

المفاهيم المرتبطة بجودة الحياة والصعوبات التي تواجهها.

بوعزة الصالح، زهية قيرواني، صباح قيرواني

جامعة محمد لمين دباغين - سطيف 2 - الهضاب. سطيف.

1- مقدمة

شهدت السنوات الأخيرة اهتماما متزايدا في مجال علم النفس، بدراسة مفهوم جودة الحياة والمتغيرات المرتبطة به مثل: الرضا عن الحياة والسعادة ومعنى الحياة وفعالية الذات، واشباع الحاجات وذلك في إطار علم النفس الإيجابي الذي يبحث في الجوانب الإيجابية في حياة الفرد والمجتمع، ليصل بما فيها إلى الرفاهية، بعد أن تجاهل علماء النفس لفترات طويلة الجوانب الإيجابية لدى الإنسان وكان كل اهتمامهم بالجوانب السلبية، كما تعددت استخدامات مفهوم الجودة في كافة المجالات منها جودة الحياة، جودة التعليم وجودة الإنتاج وجودة المستقبل وغيرها من المجالات وأصبحت الجودة هدفا لأي برنامج من برامج الخدمات المقدمة للفرد. (هشام إبراهيم عبد الله، 2008، ص37)

تختلف وجهات النظر حول مفهوم جودة الحياة وفقا لذات الشخص، أي لما يدركه الشخص وفقا للمتغيرات البيئية التي تحيط به، وكذلك الإمكانيات المادية والمعنوية ولذلك يمكن أن نعتبره مفهوم نسبي يختلف من إنسان الي آخر، حيث أنه جاء امتدادا للجهود السابقة في علوم أخرى غير علم النفس، اذ انتظمت بدايات المعرفة العلمية لهذا المفهوم في علم الاقتصاد والاجتماع وبالتالي فأن دراسة هذا المفهوم من المنظور النفسي قد اكتسبت أهمية كبيرة نتيجة إدراك علماء الاقتصاد والاجتماع وصانعي القرار السياسي، الحقيقة أن الحياة لا تقاس بالأرقام والاحصائيات، وإنما هي في حقيقتها استجابات ومشاعر فالزيادة في معدلات النمو الاقتصادي وارتفاع متوسط دخل الفرد وتحسن مستوى ما يقدم له من خدمات ورفاهية، لا يؤدي بالضرورة الى إشباع حاجاته المتنوعة وإرضاء طموحه.

إن الحياة هي عبارة عن مراحل نمائية حياتية اجتماعية ونفسية متتالية تبدأ بمرحلة الولادة وتنتهي بمرحلة الموت. ولكنها من زاوية أخرى مختلفة تماماً من شخص لآخر باختلاف نظرتة إليها، ودرجة تقييمه لجودتها. فقد يجد شخص ما في العمل والانتاج مقوماً أساسياً لجودة حياته، كالمبدعين في مجال الصناعات والتكنولوجيا الحديثة، بينما يجد آخر جودة حياته في العبادة أو التأمل وآخر يرى جودة حياته في جمع المال، وغيرها من الأشياء التي تشبع حاجة الانسان سواء على المستوى النفسي أو الروحي أو العقلي أو الجسدي. ومن مختلف النواحي الصحية والاقتصادية والاجتماعية. إن لمفهوم جودة الحياة تأثير واسع على حياة الفرد تحاول هذه الدراسة التعرف على بعض المفاهيم المرتبطة بجودة الحياة والصعوبات التي تواجهها .

