



الحاجات النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان

Psychological Needs and Their Relationship to Quality of Life
Among Youth in the Sultanate of Oman

إعداد

المهند بن خليفه الجهوري
Al-Muhannad Khalifah Al-Jahouri
أخصائي نفسي بوزارة التنمية الاجتماعية

د. عامر بن سالم الحبسي
Dr. Amer Salim Al-Habsi
استاذ مساعد بجامعة الشرقية

د. أمينة بن قويدر صمد
Dr. Amina Kouider Samad
استاذ مشارك بجامعة الشرقية

Doi: 10.21608/ejev.2025.458389

استلام البحث: ١٣ / ٦ / ٢٠٢٥

قبول النشر: ١٤ / ٨ / ٢٠٢٥

الجهوري، المهند بن خليفه والحبسي، عامر بن سالم وصمد، أمينة بن قويدر (٢٠٢٥). الحاجات النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان. *المجلة العربية للتربية النوعية*، المؤسسة العربية للتربية والعلوم والآداب، مصر، ٩ (٤٠)، ٦١-٨٨.

<https://ejev.journals.ekb.eg>

الحاجات النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان

المستخلص:

هدفت هذه الدراسة إلى التحقق من العلاقة بين الحاجات النفسية وجودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان، وقد تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي، وطبقت الدراسة على عينة مكونة من 500 شاب وشابة، استُخدم خلالها مقياس الحاجات النفسية من إعداد الباحثين ومقياس جودة الحياة المعد من قبل منظمة الصحة العالمية، وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية: مستوى الحاجات النفسية لدى الشباب في سلطنة عمان كان مرتفع، حيث جاءت في المرتبة الأولى حاجات تحقيق الذات، وجاءت في المرتبة الثانية الحاجات الاجتماعية، وحلت حاجات تقدير الذات المرتبة الثالثة، وجاءت في المرتبة الأخيرة حاجات الأمان، مستوى جودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان كان مرتفع، حيث جاءت في المرتبة الأولى جودة الحياة الاجتماعية، وجاءت في المرتبة الثانية جودة الحياة النفسية، وجاءت في المرتبة الثالثة جودة الحياة البيئية، وجاءت في المرتبة الأخيرة جودة الحياة الجسمية، توجد علاقة ارتباطية طردية بين مستوى الحاجات النفسية ومستوى جودة الحياة.

الكلمات المفتاحية: الحاجات النفسية، جودة الحياة، الشباب، سلطنة عمان.

Abstract:

This study aimed to investigate the relationship between psychological needs and quality of life among young people in the Sultanate of Oman. The study used the descriptive analytical method and was conducted on a sample of 500 young men and women. The researcher used a psychological needs scale specially designed for the study, and the World Health Organization's quality of life scale. The study found the following: The level of psychological needs among young people in the Sultanate of Oman was high, with self-actualization needs ranking first, social needs second, self-esteem needs third, and safety needs last, The level of quality of life among young people in the Sultanate of Oman was high, with social quality of life ranking first, psychological quality of life second, environmental quality of life third, and physical quality of life last, There was a direct correlation between the level of psychological needs and the level of quality of life.



Key words: Psychological needs, Quality of life, Youth, Sultanate of Oman.

المقدمة:

تعد الحاجات النفسية مدخلا مهما للصحة النفسية، فإشباعها يضمن للإنسان الوصول إلى مستوى رفيع من جودة الحياة، أما في حالة عدم إشباعها فإن الإنسان سيكون معرضا للتوتر والتأزم النفسي الذي من شأنه أن يخل بجودة الحياة ويقلل من الشعور بالسعادة والصحة النفسية، وتعد الحاجة أحد الدوافع التي تدفع الإنسان للقيام بسلوك ما.

وتصنف الحاجات النفسية ضمن الدوافع المكتسبة ذات التأثير العميق على سلوك الإنسان، وتحريك نشاطه، وتفاعله مع الآخرين، وتكوين شخصيته على نحو إيجابي أو سلبي، وهي تعبر عن الوضع الداخلي للفرد الذي يتسم بالتوتر نتيجة نقص شيء ما سواء أكان حسيًا أو معنويًا، ويزول هذا التوتر بمجرد توفير أو تحقيق هذا الشيء، من هنا تكمن أهمية إشباع الحاجات النفسية للحصول على النمو الصحي والفاعلية الوظيفية، فإشباع الحاجات النفسية بصفة مستمرة سيحقق النمو المتكامل للفرد، وسيشعر الفرد بنعيم الصحة والرفاه النفسي (مطوري، 2015).

ويشار إلى أن مرحلة الشباب تتميز بطبيعة خاصة من ناحية نفسية وتطورية تتماشى مع متطلبات تدرجه في سلم الاحتياجات النفسية الإنسانية، وخلال هذه المرحلة يسعى إلى تأهيل نفسه والحصول على فرصة عمل ومن ثم يطمح بالزواج والاستقرار وتكوين أسرة، وفي حالة التأخر أو عدم الحصول على إشباع هذه الحاجات الضرورية فقد يحدث خلل ما في مستوى جودة الحياة لديه (منسي، 2005). ولجودة الحياة أبعادها الرئيسية في تحقيق التوافق وإشباع الحاجات من جميع الجوانب التي يسعى لتحقيقها الشباب في سبيل تحقيق أهدافهم، خاصة وأن مفهوم جودة الحياة أصبح من مرتكزات علم النفس الإيجابي إذ استطاع تحويل اهتمامات علماء النفس إلى جوانب أخرى غير معتادة، كالاهتمام بالجوانب الحياتية مثل: المشاعر الإيجابية، والسعادة والتفاؤل والرضا الذاتي والحياة الجيدة، يشار إلى أن جودة الحياة كخاصية إنسانية تعبر عن درجة الرضا التي يشعر بها الفرد عن حالته النفسية والموضوعية، وفي حالة عدم إشباع الحاجات النفسية والاجتماعية، وعدم اشتغال المجتمع على تحقيق وتفهم أهمية هذه الحاجات لدى الشباب، فإن ذلك سيؤثر سلبا على مستوى جودة الحياة لديهم، وقد ينعكس ذلك على قدرة هؤلاء الشباب على التكيف والتوافق النفسي مع أنفسهم ومع الآخرين (بلمخفي وغوماري، ٢٠٢٠).

