

جودة الحياة الأسرية كبعد لتحقيق جودة الحياة في المجتمع الجزائري

الأبعاد والتحديات

د/ أم الخير السوفي

جامعة قاصدي مرباح - ورقلة

ملخص:

لقد أصبح مفهوم جودة الحياة من أكثر المفاهيم تداولاً في السنوات الأخيرة من طرف العلماء والباحثين في مختلف المجالات وخاصة علماء النفس، وهذا من حيث أنه يشير إلى أسلوب منظم للعيش يرافقه شعور الفرد بالسعادة والرضا عن الوضع في الحياة، وقدرته على اشباع حاجاته من خلال ثراء البيئة ورفي الخدمات المقدمة في المجالات الصحية والاجتماعية والتعليمية والنفسية، والتي تكون من أجل تحقيق التوافق والرضا لدى الفرد خاصة في ظل التغيرات الاجتماعية والاقتصادية التي انعكست على حياة الأسرة بأكملها، وبما أن الأسرة هي المؤسسة التربوية والاجتماعية الأهم في حياة الفرد والحضن الدافئ الذي يوفر له السعادة ويحقق له التوافق النفسي والاجتماعي، أصبحت الجودة في الحياة الأسرية مطلباً وضرورة في نفس الوقت ومن القضايا الأساسية المتعلقة بتطوير السياسات وتلبية الاحتياجات الاجتماعية، وتحقيق الاستقلالية والاستمتاع بالحياة، والاتصال الاجتماعي.

الكلمات المفتاحية: جودة الحياة ؛ جودة الحياة الأسرية ؛ الأبعاد والمؤشرات ؛ الأسرة الجزائرية ؛ الأسرة.

1- مقدمة

تشهد المجتمعات اليوم تغيرات سريعة في جميع المجالات سياسية واقتصادية واجتماعية، مما خلق نوعاً من الاستقرار لكل فئات المجتمع، حيث طرح القرن الحادي والعشرين جملة من المفاهيم الجديدة وتحديات كثيرة، ولمواجهة تحديات العصر الحالي وجب على الفرد توظيف كل قدراته ومهاراته واستغلال كل امكانياته لمواكبة التقدم المعرفي والتقني المتسارع، لذلك يسعى الفرد لمواجهة متطلبات الحياة اليومية بكل ما يملك من قيم ومعتقدات من خلال سلوكياته لتحقيق النجاح في الحياة للوصول إلى خلق جودة الحياة.

ويعد مصطلح جودة الحياة من المصطلحات الحديثة في مجال علم النفس عامة وبؤرة اهتمام علماء النفس الإيجابي خاصة، وهذا لأهمية النظرة الإيجابية للحياة بعدما كان التركيز منصبا على الجوانب السلبية في الشخصية الإنسانية وعلى الأمراض والإضطرابات النفسية وتشخيصها وعلاجها، ويؤكد الباحثون على أن جودة الحياة تمثل مفهوماً واسعاً يتأثر بجوانب متداخلة منها الذاتية وأخرى موضوعية، حيث تشير الجوانب الذاتية إلى درجة الترابط الاجتماعي والقيم والمعتقدات الاجتماعية ورضا الفرد على مختلف جوانب الحياة، بينما تضم الجوانب الموضوعية مجموعة المؤشرات القابلة للملاحظة والقياس كأوضاع العمل، مستوى الدخل، المكانة الاجتماعية والاقتصادية، فجودة الحياة هي علاقة تبادلية بين متطلبات البيئة والخصائص الشخصية، وبين إدراك الفرد لاحتياجاته الشخصية والمصادر الاجتماعية في

البيئة (الشيراوي ومريم عيسى، 2013، ص67)، فالعوامل البيئية تعتبر من المحددات الأساسية لإدراك الفرد لجودة الحياة.

ونجد أصحاب الاتجاه الاجتماعي يركزون على الأسرة والمجتمع في نظرتهم لمفهوم جودة الحياة، وعلاقات الأفراد والمنظمات الحضارية والسكان والدخل والعمل، فالعنصر الأساسي لجودة الحياة يتضح في العلاقة الانفعالية القوية بين الفرد وبيئته، هذه العلاقة التي تتوسطها مشاعر وأحاسيس الفرد ومدركاته، فأصبحت جودة الحياة من أهم القضايا في حياة الأفراد والمجتمعات باعتبارها القاعدة الأساسية لتفادي العديد من المشكلات التي قد تعترض الفرد في حياته وهو ما ينعكس على كل المجتمع، والمجتمع الجزائري كغيره من المجتمعات الإنسانية يسعى إلى توفير كل متطلبات الجودة في حياة الفرد ومنه الأسرة من خلال برامج التنمية التي تهتم بالجوانب الاقتصادية والاجتماعية وحتى البيئية التي تحقق للفرد كل فرص العيش في سعادة ورضا.