1- نظرة تاريخية عن جودة الحياة:

حظي مفهوم جودة الحياة، باهتمام كبير في ميادين الطب، وعلم الاجتماع والاقتصاد وحديثا في مجال علم النفس، وتعددت استخدامات «مفهوم جودة الحياة» بصورة واسعة في جميع المجالات مثل جودة الحياة وجودة الخدمات وجودة الزواج وجودة آخر العمر وجودة المدرسة ومجالات أخرى متعددة وأصبحت الجودة

هدفا للدراسة والبحث باعتبارها الهدف الأسمى أو الناتج لأي برنامج من برامج الخدمات المقدمة للفرد. (هاشم، 2001، ص.125)

وحسب (الجوهري، 1994، ص.8) فإن الاهتمام بجودة الحياة ليس بالمجال الحديث بالرغم من حداثة المصطلح، فإن الثابت تاريخيا أن المدن الصغيرة في العصور الوسطى كانت تتناول الآراء ووجهات النظر المتعلقة برفاهية الأفراد وطبيعة الحياة الملائمة لهم، كذلك الحال في المدن الكبرى ولم يكن الهدف آنذاك تحسين جودة الحياة بقدر ما تمثل في اكتشاف الموارد البيئية في محاولة لاستغلالها لأجل درء الكوارث من ناحية ومواجهة الاضطرابات الاجتماعية من ناحية أخرى.

2- الجذور الفلسفية لمفهوم جودة الحياة:

1-2 عند الإغريق:

يعد كتاب الأخلاق لأرسطو (384-322 ق.م) أحد المصادر المبكرة التي تعرضت لتعريف جودة الحياة حيث قال: إن كل من العامة أو الدهماء وأصحاب الطبقة العليا يدركون الحياة الجيدة بطريقة واحدة وهي أن يكونوا سعداء، ولكن مكونات السعادة عليها خلاف إذ يقول بعض الناس شيئا ما في حين يقول آخرون غيره. ومن الشائع كذلك أن الرجل نفسه يقول أشياء مختلفة في مختلف الأوقات فعندما يقع فريسة المرض فإنه يعتقد أن السعادة هي الصحة، وعندما يكون فقيرا يرى السعادة في الغنى. ويرى أرسطو أن الحياة الطيبة (Well-being) تعني حالة شعورية، ونوعا من النشاط وما ذلك بالتعبير الحديث سوى جودة الحياة. (أحمد سمية علي، 2008، ص. 218)

وقد اتفق الفلاسفة الإغريق حول هذا المفهوم على أنه يأتي من معرفة حقيقية ومن تطهير الإنسان نفسه من الانفعالات المكبوتة أو المؤلمة التي تأتي من خلال وجوده مع أشخاص آخرين أو ونقيض ذلك هو العزلة والتفكير الفردي المنعزل ومن أبرز الآراء في ذلك، رأي الفيلسوف اليوناني (أرتيبوس) Aritippus الذي رأى في أن هدف الحياة هو ممارسة أقصى ما يمكن من المتع والملاذات البدنية وإن السعادة هي مجموعة من المتع والملاذات، وأن وجود رغبة لدى المرء يعد أساسا للحق في السعي لإشباعها. وجاء بعده فلاسفة منهم (هوب) Hobbe بنظرية أن الهدف من الحياة هو تحقيق كل رغبات الإنسان وأن السعادة هي التقدم المطرد دائما من شهوة لشهوة.

2-2 عند البوذية:

يرون أن علة عذاب الإنسان تكمن في تعطش البدن المادي وخيالات الأهواء الدنيوية، ونحن إن اقتنينا إثر ذلك العطش وتلك الخيالات إلى منابعها وجدنا أصولها غارقة في أعماق الشهوات لغرائز البدن وعلى هذا فإن الشهوة تتخذ من الإرادة القوية للحياة قاعدة لها فتلتصق ما كان مرغوبا فيها.

ويرى بوذا أنه من جسيم الخطأ إصرار الناس على خواء كل شيء وعرضيته ولا يوازي ذلك الخطأ سوى الإصرار على أن كل شيء حقيقي لا يتغير وأنه لمن الخطأ انكباب الفرد على شخصيته وذلك لأنها تعجز عن إنقاذه من اللاقناعة أو المعاناة والألم، فإن أمن الناس أن ليس ثمة خطأ، فلن تكون تجربة سبيل الحق مجدية، وأن جزم الناس بأن كل شيء ألم لكانوا مخطئين كذلك ولو قطعوا بسعادة كل شيء لفاتهم