ومن واقع التطور الذي تشهده مجالات الحياة المختلفة، وما تفرضه من تحديات لتحقيق الاحتياجات الإنسانية المتعددة، يتضح أن جودة الحياة أصبحت من المطالب الأساسية، فمن منظور نفسي تكمن أهميتها في إدراك المؤسسات والمجتمع لأهمية

إشباع الحاجات النفسية للحصول على السعادة والرضا نتيجة لتحقيق أبعاد جودة الحياة (المفدى، 1993).

ومن منظور أكاديمي تعد جودة الحياة حالياً واحدة من مجالات البحوث والسياسات الأسرع نمواً واهتماماً في العالم، وهي مفهوم يعد مقياساً لرفاه الأفراد والمجتمعات والشعوب (اليامي، 2014)، هذا الرفاه الذي لن يتحقق إلا بحياة كريمة تشبع فيها حاجات الإنسان ومتطلباته، من ذلك نستطيع قراءة الترابط بين إشباع الحاجات النفسية وجودة الحياة وهو ما تسعى لإثباته هذه الدراسة من خلال عينة من الشباب في سلطنة عمان.

مشكلة الدراسة:

ظهرت مشكلة الدراسة من واقع ممارسة العملية للباحثين إذ سنحت لهم الفرصة من خلال طبيعة عملهم الالتقاء بمجموعات من الشباب العماني من الجنسين ومن مختلف الأعمار، حيث قاموا بدراسة عدد (5) حالات يومياً ممن لديهم مشكلات أسرية واجتماعية ومجتمعية نتيجة لعدم إشباع الحاجات النفسية التي تطرق إليها ابراهام ماسلو في نظرية الاحتياجات الإنسانية، مما أدى إلى ظهور آثار نفسية وأنماط حياة غير طبيعية أثرت على جودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان، وضمن عملهم، تمكنوا من الالتقاء والتواصل مع أكثر من (396) شاباً وشابة خلال الفترة (يناير - يونيو 2024)، تتمركز حالتهم في عدم إشباع احتياجاتهم النفسية المختلفة، وانعكاس ذلك على مستوى جودة الحياة لديهم حيث تحدث معظم أصحاب هذه الحالات عن مشاعر متدنية من الرضا والسعادة في حياتهم.

وفي دراسة استطلاعية بهدف التأكد من وجود ارتباط فعلي بين إشباع الحاجات النفسية وجودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان، قام الباحثون بتطبيق استطلاع للرأي على عينة عشوائية بلغت (100) شخصاً من الشباب العماني من الجنسين من المراجعين لوزارة التنمية الاجتماعية خلال عام 2024م، وقد اتضح من نتيجة الاستطلاع أن 90% من أفراد العينة يشيرون إلى وجود علاقة بين إشباع حاجاتهم النفسية وجودة الحياة لديهم.

الأمر الذي عزز للباحثين لتبني موضوع هذه الدراسة، خاصة في ضوء الجهود الوطنية التي تبذلها المؤسسات المختصة في سلطنة عمان ومنها وزارة التنمية الاجتماعية في تمكين الشباب العماني والقدرات الوطنية وتعزيز الرفاه والحماية الاجتماعية.

ورغم عدم وجود دراسات مباشرة عن موضوع الدراسة في المجتمع العماني إلا أن دراسة (بركات، 2014)، عن الحاجات الإرشادية لدى طلبة الجامعات الخاصة بسلطنة عمان، أشارت إلى أهمية تحقيق الحاجات النفسية ضمن الحاجات الإرشادية لذات الفئة العمرية لا سيما أن هذه العملية تسعى لتحقيق جودة الحياة الجامعية من

خلال مساعدة الطلبة على فهم أنفسهم وإدراك مشاكلهم والانتفاع بقدراتهم ومواهبهم في التغلب على المشكلات التي تواجههم بغية التكيف والتوافق مع متطلبات الحياة وقد تمثلت مشكلة الدراسة في السؤال الرئيسي الآتي:

• **هل هناك علاقة بين الحاجات النفسية وجودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان؟**

وينبثق عن هذا السؤال الرئيسي الأسئلة الفرعية التالية:

- ما مستوى الحاجات النفسية لدى الشباب في سلطنة عمان؟
- ما مستوى جودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان؟
- هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha < 0.05$) بين الحاجات النفسية وجودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان؟

أهداف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى:

١. التعرف على مستوى إشباع الحاجات النفسية لدى الشباب في سلطنة عمان.
٢. الكشف عن مستوى جودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان.
٣. تحديد العلاقة بين الحاجات النفسية وجودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان.

أهمية الدراسة:

على المستوى النظري : تكمن أهمية هذه الدراسة في عدم وجود دراسات سابقة في المجتمع العماني – على حد علم الباحثين - تناولت الحاجات النفسية لدى الشباب العماني وعلاقتها بجودة الحياة، خاصة في ضوء التحديات التي تواجه الشباب العماني في ظل الزيادة المطردة للباحثين عن فرص عمل، وما يمثل ذلك من عدم تحقيق أبسط الاحتياجات الإنسانية التي تأتي في قاعدة هرم ماسلو للاحتياجات الإنسانية، عليه تكمن أهمية هذه الدراسة في كونها الدراسة الأولى من نوعها في سلطنة عمان، وهذا يعد إسهاماً من الباحثين في إثراء البحث العلمي، والحصول على مؤشرات ونتائج علمية مدروسة تساعد المعنيين في تحقيق الأولويات ذات العلاقة.

على المستوى التطبيقي: تحفيز الباحثون بموضوع الدراسة، وتشجيعهم على إجراء دراسات أخرى مشابهة وذات علاقة بالموضوع على مستويات أخرى من العينات، مما يؤدي إلى تعميق البحث والتقصي العلمي في هذا الجانب.

حدود الدراسة:

- **الحدود الموضوعية:** تتمثل في حدود تطبيق مقاييس الدراسة.
- **الحدود المكانية:** الشباب في سلطنة عمان (الفئة العمرية 25-65 سنة وفقاً لتصنيف منظمة الصحة العالمية الصادر في فبراير 2018 لمرحلة الشباب).

