

جودة الحياة المفهوم، المؤشرات والنظريات

Quality of life

Concept, indicators and theories

د. وشنان حكيم*

1 جامعة 20 أوت 1955 سكيكدة، h.ouchenane@univ-skikda.dz

Abstract :

Through this article, we aim to present a general conception of the concept of quality of life as a broad and rich concept in the field of what is known as societal happiness. Researchers, specifically sociology and psychology, where it finds its intellectual origin. With a focus on clarifying the dimensions of this concept as mentioned, as well as the theories used in its interpretation.

On this basis and aim, the article was organized, to reach a conclusion that takes the researchers' disagreement about knowing this concept and their agreement about its indicators and the content of its dimensions because they affect the social, psychological and material aspects of the individual's life, while theoretical explanations took several directions in their interpretation of it, depending on the nature of its scientific field.

Keywords: dimensions of quality of life, explanatory trends in quality of life, Quality of life profile, quality of life indicators.

الملخص:

يهدف من خلال هذا المقال إلى تقديم تصور عام لمفهوم جودة الحياة باعتباره مفهوماً واسعاً وثرياً في مجال ما يعرف بالسعادة المجتمعية، يجتهد الباحثون في دراسته في حقول علمية عدة، منها علم الاجتماع وعلم النفس أين يجد منشأه الفكري. مع التركيز على توضيح أبعاد هذا المفهوم وكذا النظريات المستخدمة في تفسيره.

على هذا الأساس والهدف انتظم المقال حول عناصر، أوصلنا شرحها إلى استنتاج يأخذ بعدم اتفاق الباحثين حول تعرف هذا المفهوم واتفاقهم حول مؤشرات ومضمون أبعاده لأنها تمس جوانب حياة الفرد الاجتماعية والنفسية والمادية في حين أخذت التفسيرات النظرية منحى عدة في تفسيرها له، تبعاً لطبيعة مجالها العلمي .

الكلمات المفتاحية: أبعاد جودة الحياة، الاتجاهات المفسرة لجودة الحياة، بروفييل جودة الحياة، مؤشرات جودة الحياة.

■ مقدمة:

أضحى مفهوم جودة الحياة في السنوات الأخيرة موضوعا مبعجا للدراسة لدى الكثير من الباحثين، يهتمون بالبحث فيه في المجالات الاجتماعية والنفسية والاقتصادية والصحية، على المستوى البحث النظري والميداني حيث لم يعد النظر إلى جودة الحياة على أنها لقمة عيش أو راتب شهري أو لباس يستر الجسد بل أصبحت تعني التطلع للرفاهية الاقتصادية والدعم الاجتماعي والحصول على الرعاية الصحية وغيرها من المتطلبات. ورغم أن هذا المفهوم متعدد الأبعاد ونسبي يختلف من شخص لآخر من الناحيتين النظرية والتطبيقية، باختلاف المعايير المعتمدة من طرف الأشخاص في تقويم الحياة ومطالبها والتي كثيرا ما تتأثر بعوامل عديدة تتحكم في تحديد مقومات جودة الحياة، فإنه يبقى موضوعا يجذب اهتمام الباحثين حتى وإن اختلفت آرائهم ونتائج دراساتهم حوله.

وتتحدد مقومات جودة الحياة عامة وفي حالة المعافاة الكاملة البدنية والعقلية والنفسية والاجتماعية والصحة الجسدية كالقدرة على القيام بوظائف الجسم الديناميكية واللياقة البدنية، والصحة النفسية كالقدرة على التعرف على المشاعر والانفعالات والتعبير عنها وشعور الفرد بالسعادة والراحة النفسية والصحة الاجتماعية التي تتعلق بالقدرة على إقامة علاقات اجتماعية والاستمرار بها، والصحة العقلية كما تتعلق بالقدرة على التفكير السليم والشعور بالمسؤولية والقدرة على اتخاذ القرار، والصحة الروحية التي تتعلق بالمعتقدات والممارسات الدينية للحصول على السلام النفسي.

ومن أجل البحث في موضوع جودة الحياة بصفة عامة، ينظم هذا المقال حول مجموعة من العناصر تهدف من خلالها إلى تقديم عرض نظري حول:

- مفهوم جودة الحياة.
- مؤشرات وأبعاد جودة الحياة.
- الاتجاهات النظرية المفسرة لجودة الحياة.

أولا. مفهوم جودة الحياة:

تشير الأدبيات التي تناولت هذا المفهوم خاصة النفسية منها إلى صعوبة صياغة تعريف محدد له، فعلى الرغم من شيوع استخدامه إلا أنه لا يزال غير واضح ويتسم بالغموض ويرجع ذلك لعدة أسباب. لعل أهمها:

- حداثة المفهوم على المستوى التناول العلمي الدقيق.
- تطرق هذا المفهوم للاستخدام في العديد من العلوم، حيث يستخدم أحيانا للتعبير عن الرقي في مستوى الخدمات المادية والاجتماعية التي تقدم لأفراد المجتمع، كما يستخدم للتعبير عن إدراك الأفراد لمدى قدرة هذه الخدمات على إشباع الحاجات.
- عدم ارتباط هذا المفهوم بمجال محدد من مجالات الحياة أو بفرع من فروع العلم، إنما هو مفهوم موزع بين العلماء والباحثين بمختلف تخصصاتهم.
- هذا إذن ما يفسر تعدد التعريفات المقدمة لمفهوم جودة الحياة بتعدد سياقات استعماله، لذلك يتعين على كل باحث يشتغل به تحديد معناه تحديدا دقيقا بما يتماشى وأهداف بحثه. وأهداف بحثنا الإحاطة المفهومية بجودة الحياة وبأبعاده المعرفية والنظريات المفسرة له.