الصواب ولذلك (بوذا) Buddha بسبيل وسط يتخطى هذه المفاهيم كلها إذ تختلط الشخصية بالأحادية ويتحقق معنى الحياة وسعادتها. (خلف، 2011، ص. 53-54)

3-2 عند الهندوس:

يطرح الفكر الهندوسي مفهومه عن جودة الحياة، عبر فكرته في أن الإنسان يمارس عبادته وهو عليه أن يطبق ويزاول العبادة التي تسيّر به نحو السعادة، وقد كانت تعاليمها عملية تتعلق بريضة النفس على الزهادة والتحرر من قيود الشهوات ومحاولة إنقاذ الروح من سلطان البدن أي إزالة كل العوائق المادية عن الروح فهي توفر السعادة وتجعل الإنسان متصفاً مع الآلهة وتتم عملية الاتصاف بإتباع وصايا خمس، وهي: عدم الإيذاء وعدم الكذب وعدم السرقة وعدم الشتم. كما تجب المحافظة على الفضائل كالنظافة والتقوى والتضحية وكذا تنظيم النفس. ويفضل اليوغا والتأمل وممارسته يحدث التحرر من القيود الجسمانية وذلك بغية الوصول إلى التنوير أي للسمو والرفعة المحققين للسعادة. (كامل، 1995، ص. 95-100)

3- مفهوم جودة الحياة:

إن مفهوم جودة الحياة من المفاهيم الجديدة التي أصبح الباحثون في علم النفس يتناولونها في دراساتهم ويتم قياس مستوى تقييم الأفراد لجودة حياتهم في مراحل الحياة المختلفة، بدلاً من الاقتصار على دراسة الجوانب النفسية السلبية والمضطربة التي شغل بها العلماء لفترات طويلة سابقاً. فقد اهتم علماء النفس من قبل بالمرض العقلي للإنسان وتعاسته وشقائه، لكن هذا الإنجاز على الرغم من أهميته لم يصنع للإنسان حياة راقية (معمريه، 2012، ص. 98) يشير لفظ الحياة إلى وصف الوظيفة الصحية والحيوية التي يمر بها الجسم حياً أم ميتاً، ويشترك الإنسان مع باقي الكائنات في خاصية الحياة، أما مصطلح، (Qualis) النوعية فهو ذو أصل لاتيني بمعنى نوع (Kind) والذي يعرف بأنه درجة التفوق أو الرفاهية أو الميزة أو الوضع الاجتماعي المرتفع أو المثالية، ويرجع الاهتمام بمفهوم نوعية الحياة إلى الفلسفة اليونانية (Aristotle)، إذ اهتم (أرسطو) عن طريق أعماله بتوضيح العوامل والأسباب المؤدية إلى الحياة الجيدة ويأتي على رأسها الشعور بالسعادة والامل (شويخ، 2009، ص. 110). لم يدخل مفهوم جودة الحياة العلوم الاجتماعية والنفسية حتى بدايات القرن العشرين، حيث أصبح أحد أهم ميادين علم النفس الإيجابي الذي تم تأسيس عام (1998) على يد عالم النفس الأميركي مارتن سليجمان (M.Seligman) الذي يركز على دراسة كيفية جعل الفرد يعيش سعيداً في حياته. كما ركز كل من (ما يرو دينر) Diener.E& 2000,Myers.D1999 على مصطلح الوجود الأفضل واعتبرا أنه يعد المنطقة الوحيدة لعم النفس الإيجابي. ويعد عقد التسعينات من القرن العشرين هو عقد الجودة الشاملة في حين كان عقد السبعينات والثمانينات هما عقدي الكفاية والفاعلية واما العقد الأول من القرن الحادي والعشرين فيمكن اعتباره عقد الجودة طبقاً لرائد الجودة الأميركي جوزيف جوران (Juran) إذ أن الدراسات الإحصائية في مجال جودة المنتجات الصناعية تشير إلى أن المستهلك أصبح أكثر وعياً واهتماماً بالجودة وهذا التطور يجعل من الجودة ضرورة ومطلباً أساسياً في عالم اليوم والمستقبل. (رمضان، 2012، ص. 17)

4- تعاريف مفهوم جودة الحياة:

4-1- التعريف اللغوي: ورد في قاموس أكسفورد: الدرجة العالية من النوعية او القيمة فالجودة عبارة عن مجموعة من المعايير الخاصة بالأداء الممتاز و التي لا تقبل المناقشة أو الجدل.