- الحدود البشرية: اقتصرت الدراسة على فئة الشباب في سلطنة عمان.

- الحدود الزمانية: تم تطبيق الدراسة في العام الأكاديمي 2024م
مصطلحات الدراسات:

الحاجة: الشعور الذي ينبع من أعماق الفرد، ويدفعه للسعي إلى أهدافه المنشودة ومحاولة تحقيقها، أو الرغبة في إنجازها أو الوصول لها أو معرفة المزيد عنها. (عطية، 1994)

الحاجات النفسية Psychological needs:

هي المطالب النفسية الفطرية التي تُعد الأساس للوصول إلى السعادة ولتحقيق التكامل والالتزان الداخلي، والنمو النفسي السليم، وهي تتكون في ثلاثة أبعاد، أولاً: بُعد الحاجة إلى الاستقلالية، ثانياً: بُعد الحاجة إلى الكفاءة، ثالثاً: بُعد الحاجة إلى الانتماء، وعليه يتم قياس هذه الأبعاد عن طريق مقياس الحاجات النفسية (بوناب، 2014).

تعرف إجرائياً: بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس الحاجات النفسية والذي من إعداد الباحثين ويتكون من الأبعاد التالية: (حاجات الأمن، تقدير الذات، تحقيق الذات، الحاجات الاجتماعية).

جودة الحياة Quality of life :

جودة الحياة هي معرفة الأفراد بإمكانياتهم سواءً من خلال الثقافة أو القيم أو حتى النظام ذاته، والتي ترتبط ارتباطاً مباشراً باهتماماتهم وتطلعاتهم ورضاهم حول جوانب حياتهم اليومية وأنشطتها المختلفة (اليوبي، 2020).

وتعرف إجرائياً: بأنها الدرجة التي يحصل عليها المفحوص من مقياس جودة الحياة والذي يتكون من أربعة أبعاد هي: جودة الحياة النفسية، وجودة الحياة البيئية، وجودة الحياة الجسمية، وجودة الحياة الاجتماعية.

الإطار النظري والدراسات السابقة

مفهوم الحاجات النفسية:

عرف عطية (2017) الحاجات النفسية بأنها: " حالة من التوتر وعدم الاتزان النفسي الذي يشعر بها الفرد نتيجة فقدان شيء معين يكون في نظره ضرورياً لآتزانه النفسي، تدفعه هذه الحالة إلى النشاط والاستمرار فيه حتى يحصل على ما ينقصه ويشبع حاجته كما تدفع صاحبها إلى التفاعل مع بيئته من أجل إشباع حاجاته وتخلصه من القلق والتوتر فهي بذلك تمثل قوة دافعة وموجهة للسلوك " (ص. 387).

كما عرف خوان (2019) الحاجات النفسية بأنها " عبارة عن مطالب نفسية فطرية وأساسية للوصول إلى السعادة والتكامل والنمو النفسي، ومن أهمها الحاجة إلى الاستقلال والحاجة إلى الكفاءة والحاجة إلى الانتماء " (ص. 62).

في حين عرف الزهراني (2021) الحاجات النفسية بأنها " الحاجة إلى التعبير عن الشعور والعواطف، والحاجة للتعرف إلى النظم الدفاعية له وللآخرين، والحاجة إلى توظيف إدراكه للحساسية المفرطة للوصول إلى إدراك حاجاته وحاجات الآخرين، والحاجة إلى تحقيق الرضا عن الذات، والحاجة إلى مساعدة المتفوق على التفاعل مع قيم مجتمعه بواقعية كي يستطيع الوصول إلى القيم التي يؤمن بها" (ص. 5).

وعرف عيسى (2022) الحاجات النفسية بأنها هي " تلك التي يؤدي تحقيقها إلى الرفاهية النفسية، والسلوك الأمثل للفرد، فهي تشير إلى الرغبة بتحقيق الذات والتفاعل الكبير مع الجماعة وغيرها، تمثل الحاجات النفسية الفسيولوجية محورا مهما للبقاء على قيد الحياة كالغذاء، والماء، والمأوى، والتكاثر، بالإضافة إلى احتياجات أخرى سلطة، والانتماء، والحرية، والمرح " (ص. 7).

تُظهر التعريفات تنوعاً في تناول الحاجات النفسية بين التركيز على الأساس الفطري، والعمق الانفعالي والمعرفي، والشمول الواسع للحاجات، وبناءاً عليه يمكن استخلاص التعريف التالي: متطلبات داخلية أساسية تسهم في تحقيق التوازن النفسي والنمو السليم للفرد، وتشمل مشاعر الانتماء، والاستقلال، والكفاءة، وتحقيق الذات، وهي ضرورية للرفاهية والصحة النفسية.

نظرية ماسلو للاحتياجات الإنسانية Maslow (1908 – 1970):

ووضع ماسلو Maslow ترتيباً هرمياً للحاجات يتوافق مع ما يدفع الأفراد للعمل ؛ في المستوى الأدنى توجد الحاجات الفسيولوجية Psychological Needs وتتمثل في : الحاجة إلى الطعام والماء والأكسجين والنوم والراحة والنشاط والجنس والإشباع الحسي، وفي المستوى الأعلى توجد الحاجة إلى الأمن Safety Needs بمختلف فروعها جسمياً ونفسياً في الحاضر والمستقبل، يأتي بعد ذلك الحاجة إلى الحب و الانتماء و التفاعل The Belonging And Love Needs ، ثم يأتي بعد ذلك الحاجة إلى المكانة والنجاح والتقدير واحترام الذات والثقة بالنفس وتقبل الذات The Esteem Needs. وأخيراً يأتي بعد ذلك مستوى الحاجة إلى تحقيق الذات Self- Actualization ، حيث يؤكد ماسلو على أنه لا يمكن الاستغناء عن هذه الحاجات وبناءً على ذلك فإن عدم إشباعها يسبب توتراً للفرد (صابر، 2018).

وتعد نظرية ماسلو من أشهر النظريات التي اهتمت بحاجات الفرد وتصنيفها، حيث افترض ماسلو أن الحاجات وإشباعها يعد أساساً ضرورياً لصحة الفرد النفسية والجسمية فيفترض أن الفرد في حال نشأ في بيئة لا تشبع حاجاته سيكون حتماً أقل توازناً وأكثر توتراً (القواسمة، 2019).