فكلما انتقل الإنسان إلى مرحلة جديدة في حياته فرضت عليه متطلبات وحاجات جديدة لهذه المرحلة تلح على الاشباع، مما يجعل الفرد يشعر بضرورة مواجهة متطلبات الحياة في المرحلة الجديدة، فيظهر الرضا في حالة الاشباع، أو عدم الرضا في حالة عدم الاشباع نتيجة لتوافر مستوى مناسب من جودة الحياة، وبما أن الأسرة هي المؤسسة المتخصصة التي تنشأ الفرد وتعمل على تدريبه على الامتثال إلى قيم المجتمع واتجاهاته وتسعى إلى بناء شخصية سليمة لأعضائها واشباع مختلف حاجاتهم، وهو ما يخلق لديهم الشعور بالجودة في الحياة الأسرية، هذه الأخيرة التي تعني الوصول بكل فرد من أفراد الأسرة إلى مرحلة اشباع جميع حاجاته المادية والنفسية والعاطفية والثقافية ليستطيع مواجهة ضغوطات الحياة وصعوباتها، إلا أن ذلك يتطلب من كل فرد أن يؤدي واجباته تجاه أسرته ومجتمعه الذي يحيط به للوصول إلى تحقيق جودة حياة أسرية، وهو ما يكمن في مقدار التألف والمحبة والاحترام داخل الأسرة نفسها من خلال تقاسم الآباء والأبناء الواجبات والحقوق.

1- لمحة عن مفهوم جودة الحياة:

يعد مفهوم جودة الحياة مفهوم ديناميكي يتضمن معنى التغيير، وعليه نجد الأدبيات النفسية تشير إلى صعوبة صياغة تعريف محدد لجودة الحياة، فهو يتسم بالغموض وهو ما يرجعه الكثير إلى عدة أسباب أهمها حداثة المفهوم على مستوى التداول العلمي، وارتباطه بالعديد من العلوم، بالإضافة إلى أنه مفهوم يتغير بتغير الزمن وكذا الحالة النفسية والمرحلة العمرية للفرد.

تمثل جودة الحياة درجة الرضا أو عدم الرضا التي يشعر بها الفرد اتجاه المظاهر المختلفة في الحياة ومدى سعادته بالوجود الإنساني، وتشمل الاهتمام بالخبرات الشخصية لمواقف الحياة، كما أنها تشمل على عوامل داخلية ترتبط بأفكار الفرد حول حياته، وعوامل خارجية كتلك التي تقيس سلوكيات الاتصال الاجتماعي، النشاطات ومدى انجاز الفرد للمواقف (مبارك، د.س، ص720).

إن الشعور بجودة الحياة يمثل أمراً نسبياً لأنه يرتبط ببعض العوامل الذاتية، كما يرتبط ببعض العوامل الموضوعية، هذه العوامل التي تجعل قياس درجة جودة الحياة أمراً ضرورياً في حياة الفرد، ويعرف دينبير جودة الحياة بأنها الإدراكات الحسية للفرد تجاه مكانته في الحياة من الناحية الثقافية، ومن منظومة القيم

في المجتمع الذي يعيش فيه الفرد، وكذلك علاقته بأهدافه وتوقعاته وثوابته ومعتقداته، ويشمل أوجه الحالة النفسية ومستوى الإستقلال الشخصي (بوعيشة أمال، 2014، ص71).

يستخدم مصطلح جودة الحياة لتقييم الرفاه العام للأفراد والمجتمعات، فلا ترتبط مؤشرات قياس جودة الحياة بالثروة وفرص العمل فقط بل ترتبط أيضا بالبيئة العمرانية والصحة البدنية والعقلية والتعليم والترفيه وقضاء وقت الفراغ والانتماء الاجتماعي، ويرى فرانك Frank أن جودة الحياة هي إدراك الفرد للعديد من الخبرات، وبالمفهوم الواسع هي شعور الفرد بالرضا مع وجود الضروريات في الحياة مثل: الغذاء، المسكن وما يصاحب هذا الاحساس من شعور بالانجاز والسعادة.

ويرى العارف بالله أن جودة الحياة هي البناء الكلي الذي يتكون من مجموعة المتغيرات المتنوعة التي تهدف إلى إشباع الحاجات الأساسية للأفراد الذين يعيشون في نطاق هذه الحياة، بحيث يمكن قياس هذا الإشباع بمؤشرات موضوعية تقيس الامكانيات المتدفقة على الفرد، ومؤشرات ذاتية تقيس مقدار الإشباع الذي تحقق (بحرة، 2015، ص13)، ومنه تمثل جودة الحياة درجة رضا أو عدم الرضا التي يشعر بها الفرد اتجاه المظاهر المختلفة في الحياة ومدى سعادته بالوجود الإنساني، وتشمل الاهتمام بالخبرات الشخصية لمواقف الحياة، كما انها تشتمل على عوامل داخلية ترتبط بأفكار الفرد حول حياته وعوامل خارجية كتلك التي تقيس سلوكيات الاتصال الاجتماعي، النشاطات ومدى انجاز الفرد للمواقف (مبارك، د.س، ص720).

ويرى الأشول أن جودة الحياة تتمثل في درجة رقي مستوى الخدمات المادية والاجتماعية التي تقدم لأفراد المجتمع، وإدراك هؤلاء الأفراد لقدرة الخدمات التي تقدم لهم على اشباع حاجاتهم المختلفة، ولا يمكن أن يدرك الفرد جودة الخدمات التي تقدم له بمعزل عن الأفراد الذين يتفاعل معهم، أي أن جودة الحياة ترتبط بالبيئة المادية والبيئة النفسية الاجتماعية التي يعيش فيها الفرد (الأشول وعز الدين، 2005، ص11).

