

**Received**  
**22.01.2020**

**Accepted**  
**02.02.2020**

**Available Online**  
**15.02.2020.**

**POSITIVE PSYCHOLOGY AND ITS RELATION TO THE  
QUALITY OF MENTAL LIFE IN MOTHERS OF CHILDREN  
AUTISTIC**

**Doctor: Nouria LARIBI<sup>1</sup>**  
**Doctor :Bouazouni ALI<sup>2</sup>**

**Abstract**

The concept of the quality of life is very important for researchers. It has been, therefore, of an increased interest for them due to the importance of the positive image given to the individuals' quality of lives as an alternative to the high concentration of the psychologists to the negative aspects of the individual lives. The word quality of lives is among the concepts which generated much interest in the field of psychology and which the topic of the recent psychological studies is. It is noted that a considerable attention is given generally to the concept of quality of lives, and particularly, to the quality of lives of the individual. The nature of the child's disability induced a severe psychological trauma among all the members of the family especially to the mother, it requires health care from the mother to find out the child's disability as soon as possible then to meet his special needs, the way to deal with him and how to adapt this child to the new reality aiming at reducing the impact of the disability he suffers from to reach a very high quality level to the mothers. This would help mothers to construct a new positive vision as regard disability. The psychological pressure exerted notably on mothers can also be reduced. As a result, mothers may take an active role; they may participate and improve the quality of their families' lives. That would have a positive effect on children with autism till they feel compatible about themselves and others. Therefore, they will have even a positive view of themselves and ensure their integration into society. There is a strong interaction and a great effect between mothers and children with autism. Mothers who have had a limited change in the quality of their lives will have an increased ability to deal with their children. As a result, this may lead to a positive effect on the quality of the mothers' lives. And then, it is rather one of the most modern concepts now and which has highlighted the mothers of children with autism, to seek the way to deal with those mothers, and how to help them to overcome the disability consequences on their children.

<sup>1</sup> Assistant Professor "A" Algiers University "2" Abou El kacem Saadallah [nouria\\_76@yahoo.fr](mailto:nouria_76@yahoo.fr)

<sup>2</sup> Assistant Professor "A" Algiers University "2" Abou El kacem Saadallah [nouria\\_76@yahoo.fr](mailto:nouria_76@yahoo.fr)

In this paper, we will try to care about the mothers of this category in order to improve the quality of lives of the family from one side, and for a better future to their children with autism.

**The keywords:** The quality of lives- special needs- children with autism.

## علم النفس الإيجابي وعلاقته بجودة الحياة النفسية عند أمهات الأطفال التوحديين

الدكتورة لعربي نورية-أستاذة محاضر "أ".

جامعة الجزائر 2 أبو القاسم سعد الله-

الدكتور بوغزوني علي - أستاذة محاضر "أ"

جامعة الجزائر 2- أبو القاسم سعد الله

### الملخص

مصطلح جودة الحياة من المفاهيم التي لاقت اهتماما كبيرا في مجال علم النفس ويرجع ذلك إلى أن جودة الحياة في النهاية هي تعبير عن الإدراك الذاتي لتلك الجودة، فالحياة بالنسبة للإنسان هي ما يدركه منه، والمتبع للدراسات النفسية الحديثة، يلاحظ اهتماما ملحوظا بمفهوم جودة الحياة بشكل عام وجودة الحياة لدى الفرد بشكل خاص، خصوصا وأن إعاقة الطفل تمثل صدمة شديدة لدى جميع أفراد الأسرة وخاصة الأم، الأمر الذي يتطلب توفير خدمات لإكتشاف إعاقة الطفل مبكرا ومعرفة احتياجاته الخاصة، وكيفية التعامل معه، وكيفية التكيف مع الواقع الجديد، للتخفيف من الخلل الناتج عن الإعاقة، وتحقيق أعلى مستويات الجودة للأمهات، وبناء رؤية جديدة وإيجابية لهن بشأن الإعاقة.

كما يمكن كذلك التحقيق من الضغوط النفسية التي تواجه الأسرة خصوصا الأم بشأن الإعاقة، من خلال تقديم الحاجات الإرشادية لجميع أفراد الأسرة وخاصة الأمهات وإقناعهن بالمشاركة الفعالة في تحسين جودة الحياة الأسرية لديهم، الأمر الذي ينعكس بالإيجاب على الأطفال المعاقين سمعيا، حتى يشعرون بالتوافق مع أنفسهم ومع الآخرين وبالتالي الرضا عن الحياة والاندماج في المجتمع، فهناك تأثير كبير ومتبادل بين الأمهات والأبناء المعاقين سمعيا، فالأمهات اللاتي حدث لهن تغييرا مقصورا في جودة حياتهن أصبحن أكثر قدرة على التعامل مع أطفالهن المعاقين، وهذا في حد ذاته يمكن أن يؤثر بالإيجاب على جودة الحياة لدى هؤلاء الأبناء، وبالتالي فإن جودة الحياة من المفاهيم الحديثة نسبيا التي ألفت الضوء على أمهات الأطفال المعاقين وكيفية التعامل معهم ومسا عدتهم على تحطى الآثار الناجمة عن الإعاقة، حيث تم الإهتمام بأمهات هذه الفئة بهدف تحسين جودة حياة الأسرة وخاصة الأم، لتحقيق مستقبل أفضل لابنها المعاق.

الكلمات المفتاحية: جودة الحياة، علم النفس الإيجابي، الأطفال التوحديين.

