ الحيَاة الوُجودية (اشباع الحاجات، والتوافق النفسي مع الذات والمجتمع)[29].

مما سبق يمكنُ القول أنّ مفهوم جودة الحياة يتضمنُ الأبعاد الآتية:

-الجسمي: يعنى بالأمراض.

-الوظيفي: يعنى بالرعاية الطبية ودرجة النشاط البدني.

-الاجتماعي: يعنى بالاتصال والتفاعل الاجتماعي.

-النفسي: يعنى بالوظائف المعرفية والحالة الانفعالية، والصحة النفسية، والرضا عن الحياة والسعادة[30].

6. بعض النظريات المفسرة لجودة الحياة:

1.6 نظرية رايف(1999) :

تركز نظرية ريف بشكل خاص على الأبعاد الرئيسية للرفاهية النفسية، وهي:

البعد الأول: الاستقلالية تمثل قدرة الشخص على اتخاذ القرارات ويكون مستقلا بذاته.

البعد الثاني: التمكن البيئي.

البعد الثالث: النمو الشخصي.

البعد الرابع: العلاقات الإيجابية مع الآخرين.

البعد الخامس: تقبل الذات.

البعد السادس: الهدف من الحياة.

إذن حسب نظرية "رايف" نجد أن جودة الحياة تحقق باستقلالية الفرد وقدرته على اتخاذ قراراته بنفسه وبنجاح بالإضافة إلى التمكن من السيطرة على بيئته والتنمية المختلفة الجوانب شخصيته مع اتزانه اجتماعيا وتقبله لذاته وتحديده لأهداف واضحة يسعى إليها[31].

2.6 نموذج شالوك schalok:

استنتج شالوك schalok (1996) نموذج تحليلي مفصل لمفهوم جودة الحياة، وعرضه في كتابه جودة الحياة: تطبيق على الأشخاص ذوي الإعاقة"، حيث اقترح أنه مفهوم مركب يضم ثماني مجالات، بحيث كل مجال يحتوي على ثلاث مؤشرات، وتنطلق جميعها من الفرضية القائلة بوجود التأثير الكبير للأبعاد الذاتية في تحديد شعور الأفراد بجودة الحياة من الأبعاد الموضوعية، ويؤكد على وجود نسبة من شعور الفرد بجودة الحياة يرجع إلى عامل حاسم يتجلى في طبيعة إدراك الفرد لجودة حياته.

ويمكننا اختصار النموذج التحليلي لشالوك في اتجاهين مركزيين:

1-الاتجاه الذاتي: ويشمل التقييم الوظيفي، التفاعلات النشطة اليومية، الملاحظة، المشاركة، الأحداث اليومية، تقارير المصير، واستبيانات الظروف المختلفة، أوضاع الأدوار كالتعليم والمهنة والمسكن.

2-الاتجاه الخارجي: ويشمل مختلف المثيرات والأحداث الاجتماعية، مستويات المعيشة والعمل[32].

مما سبق تبين لنا أن مصطلح جودة الحياة مفهوم حديث، غامض، وواسع، وإن كان أصله بحسب ما ورد في بعض الأدبيات يعود إلى آرسطو وفلاسفة عصره ومن

خلفهم. ورغم ذلك وإلى الوقت الحاضر لم يتم تحديده والاتفاق عليه من العلماء والخبراء، فجودة الحياة في الغالب نسبية، وهي واسعة إلى درجة أنه لا يمكن حصرها في الدخل الجيد، ومستويات المعيشة، لتغطيتها مجالات عديدة مختلفة كالصحة والظروف المعيشية، والحياة الأسرية، والمهنية وغير ذلك كثير. ورغم كثرة التعاريف لجودة الحياة فهي تختلف فيها أكثر مما تتفق عليها.

بل أنه لم يُتَّفَـقْ على تعريف واحد إلى حد الساعة خاصة في الدراسات النفسية، لتعدد أبعادها وتنوعها، وتفرعها، والفروق بين الأفراد والمجتمعات، وتمثيلاً لا حصراً فإن محددات جودة الحياة لدى المرضى قد لا تكون هي لدى الأصحاء، وعند المسنين قد لا تتفق بالضرورة بما عند الشباب، وربما هي ليست نفسها بين المجتمع الريفي والمجتمع الحضري، وهذا ما زاد من صعوبات تحديدها وقياسها بالشكل الدقيق. ومع هذا فإن منظمة الصحة العالمية قد حددت تعريفاً شاملاً لها، أُعْـتُـمِـدَ عليه ولازال، حيث يستخدم بكثرة في عديد الدراسات التطبيقية منها والنظرية، وقد يكون وراء ذلك ضمه الشامل للمؤشرات الذاتية والموضوعية معاً، حسب ما تراء لنا أثناء مراجعة بعض منها.