يتفق الباحثون على أن مفهوم جودة الحياة من المفاهيم الحديثة في العلوم الطبيعية والعلوم الإنسانية، منها علم البيئة والصحة والطب والاقتصاد والسياسة والجغرافيا وعلم النفس وعلم الاجتماع والتربية والإدارة وغيرها (سليمان، 2010، صفحة 119).

- تعريف رينه Reine: جودة الحياة: "إحساس الفرد بالسعادة والرضا في ضوء ظروف الحياة الحالية، وهي تتأثر بأحداث الحياة، وتغير حدة الوجدان والشعور، كما أن تقييم جودة الحياة الموضوعية والذاتية يتأثر باستبصار الفرد. (Reine G, 2003, p. 297)

- تعريف عبد الفتاح وحسن: جودة الحياة هي درجة الاستمتاع بالظروف المادية في البيئة الخارجية والإحساس بحسن الحال وإشباع الحاجات والرضا عن الحياة، فضلا عن مدى إدراك

الفرد لجوانب حياته وشعوره بمعنى الحياة إلى جانب الصحة الجسمية الإيجابية وتوافقه مع القيم السائدة في المجتمع. (منسي، 2010، صفحة 314)

- تعريف منظمة الصحة العالمية: تعرف هذه المنظمة جودة الحياة بأنها "إدراك الفرد لوضعه المعيشي في سياق أنظمة الثقافة والقيم في المجتمع، وعلاقة هذا الإدراك بأهدافه وتوقعاته ومستوى اهتمامه" (مسعودي، 2015، صفحة 205)

- تعريف عبد الفتاح وحسين: وحسبها تعني جودة الحياة: "الاستمتاع بالظروف المادية في البيئة الخارجية والإحساس بحسن الحال وإشباع الحاجات والرضا عن الحياة، وإدراك الفرد لقوى ومضامين حياته وشعوره بمعنى الحياة إلى جانب الصحة الجسمية الإيجابية وإحساسه بالسعادة وصولاً إلى عيش حياة متناغمة متوافقة بين جوهر الإنسان والقيم السائدة في مجتمعه." (مسعودي، 2015، صفحة 205)

بناء على جملة هذه التعريفات المقدمة، يمكن القول أن جودة الحياة تشير إلى الدرجة التي يشعر فيها الفرد بالسعادة والرضا عن حياته نتيجة استمتاعه بالظروف المادية والصحية والإحساس بحسن حاله، وإشباع حاجاته ومتطلباته بتوافق بين جوهره والقيم السائدة في المجتمع.

ثانياً. مؤشرات جودة الحياة:

إن الاحتياج لمؤشرات جودة الحياة في المجتمعات الحديثة يكون لقياس نتاج خطط التنمية على حياة أفرادها، فمؤشرات التنمية لا تتمثل في الدخل وحسب وإنما في الارتقاء بجودة حياة الفرد أيضاً وكذا الإقرار بأن التنمية ليست فقط اقتصادية بل اجتماعية وبيئية وذاتية أيضاً. متى يمكن أن نشير إلى مجتمع بعينه دون غيره ونقول بأن أفرادهم يتمتعون بجودة حياة عالية؟ إن إجابة هذا السؤال تتطلب معرفة أنواع حياة الفرد أولاً ثم مؤشرات تحقيق جودة حياته.

1. أنواع حياة الإنسان:

لتحقيق جودة الحياة يجب البحث في كافة تفاصيلها لأن حياة الفرد تضم أكثر من جانب، وكلما كانت حياته تحتوي على جوانب أكثر إيجابية، كلما يعني ذلك قدرته على تحقيق مؤشرات جودتها المرجوة. وتتمثل هذه الجوانب في:

1.1. الحياة في المنزل: وهي حياة سابقة عن جميع أنواع الحياة الأخرى، فهي أول بيئة يتواجد فيها الطفل. فالمنزل بيئة الأمان والتعلم والاستكشاف الأولي، التي تركز عليها دعائم شخصية الطفل بكل جوانبها.

2.1. الحياة في المدرسة: في المدرسة يتعلم الطفل ويتفاعل ويكتسب خبرات و يمارس الرياضة ويتعرض أيضا لأزمات نفسية وصحية، وإذا لم تكتمل أركان الحياة الدراسية أو لو لم تسير على ما يرام فسوف يتعرض الطفل إلى التثرثر الأكاديمية والتربوية التي تؤثر لاحقا على جودة حياته.

3.1. الحياة في العمل: وهي ثاني حياة عملية يتعرض لها الفرد، وتحمل هي الأخرى ضغوطا ومسؤولية إنجاز المهام المكلف بها الفرد، في نطاق واسع من التفاعلات الاجتماعية بين زملاء العمل كما يحتل الأجر الذي يحصل عليه مساحة مهمة في حياة العمل، وهي هل يفي بقضاء احتياجاته المطلوبة منه أم لا.

4.1. الحياة في الطرقات والشوارع: يقضي الإنسان بعض الوقت من حياته في الشارع أو في الطريق يتنقل بين الأماكن ويستخدم العديد من وسائل النقل، التي تقدم له المساعدة لكنها تؤثر عليه في نفس الوقت وعلى جودة حياته. فالازدحام مرتبط بالشارع ويؤثر على سلوكيات الفرد والضوضاء وما تحدثه من تلوث سمعي والحوادث لها نصيب كبير في حياة الشوارع والطرقات بسبب عدم الالتزام بقواعد المرور وبالتالي تعرض جودة حياة الإنسان للفناء التام.

5.1. الحياة في البيئة الطبيعية: وهي الحياة الأم، تشمل التراب والهواء والماء والكائنات الحية فالبيئة تمدنا بالغذاء ومقومات الحياة الصحية وعند الإساءة إليها تنعكس سلبا على جودة حياتنا.