## المدخل:

اهتم الباحثين في السنوات الأخيرة بمجال الإعاقة وبالمعاقين ويرجع هذا الإهتمام إلى نظرة المجتمعات بأن المعاقين كغيرهم من أفراد المجتمع لهم الحق في الحياة هذا من ناحية ومن ناحية أخرى فإن اهتمام المجتمعات بفئات المعاقين يرتبط بتغيير النظرة المجتمعية إلى هؤلاء الأفراد والتحول من اعتبارهم عالة اقتصادية على مجتمعاتهم بالنظر اليهم كجزء من الثروة البشرية، فالطفل التوحدي يعيش عالماً ضيقاً محدوداً نتيجة لعجزه فهو لديه حاجات نفسية لا يستطيع إشباعها واتجاهات اجتماعية تحاول عزله من المجتمع، ويواجه مواقف فيها كل أنواع الصراع والقلق كل هذا يؤدي به إلى أن يعيش حياة نفسية غير سليمة تؤدي به إلى عدم التكيف بالبيئة التي تحيط به.

فهذا النوع من الفئة يحتاج إلى خدمات إرشادية كغيره من الأطفال وذلك لمواجهة مشكلاتهم والتغلب على الآثار النفسية المترتبة عن إعاقتهم مثل القلق الإحباط الإنطواء وتعديل ردود الفعل للإتجاهات الاجتماعية السلبية التي تحاول عزل هذه الفئة عن العاديين لذلك يجب تقديم خدمات وإرشادات ونصائح للوالدين خصوصاً للأم من أجل تحقيق التوافق النفسي والصحة النفسية الجيدة للتغلب عن المشكلات التي تعاني منها هذه الفئة ومن هنا تتبع هذه الدراسة كونها تبين لنا نوعية وجودة الحياة عند أمهات الأطفال التوحدين فالأمن النفسي الذي تحتاجه هذه الفئة يرتبط بمتغيرات نفسية متعددة من أبرزها الإستقلالية وجودة الحياة وتعتبر هذه الأخيرة من المتغيرات المؤثرة في حياة أمهات التوحدين والتي تشكل معنى وقيمة الحياة حاضراً ومستقبلاً.

فيرى (ابو سعيد وآخرون، 2006، ص. 206) أن جودة الحياة هي المشاعر الذاتية بالسعادة والرضا عن النفس وعن الجوانب ذات الأهمية في حياة الشخص ويضيف أيضاً بأنه يجب التأكد على مفهوم الذاتية باعتبار أن تقدير الشخص الذاتي سعادته ورضاه عن حياته هو الأساس في الحكم على جودة حياته ويرى الباحث أن بتغيير جودة الحياة من المتغيرات النفسية التي تعمل على تحسين نوعية الحياة للإنسان السليم العادي الذي لا يعاني من أي مشاكل صحية أو إعاقات.

## -مشكلة الدراسة:

يعتبر التوحد من أعقد الإضطرابات، فهو يختلف من حيث الشدة وكذلك طبيعة السلوكيات من طفل لآخر، فإصابة طفل بهذا الاضطراب يجعل الأسرة تعيش حالة من القلق والتوتر واختلال التوازن النفسي والاجتماعي بصفة عامة والأم بصفة خاصة، لأن هي التي تقع على عاتقها مسؤولية الطفل وأعباء التكفل باحتياجاته المختلفة، فكثير من البحوث والدراسات تطرقت إلى البحث في خصائص أم الطفل التوحدي من ضغوطات

وقلق... الخ، هذا من منظور علم النفس المرضي إلا أن علم النفس الإيجابي جاء لبحث في الإمكانيات البشرية وجوانب القوى والفضائل الإنسانية، مثل السعادة والتفاؤل والثقة والتوافق وجودة الحياة، لهذا أصبح متغير جودة الحياة من أكثر المتغيرات تناولا في الفترة الأخيرة من خلال تحقيق التوافق والسعادة والرضا لدى الأفراد وبالتالي الصحة النفسية، خاصة في ضوء ما تتعرض له الأسرة من مشكلات تعوق طموحات أفرادها نتيجة للتغيرات التي طرأت على النواحي الاجتماعية والنفسية والاقتصادية، ويعد الإهتمام بجودة الحياة لدى المرأة الهدف الأسمى نحو مستقبل أفضل للأسرة التي تعتبر المؤسسة التربوية والاجتماعية الأهم وهي الحوض الدافئ والملاذ الآمن للأطفال والزوج وبدونها لا تكون هناك أسرة، فهي التي تتحمل العبء الأكبر في الرعاية، لذلك فإن تعرضها لأي نوع من الإختلالات النفسية والاجتماعية يهدد الكيان الأسري وبنائه بأكمله، وعلى هذا الأساس ارتأينا في بحثنا هذا التطرق إلى موضوع جودة الحياة عند فئة هامة من المجتمع وهي أمهات الأطفال التوحديين والتعرف على درجة جودة الحياة لديهم.

ولهذا فقد قمنا بطرح التساؤل الآتي:

- ماهي علاقة علم النفس الإيجابي بجودة الحياة النفسية عند أمهات الأطفال التوحديين؟

-أهداف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى تسليط الضوء على الجانب الإيجابي لدى أمهات الأطفال التوحديين وهي جودة الحياة وكذا التعرف على مستوى الجودة لديهم.

-أهمية الدراسة:

-تبرز أهمية الدراسة في تسليط الضوء وقياس جودة الحياة لدى أمهات الأطفال التوحديين وإجراء البحوث والدراسات العلمية التي تساعد على الإرتقاء بجودة الحياة.

-مساعدة أمهات هؤلاء الأطفال بصورة علمية من خلال التعرف على احتياجاتهم من جميع النواحي والتعرف على كيفية تقديم المساعدة لهم والتعرف على احتياجاتهم من جميع النواحي.

-استخدام المربين لأساليب التعزيز المختلفة يساهم في الإهتمام بهذه الفئة وإحساسهم بطعم الحياة.