ويعتقد ماسلو بوجود هرمية للحاجات وهي متفاوتة في الأهمية وفق مستوياتها فبعضها يبقى غير مهم إلى حد ما، ولا يمثل مصدر إثارة للفرد إلا بعد أن يتوفر

لللبعض الآخر منها الحد الأدنى من الإشباع، وبذلك يجب على الفرد إشباع الحاجات الدنيا في الهرم، يقدم ماسلو مفهوم التصاعد الهرمي : قبل إشباع الحاجات العليا للغلبة أو للسيطرة لتيسير فهم نظام الدوافع وعملها المركب المتشابك، ويقصد بهذا المفهوم أن الحاجة ذات المستوى الأرقى لا تظهر حتى يتم إشباع حاجة أخرى أكثر غلبة وسيطرة، والحاجة التي تُشبع لا تعد حاجة بعد ذلك لأن تم إشباعها، وذلك يؤدي إشباع حاجة من الحاجات إلى قيام الفرد لمحاولة إشباع أخرى (كروم، 2020).

وتوصل ماسلو في نظريته في الحاجات النفسية إلى أن فهم الكائنات البشرية لا يكون بالأسلوب الذي أخذ به فرويد بدراسة العصبيين والذهانيين، حيث يرى أن دراسة الأشخاص غير الأسوياء والمتخلفين وغير الأصحاء تُنتج علم نفس غير سوي (المحمد، 2019).

نظرية ماسلو قدمت إطاراً مفاهيمياً مهماً لفهم دافعية الإنسان وسلوكه، إذ تسهم هرمية الحاجات في توضيح تدرج أولويات الفرد النفسية والبيولوجية، وتبرز العلاقة بين الإشباع والتوازن النفسي.

أهمية إشباع الحاجات النفسية:

ترى كوثر (2017) أن هناك بعض الحاجات التي ينبغي على الفرد إشباعها كي يشعر بالسعادة كالحاجة إلى التفوق والسيطرة على الأشياء أو الأفراد أو الأفكار، والحاجة للتحصيل والتغلب على التحديات، والحاجة للشهرة والتقدير والمدح، والحاجة لعرض مؤهلاته ومهاراته وقدراته حتى يشعر بالتميز في مجتمعه، فإشباع كل هذه الحاجات يؤكد على الصحة النفسية لدى الفرد ويحقق طموحه. ويشير أيضاً إلى أن أهمية إشباع الحاجات النفسية تنبثق من أمرين رئيسيين، ويمكن توضيح ذلك فيما يلي:

- **الأمر الأول:** يتمثل في نجاح الفرد في تحقيق أغراضه وأهدافه، الأمر الذي يؤدي إلى إشباع الدافع وإرضاء الحاجة لديه وتحقيق التكيف والتوافق النفسي والاجتماعي لديه.

- **الأمر الثاني:** يتمثل في فشل الفرد في تحقيق أغراضه وأهدافه نتيجة لعقبات وتحديات مختلفة يؤدي ذلك إلى حدوث صراع لدى الفرد، وظهور أعراض سوء التكيف.

ويرى (Mesurado, et al 2016) أن إشباع الحاجات النفسية الأساسية يشكل العملية النفسية المركزية التي من خلالها تيسر وتسهل الدافعية الداخلية التي تؤدي إلى الأداء الأمثل والازدهار في مجالات الحياة المختلفة .

وأشار علي (2018) إلى أن عدم إشباع الحاجات النفسية قد يؤدي إلى إضعاف الدافعية الداخلية للفرد، ومن الممكن تيسير وتسهيل الدافعية الداخلية عن طريق إيجاد

الظروف التي تشبع حاجات الفرد النفسية الأساسية الثلاثة وهي (الحاجة إلى الاستقلال، الحاجة إلى الكفاءة، الحاجة إلى الانتماء).

مفهوم جودة الحياة

عرف محمد (2015) جودة الحياة على أنها " المشاعر الذاتية بالسعادة الشخصية، والرضا عن النفس وعن الجوانب ذات الأهمية في حياة الشخص، ويضيفوا أيضا بأنه يجب التأكيد على مفهوم الذاتية باعتبار أن تقدير الشخص الذاتي لمدى سعادته ورضاه عن حياته هو أساس في الحكم على حياته " (ص. 310).

وعرف اليوبي والحربي (2020) جودة الحياة بأنها " إدراك الأفراد لمراكزهم في الحياة في سياق الثقافة ونسق القيم الذي يعيشون فيه وعلاقة ذلك بأهدافهم وتوقعاتهم ومستوياتهم واهتماماتهم، إنه مفهوم واسع ويتأثر بصحة الفرد من كافة جوانبه وعلاقاته الاجتماعية والأسرية (ص. 90).

كما عرف بن عيسى (2020) جودة الحياة بأنها " درجة رقي مستوى الخدمات المادية والاجتماعية التي تقدم لأفراد المجتمع، وإدراك هؤلاء الأفراد لقدرة الخدمات التي تقدم لهم على إشباع حاجاتهم المختلفة، ولا يمكن أن يدرك الفرد جودة الخدمات المقدمة له بمعزل عن الآخرين سواء (أقارب، أشقاء، زملاء، أصدقاء) " (ص. 23).

ويرى ميرووح وهاروني (2021) أن جودة الحياة هي " نوعية الحياة التي يرغب الفرد في أن يحققها، فإذا كان معنى الحياة واضحا ومرتقا لديه فإن الحياة تبدو بالنسبة له مثيرة جدا، وأن كل يوم يكون جديد تماما، ويلزمه شعور أنه وجد ما ظل يبحث عنه طيلة حياته، ويستطيع أن يحدد الأشياء المفقودة من حياته بدقة ووضوح " (ص. 417).

تُبرز التعريفات تنوع أبعاد جودة الحياة بين الذاتية (السعادة والرضا)، والاجتماعية (العلاقات والخدمات)، والمعنوية (المعنى والهدف)، مما يدل على شمولية المفهوم وتعدد. ويُجمع الباحثون على أن إدراك الفرد الذاتي هو جوهر تقييم جودة حياته.