6.1. الحياة الصحية الآمنة: إن تمتع الإنسان بالصحة الجيدة ليس مجرد انعدام المرض بل تعني إتباع سلوكيات وأنماط في الحياة تنسم بالإيجابية من عادات غذائية ورياضية سليمة، مع إحساس بالأمان والسلامة وتلقي التطعيمات الوقائية والحياة مع الآخرين في انسجام، فالصحة مزيج من العافية الجسدية والنفسية والعقلية.

2. مؤشرات جودة الحياة اليومية للإنسان: ما الذي يحتاجه الإنسان ليحيا حياة جيدة؟

1.2. المؤشرات النفسية والأمنية: يحتاج الإنسان حياة هادئة ومستقرة خالية من الضغوط،

ينعم فيها بالأمان والاحترام. تدلنا عليها المؤشرات التالية:

● **إثراء الفرد:** إن المجتمعات التي تهتم بأفرادها واهتماماتهم وتعلي من شأن قيمتهم وتحترم عقائدهم وتهتم ببناء القيم لديهم هي مجتمعات تتمتع بجودة حياة عالية. والعمل على إثراء قيمة الفرد يساعده على الانخراط المجتمعي وعدم الانسلاخ منه كما ينمي لديه روح التسامح ويجعله يساهم في كل ما فيه خير لمجتمعه، كما تجعله يعيش في حرية وتمكنه من التكيف مع أية ضغوط.

● **الترفيه مفتاح آخر لجودة حياة الفرد:** الاهتمام بالفرد لا ينصب فقط على تلقينه القيم ومهارات التعلم والتكيف المختلفة، بل هناك مساحة للترفيه في حياته يجب الاستمتاع بها، لأن الشعور بالمتعة يعلي من قيمة الفرد ومن قدرته على الاستيعاب.

● **تنمية قيمة الفرد من خلال الأعمال التطوعية الخيرية:** ليس شرطاً أن يقوم الفرد بإنجاز المهام والأعمال التي تطلب منه فقط لكي يشعر بتحقيقه لذاته، فالذي يزيد من قيمته ويضيف إلى شأنه إنجاز الأعمال التطوعية، التي يكون لها مدلول إيجابي للغير، فالذات والغير يكونان في الجمل أفراد المجتمع، والإسهامات التطوعية من جانب بعض الأفراد تقيس المساعي المبذولة من جانبهم للنهوض بالمجتمع وكل هذا يندرج تحت قائمة مؤشرات جودة الحياة التي تتصل بالاهتمام بالفرد.

● **إدراك ماهية الأمان العام:** أمان الفرد في مجتمعه يتحقق بتحقق الأمان في الجوانب التالية:

● **الأمان:** أمان الجيران، أمان مكان العمل، أمان مكان التعليم، أمان العائلة، أمان الشخص الذي ينتمي إليه المجتمع أمان الشخص الذي لا ينتمي إلى المجتمع، مثل السائح الذي يزور البلد ويتمتع بآثارها السياحية جزء لا يتجزأ من الأمان العام للمجتمع، إن التمتع بالمجتمع أو المكان الذي يتواجد فيه الشخص يتحقق في وجود الأمان وفي ظل الحرية بعيداً عن الخوف، فالإحساس بالأمان له تأثير على حياة الفرد اليومية، فالمسن يمارس حياته بشكل طبيعي والطالب يركز في دراسته والعامل

منتجا، والعائلة تربي أطفالها وتمارس نشاطاتها اليومية بثقة وطمأنينة. بل وأن قطاعات المجتمع الأخرى تمارس المهام المطلوبة منها (المسئولة عن تحقيق الأمان) بمزيد من الكفاءة والجودة.

• **الابتكار:** المجتمع المبتكر هو المجتمع الذي يتمتع أفراده بجودة حياة من الطراز الأول والابتكار في مضمونه يعني القدرة على حل المشكلات بشكل خلاق، إيجاد السبل الجديدة التي تواجه قضايا المجتمع وأفراده، مع وجود شغف بتقديم المساهمات الإيجابية والجديدة على كافة المستويات.

2.2. المؤشرات الاقتصادية:

تعني الإمكانيات المتاحة للأفراد في المجتمع من توافر فرص العمل ومستويات الدخل لتلبية الاحتياجات الأساسية ومتوسط هذا الدخل للفرد، فرص العمل والوظائف المتاحة، توفير الإسكان الملائم والصحي، مستوى التعليم، نسب الأمية ومدى ملائمة التعليم، إتاحة الرعاية الصحية، التي تعكس متوسط عمر الفرد ونسبة انتشار الأوبئة والأمراض المزمنة ومعدلات وفيات الأطفال. وتحقق المؤشرات الاقتصادية، من خلال تواجد اقتصادي جيد، يمكن العائلات من الاعتماد على نفسها وامتلاكها القدرات التي تعزز نجاح أعمالها.

ومن مؤشرات الاقتصاد الجيد أيضا ازدياد معدلات الأجور والرواتب مع توافر بيئة العمل الملائمة، فتوافر فرص العمل يسير جنبا إلى جنب مع توافر البيئة الصالحة للعمل التي تجعل الموظف قادرا على العطاء.