-بدأ يسود مجال البحث في علم النفس تيار جديد ينتمي إلى علم النفس الإيجابي فاحتل هذا التيار الصدارة بين البحوث.

-فبدأ العلماء يتطرقون إلى مواضيع لم تكن متطرفة من قبل مثل السعادة والأمل والتفاؤل وجودة الحياة.

-فالبحت لم يعد قاصرا على تناول موضوعات تتعلق بعلم النفس المرضي كالقلق والإكتئاب والانحراف بل أصبح يتعداه إلى مجال أوسع حيث تم ابراز الجوانب الإيجابية (فتحي عكاشة, عبد العزيز, سليم, 2010)

-لهذا فنعتبر جودة الحياة تعتبر من المتغيرات الأكثر تناولا في الفترة الأخيرة وذلك بتحقيق التوافق والسعادة والرضا لدى الأفراد.

-ويعد الاهتمام بجودة الحياة لدى المرأة حسب (عطاف محمود ابو الغالي, نظمي, عودة ابو مصطفى, 2011)

الهدف الرئيسي نحو مستقبل افضل للأسرة.

-تحديد مصطلحات الدراسة:

### 1-تعريف جودة الحياة:

يشار إلى أن مفهوم جودة الحياة جاء امتداد للجهود السابقة في علوم أخرى غير علم النفس، حيث انتظمت بدايات المعرفة لهذا المفهوم في علم الاقتصاد والاجتماع وبالتالي فإن دراسة بدايات المعرفة لهذا المفهوم في علم الاقتصاد والاجتماع وبالتالي فإن دراسة بدايات المعرفة لهذا المفهوم من المنظور النفسي قد اكتسب أهمية كبيرة نتيجة إدراك علماء الاقتصاد والاجتماع وصانعي القرار السياسي، الحقيقة أم الحياة لا تقاس بالأرقام والإحصائيات وإنما هي في حقيقتها استجابات ومشاعر فالزيادة في معدلات النمو الاقتصادي وارتفاع متوسط دخل الفرد وتحسين المستوى ما يقدم له من خدمات ورفاهية لا يؤدي بالضرورة إلى إشباع حاجاته المتنوعة وإرضاء طموحاته الشخصية وكذلك تأكيد قيمة إنسانية. (إبراهيم, 2005, صفحة 10).

-تعريف منظمة الصحة العالمية للجودة:

تعرف منظمة الصحة العالمية مفهوم جودة الحياة "بأنها إدراك وتصور الأفراد لوضعهم وموقعهم في سياق نظم الثقافة والقيم التي يعيشون فيها وعلاقة ذلك بأهدافهم وتوقعاتهم ومعاييرهم واعتباراتهم، وهو مفهوم واسع النطاق يتأثر بالصحة الجسدية للشخص وحالته النفسية ومعتقداته الشخصية وعلاقته الاجتماعية".

حسب منظمة الصحة العالمية (OMS) 1994 فهي ترى أن جودة الحياة مفهوم واسع يتأثر بشكل معقد بكل من الصحة الجسمية للفرد، حالته النفسية وعلاقاته الاجتماعية، وبمستوى تحكمه في ذاته، بالإضافة إلى علاقاته مع العوامل الفعالية في بيئته. (Marlou bruchon, 2002: 52).

## 2-الطفل التوحدي:

التوحد إضطراب نمائي وهو متعلق بنمو الطفل، عادة ما يظهر خلال السنوات الثلاث الأولى من عمر الطفل يكون ناتج عن خلل في الجهاز العصبي مما يؤثر على وظائف المخ وتتمثل أعراضه بشذوذ في السلوك، اضطراب في التفاعل الإجتماعي واللغة والقدرات المعرفية.

## -الإطار النظري للدراسة:

### 1-التعريف اللغوي لجودة الحياة:

الجودة أصلها من الفعل جاد، جودة أي صار جيدا، وهو عكس الرديء، وجودة الشيء أي حسنة وجعله جيدا. (البستاني، 98) كما أن الجودة في اللغة من الفعل جود، الجيد نقيض الرديء، والجمع جواد، جوادات جمع الجمع، وجاد الشيء جودة، أي صار جيدا وقد جاد جودة وأجاد أتى بالجيد من القول أو الفعل. (ابن المنظور، أبي الفضل، 1993، ص. 215).

### -التعريف الإصطلاحي لجودة الحياة:

يعبر ليمان أو جودة الحياة بأنها الإحساس بالرفاهية والرضى التي يشعر بها الفرد في ظل ظروفه الحالية. (Lemen, 1988, PP. 51-62)

### -التعريف الإجرائي لجودة الحياة:

هي الدرجة التي تحصل عليها أمهات الأطفال المعاقين سمعيا على مقياس جودة الحياة (المقياس المطبق في الدراسة).

كما يشير (العادي 2006) إلى أن جودة الحياة قد تتمثل لدى البعض بامتلاك الثروة التي تحقق لهم السعادة، في حين يرى البعض الآخر أن الحياة الجيدة أي النوعية هي التي تتوافر فيها فرص العمل والدراسة، ويرى الآخرون بأن نوعية الحياة هي التي يتمكن فيها الفرد من الحصول على مبتغاه دون عناء أو جهد، يصفها البعض الآخر بالحياة الخالية من الغش والخداع، قد يجدها آخرون بالحياة المفعمة بالصحة الجسمية والنفسية الخالية من الأمراض والاضطرابات، حيث أنه مهما يكون المراد بالمفاهيم، فإن المهم هو مدى إحساس الفرد وشعوره وإدراكه بتوافر المدلول الاتفاقي لذلك المفهوم من علامة - فإدراك الفرد للجودة يعتبر مؤشر للرضى عما توفر له من إمكانيات،

ويعتبر أيضا مؤشرا على مستوى قدراته لإشباع حاجاته الأساسية والثانوية (العادلي، كاظم كريدي، 2006، ص. 38).