لقد وجد الباحثون في العلوم النفسية والتربوية خاصة صعوبة في تعريف جودة الحياة تعريفاً محدداً حيث تعددت الآراء حول هذا المفهوم، إلا أنه عادة ما يشار في أدبيات المجال إلى تعريف منظمة الصحة العالمية بوصفه أقرب التعريفات إلى توضيح مضامين هذا المفهوم، فجاء التعريف بأن جودة الحياة هي إدراك الأشخاص إلى امكانياتهم في الواقع وتشمل العديد من المكونات منها الثقافة والقيم والنظام التي من خلالها ولها علاقة بأهدافهم، وتطلعاتهم واهتماماتهم في ضوء تقييمهم لجوانب حياتهم والتي تشمل الرضا عن الحياة، أنشطة الحياة اليومية (يمينه، 2016، ص80).

2- التناول النظري لمفهوم جودة الحياة:

تشير جودة الحياة إلى الاستمتاع بالظروف المادية في البيئة الخارجية والاحساس بحسن الحال واشباع الحاجات والرضا عن الحياة، فضلا عن إدراك الفرد لجوانب حياته وشعوره بمعنى الحياة إلى جانب الصحة الجسمية الإيجابية وتوافقه مع القيم السائدة في المجتمع (محمود وعلي مهدي، 2006، ص65)، وقد أكدت النظريات الحديثة على دور المحددات النفسية في تفسير جودة الحياة من خلال الأطر النظرية التالية:

2-1- المنظور المعرفي: ركز المنظور المعرفي على فكرتين مهمتين هما: أن طبيعة إدراك الفرد هي التي تحدد درجة شعوره بجودة حياته من جهة، وأن العوامل الذاتية هي الأقوى أثرًا من العوامل الموضوعية في تحديد درجة شعورهم بجودة الحياة، فكانت **نظرية لاوتن Lawtan theory** الإطار النظري الذي جاء ليوضح فكرة جودة الحياة وفق المنظور المعرفي، حيث أشار لاوتن إلى أن إدراك الفرد لنوعية حياته يتأثر بظرفين هما:

أولاً: البيئة المحيطة التي تمثل الطرف المكاني للفرد والتي تؤثر على إدراكه لجودة حياته، سواء كان تأثيرًا مباشرًا كالتأثير على الصحة مثلًا، أو غير مباشر كرضا الفرد على البيئة التي يعيش فيها.

ثانياً: وهو الطرف الزمني والمتعلق بعمر الفرد فكلما تقدم الفرد في السن كلما كان أكثر سيطرة على ظروف بيئته وبالتالي أكثر ايجابية على شعوره بجودة الحياة.

كما ظهرت **نظرية شالوك Schalok theory** لتقدم تحليلاً لمفهوم جودة الحياة على أساس أنه مفهوم مكون من ثمانية مجالات، لكل مجال ثلاثة مؤشرات والتي تؤكد على أثر الأبعاد الذاتية باعتبارها أكثر أهمية من الأبعاد الموضوعية في تحديد درجة شعور الفرد بجودة حياته، والجدول التالي يوضح مجالات ومؤشرات جودة الحياة حسب نظرية شالوك:

جدول رقم (01): يبين مجالات ومؤشرات جودة الحياة حسب شالوك:

المجالات							
السعادة الوجدانية	العلاقات بين الشخصية	السعادة المادية	النمو الشخصي	السعادة البدنية	تقرير المصير	الاندماج الاجتماعي	الحقوق البشرية والقانونية
-الرضا -مفهوم الذات -انخفاض الضغط	-التفاعلات -العلاقات -الاسناد	-الحالة المادية -العمل -السكن	-التعليم -الكفاءة الشخصية -الأداء	-الصحة -الأنشطة اليومية -وقت الفراغ	-الاستقلالية -الأهداف -الاختبارات	-التكامل -الترايط الاجتماعي -الأدوار المجتمعة	-الحقوق الفردية -حقوق الجماعة -القانون والعمليات الواجبة

المصدر: بوعيشة أمال، مصدر سبق ذكره، ص 92.

2-2- المنظور الإنساني: يرى هذا المنظور أن فكرة جودة الحياة هي ارتباط ضروري لعنصرين هما: وجود كائن حي وبيئة جيدة يعيش فيها هذا الكائن، حيث تتأثر حياة الفرد بالبيئة الطبيعية المتمثلة في الموارد الطبيعية التي تشكل مقومات حياة الفرد، بالإضافة إلى البيئة الاجتماعية والتي تضبط سلوك الأفراد والجماعات وفقاً للمعايير السائدة في المجتمع، في حين تمثل البيئة الثقافية والتي تظهر في قدرة الفرد على صنع بيئة حضارية مادياً أو معنوياً (رضوان و فوقية، 2006، ص 98).

أكد هذا المنظور في تفسيره لجودة الحياة على مفهوم الذات، حيث بين أن حقيقة الحياة الإنسانية تتطوي على امكانيات هائلة لتحقيق أفضل المستويات للتطور والإرتقاء في الحياة، وتمثل نظرية رايف

Ryff إحدى النظريات التي تبنت المنظور الإنساني حيث تدور نظرية رايف حول مفهوم السعادة النفسية كما يبين أن جودة الحياة تكمن في قدرته على مواجهة الأزمات التي تظهر في مختلف مراحل حياته، والتطور في حياته هو الذي يحقق سعادته النفسية التي تعكس شعوره بجودة حياته، ويرى أن شعور الفرد بجودة الحياة يظهر في ستة أبعاد تشير إلى الصفات التي تحدد معنى السعادة النفسية وهي: (مبارك، د.س، ص ص 726-727)

1/ الاستقلالية: وهي قدرة الشخص على أن يقرر مصيره بنفسه، ويكون مستقلا بذاته، قادرا على مقاومة الضغوط الاجتماعية، يتصرف بطرائق مناسبة، منظم في سلوكه، يقيم ذاته بما يتناسب وقدراته الشخصية.