الجدول رقم 01: يوضح معايير قياس جودة المؤشرات الاقتصادية

المؤشر	معايير قياسه
الاقتصاد الجيد	- وجود وظائف ذات قيمة تضيف لأفرادها الذين يشغلونها. - وجود دخل للفرد يفي بمتطلباته الأساسية ويستطيع ادخار جزء منه. - وجود عائد يفي بالخدمات العامة. - تحقق الأمان الوظيفي. - نفقات المعيشة للطبقة المتوسطة: السكن، النقل، الغذاء... إلخ

المصدر: (www.feedo.net، 2018)

3.2. المؤشرات التعليمية والتعلم مدى الحياة:

يقاس ارتفاع المجتمعات بمدى توافر المادة التعليمية والثقافية لأي شخص يريد أن ينهل منها. فالنعليم يعدنا للحياة ويدعم استمتاعنا وفهمنا للعالم الذي تسوده الاختلافات حولنا كما أن النعليم يسلحنا بالقدرة على التعلم والتفكير والمعرفة ويكسبنا المهارات لكي نتخذ القرارات الفعالة في حياتنا. ومن المهارات التي يغرسها النعليم في الفرد وتجعله مواطناً منتجا: مهارة الاكتفاء الذاتي، المساهمة الاقتصادية، الاستعداد للحياة، احترام كافة أنواع النعليم التي تسمح للفرد بإخراج طاقته الكامنة من: مراحل النعليم الابتدائي والإعدادي والثانوي والجامعي، النعليم المهني النعليم الخاص، بل ومهارة النعلم مدى الحياة.

وبما أن النعليم من مؤشرات جودة الحياة لا بد أن تتوفر لديه البنية التحتية لمقابلة احتياجات المجتمع من توافر المدارس وتحديد قدراتها الاستيعابية، والقدرة على التحاق الطلبة بها وتوافر الأساليب التقنية المتصلة به وغيرها من الاحتياجات التي تضمن توفير مناخ ملائم للتعلم تجعل الإنسان مستعدا لخوض الحياة بكافة تجاربها. لكن يطرح السؤال التالي: هل يكفي النعليم أم يشترط النجاح فيه؟

● **النجاح في النعليم:** إن المؤسسات التعليمية التي توفرها المجتمعات لأفرادها ليست كافية بأن تحقق جودة حياة الإنسان من خلال النعليم كأحد مؤشرات تحققها لكن الأهم هو إحراز النجاح في العملية التعليمية مثل التخرج من النعليم العالي وتلقي التدريبات المتخصصة بالإضافة إلى تلقي التدريب الخاص بالحياة العملية والمسؤولية الاجتماعية التي تحقق كافة مستويات الاكتفاء.

● **المشاركة في العملية التعليمية:** إن الجهات الرسمية المسؤولة عن العملية التعليمية في المجتمعات لا يقع عليها بمفردها عبء الارتقاء بالنعليم وجودته وإنما مشاركة الآباء في العملية التعليمية لأطفالهم يرتقي بها أيضا.

4.2. المؤشرات الصحية والتواجد الجيد:

من مؤشرات جودة الحياة المتعارف عليها، مدى توافر الرعاية الصحية والوقائية في المجتمع، للحد من الأمراض والأوبئة، فجودة الحياة ليست مجرد غياب المرض وإنما أيضا كيفية استمتاع الإنسان بحياته طالما أنه مازال على قيد الحياة سواء في وجود المرض أو في غيابه. لكن في الوقت ذاته ولكي يستمر المجتمع في الارتقاء بجودة حياة أفراده لابد وأن يكون هناك اهتمام خاص بالمرضى خاصة الأمراض المزمنة، وبالرعاية الصحية المقدمة لهم فبجانب الإجراءات الوقائية للأصحاء لابد من توفر الرعاية العلاجية للمرضى التي تمكنهم من الحصول على الخدمات الطبية في مختلف المرافق الصحية للمجتمع. وتتعدد أساليب الحصول على الرعاية الصحية، فأولها التأمين الصحي، وتشجيع الأفراد على إتباع نمط حياة صحي، والاهتمام بالفرد قبل مجيئه للحياة بتقديم الرعاية المبكرة للآم قبل وأثناء الحمل. الاهتمام بالصحة العقلية للفرد مؤشر هام يقاس به جودة حياة المجتمعات فحالات الانتحار والأمراض النفسية هي مقياس لصحة المجتمع. بالإضافة إلى توافر المراكز والمستشفيات الطبية المتخصصة.

5.2. المؤشرات البيئية الطبيعية:

وهي المؤشرات التي تتصل بالبيئة المحيطة بالفرد. يساوي ذلك الماء غير الملوث وضوء الشمس الطبيعي والهواء النقي جميعا المجتمع الصحي الجيد. ويتحقق المؤشر البيئي، من خلال: الماء والهواء والأرض.

الجدول رقم 02 يوضح معايير قياس جودة المؤشرات البيئية

المؤشر	معايير قياس المؤشر
الهواء	- مدى تأثيره على الصحة العامة، وعلى ممارسة الأنشطة الخارجية - مدى تأثيره على السياحة وعلى السائحين
الماء	- الاستخدامات المتعددة للماء من الشرب والأغراض الأخرى . - معدلات استهلاك الماء والأنماط الاستهلاكية، و صيانة مصادر الماء التي تضمن توفره للاستخدامات المستقبلية.
الأرض	- مساحات كافية لبناء أماكن السكن. - مساحات فاصلة بين الأبنية. - وجود المساحات الخضراء التي تقلل من عوامل التلوث.