ويمكن تعريفها تعريفا شاملا بأنها : الشعور الداخلي بالرضا والتوازن النفسي الناتج عن تفاعل الفرد الإيجابي مع ذاته ومجمعه، ومدى تحقيقه لمعنى وهدف يُضفي على حياته قيمة ووضوحًا.

الاتجاهات المفسرة لجودة الحياة:

نظرا لتعدد وتنوع مفهوم جودة الحياة من قبل الكثير من الباحثين الأمر الذي أدى إلى تعدد وظهور العديد من الاتجاهات المختلفة التي تفسر جودة الحياة والتي يمكن توضيحها كما ذكرها كل من (بوتي وبرقيقة، 2020 ؛ شيخي، 2014 ؛ صبرين وأحلام، 2020) على النحو التالي :

✓ **الاتجاه النفسي :** يمثل تقييم الفرد للمؤشرات الموضوعية في حياته كالدخل، المسكن، العمل، والتعليم انعكاس مباشر لإدراكه لجودة الحياة في وجود هذه المتغيرات وذلك في وقت محدد وظروف معينة ويتضح ذلك في مستوى السعادة والشقاء الذي يكون عليه الفرد، ويرتبط بمفهوم جودة الحياة العديد من المفاهيم النفسية من أهمها : القيم، والإدراك الذاتي، والحاجات، ومفهوم الاتجاهات، ومفهوم الطموح، ومفهوم التوقع علاوة على مفاهيم الرضا، والتوافق، والصحة النفسية ويكمن جوهر جودة الحياة في إشباع الحاجات النفسية كمكون رئيسي لجودة الحياة، وذلك طبقاً لمبدأ إشباع الحاجات المتبع في نظرية أبراهام ماسلو.

✓ **الاتجاه الاجتماعي:** بدأ الاهتمام بدراسات جودة الحياة منذ زمن بعيد وقد ركزت هذه الدراسات على المؤشرات الموضوعية في الحياة مثل معدلات المواليد، ومعدلات الوفيات، ومعدل ضحايا المرض، ونوعية السكن، والمستويات التعليمية لأفراد المجتمع، ومستوى الدخل، وتختلف هذه المؤشرات من مجتمع إلى آخر، وترتبط جودة الحياة بطبيعة العمل الذي يقوم به الفرد وما يحققه الفرد من عائد مادي من عمله والمكانة المهنية التي يحصل عليها الفرد وتأثيره على الحياة.

✓ **الاتجاه الطبي:** يهدف هذا الاتجاه إلى تحسين جودة الحياة للأفراد الذين يعانون من الأمراض الجسمية المختلفة أو النفسية أو العقلية وذلك من خلال البرامج الإرشادية والعلاجية، ويُعد تطوير جودة الحياة الهدف المتوقع لمقدمي الخدمة الصحية، وتقييم حاجة الأفراد لجودة الحياة يتضمن أيضاً تقييم احتياجاتهم وتوفير البدائل لهذه الاحتياجات حتى لو لم يكن هناك تشخيص لمرض معين أو مشكلة معينة، تعطي جودة الحياة مؤشراً للمخاطر الصحية والتي من الممكن أن تكون جسدية أو نفسية، وذلك في غياب علاج حالي أو الاحتياج للخدمات.

✓ **الاتجاه الفلسفي:** ينظر إلى جودة الحياة من منظور فلسفي على أنها هي السعادة المأمولة التي لا يمكن للفرد الحصول عليها إلا بتحرير نفسه من أسر الواقع والتحليق في فضاء مثالي يدفع الفرد إلى الترفع على ذلك الواقع الخائق وترك العنان لخياله الإبداعي، وبالتالي فجودة الحياة من هذا المنظور تعني " مفارقة للواقع تلمساً لسعادة خيالية يعيش فيها الفرد حالة من التجاهل التام لآلام ومصاعب الحياة والذوبان في صفاء روحي مفارق لكل قيمة مادية ".

تُظهر الاتجاهات المختلفة في تفسير جودة الحياة تنوعاً في التركيز بين ما هو نفسي واجتماعي وطبي وفلسفي، مما يعكس ثراء المفهوم وتشابكه مع عدة مجالات. فبينما يركز الاتجاه النفسي على الرضا الذاتي وإشباع الحاجات، يهتم الاجتماعي بالمؤشرات المادية، ويعالج الطبي الجوانب الصحية، ويتأمل الفلسفي المعنى العميق للحياة. وانطلاقاً من هذا التنوع، تبرز الحاجة إلى منحنى تكاملي يجمع بين هذه الأبعاد

لتقديم فهم أكثر شمولاً ودقة لجودة الحياة في ضوء تفاعل الفرد مع ذاته ومجتمعه وواقعه.

ويعد فينتدجودت وميريك اندرسون (Ventegodt & Merrick Anderson) هما صاحب النظرية التكاملية التي تقوم على أن جودة الحياة تتمثل في ثلاث مجموعات منفصلة هي الذاتية والموضوعية والوجودية، وتتضمن جودة الحياة أربعة مكونات تتمثل في: السلامة، والرضا عن الحياة، والسعادة، ومعنى الحياة وكل مجموعة تهتم بعيد من أبعاد الجودة، ويمكن توضيحها كما ذكرها عبد الله (2020) على النحو التالي:

- **جودة الحياة الذاتية:** تشير هذه المجموعة إلى طبيعة الحياة التي يشعر الفرد أنه يحيا فيها، إذ إن درجة رضا الفرد وسعادته بالحياة هي مجرد انعكاس لرويته الذاتية، وتتضمن أربعة أبعاد فرعية هي السلامة، الرضا عن الحياة، والسعادة، ومعنى الحياة.
- **جودة الحياة الوجودية:** تشير إلى كيفية الحياة الجيدة على المستوى العميق، فالفرد له طبيعة أعمق لا بد أن يشعر الفرد معها بانسجام وذلك من خلال إشباع الحاجات البيولوجية، ومراعاة مرحلة النمو ومحاولة إشباع الجوانب الروحية والدينية.
- **جودة الحياة الموضوعية:** تهتم هذه المجموعة بالظروف الخارجية، ويقصد بها إدراك الفرد للعالم الخارجي، يتأثر هذا الإدراك بالثقافة التي يحيا فيها الفرد.