2/ التمكن البيئي: وصفاته: الكفاية الذاتية للفرد على التحكم وإدارة نشاطاته وبيئته، قدرته على الافادة من الفرص المتاحة لديه، قدرته على اتخاذ الخيارات الملائمة لحاجاته النفسية والاجتماعية، قدرته على اختيار قيمة الشخصية، قدرته على التصرف بما يتناسب ومعايير مجتمعه.

3/ النمو الشخصي: ويشير إلى: شعور الفرد بالنمو والارتقاء المستمر، ادراكه لتطور وتوسع ذاته، انفتاحه للتجارب الجديدة، احساسه الواقعي بالحياة، شعوره بتحسن ذاته وتطور سلوكه يوما بعد آخر، سلوكه يتغير بطرائق تزيد من معرفته وفعاليته الذاتية.

4/ العلاقات الايجابية مع الآخرين: وصفاته: رضا الفرد عن علاقاته الاجتماعية، ثقته بالآخرين من حوله، قناعته برفاهية الآخرين، قدرته على التعاطف والتودد للآخرين، اهتمامه بالتبادل الاجتماعي، اظهاره للسلوك التواصلي مع الآخرين.

5/ تقبل الذات: وصفاته هي: اظهار الفرد توجهها ايجابيا نحو ذاته، قبوله بالسمات أو الخصائص المكونة لذاته، الشعور الايجابي لحياته الماضية، تفكيره الايجابي لذاته المستقبلية، يشعر بخصائص ذاته المميزة، يظهر النقد الايجابي لذاته.

6/ الهدف من الحياة: وهو أن يمتلك المعتقدات التي تعطي معنى للحياة الماضية والحاضرة، ن يضع اهدافا تجعل حياته ذات معنى في تحقيقها، أن يسعى لتحقيق غاياته في الحياة، أن يكون له القدرة على توجيه أهداف حياته، أن يكون قادرا على الادراك الواضح لأهداف حياته، أن يدرك أن صحته النفسية تكمن في احساسه بمعنى الحياة.

2-3- المنظور التكاملي: وتمثله نظرية اندرسون **Anderson theory** والذي قدم شرحًا تكامليًا لمفهوم جودة الحياة يقوم على مفهوم السعادة ومعنى الحياة ونظام المعلومات البيولوجي والحياة الواقعية وتحقيق الحاجات ، أشار اندرسون إلى أن ادراك الفرد لحياته هو ما يجعله يقيم شخصيًا ما يدور حوله، ولشعوره بجودة الحياة يجب توفر ثلاث سمات هي:

- الأفكار المتعلقة بالهدف الشخصي الذي يسعى إلى تحقيقه.

- وجود معنى للعلاقة بين الأفكار والأهداف.

- الشخصية والعمق الداخلي.

وتتمثل المؤشرات الدالة على جودة الحياة حسب المنظور التكاملي في المؤشرات التالية:

1/ شعور الفرد بالرضا هو الذي يشعره بجودة حياته.
2/ يعتبر اشباع الحاجات أمر نسبي يختلف باختلاف الأفراد والثقافات وعليه ليس بالضرورة يؤدي إلى رضا الفرد.

3/ شعور الفرد بجودة الحياة يكون باستغلاله لامكانياته وعلاقاته الاجتماعية الجيدة وأن تكون له أهداف ذات معنى، وانتمائه لعائلة تبث فيه الاحساس بالحياة.

2-4- النموذج النظري العربي لجودة الحياة: يمثل مصطلح جودة الحياة حسب النموذج النظري العربي ظاهرة متعددة الجوانب صحية واجتماعية واقتصادية ونفسية، والتي تتأثر بالنظام السائد في المجتمع، وتقسم هذه النظرية محددات جودة الحياة إلى قسمين هما: محددات داخلية وتشمل الهويات الشخصية، الصحة العامة، القدرات والمهارات الشخصية وغيره.

ومحددات خارجية وتتمثل في الرضا عن الدخل الشهري للأسرة، نوعية السكن
في حين يتم توزيع هذه المحددات بين الأسس الذاتية وهي التي تشير إلى المنظور الشخصي للفرد، والأسس الموضوعية والتي تشير إلى الاختبارات والمقاييس التي تسمح للفرد موازنة نفسه مع جماعته.

3- أبعاد ومؤشرات جودة الحياة:

تعتبر جودة الحياة من المتطلبات الأساسية في الوقت الحاضر لتحقيق الصحة النفسية والرفاهية في الحياة، وعادة ما يتم التطرق إلى هذا المفهوم في ضوء بعدين أساسيين لكل منهما مؤشرات معينة هي البعد الذاتي والبعد الموضوعي، إلا أن الغالبية يركزون على البعد الموضوعي والذي يتضمن مؤشرات قابلة للملاحظة والقياس المباشر مثل: أوضاع العمل، مستوى الدخل، المكانة الاجتماعية والاقتصادية...إلا أن البعض الآخر أوضحوا أن المؤشرات الذاتية أكثر أهمية لتعلقها بالجوانب الاجتماعية والتي تعد أكثر دلالة باعتبارها من العوامل التنبؤية لجودة الحياة عند الفرد.