المصدر: (www.feedo.net، 2018)

6.2. المؤشرات الاجتماعية:

يمثل المجتمع مجموعة من الأفراد يقطنون داخل حدوده تجمعهم مصالح مشتركة وأنماط من التفاعل الاجتماعي تحدد الحياة السائدة لديهم، من حياة تنتشر فيها العديد من الآفات الاجتماعية، أم أنها مجتمعات لها أداء اجتماعي متميز، فالآفات تبطل فاعلية جودة الحياة أما مع الأداء الاجتماعي المتميز فتتحقق التنمية الاجتماعية المستدامة. وتتحقق المؤشرات الاجتماعية لجودة الحياة من خلال نشر الثقافة الاجتماعية، لما لها أهمية بالغة في حياة البشر، فهي ترتقي بالحس المدني للأفراد وتكسبهم الصفات الاجتماعية الايجابية والقدرة على التفاعل والتواصل مع الآخرين، كما أنها تحافظ على أصالة الفرد والمجتمع الذي ينتمي إليه فهي بمثابة القوانين التي يستمد منها الإنسان تراثه وعاداته. وتقاس جودة حياة المجتمعات في هذا المجال بمدى دعم الحكومات للمصادر الثقافية المختلفة والاستفادة منها على كافة المستويات الاجتماعية والاقتصادية والروحية.

ثالثاً: أبعاد جودة الحياة:

تختلف أبعاد مفهوم جودة الحياة باختلاف واضعيها، ففي مجال علم النفس حددت بثلاثة أبعاد تتمثل في:

- الإحساس الداخلي بحسن الحال والرضا عن الحياة الفعلية التي يعيشها الفرد (حيث يرتبط الإحساس بحسن الحال بالانفعالات والرضا بالقناعات الفكرية أو المعرفية الداعمة لهذا الإحساس، وكليهما مفاهيم نفسية ذاتية، أي ذات علاقة برؤية وإدراك وتقييم الفرد).
- القدرة على رعاية الذات والالتزام والوفاء بالأدوار الاجتماعية (تمثل الإعاقة المنظور المناقض لهذه القدرة وترتبط بعجز الفرد عن الالتزام أو الوفاء بالأدوار الاجتماعية).
- القدرة على الاستفادة من المصادر البيئية المتاحة الاجتماعية منها (المساندة الاجتماعية)، والمادية (معيار الحياة) وتوظيفها بشكل إيجابي.

حيث طرح "فيلسي ويري" (1995) نموذجاً ثلاثي العناصر لجودة الحياة يعكس التفاعل بين ظروف الحياة الرضا عن الرضا عن الحياة، والقيم الشخصية. وقدما تعريفات محددة لهذه العناصر على النحو التالي:

- **ظروف الحياة Life conditions**: و الوصف الموضوعي للأفراد وللظروف المعيشية لهم.
- **الرضا الشخصي عن الحياة Personnel satisfaction**: ويتضمن ما يعرف بالإحساس بحسن الحال والرضا عن ظروف الحياة أو أسلوب الحياة.
- **القيم الشخصية والطموح Personnel values and aspiration**: وتتضمن القيمة الأهمية النسبية يسقطها الفرد على مختلف ظروف الحياة الموضوعية أو جودة الحياة الذاتية. Subjective well-being

ويمكن من خلال مراجعة التقارير العالمية التي تصدر عن المؤسسات والهيئات الدولية تحديد أبرز جوانب وأبعاد جودة الحياة، حيث تظهر على الأقل ثلاثة تقارير سنوية ذات طابع عالمي تستهدف ترتيب دول العالم ذات الصلة وتصنفها وتأتي أهمية هذه التقارير فضلاً عن كونها اهتماماً

من قبل الباحثين ومراكز البحث والدراسات تسهم في تكوين الصورة الذهنية عن البلدان التي تشملها، وهذه التقارير هي:

● **تقرير التنمية البشرية:** الذي يصدر عن برنامج الأمم المتحدة الإنمائي: وفقا لتقرير التنمية البشرية لعام 2009، الذي يقوم على 3 أعمدة رئيسية تتمثل في: الدخل، الصحة والتعليم. ويغطي 182 دولة جاءت النرويج في المرتبة الأولى، بينما لم تكن من الدول العشر الأولى في ترتيب جودة الحياة، واحتلت فرنسا التي جاءت في المرتبة الأولى في جودة الحياة، المرتبة الثامنة في تقرير التنمية البشرية، أما البلدان العربية فقد جاءت الكويت في مقدمتها إذ احتلت المرتبة 31 عالميا، ثم قطر في المرتبة 33 عالميا، ثم الإمارات 35 واعتبرت هذه البلدان من بلدان التنمية البشرية المرتفعة جدا، أما البحرين فقد احتلت في تصنيف التنمية البشرية المرتفعة المركز 39 عالميا، تلتها ليبيا في المرتبة 55، ثم عمان 56، فالسعودية 59، ثم لبنان 83، وجاءت بعد ذلك الدول العربية في تصنيف التنمية البشرية المتوسطة واحتل الأردن المرتبة 96 عالميا، أما تونس التي جاءت على رأس البلدان العربية في مقياس جودة الحياة فقد جاءت في المرتبة 98 في مقياس التنمية البشرية، واحتلت الجزائر المرتبة 104 تلتها سوريا 107، ثم فلسطين 110، ثم مصر 123، والمغرب 130، وجزر القمر 139، واليمن 140، والسودان 150، وموريتانيا 154، وحبوتي 155.

● **تقرير التنافسية العالمي:** 2009 2010.

ويغطي 133 دولة، يقوم على مكونات المتطلبات الأساسية (مؤسسات وبنى تحتية واستقرار الاقتصاد الكلي والصحة والتعليم الأساسي) والكفاءة (التعليم العالي والتدريب وكفاءة أسواق السلع وكفاءة سوق العمل والسوق المالية والجاهزية التكنولوجية وحجم السوق وعوامل الابتكار- فقد احتلت فيه سويسرا رأس القائمة بينما جاءت فرنسا في الترتيب 16 أما البلدان العربية فقد جاءت قطر على رأسها في المرتبة 22 عالميا، تلتها الإمارات في المرتبة 23 فالسعودية في المرتبة 28، ثم البحرين في المرتبة 38، فالكويت 39، ثم تونس في المرتبة 40 فعمان في المرتبة 41، ثم الأردن 50، ومصر 70، والمغرب 73، والجزائر 83، وليبيا 88، وسوريا 94.