- ابن منظور: الجودة أصلها الفعل الثلاثي جود والجيد تقيض الرديء وجاد...وجوده وجودة ان صار جيدا (ابن منظور، 1997، ص.272)

-المنجد في اللغة: جاد جودة وجودة صار جيدا هو ضد رديء وجودة الشيء حسنة جعله جيدا. (معلوف، 1952، ص.109).

4-2-التعريف الاصطلاحي: يعني جودة خصائص الإنسان من حيث تكوينه النفسي والجسمي والمعرفي ودرجة توقعاته مع ذاته ومع الآخرين وتكوينه الاجتماعي والاخلاقي (شيخي، 2014، ص.85). ويعرفها (Frank, 2000, p.24) بأنها حسن توظيف الإمكانيات العقلية و الابداعية و اثناء وجدانه ليلتامي بعواطفه ومشاعره وقيمه الانسانية و تكون النتيجة هي جودة المجتمع و يتم هذا من خلال الاسرة والمدرسة والجامعات والعمل من خلال التركيز على ثلاثة محاور هامة هي التعليم والتدريب).وتظهر جودة الحياة حسب (Brousse Boisaubert) كل الرضى وعدم الرضى الذي يختبره الفرد بخصوص حياته وهي ايضا ما يعكس تأثيرات المرض، علاجاته قرارات الرعاية الصحية على الحياة اليومية للمريض في محاولة للتقرب من وجهة نظره (Boisaubert, 2007, P. 459) وتعرفها منظمة الصحة العالمية (OMS) بأنها ادراك الفرد لوضعه في الحياة ضم محتواه الثقافي و نظام القيم الذي يعيش بداخله في علاقته مع محتوى أهدافه و توقعاته، مصالحه، قيمه، وتخوفاته فهي حقل واسع يشمل الروابط المعقدة بين الصحة الجسدية للفرد و حالته النفسية، اتجاهات الفرد واعتقاداته الشخصية علاقته الاجتماعية مع بيئة المحيط. (Letzlter, 2000, P. 25)

و يعرف دودسن (Dodson 1994) ، جودة الحياة على انها الشعور الشخصي لكفاءة وإجاد التعامل مع التحديات. أما فيلك و بيرى (felct et perry 1995)، فيعرفها على انها السعادة الكبيرة العامة التي تنتج عن التقييم الذاتي والموضوعي للسعادة الجسمية والمادية والاجتماعية والانفعالية معا جنبا إلى جنب بما يتفق مع مستوى النمو الشخصي للفرد وانشطته الهادفة والتي يتم تقييمها جميعا من منطلق ما لدى الفرد من نسق قيمي (الجوهري، 1994، ص.42). ويضيف هجيرتي وآخرون (hagertyetol , p.7, 2001) إلى أن جودة الحياة مصطلح يشير إلى جودة حياة الفرد بصفة عامة و ليس لجزء محدد منها دون الاخر لذلك فهو يرى أنه حتى وان تم تقييم جودة الحياة الى أبعاد فإنه ينبغي أن تعكس هذه الأبعاد المركبة او الصورة الكلية لجودة الحياة. في حين نجد ايمرسون (Emerson 1985) جودة الحياة بانها رضى الفرد عن قيمته واهدافه واحتياجاته من خلال تحقيقه لقدراته وامكاناته او اسلوب حياته أما بروشكي، وفابيان ((Prouchanky et Fabian 1986) فيعرفا جودة الحياة بأنها دالة للظروف البيئية الواقعية التي يعيش فيها الفرد وكذلك الكيفية التي يشعر ويدرك بها هذه الظروف (sirgy ,2000,p.283)