إن مفهوم جودة الحياة مفهوم متعدد الأبعاد والجوانب، وينظر إلى جودة حياة الفرد من زوايا مختلفة فهو مفهوم نسبي لدى الفرد ذاته وهذا وفقا للمراحل العمرية والدراسية والظروف والمواقف التي يعيشها، ونربط هذا المفهوم بحاجات الفرد النفسية والاجتماعية والروحية والبدنية والعقلية، ويتم اشباع هذه الحاجات عندما تمثل الحاجات واشباعها مقومات جودة الحياة عند الفرد (الدابسي ، 2006، ص135)، وتتمثل أبعاد جودة الحياة في الأبعاد التالية:

3-1- البعد البيولوجي: ويتعلق هذا البعد بتنمية الفرد من حيث طاقاته البدنية والجسمية، ويعمل على ضمان صحته واستمرارها مدى الحياة.

3-2- البعد المعرفي: ويتمثل في تنمية قدرات الفرد الأدائية والعقلية والمعرفية والمهارية، وتجعلها في تطور وتجدد مستمرين.

3-3- البعد النفسي: ويتعامل هذا البعد مع تنمية قدرات الفرد الروحية والنفسية والثقة وتقدير الذات.

3-4- البعد الاجتماعي: ويتعامل مع تنمية المهارات الاجتماعية المختلفة لدى الفرد من تقدير المجتمع والذات الاجتماعية الفردية والاجتماعية، وتقدير العلاقات البيئية مع الآخرين.

إن جودة الحياة مفهوم متعدد الأبعاد وأجزائه تؤثر في بعضها البعض، فضلا عن المجموع إنها حتما تطرح قضية تفرض تحد للقياس (Alison J & al, 2003, p. 3)، فتحديد مدى جودة حياة الفرد يعد أمرا نسبيا وهذا لإرتباطه بعوامل ذاتية وأخرى موضوعية، وعليه فتحقيق جودة الحياة بشكل مطلق غير وارد في حياة الإنسان، حيث يرتبط قياس هذا المفهوم بعدة مؤشرات والتي حددها فلوفيلد **Fallowfield** في المؤشرات التالية:

1- المؤشرات النفسية: وتشير إلى شعور الفرد بالقلق والإكتئاب أو التوافق مع المرض، أو الشعور بالسعادة والرضا.

2- المؤشرات الاجتماعية: وتظهر من خلال العلاقات الشخصية ونوعيتها فضلا عن ممارسة الفرد للأنشطة الاجتماعية والترفيهية.

3- المؤشرات المهنية: وتشتمل درجة رضا الفرد عن مهنته وحبها لها، والقدرة على تنفيذ مهام وظيفته وقدرته على التوافق مع واجبات عمله.

4- المؤشرات الجسمية والبدنية: وتتمثل في رضا الفرد عن حالته الصحية، والتعايش مع الآلام، والنوم والشهية في تناول الغذاء والقدرة الجنسية (بوعمامة، 2019، ص352).

وتشير منظمة الصحة العالمية (WHO) إلى أن مفهوم جودة الحياة العالمي يتكون من عدة أبعاد مثل: الحالة النفسية، الحالة الانفعالية، الرضا عن العمل والحياة، المعتقدات الدينية والتفاعل الأسري، التعليم، الدخل المادي، وعليه تتكون جودة الحياة من الإدراك الذاتي للفرد عن حالته العقلية وصحته الجسمية وقدرته الوظيفية ومدى فهمه للأعراض التي تعتريه، وقد لخص شالوك هذه المؤشرات في جدول يضم المجالات والمؤشرات المحددة لجودة الحياة (جدول رقم 1 سابق).

4- جودة الحياة الأسرية:

تعتبر الأسرة أولى المجتمعات التي يتعامل معها الفرد في حياته وأساس كل المجتمعات، فنجاح الأسرة واستقرارها مؤشر ومَنفذ لاستقرار المجتمع ورفاهيته.

4-1- تعريف الأسرة:

لا خلاف في أن الأسرة هي أساس المجتمع ولبنة من بنيانه، فهي المسؤولة عن تنشئة الأفراد واكسابهم مهارات الحياة ومعارفها، وفيها تتكون ميولاتهم وعواطفهم، وتشكل الأسرة مركز بناء الهوية الذاتية وأسس صحة أبنائها النفسية وحصانتهم الخلقية، كما تنمي في نفوسهم بذور احترام الذات والثقة بالنفس، فيمقدار استقامة أمور الأسرة تستقم النظرة إلى نوعية الحياة.

الأسرة هي أكثر من تجمع من الأفراد الذين يتقاسمون حيزا مكانيا ونفسا خاصا، فهي منظومة طبيعية لها خصائص تميزها عن سواها، وطورت طاقما من القواعد والأدوار المحددة لأفرادها، حيث يرتبط الأفراد ضمن هذه المنظومة بارتباطات عاطفية متبادلة ومستمرة، فالأسرة هي الجماعة المرجعية الأولى التي ينشأ بها الفرد ويؤدي أكبر تأثير في تنشئته الاجتماعية، حيث تنمو البذور الأولى لسماته الشخصية وفيها يقضي الفرد معظم وقته، ويتحدد توافقه الأسري في ضوء ظروفها ومدى قيامها بمسؤولياتها في رعاية الفرد وتحديد مطالبه (أبو زعيزع عبد الله، 2009، ص369).