أنّ جودة الحياة مرتبطة بعلم النفس الإيجابي الذي ظهر حديثا كفرع من فروع علم النفس. والذي يركز على الظواهر العقلية الايجابية في حياة الإنسان. وأن علم النفس كان له السبق في محاولة تحديد هذا المتغير وتفكيكه وإزالة اللبس عن الغموض الذي يعتريه. بهدف تحصيل حياة جيدة للفرد لا تنحصر في علاج الاضطرابات والأمراض التي تعترضه، والاكتفاء بخلوه من المرض فقط، بل تتجاوز ذلك إلى تحصيل السعادة والرفاهية الذاتية في مختلف الجوانب.

لجودة الحياة بعدان ذاتي وموضوعي، وأبعاد أخرى كما ذكر سلفاً، لا تنحصر عند هذين الاثنين فقط، فالذاتي يشمل على سبيل المثال لا الحصر الرفاه الذاتي

والسعادة والرضا عن الحياة. ويضم الموضوعي مثلاً مستويات المعيشة والدخل والإنتاج الاقتصادي وتطور المجتمعات..

خاتمة:

ختاماً؛ فإن جودة الحياة تعد من المفاهيم التي حظيت ولازالت باهتمام كبير اجتماعياً، وعلمياً، وسياسياً لما لها من روابط وثقى برفاهية الأفراد والمجتمعات. ومن خلال هاته الدراسة التي سُلِّطَ الضوء فيها على مفهوم جودة الحياة، ومجالاتها، وأبعادها، فيمكن اكتناف ما توصلت إليه من نتائج في النقاط التالية:

-أن جودة الحياة مفهوم حديث مركب يتأثر بعديد العوامل، كالصحية، والاجتماعية، والاقتصادية.

-أظهرت الدراسة أن الرعاية الصحية، والوضع النفسي، والعلاقات الاجتماعية، والتعليم، والبيئة من المجالات التي تلعب دوراً مهماً في تحسينها.

-تحديد الأبعاد الرئيسة التي تؤثر على نوعية الحياة كالصحة الجسدية والنفسية، التعليم، البيئة، المستوى المعيشي..

-أبانت الدراسة أن تنمية الوعي المجتمعي بأهميتها يؤدي غالباً إلى تبني السلوكيات الإيجابية المعززة للرفاهية بشكل عام.

-توصلت الدراسة إلى أن الارتقاء بجودة الحياة وتحسينها يساهم بشكل كبير في بناء مجتمعات أكثر استقراراً ونماء.

المراجع:

1علي مهدي كاظم، عبد الخالق نجم البهادلي، "جودة الحياة لدى طلبة الجامعة العمانيين والليبيين-دراسة ثقافية مقارنة"، مجلة الأكاديمية العربية المفتوحة في الدنمارك، المجلد، العدد 3، 2007.

2بشير معمرية، "جودة الحياة تعريفاتها محدداتها مظاهرها أبعادها"، جودة الحياة والتنمية المستدامة في الجزائر–الأبعاد والتحديات، 2020.

3 Aissaoui Moudjahid, Baida Abdarrazak, "Psychology of Quality of Life and Its Relation to Psychology", International Journal of Inspiration & Resilience Economy, vol: 3, num: 2, 2019.

4جوان إسماعيل بكر، "جودة الحياة وعلاقتها بالانتماء والقبول الاجتماعيين–دراسة ميدانية لطلبة جامعة صلاح الدين"، أطروحة دكتوراه فلسفة، منشور، جامعة صلاح الدين أربيل، 2011.

5سعاد حوتي، "جودة الحياة لدى مريضات سرطان الثدي خلال المعالجة الكيميائية– دراسة حالة نموذجاً"، مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية، المجلد: 8، العدد: 1، 2023.

6 Agnieszka Magiera, Agnieszka Pac, "Determinats of Quality of Life Among Adolescents in the Malopolska Region, Poland", International Journal of Environmental Research and Public Health, 19, 8616, 2022.

7 Jyoti Yadava, Niruti Guptaa, "Urban Quality of Life: Domains, Dimensions and Indicators for Indian Cities", Earth and Environmental Science, vol 796, 2021.

8رانيه عبد اللطيف احمد غنام، "الاستدامة الاجتماعية في المسكن كمدخل لتحقيق جودة الحياة الحضرية"، مجلة البحوث الهندسية، المجلد 2، 2019.