من خلال كل التعاريف السابقة التي تطرقنا إليها تبين أن مفهوم جودة الحياة مفهوم واسع، شاسع ليس محددًا أو دقيقًا، يختلف باختلاف إدراك الفرد وهذه الجودة، فالفرد بتحقيق جودة الحياة تتحقق لديه السعادة التي تعد هذه أساسية في حياة إنسان لأن سعادة الفرد لا تنعكس فقط على نفسه، بل يتأثر بها كل الذي حوله، وتنعكس على مجتمعه فالسعيد كما يؤكد Diener هو فرد مطمئن قادر على العطاء تتسم علاقاته بالآخرين بالود والتسامح لأنه يحب الحياة. (بشير معمري، 2012، ص. 9).

## 2-الاتجاهات النظرية المفسرة لجودة الحياة:

من أهم الاتجاهات النظرية التي حاولت تفسير جودة الحياة، نذكر ما يلي:

### 1. الاتجاه الفلسفي:

حيث أوضح أصحاب هذا الاتجاه أن السعادة المنتظرة أو المرجوة للإنسان، لا يمكن الحصول عليها إلا إذا قام بتحرير نفسه من أسر الواقع، وتساميه في فضاء مثالي وترك العنان للحظات من الخيال الإبداعي، وبالتالي فإن جودة الحياة هي هروب من الواقع في سبيل الحصول على سعادة متخيلة حاملة، يعيش فيها الإنسان مبتعدًا عن آلامه ومصاعب حياته.

### 2. الاتجاه الاجتماعي:

وهنا جاء التركيز في دراسة وتفسير جودة الحياة بناء على بعض المؤشرات الموضوعية المختلفة من مجتمع لآخر كمعدلات الوفيات، ومعدلات المرض، ونوعية السكن، ومستوى التعليم ومستوى الدخل، إضافة إلى أهمية عمل الإنسان ومردوده المادي، ومكانته وتأثير ذلك كله على رضاه أو عدم رضاه على نوعية وجودة حياته.

### 3. الاتجاه النفسي:

ويعتمد هذا الاتجاه في تفسيره لجودة الحياة على البناء الكلي الشامل المتضمن المتغيرات المتنوعة، التي تهدف إلى إشباع الحاجات الأساسية للفرد والذي يعيش في هذه الحياة، ويمكن قياس هذا الإشباع إما بمؤشرات موضوعية أو ذاتية، حيث أنه بانتقال الفرد من مرحلة إلى مرحلة أخرى جديدة من مراحل حياته يفرض عليه متطلبات وحاجات جديدة تتطلب الإشباع بشدة، مما يجعل الفرد مجبرًا على مواجهة هذه المتطلبات الجديدة للحياة، مما يؤدي إلى ظهور الرضا والسعادة في حال الإشباع وعدم ظهورهما في حالة عدم الإشباع أو بشكل آخر توفر مستوى من مستويات جودة الحياة.

مما سبق ذكره، نستنتج أن دراسة وتفسير جودة الحياة، إنما جاء وفق الكثير من الأبحاث والتوجهات النظرية المختلفة وما تركيزنا على هذه الجوانب الثلاثة، إنما محاولة لربطه بمجال الدراسة الحالية، سواء من الناحية النفسية أو الاجتماعية.

### 3- مقومات جودة الحياة:

يتضمن البناء النفسي لكل منا من مكامن قوة وبواطن ضعف هذا الأمر مسلم به، فإذا نظرنا إلى بواطن الضعف أو القصور من جهة السياق الاجتماعي الثقافي العام الذي يعيش فيه الإنسان من جهة أخرى لا يمكن تحديد مجموعة من الظروف التي قد تحول دون تحقيق الإنسان لأحلامه وطموحه بل أيضا قد تسبب كمونا لمكامن القوة التي لديه في نفس الوقت، وتجد الإشارة إلى أن غالبية مواقف الرعاية والتعليم تركز بصورة مبالغ فيها في الحقيقة على حل مشكلة أو مشكلات الشخص ولكن إذا أردنا أن نحسن جودة الحياة الشخصية للإنسان علينا أن لا نركز فقط على المشكلات بواطن الضعف، بل يتعين التركيز على كل أبعاد الحياة واستخدام وتوظيف مكامن القوة وكافة الإمكانيات المتاحة لتحسين جودة الحياة الشخصية له (أبو حلاوة، 2010، ص. 26).

إذ أننا نستطيع القول بأن جودة الحياة تعريف نسبي يختلف من شخص لآخر حسب ما يراه من معايير تقييم حياته، أو توحد عدة عوامل تتحكم في تحديد مقومات جودة الحياة.

- القدرة على التفكير وأخذ القرارات.

- القدرة على التحكم.

- الصحة الجسمية والعقلية.

- الأحوال المعيشية والعلاقات الاجتماعية.

- المعتقدات الدينية والقيم الثقافية والحضارية.

- الأوضاع المالية والاقتصادية والتي عليها يحقق له السعادة التي تعتبر قمة مطالب الحياة الإنسانية وهي الغاية المنشودة التي يسعى الإنسان من أجل بلوغها (بشير معمري، 2012، ص. 11).

ويرى سليمان أنه عند الحديث عن مقومات جودة الحياة من الناحية الصحية نجدتها تتمثل فيما يلي: (سليمان

شاهر، خالد، 2010، ص. 71)

### 1- الناحية الجسمية:

تتمثل في إشباع الحاجات الفيزيولوجية الأساسية للفرد من ماء وهواء نقي، وطعام صحي ملائم كالمريض واحتياجاته، ومسكن مناسب، وقدر ملائم من النمو المادي.