لا تعيش الأسرة في الفراغ بل هي تنغرس حتما في شبكة من منظومات ايكولوجية وسياسية واقتصادية واجتماعية وثقافية، وهي تتفاعل وتتبادل التأثير والتأثر مع كل من هذه المنظومات وخصائصها وظروفها وتحولاتها الدينامية (حجازي، 2015، ص23) وفي خضم هذه التحولات تسعى الأسرة إلى الحفاظ على استقرارها ووصولها إلى التكيف مع ظروفها الذاتية والخارجية. ويعرف **كولي** الأسرة بأنها الجماعات التي تؤثر على نمو الأفراد وأخلاقهم منذ المراحل الأولى من العمر وحتى يستقل الإنسان بشخصيته ويصبح مسؤولا عن نفسه وعضوا فعالا في المجتمع (عبد الرحمن سعد وآخرون، 2016، ص22).

4-2- ماهية الأسرة الجزائرية:

تعد الأسرة الجزائرية أسرة ممتدة يعود النسب فيها إلى الأب والجد باعتبارهما القائد الروحي لكل الأسرة، إلا أن الملاحظ حاليا أنها تتجه نحو الأسرة النووية (النوعية) وهذا نتيجة الظروف الاقتصادية والسياسية والاجتماعية وبالرغم من هذه التحولات لاتزال تحتفظ بخصائص الأسرة الممتدة وهذا من خلال حرصها على العادات والتقاليد والأعراف والقيم.

أدت التغيرات والتطورات التي مرت بها الأسرة الجزائرية إلى انتقالها إلى نمط الأسرة النووية، فقد كانت الأسرة الجزائرية متميزة بتماسكها وحفاظها على البيت الذي يضم العائلة الكبيرة، إلا أن انفتاح العائلة الجزائرية على الثقافات الأجنبية من خلال الانترنت والفضائيات وهو ما غير نظرتها نحو العائلة وخاصة فكرة التواجد في بيت واحد يضم كل العائلة، فأصبح ينظر إلى العائلة المثالية من منظور الاستقلالية عن العائلة الممتدة وهو ما أحدث تغييرا على مستوى تركيبة المجتمع الجزائري، في حين توفر الأسرة الممتدة (التقليدية) علاقات اجتماعية واسعة تساهم في صحة ورفاهية الأسرة ككل وهو المفهوم الذي يشير إلى الجودة في الحياة، فانتهال الأسرة الجزائرية من النمط التقليدي إلى النمط الحديث أدى إلى خلق فجوة بين الأهل والأقارب وآلت العلاقات إلى الإنحلال والتباعد.

لا يمكن فهم الأسرة كظاهرة منعزلة عن باقي الظواهر بل لابد من النظر إليها في ضوء النظم الاقتصادية والسياسية والدينية وحتى الأوضاع السكانية في المجتمع، الذي تكون جزء منه يتأثر وتؤثر في نفس الوقت (الخولي، 1984، ص130)، وعليه تضافرت عدة عوامل أدت إلى التغيرات التي عرفتها الأسرة، فالعامل الجغرافي الذي يمثل مكونات البيئة الطبيعية التي يعيش فيها الإنسان، والتغيرات التي تحدث في الجانب الجغرافي (الموقع، الثروات المعدنية والحيوانية...).

أما العامل الاقتصادي فهو أكثر العوامل تأثيرا على الأسرة نظرا لارتباط النظام الاقتصادي بالنظام الأسري، كما كان للتقدم التكنولوجي الأثر الكبير على العلاقات بين أفراد الأسرة من حيث بنائها ووظائفها، وهو ما أدى إلى التوجه نحو الأسرة النووية، كما تقلصت وظائف الأسرة في ظل اعتناق التكنولوجيا الحديثة في مختلف مجالات الحياة.

كما لا نهمل دور العامل الديمغرافي في إحداث تغييرات عميقة في حياة الأسرة الجزائرية، وهو ما يظهر على مستوى حجمها وتوزيع السكان وتركيبهم وهذا من خلال معدلات الوفيات والمواليد، الهجرة، نسب الأطفال وغيرها من العوامل التي تؤدي بالضرورة إلى التغيرات الاجتماعية.

4-3- مفهوم جودة الحياة الأسرية:

تعبر جودة الحياة الأسرية عن الاهتمام بالحالة النفسية للفرد والتي تتأثر بدورها بكثير من الصعوبات التي تواجه الفرد في حياته، وتؤثر على نوعية وطبيعة حياته ومستوى الصحة النفسية لديه، ويكمن تحقيق جودة الحياة الأسرية في مقدار التآلف والمحبة والاحترام داخل الأسرة نفسها، فهي مشاركة يتقاسم فيها الآباء والأبناء الواجبات والحقوق، ويؤدي كل فرد ما عليه ويطلب ما يحتاجه.