● **تقرير جودة الحياة:** يصدر في جانفي كل عام عن مجلة " انترناشيونال ليفنج " الأمريكية ويرتب 194 بلدا وفقا لأفضلية العيش فيها، حيث لا يختلف عن الاتجاه العام للتقارير الأخرى من حيث حالة الرضا عن النتائج التي تم التوصل إليها ففي تقرير هذا العام الذي صدر في جانفي 2010 جاءت فرنسا في المرتبة الأولى للعام الخامس على التوالي تلتها استراليا والبلدان التي كانت قائمة العشر الأول وهي على الترتيب : سويسرا وألمانيا ونيوزيلندا ولوكسمبورج والولايات المتحدة وبلجيكا وكندا وإيطاليا، أما البلدان العربية فكان أفضلها تونس التي احتلت المرتبة 83 عالميا، ثم الأردن التي جاءت في المرتبة 104، ثم الكويت 106، ثم لبنان 113، والمغرب 116 والبحرين 119، ثم سوريا 124، وجزر القمر 126، وقطر 128، ومصر 135، الإمارات 141، والجزائر 146 وليبيا 157، وعمان 168، والسعودية 169، والعراق 170، وموريتانيا 173، وجيبوتي 188 والسودان 192 واليمن 193، ويقوم تقرير "جودة الحياة" على 9 معايير، هي : كلفة المعيشة، الثقافة والترفيه الاقتصاد، البيئة، الصحة، البنية الأساسية، الأمن والسلامة، المناخ .

وتعد تصورات "فينتيجودت وآخرون" من أهم التصورات التي طرحت لتحديد أبعاد جودة الحياة في إطار التوفيق بين البعد الذاتي والبعد الموضوعي، إذ صاغوا ما يعرف بمتصل جودة الحياة وطرحوها في ضوءه ما يعرف بالنظرية التكاملية لجودة الحياة، حيث:

– البعد الذاتي: يتضمن أربعة أبعاد فرعية تتمثل في: الرفاهية الشخصية والإحساس بحسن الحال، الرضا عن الحياة، السعادة، الحياة ذات المعنى.

– البعد الموضوعي: يتضمن أربعة أبعاد فرعية أيضا، هي: عوامل موضوعية (مثل: المعايير الأخلاقية، إشباع الاحتياجات، تحقيق الإمكانيات، السلامة البدنية).

وعلى الرغم من أن لكل شخص توقعاته الكيفية الخاصة، يوجد نمط يمكن في ضوءه تحديد ثماني أبعاد عامة تؤدي إلى إمكانية تقييم جودة الحياة الشخصية لكل إنسان بغض النظر عن تصوراته ورؤاه الشخصية. وهذه الأبعاد هي:

- السلامة البدنية والتكامل البدني العام.

- الشعور بالسلامة والأمن.
- الشعور بالقيمة والجدارة الشخصية.
- الحياة المنظمة المقننة.
- الإحساس بالانتماء إلى الآخرين.
- المشاركة الاجتماعية.
- أنشطة الحياة اليومية ذات المعنى أو الهادفة.
- الرضا والسعادة الداخلية.

ولا يوجد لهذه الأبعاد تنظيم هرمي محدد أو ثابت. بل ينظمها كل فرد في بناء هرمي خاص وفق أولوياته ورؤاه الذاتية لأهمية كل قيمة بالنسبة لجودة حياته الشخصية. ومع ذلك يمكن القول بأن ترتيب هذه الأبعاد حسب أولوياتها يعتمد على الخبرات الذاتية الخاصة بكل فرد وعلى الثقافة التي يعيش في إطارها. ومن هنا يمكن رؤية نوع من التشابه في الترتيب الهرمي لهذه الأبعاد لدى غالبية الأفراد الذين يعيشون في ثقافات أو جماعات اجتماعية واحدة، إذ يتعرض مثل هؤلاء الأشخاص إلى ظروف حياة مشتركة وبالتالي خبرات حياتية متشابهة إلى حد بعيد.

ويمكن من خلال تتبع أو رصد مسار حياة شخص ما والنظر في البدائل أو الاختيارات التي يفضلها وفحص رؤاه أو تصوراتها للحياة التي يود أن يعيشها ومدى رضاه عن حياته الشخصية رسم أهم ملامح **بروفيل** جودة حياته الشخصية. مما يفضي إلى احتمالات التوصل إلى الإطار المرجعي العام لهذا الشخص وبالتالي الاستبصار بنمط حياته وتحديد متطلبات تحسين نوعية أو جودة حياته إن كان يعاني من قصور أو مشكلات نفسية أو سلوكية ذات علاقة مباشرة بهذا النمط.

و فيما يتعلق بذوي الاحتياجات الخاصة، ربما يكونون غير مدركون لأهدافهم وتوقعاتهم وطموحاتهم الشخصية في الحياة بسبب الحقيقة التي مفادها تركيز آبائهم ومقدمو الرعاية لهم على نقاط الضعف وصور الخلل البدني و النفسي والسلوكي التي قد تكون لديهم ومحاولة العمل على التقليل أو التخلص منها. ومع ذلك فإن حل المشكلات الظاهرة أو المرئية لهؤلاء الأشخاص لا

يعني بالضرورة أن نوعية أو جودة حياتهم الشخصية أصبحت إيجابية إذ لا بد أن تقترن الجهود المشار إليها بتلمس الآباء ومقدمو الرعاية لجوانب القوة ونقاط التميز بل المواهب التي قد تكون لدى هؤلاء الأشخاص والسعي الإيجابي لحثهم ومساندتهم في تحقيقها لكي تتحسن بالفعل جودة حياتهم الشخصية. (أبوحلاوة، 2010، الصفحات 7-15)

ويوضح الجدول التالي مجالات وأبعاد جودة الحياة بتفاصيل مؤشراتها.