ويرى جمال الدين (1991) ان المهتمين بتعريف جودة الحياة يربطون بينها وبين مشاعر السعادة كشعور عام نابح من ذلك الأشياء التي نقدرها لأنها تجلب لنا مستوى معين من المعيشة فهي تستحق ذلك التقدير

إذا أمكنها ان تحقق لنا السعادة، وهي هنا ليست بمعنى الاستمتاع اللحظي وإنما تعني الإحساس بجودة المعيشة على المدى الطويل (جمال الدين، 1991، ص.67). من خلال التعاريف السابقة أنه لا يوجد مفهوم موحد لجودة الحياة فكل عالم أو مختص نظر إليها من جانب اختصاصه او مجاله الذي يعمل فيه. ونجد (عبد الفتاح، وحسين، 2006) مجموعة من التعريفات لجودة الحياة لبعض الباحثين فمنهم من عرف جودة الحياة على انها رضا الفرد بنصيبه وقدره في الحياة، والشعور الداخلي بالراحة (Taylor, Bogdan, 1990)، ومن ثم الشعور بالاستقلال والرضا الذاتي (Keith, 1990)، وامتلاك الفرص لتحقيق أهداف ذات معنى (Good, 1990)، والشعور العام بالراحة بالرضا والسعادة والسرور والنجاح (Strak, 1990)، والقدرة على تبني أسلوب حياتي يشبع الرغبات الفريدة واحتياجات الفرد .

5- بعض المفاهيم المرتبطة بجودة الحياة:

5-1- الحب وجودة الحياة: قد يكون في وسعنا أن نقول أنه كلما بقي على ظهر البسيطة أناس يحبون وينحبون فستظل الحياة جديرة بأن تعاشر وسيظل الوجود نعمة تستحق التقدير على أي مستوى من الإنسانية، فإننا لا نستطيع أن نعد (خبرة الحب) مجرد تجربة هامشية بل لابد لنا من الاعتراف بأنها تجربة مركزية أو محورية لأن الإنسان لا تتاح له فرصة الحياة سوى مرة واحدة في هذه الحياة، لا يمكن أن يحيا وحيدا لكن لا يلبث أن يمضي وحيدا كما جاء وحيدا يجد نفسه مضطرا للمشاركة في حياة الآخرين، لذا فان الحب لتوسيع دائرة وجوده بالعمل على خبرة أصلية تدخل في تكوين نسيج الوجود البشري بل انه القيمة الكبرى في الوجود الإنساني، وأن الدافع الأساسي لديمومة حياة الإنسان هو رغبته في تحقيق الهدف الذي يصبو إليه أي نحو الحب، ويمكن القول تحقيق معنى لحياته والشعور بجودتها الذي يعد أعرق شيء يدفع الفرد ن أيضا أنه أهم ظاهرة إنسانية يتم اكتشافها بواسطة الإنسان نفسه ويقول فرانكل الإنسان يستطيع أن يعطي معنى الحياة بالتمسك بما أسميه القيم المبدعة وإنجاز المطالب، ويعني أن هو نخبه، والحب هو تخبرنا إنسانا واحدا أقوى وأعلى هدف للكائنات البشرية وأن مفردا خلاص الإنسان يكون عن طريق الحب وفي أن يحب (العزاوي، 2010، ص.30)