2- الناحية العقلية:

وتتمثل في إشباع الحاجات إلى التفكير والإبتكار والإبداع في مجال اهتمامات هذا المريض وما يستطيع تحقيقه.

3- الناحية النفسية:

وتتمثل في إشباع الحاجات إلى الأمن والأمان والعيش في مجتمع آمن بعيد عن المخاطر، والاحتياج إلى تقدير الذات، وتحقيق الذات بعيدا عن جوانب القصور لديه.

4- الناحية الاجتماعية:

وتتمثل في إشباع الحاجة إلى القبول الاجتماعي والتفاعل الاجتماعي والحاجة إلى الانتماء. وتتمثل هذه النواحي الأربع في الاحتياجات الأساسية الضرورية لحياة الإنسان التي لا يستطيع العيش بدونها والتي يمكن أن نطلق عليها الاحتياجات الأولى.

حيث يرى ماسلو أن إشباع الحاجات الأساسية البيولوجية والاجتماعية النفسية، ومواجهة التحديات بأقصى حدود القدرة يعد مصدرا مباشرا للشعور بالبهجة، وهو ما يطلق عليها قمة الخبرة والتي تعبر عن أسعد لحظات العمر (هريدي، شوقي، 2002، ص. 49).

4- مؤشرات جودة الحياة:

الإحساس بجودة الحياة حالة شعورية تجعل الفرد يرى نفسه قادرا على إشباع حاجاته المختلفة الفطرية والمكتسبة، والاستمتاع بالظروف المحيطة به، وتظهر مؤشرات ما يلي:

1 المؤشرات النفسية: وتتبدى في شعور الفرد بالقلق والاكتئاب، أو التوافق مع المرض، أو الشعور بالسعادة والرضا.

2 المؤشرات الاجتماعية:

وتتضح من خلال العلاقات الشخصية ونوعيتها، فضلا عن ممارسة الفرد للأنشطة الاجتماعية والترفيهية.

3 المؤشرات المهنية:

وتتمثل بدرجة رضا الفرد عن مهنته وحبها، 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.

ووضع أنوكوش تسع مؤشرات لنوعية الحياة هي ظروف المعيشة التي يعيشها الفرد من دخل، ومستوى اجتماعي وتوفير للاحتياجات الأساسية، أنماط الحياة اليومية والاقتصادية وكل ما يرتبط بها من إنتاج واستهلاك، القيم الاجتماعية خاصة القيم المثالية، نوعية الحياة الذاتية من حيث مستوى الرفاهية، جودة نوعية المجتمع، الهوية والوعي السياسي، والنواحي الديموجرافية، والمحددات الاجتماعية.

#### 5-مظاهر جودة الحياة:

يشير (عبد المعطي، 2005، ص.ص. 13-23) في اقتراحه لخمسة مظاهر رئيسة لجودة الحياة تتمثل في خمس حلقات ترتبط فيها الجوانب الموضوعية والذاتية، وهي كالتالي:

#### -الحلقة الأولى: العوامل المادية والتعبير عن حسن الحال:

##### 1.العوامل المادية الموضوعية:

والتي تشمل الخدانات النادية التي يوفرها المجتمع لأفراده، إلى جانب الفرد وحالته الاجتماعية والزوجية والصحية والتعليمية، حيث تعتبر هذه العوامل عوامل سطحية في التعبير عن جودة الحياة، إذ ترتبط بثقافة المجتمع وتعكس مدى قدرة الأفراد على التوافق مع هذه الثقافة.

#### 2. حسن الحال:

وتعتبر هذا بمثابة مقياس علم لجودة الحياة، ويعتبر كذلك مظهرها سطحيا للتعبير عن جودة الحياة، فكثير من الناس يقولون بأن حياتهم جيدة ولكنهم يخبئون معنى حياتهم في مخازن داخلية لا يفتحوها لأحد.

#### -الحلقة الثانية: إشباع الحاجات والرضا عن الحياة:

##### 1.إشباع وتحقيق الحاجات:

وهو أحد المؤشرات الموضوعية لجودة الحياة، فعندما يتمكن المرء من إشباع حاجاته فإن جودة الحياة ترتفع وتزداد، وهناك حاجات كثيرة يرتبط بعضها بالبقاء، كالطعام والمسكن والصحة، ومنها ما يرتبط بالعلاقات الاجتماعية، كالحاجة للأمن والانتماء والحب والقوة والحرية، وغيرها من الحاجات التي يحتاجها الفرد والتي يحقق من خلالها جودة حياته.

## 2. الرضا عن جودة الحياة:

ويعتبر الرضا عن الحياة أحد الجوانب الذاتية لجودة الحياة، فكونك راضيا، فهذا يعني أن حياتك تسير كما ينبغي، وعندما يشبع الفرد كل توقعاته واحتياجاته ورغباته، ويشعر حينها بالرضا.

## –الحلقة الثالثة: إدراك الفرد القوى والمتضمنات الحياتية وإحساسه بمعنى الحياة:

### 1. القوى والمتضمنات الحياتية:

قد يرى البعض أن إدراك القوى والمتضمنات الحياتية مثابة مفهوم أساسي (لجودة الحياة)، فالبشر كي يعيشوا حياة جيدة لا بد لهم من استخدام القدرات والطاقات والأنشطة الابتكارية الكامنة داخلهم، من أجل القيام بتنمية العلاقات الاجتماعية، وأن ينشغلوا بالمشروعات الهادفة، ويجب أن يكون لديهم القدرة على التخطيط واستغلال الوقت وما إلى ذلك، وهذا كله بمثابة مؤشرات لجودة الحياة.