أهمية جودة الحياة:

تمثل جودة الحياة أهمية كبيرة في حياة الفرد والمجتمع، فهي مؤشر حقيقي للتنمية الشاملة على جميع الأصعدة، وتلعب دورا كبيرا في تحقيق التقدم والاستقرار في حياة الفرد، وأشار ضيف الله وآخرون (2020) إلى أهمية جودة الحياة التي يمكن حصرها في العناصر التالية:

- تساهم جودة الحياة في تقدير التنمية سواء كانت اقتصادية أو اجتماعية أو بشرية.
- تتضح أهمية جودة الحياة بشكل كبير وفعال في التنمية البشرية، من خلال التركيز على ما حققته من إشباع للحاجات الإنسانية لدى الفرد.
- تظهر أهمية جودة الحياة في المحافظة على سعادة الأفراد في هذا العصر.
- تهتم جودة الحياة بقياس ومعرفة درجة الرضا التي يشعر بها الفرد تجاه أنماط حياته عامة.
- تغطي جودة الحياة العديد من المجالات منها الاجتماعية والاقتصادية والتعليمية والنفسية والجغرافية والتاريخية والطبية وقضايا البيئة والتسوق والتجارة والدخل والتوظيف وكافة جوانب الحياة الأخرى.

الدراسات السابقة المرتبطة بالحاجات النفسية:

دراسة موزي وبوفاتح (2022) بعنوان: الحاجات النفسية لدى طلبة العلوم النفسية والاجتماعية بجامعة عمار ثلجي بالأغواط. هدفت الدراسة إلى معرفة ترتيب الحاجات النفسية الأكثر اهتماما لدى طلبة العلوم النفسية والاجتماعية بجامعة عمار ثلجي بالأغواط، وأيضا معرفة الفروق في الحاجات النفسية تبعا للمتغيرات التصنيفية (الجنس، التخصص). أجريت الدراسة على عينة قوامها (81) طالبا وطالبة، واتبعنا المنهج الوصفي، وأسفرت الدراسة على النتائج التالية: جاء ترتيب الحاجات النفسية لدى أفراد عينة الدراسة كالآتي: الحاجة إلى إشباع النواحي الاجتماعية في الترتيب الأول، ثم تليها الحاجة إلى تحقيق الذات، واحتلت الحاجة إلى المعرفة والثقافة الترتيب الثالث، وفي الأخير جاءت الحاجة إلى إشباع النواحي الاقتصادية. لا توجد فروق دالة إحصائية في الحاجات النفسية لدى أفراد عينة الدراسة تعزى لمتغير الجنس. لا توجد فروق دالة إحصائية في الحاجة إلى (إشباع النواحي الاجتماعية وتحقيق الذات والمعرفة والثقافة) لدى أفراد عينة الدراسة تعزى لمتغير التخصص. توجد فروق دالة إحصائية في الحاجة إلى إشباع النواحي الاقتصادية لدى أفراد عينة الدراسة تعزى لمتغير التخصص.

دراسة Ihan and Gümüşdağ (2022) بعنوان: فحص مستويات النشاط البدني والاحتياجات النفسية الأساسية لطلبة الجامعة. هدفت الدراسة إلى دراسة مستويات النشاط البدني والاحتياجات النفسية الأساسية لطلبة الجامعة وفق متغيرات مختلفة. تكونت عينة الدراسة من 558 طالبا اشتملت أدوات الدراسة على استبيان النشاط البدني، ومقياس الاحتياجات النفسية الأساسية. وتمثل منهج الدراسة في المنهج الوصفي. وقد أشارت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى كل من النشاط البدني ودرجة الاحتياجات النفسية الأساسية لدى عينة الدراسة من طلبة الجامعة حسب الجنس. كما أشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة إيجابية بين درجة النشاط البدني ودرجة الحاجة النفسية لدى عينة الدراسة من طلبة الجامعة.

دراسة المسعودي (2021) بعنوان: الحاجات النفسية وعلاقتها بأساليب التعلم لدى الشباب الجامعي مرتفعي الاتجاه نحو الانحراف الفكري وطرق الحد منه. هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى الحاجات النفسية لدى الشباب الجامعي مرتفعي الاتجاه نحو الانحراف الفكري، ومعرفة أساليب التعلم لدى الشباب الجامعي مرتفعي الاتجاه نحو الانحراف الفكري، وأيضا معرفة العلاقة بين الحاجات النفسية وأساليب التعلم لدى الشباب الجامعي مرتفعي الاتجاه نحو الانحراف الفكري، توصلت نتائج الدراسة إلى أن الشباب مرتفعي الاتجاه نحو الانحراف الفكري لديهم مستوى ضعيف جدا في إشباع الحاجات النفسية (الانتماء والكفاءة والاستقلالية)، كما أنهم يفضلون أسلوب التعلم السطحي ولديهم ضعف في أسلوب التعلم العميق والاستراتيجي، كما يوجد

ارتباط بين انخفاض إشباع الاستقلالية والانتماء والكفاءة بزيادة أسلوب التعلم السطحي وانخفاض أسلوب التعلم العميق والاستراتيجي لدى الشباب مرتفعي الاتجاه نحو الانحراف الفكري، وأوصت الدراسة بضرورة العمل على إشباع الحاجات النفسية لدى الشباب مرتفعي الاتجاه نحو الانحراف الفكري، وإجراء بحوث ودراسات تتعلق بالحاجات النفسية، وأساليب التعلم وقدرتهما التنبؤية بالاتجاه نحو الانحراف الفكري.