الجدول رقم 03 : يوضح مجالات وأبعاد جودة الحياة.

المجال	الأبعاد الفرعية	الأمثلة
الكيونة (الوجود)	الوجود البدني	أ. القدرة البدنية على التحرك وممارسة الأنشطة الحركية. ب. أساليب التغذية وأنواع المأكولات المتاحة.
	الوجود النفسي	أ. التحرر من القلق والضغط. ب. الحالة المزاجية العامة للفرد (ارتياح أو عدم ارتياح)
	الوجود الروحي	أ. وجود أمل في المستقبل (الاستبشار). ب. أفكار الفرد الذاتية عن الصواب والخطأ.
الانتماء	الانتماء المكاني (البدني)	أ. المنزل الذي يعيش فيه. ب. نطاق الحياة التي تحتوي الفرد.
	الانتماء الاجتماعي	أ. القرب من أعضاء الأسرة التي يعيش معها الفرد. ب. وجود أشخاص مقربين أو أصدقاء (شبكة علاقات اجتماعية قوية).
	الانتماء المجتمعي	أ. توافر فرص الحصول على الخدمات المهنية المتخصصة (طبية، اجتماعية،...) ب. الأمان المالي.
الصلورة	الصلورة العملية	أ. القيام بأشياء في المنزل. ب. الذهاب إلى الوظيفة أو المدرسة.
	الصلورة الترفيية	أ. الأنشطة الترفيية الخارجية (التزه) ب. الأنشطة الترفيية داخل المنزل (وسائل الإعلام والترفيه)
	الصلورة التطورية (الارتقائية)	أ. تحسين الكفاءة البدنية والنفسية. ب. القدرة على التوافق مع تغيرات وتحديث الحياة.

المصدر: (أبوحلاوة، 2010، الصفحات 6-7)

رابعاً: الاتجاهات النظرية المفسرة لجودة الحياة:

لقد نجم عن تعدد استخدامات جودة الحياة في معانيه، تعدداً في تفسيره حيث توجد أربعة (4) اتجاهات أساسية لذلك وهي: الفلسفي، الاجتماعي، الطبي والنفسي. فنصل الحديث فيها كما يلي:

1. الاتجاه الفلسفي:

يؤكد أصحاب هذا الاتجاه أن جودة الحياة حق متكافئ في الحياة والازدهار، وهناك مجالات عدة تتطلب الجودة حتى يحصل الإنسان على جودة الحياة. فهذا المفهوم حسب المنظور الفلسفي جاء من أجل وضع مفاهيم العادة ضمن الثلاثية البراجماتية المشهورة والمتمثلة في أن الفكرة لا يمكن أن تتحول إلى اعتقاد إلا إذا أثبتت نجاحها على المستوى العلمي أو القيمة الفورية، والأيد أن المستوى العلمي أقرب إلى مفهوم السعادة والرفاهية الشخصية منه إلى أي مفهوم آخر كما ينظر 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 المثالية التي تدفع به إلى التسامي عن ذلك الواقع الخائق وترك العنان للحظات من خيال إبداعى ثري، وبالتالي فجودة الحياة من هذا المنظور عبارة عن مفارقة للواقع تلمس السعادة متخيلة وحاملة، يعيش فيها الإنسان حالة من التجاهل التام للألام ومصاعب الحياة والذوبان في صفاء روجي مفارق لكل قيمة مادية. على الرغم من وجهة مضامين الاتجاه الفلسفي في توصيفه لمفهوم جودة الحياة، إلا أن الرجوع للواقع وإعادة قراءته في علمنا المعاصر ينبئ بأن الاندفاع في مسار الحصول على السعادة وفقاً لهذا المنظور ببعديه المشار إليهما لم يحقق للإنسان سوى تباشير أمل واه في رحم اليوتوبيا الحاملة وبالتالي ظل الإنسان ينشد السعادة لكنه في المقابل لم يحصل عليها. (أبوحلاوة، 2010، صفحة 16)

2. الاتجاه الاجتماعي:

يرى "المير هانكيس" أن جودة الحياة قد بدأت منذ فترة طويلة وقد ركزت على المؤشرات الموضوعية في الحياة مثل: معدلات المواليد والوفيات، معدل ضحايا المرض، نوعية السكن، المستويات التعليمية للأفراد إضافة إلى مستوى الدخل. وهذه المؤشرات تختلف من مجتمع لآخر.

وترتبط جودة الحياة بطبيعة العمل الذي يمارسه الفرد وما يجنيه من عائد مادي من ورائه، والمكانة المهنية للفرد وتأثيرها على حياته. ويرى العديد من الباحثين أن علاقة الفرد بزملائه في العمل تعد من العوامل الفعالة في تحقيق جودة الحياة لديه، إذ تؤثر بدرجة ملحوظة على رضا أو عدم رضا العامل عن عمله. (الغندور، 1999)

3. الاتجاه الطبي:

يهدف هذا الاتجاه إلى تحسين جودة الحياة للأفراد الذين يعانون من أمراض جسدية مختلفة أو عقلية أو نفسية، وذلك عن طريق البرامج الإرشادية والعلاجية. كما أن تطوير جودة الحياة حسب أصحابه هو الهدف المتوقع لمقدمي الخدمة الصحية، وتقييم الناس لجودة الحياة تشمل تقييم احتياجاتهم وتوفير البدائل لهذه الاحتياجات حتى ولو لم يكن هناك تشخيص لمرض معين أو مشكلة (Raphael, 1999, p. 66).