### 2. معنى الحياة:

يرتبط معنى الحياة بجودة الحياة، فكلما شعر بقيمته وأهميته للمجتمع وللآخرين، وشعر بإنجازاته ومواعبه، وأن شعوره قد يسبب نقصا أو افتقادا للآخرين له، فكل ذلك يؤدي إلى إحساسه بجودة الحياة.

## الحلقة الرابعة: الصحة والبناء البيولوجي وإحساس الفرد بالسعادة:

### 1. الصحة والبناء البيولوجي:

وتعتبر حاجة من حاجات (جودة الحياة) التي تهتم بالبناء البيولوجي للبشر، والصحة الجسمية تعكس النظام البيولوجي، لأن أداء خلايا الجسم ووظائفها بشكل صحيح يجعل الجسم في حالة صحية جيدة وسليمة.

### 2. السعادة:

وتتمثل في الشعور بالرضا والإشباع وطمأنينة النفس وتحقيق الذات، هي شعور بالبهجة والاستمتاع واللذة، وهي نشوة يشعر بها الفرد عند إدراكه لقيمة ومتضمنات حياته مع استمتاعه بالصحة الجسمية.

ويعرفها (فينهوفن، 1994) **Veenhoven**، بأنها الدرة التي يحكم فيها الشخص ايجابيا على نوعية حياته بوجه عام، وبمعنى آخر تشير السعادة إلى حب الشخص للحياة التي يعيشها واستمتاعه بها وتقديره الذاتي لها، وقد دلت بحوث كثيرة على ان السعادة هي نتاج تفاعل مركب بين الشخص وبيئته.

### الحلقة الخامسة: جودة الحياة الوجودية:

وهي الوحدة الموضوعية لجوانب الحياة، وهي الأكثر عمقا داخل النفس، وإحساس الفرد بوجوده، وهي بمثابة النزول لمركز الفرد، والتي تؤدي بالفرد إلى إحساسه بمعنى الحياة الذي يعد محور وجودنا، (فجودة الحياة) الوجودية هي التي يشعر من خلالها الفرد بوجوده وبقيمته، ومن خلال ما يستطيع أن يحصل عليه الفرد من عمق للمعلومات البشرية المرتبطة بالمعايير والقيم والجوانب الروحية والدينية التي يؤمن بها الفرد، والتي يستطيع من خلالها تحقيق وجوده.

ويشير (عبد المعطي، 2005) أن مظاهر جودة الحياة تتعدد وتشمل العوامل المادية، وإشباع الحاجات، والرضا عن الحياة، وإدراك الفرد الإيجابي بمعنى الحياة، ومدى إحساس الفرد بالسعادة والصحة النفسية والجسمية، فضلا عن جودة الوجودية وهي الأعمق تأثيرا، والذي يتضمن الاستمتاع بالظروف المادية في البيئة الخارجية، والإحساس بحسن الحال وإشباع الحاجات والرضا عن الحياة، وإدراك الفرد لقوى وامتضانات حياته، وشعوره بمعنى الحياة.

#### -الجانب التطبيقي للدراسة:

#### 1-عينة الدراسة:

بالنسبة لعينة بحثنا الحالي فقد تم اختيارها بطريقة قصدية (مقصودة)، بمعنى يقوم الباحث باختيار أفراد العينة بشكل قصدي على أساس تقدير وحكم الباحث بأن الحالات التي يختارها تحقق غرض البحث وتمثل مجتمع البحث تمثيلا صحيحا سليما (محمد عبد الحليم المنسي، 2003، ص. 69).

حيث تكونت عينة البحث من 100 أم لطفل توحدي أبدوا رغبتهم في المشاركة في البحث، تتراوح أعمارهن ما بين (30-50) سنة.

#### 2-أداة الدراسة:

في ضوء فروض البحث والمتغيرات التي تضمنتها، كان علينا أن نختار الأدوات الملائمة لجمع المادة، وذلك أن الوسائل المستخدمة في جمع المادة هي التي تستخدم بالفعل في اختيار فروض البحث فالهدف من أي دراسة لا يتحقق إلا من خلال الوسائل التي تستخدم في هذا البحث، والتي تمكننا من اختبار فروضها، وطالما أن طبيعة الفروض والعينة والمتغيرات المتضمنة فيها هي التي تتحكم في اختيار الأدوات المناسبة، فكان يجب أن نختار الأدوات والمقاييس المناسبة للبيئة الجزائرية، ولهذا السبب وقع اختيارنا للأداة التالية:

## 3- مقياس جودة الحياة:

يهدف المقياس إلى التعرف على درجة جودة الحياة لدى أم الطفل التوحيدي، ويتضمن المقياس في صورته على (28) سؤال، حيث كل سؤال في المقياس يرتبط بجودة الحياة، ولكل عبارة خمسة إجابات مرقمة من واحد إلى خمسة.

## 4- النتائج العامة للدراسة:

تم اختبار الفرضية باختبار كاف ترييع  $X^2$

وتمثلت النتائج كما هي موضحة في الجدول. إذ يتضح لنا أن أغلبية الأمهات تتميز بمستوى منخفض بنسبة 98 % في المقابل نجد نسبة 2 % من اللواتي تتميز بمستوى متوسط. في حين نسجل غياب المستوى المرتفع لجودة الحياة، وللتأكد من طبيعة هذه الاختلافات ومدى دلالتها، تم اختبارها احصائيا باختبار كاف ترييع  $X^2$ . فالفرق دالة احصائيا وبالتالي تتميز الأمهات اللواتي لديهن أطفال توحيدين بمستوى جودة الحياة منخفضة.