عرف بارك park جودة الحياة الأسرية بأنها الأفراد الذين يعتقدون في أنفسهم أنهم جزء من الأسرة، ويرتبطون من خلال صلة الدم، أو الزواج أو غير ذلك، ويعمون بعضهم البعض، ويرعون بعضهم البعض على أسس وقواعد منظمة.

وبعدها عرف بارك وآخرون جودة الحياة الأسرية بأنها الدرجة التي عندها تشبع حاجة أفراد الأسرة إلى الالتقاء أو التجمع، واستمتاع أفراد الأسرة بحياتهم معا، وتوفر الفرص لديهم لإنجاز أهدافهم التي تعتبر هامة بالنسبة لهم (عبد الوهاب و شند سميرة ، 2010، ص500)

ترتبط جودة الحياة الأسرية بالرضا والشعور بالسعادة لدى الأفراد الذين تربطهم علاقات انفعالية ايجابية تنمو من خلالها شخصياتهم وتتطور، لتحقيق لهم التوافق النفسي والاجتماعي، وقد صنف بارك جودة الحياة الأسرية ضمن بعدين هما: جوانب فردية وتتمثل في السعادة الانفعالية، البيئة المادية، السعادة الاجتماعية، الصحة، الانتاجية، المقاومة وأساليب المواجهة، أما البعد الثاني فيشمل الجوانب الأسرية المتمثلة في: التفاعل الأسري، الحياة اليومية، المعاملة الوالدية، الحالة الاقتصادية الميسورة للأسرة (لشهب، 2017، ص366)، وتستند جودة الحياة الأسرية على عدة مبادئ منها: اختلاف جودة الحياة الأسرية حسب كل أسرة وخبرة أفرادها ومدى تأثير الأفراد على بعضهم البعض.

تحدد جودة الحياة الأسرية بقوى خارجية وداخلية ويعتمد احساس الشخص بالسعادة الشاملة على خصائصه الذاتية المتمثلة في الإدراك الذاتي كما يدركه الفرد نفسه من خلال الرضا والسعادة والاحساس بالاحباط والتشاؤم واليأس، فتظهر جودة الحياة الأسرية في الاحساس بالانفعالات الإيجابية وتحقيق الذات، وكذا الخصائص الموضوعاتية التي تظهر في الصحة البدنية ومستوى المعيشة والعلاقات الاجتماعية والأسرية والأنشطة المجتمعية والصحة النفسية والعمل والتعليم.

إن جودة الحياة الأسرية هي الأداء الجيد للوالدين في الأسرة أو بالأحرى السعادة الأسرية، ويعتبر الرضا والفرص المتاحة لزيادة دخل الأسرة أو فرص الاشتراك في أنشطة وقت الفراغ من أهم مؤشرات جودة الحياة الأسرية، وللأسرة القدرة على تحسين جودة الحياة بصفة عامة ولكن أحيانا تفرض عليها الحياة بعض التحديات والصعوبات(عيادي نادية و كشيئب مراد، 2018، ص541).

خاتمة :

إن مفهوم جودة الحياة من المفاهيم الحديثة نسبيا والتي نالت اهتمام جل العلوم من علم النفس، علم الاجتماع والاقتصاد، حيث تشير جودة الحياة إلى درجة احساس الفرد بالتحسن المستمر لجوانب شخصيته من خلال الأبعاد النفسية والعقلية والاجتماعية والثقافية والرياضية وغيرها، وكذا القدرة على مواجهة الضغوطات والصعوبات التي تواجه الأفراد والتغلب عليها والتكيف مع المحيط الخارجي، بالإضافة إلى

النظرة التفاضلية والاستمتاع بالظروف المحيطة والنظرة الايجابية لها، كل هذه الجوانب تنعكس على حياة الأسرة التي تسعى لتحقيق جودة الحياة الأسرية.

أصبحت جودة الحياة الأسرية من أهم القضايا في حياة الأفراد والجماعات على حد سواء، لكونها تمثل قاعدة أساسية لتفادي الكثير من المشكلات التي قد تواجه النمو السليم للفرد، فالأسرة هي الأساس الذي تبنى عليه الحياة الاجتماعية، وتغرس القواعد التي تساير المعايير والقيم الاجتماعية السائدة في المجتمع من أجل تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لأعضائها، وترتبط الأسرة ارتباطاً متكاملًا مع بقية المؤسسات والنظم الاجتماعية التي تكون البناء الاجتماعي، وعليه وجب على مؤسسات المجتمع الجزائري توفير الظروف المناسبة لرفاه الأسرة وبالتالي رفاهية المجتمع، وحماية الأسرة بالتوعية والتوجيه والحماية الاجتماعية لتحقيق التوافق النفسي والاجتماعي للفرد وهو ما يخلق جودة في الحياة الأسري.

الاقتراحات والتوصيات:

لا يسعني من خلال هذه المداخلة المتواضعة الكلام على مختلف الاقتراحات التي تحقق جودة الحياة وهذا لارتباطها بأبعاد شتى، ويهدف الوصول إلى مؤشرات جودة الحياة والحصول على بيانات خاصة بجودة الحياة الأسرية في أي مجتمع، وكذا قياس مدى جودة الحياة بشكل دقيق، أقدم هذه الاقتراحات:

- ضرورة تحسين الحياة المعيشية للأفراد من خلال الاهتمام بالجوانب الاجتماعية من صحة، تعليم، سكن ومواصلات ...