5-2- التفاؤل وجودة الحياة: مارس التفاؤل اثرا بعيد المدى في حياتنا النفسية وفي سلوكياتنا وفيما نقوم به من خطط للاضطلاع بها في المستقبل القريب والبعيد. ولا نبالغ إذا قلنا ان جميع النشاطات الإيجابية في، حياتنا سواء كان فكرا أو عاطفة أو عمل انما ترتبط بشكل أو بآخر بما يعمل في جهازنا النفسي من تفاؤل، فما يدور في خلدنا من أفكار وما يشيع في قلوبنا من مشاعر انما يؤثر الى أبعد حد في إدراكنا للواقع الخارجي. أن جميع ما يصيبنا من نجاح وما نضطلع به من مهام، أنما يعتمد على مدى احساسنا بالتفاؤل، إذ أن توفر الإمكانيات الموضوعية لا يكفي وحده لبلوغ الأهداف النجاح في الحياة الا إذا توفر القدر الكافي والمناسب من التفاؤل وتحقيق لأن الشخص، لا يستطيع أن يخطو أي خطوة تقدمه في حياته إلا إذا استبشر بالنجاح مسبقا وشعر بالرضا والتوافق مع مطالبه (العبودي، 2015، ص.52). وأشارت منظمة الصحة النفسية الى للرضا والتحمل والثقة العالية بالنفس، ومشاعرا أن التفاؤل هو عملية نفسية إرادية تولد أفكارا وبالوقت نفسه تبعد عن الفرد حالات اليأس والعجز، فالشخص المتفائل يفسر مشاكله وأزماته بعث في النفس نوع من السكينة والطمأنينة والأمن، وهذا بدوره ينشط عند الفرد يسرا تفسيرها أجهزة

المناعة النفسية والجسمية، وبذلك يعد التفاؤل هو الطريق الأمثل للسعادة الصحة النفسية والجسمية، كما أن نظرة الشباب الى المستقبل لها تأثير واضح على مستوى طموحهم، فالفرد الذي له طموح عال نحو المستقبل بحد ذاته يعد دافعا مؤثرا فيها، أما الفرد الذي الفرد الى العمل الجاد والمثابرة والأقدام على الحياة بشكل يجعله متفائلا ينظر للحياة نظرة بؤس من الحياة هاربا ويأس فتكون نظرتة تشاؤمية، وهذا ما يجعله متعاسا (رمضان، 2012، ص.36)

3-5 الحرية وجودة الحياة: الحرية خاصية مهمة للوجود الإنساني، والإنسان هو جوهر الذي يقرر ويختار بفضل الحرية التي تعني مواجهة الغرائز أو النزعة الموروثة، أي أنه يستطيع أن يتعامل بشكل إداري وحر مع الظروف البيولوجية والاجتماعية، التي منها العلاقة بالآخرين أن الحرية وسيلة من وسائل وصول الفرد الى جودة الحياة من خلال حريته في الاختيار وتقرير مصيره واختيار الأهداف التي تناسب إمكاناته وميوله واهتماماته (الجميل، 2008، ص.31)

6 - الصعوبات التي تواجه تعريف جودة الحياة:

من خلال التعاريف السابقة يتبين ان تعريف جودة الحياة من المهام الصعبة لعدة اعتبارات منها:
- المتخصصين في كل مجال من المجالات العلمية المختلفة اعتبروا دراسة هذا المفهوم حكرا عليهم من وجهة نظرهم المتخصصة، ولذا ظهرت وجهات نظر متعددة وغير متفقة على تعريف محدد لهذا المفهوم، فقد استخدمه البعض لمعرفة جدوى برامج الخدمات لطبية والاجتماعية، أو للتعبير عن الرقي والتقدم، واستخدامه اخرون لتحديد إدراك الفرد لمدى قدرة الخدمات المقدمة اليه على إشباع حاجاته الأساسية لاستخدامه في كثير من المواقف المختلفة.

- أن مفهوم جودة الحياة من المفاهيم المحيرة نظرا لاستخدامه في الكثير من المواقف المختلفة وفروع العلم المتعددة، فيمكن أن الصحة أو السعادة يشير الى، أو تقدير الذات، أو الصحة النفسية، أو الرضا عن الحياة، ولذا تختلف وجهات النظر وتتعدد الطرائق التي يمكن ان يقاس بها، ولا يوجد اتفاق محدد حول مفهوم محدد واحد أو طريقة واحدة لقياسه.