دراسة صابر (2018) بعنوان: ترتيب إشباع الحاجات النفسية لدى عينة من الطلاب المصريين متبايني مستوى التحصيل الدراسي بالمرحلة الإعدادية. هدفت الدراسة إلى الكشف عن ترتيب إشباع الحاجات النفسية لدى الطلاب المصريين بالمرحلة الإعدادية وعلاقته بمستوى التحصيل الدراسي لديهم. توصلت هذه الدراسة إلى عدة نتائج أهمها: أن هناك علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.01 بين إشباع الحاجات النفسية ومستوى التحصيل الدراسي، فكلما زاد إشباع الطالب لحاجاته النفسية ارتفع معه التحصيل الدراسي، وكان إشباع الحاجة للانتماء والكفاءة أكثر ارتباطاً بمستوى التحصيل الدراسي، حيث إن الطالب كلما أحب بلده التي ترعى إشباع حاجاته وكلما وظفت قدراته زاد انتماءه لها وثقته في نفسه بأن يتفوق من أجل تقدمها ورفقها. وأوصت هذه الدراسة بعدة توصيات أهمها: ضرورة أن تدعم المدارس اكتشاف الحاجات النفسية لطلابها وتوفير الأجواء المناسبة لإشباعها، وقيام المؤسسات التعليمية بتوفير أجواء أكاديمية سليمة وجيدة تساهم في خلق المنافسة المشروعة بين طلابها بما يعزز من فكرتهم عن ذاتهم ويساهم في سعيهم بشكل جاد نحو تحقيق أهدافهم ورغباتهم المستقبلية، تزويد مركز المصادر بالمراجع المتخصصة بما ينمي الحاجات النفسية لدى الطلاب.

دراسة الظفري، العاني (2013) بعنوان: الحاجات النفسية والاجتماعية للمرأة العمانية العاملة. هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الحاجات النفسية والاجتماعية لدى المرأة العمانية العاملة في جميع المؤسسات، وبذلك التعرف على الفروق في مستوى تلك الحاجات وفق عدد من المتغيرات (الحالة الاجتماعية - المؤهل الدراسي - العمر - سنوات الخدمة - عدد الأبناء - الراتب - نوع العمل من حيث "حكومي/خاص")، حددت الباحثة البحث بالمرأة العاملة في مؤسسات القطاع العامي والخاص بمحافظة مسقط، وتحقيقاً لأهداف البحث أعدت أداة لقياس الحاجات النفسية مكونة من ستين فقرة. ومن أهم نتائج الدراسة إلى أن المرأة العُمانية لديها إشباع في الحاجات النفسية والاجتماعية بمختلف محاورهما؛ مع التوصل أيضاً بأن أكثر أبعاد الحاجات الإنسانية إشباعاً هو بُعد قبول الذات والأقل إشباعاً هو الأمن النفسي، وفي مجال الحاجات الاجتماعية أظهرت النتائج بأن الحاجات الأسرية هي الأكثر إشباعاً بينما بُعد المسؤولية الاجتماعية هو الأقل، إضافةً إلى ذلك فقد أشارت

النتائج إلى وجود فروقات في مستوى الحاجات النفسية بحسب إجمالي الراتب الذي تتقاضاه المرأة العُمانية العاملة، وأن مستوى الإشباع لدى العاملات في القطاع الحكومي أعلى من العاملات في القطاع الخاص، ولم تتأثر مستويات الحاجات بالمتغيرات الأخرى كالعمر والخبرة وعدد الأبناء وأيضاً المؤهل الدراسي.

الدراسات السابقة المرتبطة بجودة الحياة:

دراسة (المطيري، 2022) بعنوان: جودة الحياة وعلاقتها باتجاه الشباب نحو تعاطي المخدرات لدى عينة من الشباب السعودي. هدفت الدراسة إلى التعرف على طبيعة الاتجاهات التي يكونها الشباب نحو تعاطي المخدرات في المملكة العربية السعودية، وتكونت عينة الدراسة من (437) فرداً، وتم استخدام مقياس جودة الحياة الصادر عن منظمة الصحة العالمية WHOQOL-100 بصورته المختصرة، من تعريب بشرى أحمد (2008)، ومقياس الاتجاه نحو تعاطي المخدرات من إعداد مرسى (1994) وتم تقنيته على المجتمع السعودي من قبل محمد الليل (2003). وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن مستوى جودة الحياة لدى العينة مرتفع، وانخفاض اتجاههم نحو التعاطي. مما يشير إلى وجود علاقة بين جودة الحياة والاتجاهات، كما أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة احصائياً بين جودة الحياة واتجاه الشباب نحو التعاطي، فكلما ارتفع مستوى جودة الحياة انخفض الاتجاه نحو تعاطي المخدرات والعكس صحيح، وأشارت النتائج أيضاً إلى إمكانية التنبؤ بالاتجاه نحو التعاطي وذلك من خلال جودة الحياة، كما أوضحت عدم وجود فروق بين الجنسين في جودة الحياة حيث أظهرت تكافؤ بين الذكور والإناث في عينة البحث، مع وجود فروق بين الجنسين في الاتجاه نحو التعاطي لصالح الذكور. وأشارت إلى وجود فروق دالة في متغير عدد أفراد الأسرة لصالح عدد أفراد الأسرة من 4 فأقل في جودة الحياة مع وجود فروق دالة في متغير الدخل لصالح الأعلى دخلاً في جودة الحياة مما يظهر مدى تأثير المستوى الاقتصادي على الرضا عن الحياة.

دراسة المحمدي (2022) بعنوان: جودة الحياة وعلاقتها بمهارات التفكير ما وراء المعرفي لدى طالبات الجامعة. هدفت الدراسة إلى التعرف إلى علاقة جودة الحياة بمهارات التفكير ما وراء المعرفي لدى طالبات المرحلة الجامعية، ومدى وجود فروق في جودة الحياة ومهارات التفكير ما وراء المعرفي تعزى لاختلاف التخصص كليات علمية- إنسانية والمستوى الدراسي. حيث تكونت عينة البحث من (442) طالبة من طالبات جامعة الملك سعود، تم تطبيق مقياس جودة الحياة إعداد منسي وكاظم (2006)، ومقياس ما وراء المعرفة من إعداد المساعيد (2008) على العينة، واتضح من نتائج البحث وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جودة شغل الوقت وإدارته باختلاف متغير التخصص لصالح الكليات الإنسانية، كما تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جودة شغل الوقت وإدارته باختلاف متغير المستوى الدراسي لصالح

طالبات السنة الرابعة كما بينت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة ومهارات التفكير ما وراء المعرفي تعزى لاختلاف المعدل التراكمي لصالح الطالبات ذوات المعدلات التراكمية المرتفعة ووجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين أبعاد جودة الحياة ومهارات التفكير ما وراء المعرفي، كما تبين أنه يمكن تفسير ما يقرب من (11%) في التباين في جودة الحياة بمعرفة مكونات التفكير ما وراء المعرفي.