- الاهتمام بالجوانب البيئية والاستغلال الأمثل لمصادر الطاقة المتجددة والتي تنعكس على جودة الحياة الأسرية.

- تحقيق التنمية الاقتصادية والاجتماعية لتحسين جودة الحياة عامة وجودة الحياة الأسرية خاصة.

- معرفة العوامل المؤثرة في تشكيل جودة الحياة والحياة الأسرية على حد سواء .

- إعداد وتقنين مقياس جودة الحياة الأسرية حسب ما يتناسب ومكونات المجتمع الجزائري.

- وضع برامج تهتم برفع جودة الحياة وبالأخص الحياة النفسية من خلال البرامج الإرشادية العلاجية.

- تلقين الأبناء وأفراد المجتمع مفاهيم ومفاتيح الجودة في الحياة الأسرية.

- اهتمام الأسرة بالصحة النفسية لأفرادها والحفاظ على استقرارها ومعالجة ضغوطات الحياة بحكمة وتبصر.

- إدراج موضوع جودة الحياة وبالأخص الحياة الأسرية ضمن التخصصات ذات الصلة بالموضوع كعلم النفس و علم الاجتماع وعلوم التربية.

- إعداد معايير محددة لقياس جودة الحياة في المجتمع الجزائري وقياسها لمعرفة واقعها بدقة.

- إعتداد منهج متكامل بين مختلف مؤسسات التنشئة الاجتماعية وتفعيل دورها الاجتماعي والتربوي، لتكوين مواطن صالح متشبع بقيم ومبادئ مجتمعه.

قائمة المراجع:

المراجع باللغة العربية:

- 1- أبو زعيزع عبد الله. (2009). أساسيات الارشاد النفسي والتربوي: بين النظرية والتطبيق. ط1 . الأردن: دار يافا العلمية.
- 2- الأشول & عز الدين. (2005). نوعية الحياة من المنظور الاجتماعي والنفسي والطبي. جامعة الزقازيق، مصر: المؤتمر العلمي الثالث: الإنماء النفسي والتربوي للإنسان العربي في ضوء جودة الحياة .
- 3- الخولي، سناء. (1984). الأسرة والحياة العائلية. الاسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
- 4- الدابسي، خ. (2006). تجربة وزارة التربية والتعليم في تعزيز جودة حياة المتعلمين بمدارس السلطنة. ندوة علم النفس وجودة الحياة. جامعة السلطان قابوس، مسقط.
- 5- الشيراوي & مريم، ع. (2013). السلوك التكيفي وعلاقته بجودة الحياة لدى التلميذات المعاقات ذهنيا بدرجة بسيطة في دولة قطر. مجلة الطفولة العربية.
- 6- أمال، بوعيشة. (2014). جودة الحياة وعلاقتها بالهوية النفسية لدى ضحايا الإرهاب بالجزائر. جامعة محمد خيضر بسكرة: مذكرة لنيل شهادة دكتوراه في علم النفس المرضي الاجتماعي.
- 7- بحرة، كريمة. (2015). إعداد وتقنين مقياس جودة حياة تلاميذ المتوسط والثانوي. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية.
- 8- بوعمامة، حكيم. (2019). جودة الحياة: المفهوم والأبعاد. مجلة العلوم النفسية والتربوية، الجزائر .
- 9- حجازي، مصطفى (2015). الأسرة وصحتها النفسية(المقومات، الديناميات، العمليات)، ط1 . بيروت: المركز الثقافي العربي.
- 10- رضوان، عبد الحميد، ف. ح. (2006). علم النفس التطبيقي وجودة الحياة. ندوة علم النفس وجودة الحياة. جامعة السلطان قابوس، مسقط.
- 11- عبد الرحمن سعد وآخرون. (2016). سيكولوجية ابيئة الأسرية والحياة. الأردن: مكتبة الفلاح.
- 12- عبد الوهاب أماني عبد المقصود & شند سميرة محمد. (2010). جودة الحياة الأسرية وعلاقتها بفالية الذات لدى عينة من الأبناء المراهقين. المؤتمر السنوي الخامس عشر. مركز الارشاد النفسي: جامعة عين شمس، مصر.
- 13- عيادي نادية & كشيثب مراد. (2018). جودة الحياة الأسرية لدى طلبة الجامعة. المجلة العربية في العلوم الانسانية والاجتماعية، مجلد 10، عدد4.
- 14- لشهب، أسماء. (2017). جودة الحياة الأسرية وعلاقتها بسلوك المواطنة لدى الأبناء. مجلة البحوث والدراسات، العدد24، جامعة الوادي.
- 15- مبارك، ب. ع. (د.س) جودة الحياة وعلاقتها بالسلوك الاجتماعي لدى البنات المتأخرات عن الزواج. مجلة كلية الآداب، عدد99، جامعة ديالي.

- 16- محمود ,ع وعلي مهدي ,ك .(2006). مقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة .ندوة علم النفس وجودة الحياة .جامعة السلطان قابوس، مسقط.
- 17- يمينة بوبعاية .(2016). أبعاد جودة الحياة الأكثر شيوعًا وعلاقتها بالتفكير الايجابي لدى عينة من الشباب الجامعي .مجلة تطوير العلوم الاجتماعية، العدد 15.
- المراجع باللغة الأجنبية:

18-Alison J, & al. (2003). **Quality if life**(1 ed.). London: groupe London.