- أن مفهوم جودة الحياة يتغير بتغير الزمان وتغير حالة الفرد النفسية والمرحلة العمرية التي يمر بها فالسعادة تحمل معاني متعددة للفرد نفسه في المواقف المختلفة، فالمريض يرى السعادة في الصحة، والفقير يرى السعادة في المال، وهكذا تتغير المفاهيم مع تغير الظروف المحيطة بالفرد (الهنداوي، 2011، ص.30-31)

- يعد مفهوم جودة الحياة مفهوما نسبيا يختلف من شخص لآخر من الناحيتين (النظرية والتطبيقية) استنادا الى المعايير التي يعتمد عليها الأفراد لتقويم الحياة ومتطلباتها، والتي غالبا ما تتأثر بعوامل كثيرة تتحكم في تحديد مقومات جودة الحياة، مثل: القدرة على التفكير، واتخاذ القرارات، والقدرة على التحكم وإدارة الظروف المحيطة، والصحة الجسمية والنفسية والظروف الاقتصادية والاجتماعية والمعتقدات الدينية والقيم الثقافية والحضارية التي يحدد من خلالها الأفراد الأشياء المهمة والأكثر أهمية، والتي تحقق سعادتهم الحياة (الهمص، 2010، ص.45)

حدثا المفهوم على مستوى التناول العلمي الدقيق:

- لا يرتبط هذا المفهوم بمجال محدد من مجالات الحياة أو بفرع معين من فروع العلم، إنما هو مفهوم موزع بين الباحثين والعلماء على اختلاف تخصصاتهم والملفت للنظر إن أصحاب كل تخصص يرون إنهم الأحق باستعمال هذا المفهوم سواء كان هؤلاء تخصص علم الاجتماع أو الطب بفروعه المختلفة أو العلوم البيئية أو الاقتصادية (رمضان، 2012، ص.18)

ولكننا نجد أن هناك جوانب عديدة تناولت مفهوم جودة الحياة على الرغم من الصعوبات التي سبق ذكرها وثمة أربعة اتجاهات رئيسة في تعريف جودة الحياة

* الاتجاه الفلسفي: تناولت الفلسفة مفهوم جودة الحياة بوصفه دافعا لسلوك الإنساني، أساسيا، فجميع الفلاسفة الإغريق قدموا أفكارا تتفق حول معنى هذا المفهوم على أنه يأتي من معرفة الحقيقة ومن تطهير الإنسان نفسه في الانفعالات المكبوتة أو المؤلمة التي تأتي من خلال وجوده مع اشخاص آخرين أو نقيض ذلك وهو العزلة والتفكير الفردي المنعزل (P.121995, Myers)

ويؤكد هذا الاتجاه ان مفهوم جودة الحياة حق متكافئ في الحياة والازدهار وهناك كثير من المؤشرات التي تدل على أن الانسان يتمتع بجودة الحياة وواحدة منها هي السعادة

* الاتجاه النفسي: أعتمد على إدراك الفرد كمحدد أساسي للمفهوم وعلاقة المفهوم بالمفاهيم النفسية الأخرى وأهمها القيم والحاجات النفسية وإشباعها وتحقيق الذات والصحة النفسية والثقة بالنفس ومستويات الطموح لدى الفرد الاتجاه الاجتماعي: يشتمل على العلاقات والاهتمامات المالية والدعم الاجتماعي فالإنسان اجتماعي بطبيعته يحتاج الى الآخرين من أجل سعادته كما أن التمتع بالصحة الجيدة والقدرة الوظيفية العالية والدخل المرتفع والعلاقات الاجتماعية مع الأسرة والأصدقاء وزملاء العمل من أهم العوامل المحددة الجودة الحياة.(الخرافي، 2013، ص.29)

*الاتجاه الطبي: اعتمد الاتجاه الطبي على تحديد مؤشرات جودة الحياة، ولم يحدد تعريفا لهذا المفهوم، وقد زاد اهتمام الأطباء والمتخصصين في الشؤون الاجتماعية والباحثين واضحا في العلوم الاجتماعية بتعزيز ورفع جودة الحياة لدى المرضى من خلال توفير الدعم النفسي والاجتماعي لهم، ويحدد المتخصصون في الطب جودة الحياة بالوظيفة العضوية، في حين كان الأطباء النفسيون ينظرون الى جودة الحياة باقتران العلاقات المتداخلة بين المجال العضوي والانفعالي والاجتماعي(العجمي، 2015، ص.19-20).