9 Tommaso Cai et all, "The Quality-of-Life Definition: Where Are We Going?", MDPI Journal, Volume: 1, Number: 3, 2021.

10 Morag Farquhar, "Definitions of quality of life: a taxonomy", Journal of Advanced Nursing, 22, 1995.

11 Maria Lavdaniti, Nikolaos Tsitsis, "Definitions and Conceptual Models of Quality of Life in Cancer Patients", Vol. 9 No. 2:6, 2015.

12نجلاء شعبان محمد الولاني، "برنامج تدريبي لتنمية السعادة كمدخل لتحسين جودة الحياة لدى طالبات الجامعة"، مجلة البحث العلمي في التربية، العدد 17، 2016.

13نهلة محمد مصطفى، "فعالية برنامج إرشادي لتنمية جودة الحياة لدى عينة من المراهقين المكفوفين مرتفعي القلق"، مجلة البحث العلمي في التربية، العدد 18، 2017.

14يحي مقبل صالح الصباحي، "جودة الحياة من منظور القرآن الكريم"، مجلة جامعة القرآن الكريم والعلوم الإسلامية، المجلد 18، العدد 12، 2020.

15 Ivana Ilić et al, "Assessing Quality of Life: Current Approaches", Acta Medica Medianae, Vol 49, No 4, 2010.

16 Bencko V et al, "Quality of Life, Sustainable Future and Medical Education", Central European Journal of Public Health, Vol 13, No 3, 2013.

17 Zuzana BUDAYOVÁ et al, Dimensions of quality of life in selected social areas, International Scientific Board of Catholic Research and Teachers in Ireland, p 14.

18FRANTIŠEK MURGAŠ, GEOGRAPHICAL CONCEPTUALIZATION OF QUALITY OF LIFE, Ekológia (Bratislava), Vol. 35, No. 4, 2016.

19نور الدين أعقاب، كريم زرمان، "جودة الحياة والمسؤولية الاجتماعية–دراسة استطلاعية لآراء الطلبة بجامعة خنشلة"، مجلة العلوم الإنسانية لجامعة أم البواقي، المجلد 8، العدد 3، 2021.

20عمرو محمود الرواشده، "اتجاهات طلبة التمريض نحو المهنة وعلاقتها بمستوى الطموح وجودة الحياة"، رسالة ماجستير، غير منشور، جامعة مؤته، 2016.

21 Nováková, B., Šoltés, V., "Quality of Life Research: Material Living Conditions in the Vise grad Group Countries", Economics and Sociology, Vol 9, No 1, 2016.

22 Kenneth C. Land et al, "Handbook of Social Indicators and Quality of Life Research", Springer Dordrecht. P 99.

23 Meriem Ben Haddou, Mohamed Lakmeche, "Positive Psychology and Quality of Life", International Journal of Youth Economy, .vol 4, No 2, 2020.

24 Anastasia Efklides, Despina Moraitou, "APositive Psychology Perspective on Quality of Life", Springer Dordrecht Heidelberg. P 7.

25 Richard D. Young, "Quality of Life Indicator Systems-Definitions, Methodologies, Uses and Public Policy Decision Making".

26 محمد فواطمية، "الاتصال التنظيمي وتأثيره على جودة الحياة لدى معلمي التعليم الابتدائي"، أطروحة دكتوراه، غير منشور، جامعة مستغانم، 2018.

27هيام فتحي مرسي صالح، "جودة الحياة ومشكلات النوم كمنبئات لاضطراب الانتباه لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية"، المجلة العلمية لكلية التربية بجامعة اسيوط، المجلد 33، العدد 1، 2017.

28 عوده محمد عبد الله الضرابعه، "بناء مقياس جودة الحياة لدى المعلمين والمعلمات العاملين في وزارة التربية والتعليم الأردنية"، رسالة ماجستير، منشور، جامعة مؤتة، 2015.

29ماهر إبراهيم عبد المقصود عطيه، محمد أحمد إبراهيم عبد الحميد، "جودة الحياة المجتمعية وعلاقتها بانتماء البدو لمجتمعهم المحلي بمحافظة مطروح"، المجلة العربية للعلوم الزراعية، المجلد 17، العدد 6، 2022.

30فاتن طلعت توفيق بكر شاهين عبد النبي، "جودة الحياة وعلاقتها باتجاهات طلاب الجامعات الحكومية والجامعات الخاصة نحو تطبيق الجودة الشاملة في التعليم الجامعي"، مجلة البحث العلمي في الآداب، العدد 2، 2016.

31 شوقي قدادرة، مروة بورقعة، "جودة لحياة للطلبة الجامعيين"، مجلة المجتمع والرياضة، المجلد: 5، العدد: 1، 2022.

32وسام بوفج، "استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية وجودة الحياة لدى المعلمين المصابين بالسكري"، أطروحة دكتوراه، غير منشور، جامعة بسكرة، 2018.