وهذا ما توصلت إليه الدراسات ومنها دراسة **Love و Sontage** (سونتاج و لوف) حيث خلصت دراستهما إلى أن العلاقة داخل وخارج الأسرة تتأثر بوجود الطفل المعوق حركيا وذهنيا، إذ أن هذا الطفل يكون مصدر للصراعات الداخلية للأسرة وعائقا للعلاقات الاجتماعية مع الأسرة الأخرى، وقد تتعدد المشكلة أكثر حين تفكر الأسرة بمستقبل الطفل، وأحيانا يسود الهدوء والتفاهم في العلاقات الأسرية وذلك عندما تتوقع الأسرة حدوث معجزة تشفي الطفل، وقد خلص **Sontage** من دراساته على الطفل المعوق وأسرته، إلى أن خلف كل طفل معوق توجد أسرة معوقة. (السرطاوي عبد العزيز، 1999، ص. 399)

وفي نفس الصدد اشار **Paterson (1991)** الى ان هناك دراسات عديدة سجلت وجود مشكلات صحية ونفسية عند أولياء المعوقين ذهنيا وحركيا، وهم يعيشون احساسا محدودا بالسعادة والمتعة في حياتهم، كما تتعرض الامهات للمرض نتيجة لمواجهة ضغوطات الأسرة بمفردهن وحماية باقي أفراد الأسرة منها.

وتفسر الباحثة مستوى جودة الحياة عند أمهات الأطفال التوحيدين إلى إرتفاع الوازع الديني ورضا هؤلاء الأمهات بالقضاء والقدر بالرغم من تعرض معظمهن للصدمة وصعوبة في تقبل المرض في بادئ الأمر، ونقص الإمكانيات المادية والبشرية للتكفل النفسي والاجتماعي بهذه الفئة إلا أنهم تقبلن الأمر في النهاية وأرجعن ذلك إلى مشيئة الله سبحانه وتعالى وهذا بغض النظر عن مستواهن الثقافي أو الدراسي، فالإنسان بطبيعته حينما يتعرض إلى مشكل ما أو إلى مصيبة اذا صح القول نجده يتقرب من الله عز وجل ويحاول فدر المستطاع تصحيح علاقته مع الله كي

يجد راحة نفسية وروحية وهذا من جهة، ومن جهة أخرى نجد عامل آخر وهو الدعم الأسري الذي يتمثل عاملاً مهماً أساسياً لا بد من توفره .

فقد كان هذا البعد هو الأكثر تأثيراً على جودة الحياة، فهذه النتيجة جاءت مطابقة لما رآه **جوث (1993)** وكذلك وجود تعاون ومشاركة من جانب الأخوة، يساعد الوالدين على التخلص من هذه المشاعر، ويخفف من حدة التوتر في المنزل، وهذا ما نسميه بالدعم المعنوي داخل الأسرة، بحيث يساند جميع أعضاء الأسرة حتى يسير الجميع على الدرب السليم (**نوف بنت علي، 2014، ص. 347**)

وهذا ما لمسناه لدى أفراد عينة البحث، حيث أن معظم الأمهات صرحن بوجود دعم أسري ومساندة اجتماعية وتفهم من طرف الزوج والأخوة، وحتى من طرف العائلة، وهذا ما خفف من حدة الضغط والمعاناة النفسية والاجتماعية لديهن وزادهم قوة وعزم لمواجهة أعباء التكفل بهذا الطفل .

ويليه في الأخير المستوى الإقتصادي وهذا راجع إلى حجم التوترات التي تعيشها عائلة الطفل التوحيدي بصفة عامة والأم بصفة خاصة من خوف على مستقبل الطفل وكذلك مواجهة الأعباء المالية الناجمة عن التكفل به، وفي هذا الصدد رأى **كريك و سوان 2002 Graig et Swan** في دراسته التي هدفت إلى الكشف عن أثر الإعاقة على التوترات العائلية التي تكونت الدراسة من 22 من أمهات وآباء الأطفال المعوقين ذهنياً وقد صنفت مصادر هذه التوترات كما ذكرها الآباء والأمهات كما يلي: تلبية احتياجاتهم الخاصة، تلبية احتياجات الأطفال، عدم توفر وقت للعلاقات الاجتماعية، المصادر المالية، ومتطلبات الوظيفة، بينما رتبها آباء الأطفال المعاقين كما يلي: المشكلات المالية، ومتطلبات الوظيفة العلاقات الاجتماعية والمشكلات الأسرية، وتلبية احتياجات أطفالهم، وتلبية احتياجاتهم الخاصة (**نوف، بنت علي، 2014، ص. 349**).

كما أن جودة الحياة تعتمد على مجال الصحة والقدرات الأدائية والتي تتضمن الطاقة الحيوية، التعب النوم الراحة، الآلام، الأعراض ومختلف المؤشرات البيولوجية، تنقل الفرد، الأنشطة اليومية التي تمكن الفرد من الأداء ومن الإستقلالية النسبية.

بالإضافة إلى الرضا عن العيش والذي يرى "**يافو (yavot)**" سنة 1991 أنه عملية معرفية تهدف إلى المقارنة بين حياة وبين معايير المرجعية (القيم و المثل العليا... الخ ) ، كما يرى "**دلنير (Dlener)**" سنة 1994 أنه الحكم الشعوري والشامل الذي يطلقه الفرد عن حياته ضمن مجالات محددة مهنية، عائلية... الخ. بالإضافة إلى مجال السعادة ومجال الرفاهية الذاتية.