*الاتجاه الاجتماعي: يركز أصحاب هذا الاتجاه في تفسيرهم لجودة الحياة على المجتمع وما يقدمه للفرد من خدمات ودعم ووفرة وتفاعل بين الأفراد.

خاتمة:

بناء على ما تقدم من تعريفات لمفهوم جودة الحياة نعرفه على أنه يسعى الانسان لحياته متممة بالرضا وبكل معاني الايجابية من خير سعادة، ونجاح في جميع مناحيها المختلفة مع التأكيد على خلوها من كل ما من شأنه جعل الأفراد والمجتمعات والمنتمين إليها يعيشون في سلبية واحباط وجودة الحياة هي أيضا طريقة حياة مميزة راقية.

ومن خلال ما تم عرضه في هذا البحث نستطيع القول أن جودة الحياة مفهوم حديث لكن العلماء والباحثين تناولوه بشكل مكثف منذ بداياته والذي كان ضمن علم النفس الإيجابي ومن خلال ما سبق تبين أن هذا المصطلح مفهومه نسبي يختلف من شخص إلى آخر ومن مجتمع لآخر أيضا.

المراجع المعتمدة:

- 1- هاشم، سامي موسى. (2001). جودة الحياة لدى المعوقين جسميا والمسنين وطلاب الجامعة، مجلة الإرشاد النفسي، (13)، 125-180 .
- 2- أحمد سمية علي، عبد الوارث، وفاء سيد محمد، حسين، (2008)، فعالية الإرشاد بالمعنى في تحسين جودة الحياة النفسية لدى طالبات كلية التربية. دراسات عربية في التربية وعلم النفس (ASEP) ، (3(1)، (217-242).
- 3- الجوهري، هناء محمد. (1994). المتغيرات الاجتماعية والثقافية المؤثرة على نوعية الحياة في المجتمع المصري في السبعينات. رسالة دكتوراه، جامعة القاهرة، مصر .
- 4- الهنداوي، محمد حامد إبراهيم. (2011). الدعم الاجتماعي وعلاقته بمستوى الرضا عن جودة الحياة لدى المعاقين حركيا بمحافظة غزة. رسالة ماجستير، جامعة الأزهر، مصر. 15-رمضان، نهى نجاح عبد الله، (2012). أثر برنامج ارشادي في تحسين جودة الحياة لدى طلبة الجامعة. رسالة ماجستير، جامعة ابن رشد، بغداد.
- 5- الهمص، صالح اسماعيل عبد الله. (2010). قلق الولادة لدى الامهات في المحافظات الجنوبية لقطاع غزة وعلاقته بجودة الحياة. رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية، السعودية.
- 6- العجمي، سعيد رفعان. (2015). جودة الحياة وعلاقتها بالتوجيه لدى المستقبل لدى طلاب كلية الدراسات العليا بجامعة نايف العربية. رسالة دكتوراه، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، السعودية 7-
- رغداء علي نعيصة عباس، سهيلة محمد والزامل، علي عبد جاسم. (2006). التطوير التنظيمي وجودة حياة العامل، ندوة علم النفس وجودة الحياة، جامعة السلطان قابوس، الأردن.
- 7- عبد الفتاح، فوقية وحسين محمد. (2006). العوامل الأسرية والمدرسية والمجتمعية المنبئة بجودة الحياة لدى الأطفال ذوي صعوبات التعلم بحافظة بني سويف، مصر .
- 8- Karen, O, Lambour, G, Greenspan, S. (1990). Quality of life perspectives (and issues Washington: American Association on Mental, pp. 85-92).