4. الاتجاه النفسي:

يركز هذا الاتجاه على إدراك الفرد كحدد أساسي للمفهوم وعلاقة المفهوم بالمفاهيم النفسية الأخرى وأهمها القيم والحاجات النفسية وإشباعها، وتحقيق الذات ومستوى الطموح لدى الأفراد، وبالتالي فالعنصر الأساسي لجودة الحياة يتضح في العلاقة الانفعالية القوية بين الفرد و بيئته، هذه العلاقة التي تتوسطها مشاعر وأحاسيس الفرد ومدركاته. فالإدراك ومعه بقية المؤشرات النفسية تمثل المخرجات التي تظهر من خلالها نوعية حياة الفرد.

كما ينظر إلى مفهوم جودة الحياة وفقا لهذا الاتجاه على أنه البناء الكلي الشامل الذي يتكون من المتغيرات التي تهدف إلى إشباع الحاجات الأساسية للأفراد الذين يعيشون في نطاق هذه الحياة، بحيث يمكن قياس هذا الإشباع بمؤشرات موضوعية ومؤشرات ذاتية. وكلما انتقل الإنسان إلى مرحلة جديدة من النمو فرضت عليه متطلبات وحاجات جديدة لهذه المرحلة تلح على الإشباع، مما يجعل الفرد يشعر بضرورة مواجهة متطلبات الحياة في المرحلة الجديدة فيظهر الرضا في حالة الإشباع أو عدم الرضا في حالة عدم الإشباع نتيجة لتوافر مستوى مناسب من جودة الحياة

من هنا يمكن القول أن جودة الحياة تتضمن الاستمتاع بالظروف المادية في البيئة الخارجية والإحساس بحسن الحال وإشباع الحاجات والرضا عن الحياة، وإدراك الفرد لقوى وامتضانات حياته وشعوره بمعنى الحياة إلى جانب الصحة الجسمية الإيجابية وإحساسه بمعنى السعادة وصولاً إلى عيش حياة متناغمة ومتوافقة مع جوهر الإنسان والقيم السائدة في المجتمع.

وفي جودة الحياة حسب هذا المنظور يتطلب الاستمتاع بالأشياء بشكل تراكمي أن يفهم الإنسان ذاته وقدراته ويحقق اهتماماته وطموحاته، في تفاعل وانهاك يمكنه من التغلب على مشكلات الحياة وتحديد معنى وهدف يسعى دوماً لبلوغه. (الهمص، 2010، الصفحات 18-27)

■ الخاتمة:

تأسيسا على ما تم عرضه حول الموضوع المعطى في صدر هذا المقال، يتضح أن مفهوم جودة الحياة يلقي اهتمام الكثير من الباحثين نظرا لارتباطه بحياة الفرد والمجتمع بصفة مباشرة ويعبر عن مستواها، رغم ذلك فهو لم يحض باتفاق حول تعريفه، حيث اختلفت التعريفات المسندة له باختلاف اتجاهات الباحثين في هذا المجال. في حين اتضح أن هناك اتفاق بينهم حول مؤشرات جودة الحياة التي حصرت في النواحي الجسمية والنفسية والاجتماعية والمادية، بينما ظهر تباين آرائهم أيضا حول أبعاد هذا المفهوم عدديا دون المساس بالمضمون لأنها تلتقي حول وجود الإنسان ومستوى سعادته بناء على ظروف حياته الشخصية والمجتمعية. أما فيما يخص الاتجاهات النظرية التي فسرت جودة الحياة فتباينها (اجتماعي، نفسي، فلسفي، طبي) يرتبط بالمجال العلمي الذي وضعت في نطاقه.

- قائمة المراجع:

- 1) Raphael, D. R. (1999). *Quality of life; Indicator and health*. Canada: University of Toronto.
- 2) Reine G, I. C. (2003). *depression and subjective quality of life in cronic phase schizoprenic and opatients act pschitrica*. scandinavica.
- 3) www.feedo.net (2018). مؤشرات جودة الحياة. تاريخ الاسترداد 9 نوفمبر، 2019، من www.feedo.net: www.feedo.net
- 4) العارف بالله محمد الغندور. (1999). أسلوب حل المشكلات وعلاقته بنوعية الحياة. المؤتمر الدولي السادس لمركز الارشاد النفسي ، جودة الحياة توجه قومي للفرد (الصفحات 66-82). مصر: جامعة عين شمس .
- 5) أحمد مسعودي. (سبتمبر، 2015). بحوث جودة الحياة في الوطن العربي، دراسة تحليلية. مجلة الباحث في العلوم الانسانية والاجتماعية ، الصفحات 203-2020.
- 6) شاهر خالد سليمان. (2010). قياس جودة الحياة لدى عينة من طلاب جامعة تبوك بالمملكة العربية السعودية. رسالة الخليج العلابي ، صفحة 119.
- 7) صالح اسماعيل عبد الله المصص. (2010). قلق الولادة لدى الأمهات في المحافظات الجنوبية لقطاع غزة وعلاقته بجودة الحياة. رسالة ماجستير . فلسطين، الجامعة الاسلامية، غزة: الجامعة الاسلامية غزة.
- 8) محمد الحلیم - كاظم، علي منسي. (ديسمبر، 2010). تطوير وتقنين مقياس جودة الحياة لدى الطلبة جامعة سلطنة عمان. المجلة العلمية ، الصفحات 310-326.
- 9) محمد السعيد أبو حلاوة. (2010). جودة الحياة المفهوم والأبعاد. المؤتمر العلمي السنوي لكلية التربية (الصفحات 1-30). الاسكندرية: كفر الشيخ.