هذا ما لمسناه على عينه البحث من خلال تطبيق مقياس جودة الحياة، حيث عبرت أمهات الأطفال التوحديين أن هناك سند ودعم اجتماعي من طرف الزوج والعائلة الذي كان له الأثر الكبير في تحقيق جودة الحياة لديهن. إن الموضوع الذي تم دراسته وهو جودة الحياة لدى أمهات الأطفال التوحديين، يعد موضوع هام جدا في علم النفس الاجتماعي حيث هدف بحثنا هذا الى معرفة مستوى جودة الحياة لدى فئة هامة وهي أمهات الأطفال التوحديين الذي اضحي منتشرا عبر العالم عامة وفي الجزائر بصفة خاصة. وذلك راجع الى مجموعة الضغوطات التي تتعرض اليها من خلال تكفلها النفسي والاجتماعي بهذا الطفل. فقد اتضح من نتائج البحث أن الأم لا تستطيع الوقوف أمام هذا السيل العرم بمفردها، فالمساندة والدعم من الزوج والأهل من أهم العوامل التي تجعل الأم أقوى وأفضل وكذا ارتفاع الوازع الديني و ثراء الجانب الروحي لديها كان له الوقع الكبير في ارتفاع مستوى جودة الحياة لديها وبالتالي تحقيق جودة الحياة.

خاتمة

تم التوصل إلى أن جودة الحياة هي من أهم القضايا في حياة الأفراد والمجتمعات وأن تناول المفهوم من منظور علم النفس الإيجابي بتعبير ضرورة ملحة من جانبين:

- الجانب الأول: كون جودة الحياة هي في الأساس انعكاس التقدير الذاتي للفرد بحد ذاته لحياته.
- أما الجانب الثاني: كون علم النفس الإيجابي يقدم الإستراتيجيات الملائمة لتحقيق جودة الحياة.
- المراجع باللغة العربية:
- ابراهيم، سلوى سلامة. (2005). نوعية الحياة المميزة للمبدعين في الأدب (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة عين شمس.
- ابن منصور، ابي الفضل جمال الدين. (1993). لسان العرب. دار العرب، بيروت دار الكتاب العلمية ط 1، ج 1.
- أبو حلاوة، مُجَّد السعيد. (2017). جودة الحياة المفهوم والأبعاد. المؤتمر العلمي السنوي لكلية التربية جامعة كفر الشيخ، جودة الحياة كاستثمار للعلوم التربوية والنفسية في الفترة من 13- 14 أبريل 2010.
- السرطاوي، عبد العزيز مصطفى. (1999). ردود افعال الوالدين نحو الاعاقة الجسدية - دراسة استطلاعية - مجلة جامعة الملك سعود، المجلة الثالثة لعلوم التربية.
- العادلي، كاضم كريدي. (2006). مدى احساس طلبة كلية التربية بجودة الحياة وعلاقة ذلك ببعض المتغيرات. وقائع ندوة علم النفس وجودة الحياة، جامعة قابوس سلطنة عمان.
- الغندور، العارف بالله محمود. (1999). اسلوب حل المشكلات وعلاقته بنوعية الحياة. مجلة صادرة من جامعة عين شمس، القاهرة.
- أحمد كمال عبد الموجود عيد؛ خلف، مُجَّد عبد السلام بيومي. (2014). المسؤولية البيئية وأثرها في تحسين جودة الحياة لدى الشباب، بحث ميداني على عينة من طلاب جامعة أسيوط، المركز القومي للبحوث الاجتماعية والجنائية. المؤتمر السنوي السادس عشر حول قضايا البيئية وجودة الحياة "نحو إستراتيجية مصرية شاملة " خلال الفترة ما بين 22 و 24 ديسمبر 2014.
- بشير معمريه. (2012). علم النفس الايجابي اتجاه جديد لدراسة القوى والفضائل الإنسانية. سيكولوجية الطيبين والحياة الطبية، الخلدونية للنشر والتوزيع.
- بشير معمريه. (2010). علم النفس الإيجابي اتجاه جديد لدراسة القوى والفضائل الإنسانية.

- تحية، مُجَّد عبد العال؛ مصطفى علي رمضان مظلوم. الاستمتاع بالحياة في علاقته ببعض متغيرات الشخصية الإيجابية. مجلة كلية التربية ببنها، مصر، العدد 93، 2013.
- سيكولوجية الطيبين والحياة الطبية، دار قانة للنشر والتوزيع.
- سليمان شاهر خالد. (2010). قياس جودة الحياة لدى عينة من طلاب جامعة تبوك بالمملكة العربية السعودية وتأثير بعض المتغيرات عليها. دراسة الخليج العربي.
- عطوف، محمود ياسين. (1981). علم النفس العيادي. دار العلم للملايين، بيروت.
- مُجَّد عبد الحليم منسي. (2003). منهج البحث العلمي في المجالات التربوية والنفسية. دار المعارف الجامعية.
- نوف، بنت علي بن عبد الرحمان المحسن. (2014). مستوى الضغوط النفسية لدى اسر الاطفال ذوي الاعاقة العقلية في منطقة القصيم وعلاقتها ببعض المتغيرات. ورقة مقدمة ليوم دراسي في المملكة العربية السعودية.
- نبيلة، باوية. (2017). جودة الحياة لدى المرأة المطلقة. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة وهران، العدد 30 سبتمبر 2017.
- هريدي، عادل مُجَّد فرج، طريف، شوقي. (2002). مصادر ومستويات السعادة المدركة في ضوء العوامل الخمس الكبرى للشخصية والتدين وبعض المتغيرات الأخرى. مجلة علم النفس القاهرة، الهيئة المصرية العامة للكتاب، العدد 61.

- المراجع باللغة الفرنسية:

- Adonard, BR Bourmeref. « **Larousse de la médecines** », T Paris 1973, P. 130-
- Delmar V, et Garnier M. « **dictionnaire des termes techniques de médecine** », 17<sup>ème</sup> édition, Paris 1961, P.1171.
- Leman, A., F., (1988): « **Quality of life Interview for the Chronically Mentally ill Evaluation and Program Planning** », vol (11).
- Marlou, Bruchon-Schweitzer. (2002): « **Psychologie de la santé bien être et qualité de vie** », Modèles , Concepts et Méthodes, Paris: Ed Bruno édition