دراسة القحطاني (2022) بعنوان: جودة الحياة وعلاقتها بالسمات الشخصية لدى الطلاب الجامعيين. هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى جودة الحياة لدى طلاب الجامعة. أوضحت النتائج أن العلاقة منعقدة أو شبه منعقدة بين درجات أبعاد مقياس جودة الحياة وبين درجة بعد الصفاة لمقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، أنه لا توجد علاقة بين درجات عينة البحث في هذا البعد لمقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، وبين درجتهم في أبعاد مقياس جودة الحياة، كما أشارت إلى أن هناك علاقة طردية (موجبة) بين درجات أبعاد مقياس جودة الحياة وبين درجة أبعاد مقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية: (الانبساط، الطيبة، يقظة الضمير).

دراسة (Sprague & Ekenga, 2021) بعنوان: أثر التعليم القائم على الطبيعة على نوعية الحياة المتصلة بالصحة في أوساط الشباب المنخفض الدخل. شارك في هذه الدراسة عينة من 362 شاباً من ذوي الدخل المنخفض (تتراوح أعمارهم بين 9 و 15 عاماً) في سانت لويس، ميزوري، الولايات المتحدة الأمريكية. بعد فترة التدخل، شهد الشباب في مجموعة التدخل NBE تحسينات في جميع درجات مجال (HRQoL ($P < 0.001$))، في حين شهد الشباب في المجموعة الضابطة انخفاضاً في درجات مجال (HRQoL ($P < 0.001$)). وقد يكون للإحصاءات الوطنية أثر إيجابي على الموارد البشرية للشباب ذوي الدخل المنخفض.

دراسة (الرفاعي، 2021) بعنوان: مستوى الحصانة النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى عينة من الشباب. هدفت هذه الدراسة إلى تحديد العلاقة بين درجة تقدير أفراد العينة لمستوى الحصانة النفسية لديهم ودرجة تقديرهم لمستوى جودة الحياة، وتكونت عينة الدراسة من (313) طالباً وطالبة من الكلية الجامعية بدولة الكويت، وشملت أداة الدراسة مقياسين من إعداد الباحثة، الأول للحصانة النفسية. وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن درجة التقدير الكلية لمستوى الحصانة النفسية من وجهة نظر أفراد العينة كانت عند مستوى متوسط بوزن نسبي (57.5%). جاء مجال (الحصانة النفسية (الاجتماعية)) في المرتبة الأولى بوزن نسبي (60.4%)، ومجال (الحصانة النفسية (الذاتية)) في المرتبة الأخيرة، بوزن نسبي (54.7%)، وجميعها بدرجات متوسطة. - درجة التقدير الكلية لمستوى جودة الحياة كانت متوسطة عند وزن نسبي (54.9%). جاء مجال (جودة الحياة النفسية) في المرتبة الأولى بوزن نسبي

(56.3%)، ومجال (جودة الحياة الأسرية) في المرتبة الأخيرة بوزن نسبي (54.2%) وجميعها متوسطة. كما أشارت إلى وجود علاقة موجبة قوية دالة إحصائياً بين جميع المجالات والدرجة الكلية لمقياس الحصانة النفسية، وبين درجة جودة الحياة، إذ بلغ معامل الارتباط الكلي (0.734).

دراسة جاسم (2018) بعنوان: جودة الحياة النفسية لدى طلبة الجامعة. هدفت الدراسة إلى التعرف على جودة الحياة النفسية لدى طلبة الجامعة، وأيضاً التعرف على الفروق وفق متغيري الجنس والتخصص. توصلت هذه الدراسة إلى عدة نتائج أهمها: أن طلبة الجامعة يتمتعون بجودة الحياة النفسية، وتوصلت أيضاً إلى وجود فروق في جودة الحياة النفسية وفق متغير الجنس وكان لصالح الذكور، وأشارت إلى عدم وجود فروق بين التخصص العلمي والإنساني في جودة الحياة النفسية. وأوصت هذه الدراسة بعدة توصيات أهمها: ضرورة تعزيز جودة الحياة النفسية لدى طلبة الجامعة لمساعدتهم في حل مشاكل الحياة اليومية، ضرورة الاهتمام بمقياس جودة الحياة والاستفادة منه وتطبيقه على عينات مختلفة.

إن أهم ما يميز الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة يمكن تلخيصه فيما يلي:
من حيث المحددات المكانية للدراسة: أجريت الدراسات السابقة على المنظمات العربية وبعض المنظمات الأجنبية، بينما أجريت الدراسة الحالية على عينة من الشباب في سلطنة عمان.

من حيث هدف الدراسة: تنوعت الأهداف والاتجاهات البحثية للدراسات السابقة، والتي هدفت إلى دراسة الحاجات النفسية وجودة الحياة من قبل الباحثين على متغيرات أخرى مثل قياس إشباع الحاجات النفسية لدى منخفضي ومرتفعي الرضا عن الحياة، وتأثير الحاجات النفسية على الشباب، وكذلك علاقة الحاجات النفسية بدوافع العمل، وتأثير مواقع التواصل الاجتماعي على الحالة النفسية للطلاب، وأيضاً جودة الحياة وعلاقتها بالسمات الشخصية لدى الطلاب بالجامعة، وجودة الحياة وتأثيرها على سلوك المواطنة التنظيمية للمعلمين، وعلاقة علم النفس بجودة حياة الشباب، وجودة الحياة النفسية للطلاب الشباب بالجامعة، في حين هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على العلاقة بين الحاجات النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان، وهدفت أيضاً إلى معرفة مستوى الحاجات النفسية لدى الشباب في سلطنة عمان، والتعرف على مستوى جودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان.

من حيث متغيرات الدراسة: ركزت معظم الدراسات السابقة على دراسة الحاجات النفسية، وأيضاً جودة الحياة، بشكل جيد وواضح ولكن على متغيرات مختلفة تختلف عن مجال تطبيق الدراسة الحالية، حيث تميزت الدراسة الحالية بمتغيراتها التي لم يتم

تناولها في أي من الدراسات السابقة – في حدود علم الباحثون لا من حيث العينة أو المجتمع أو متغيرات الدراسة، أو المنهج المستخدم.

منهج الدراسة:

اتبع الباحثون في هذه الدراسة المنهج الوصفي والذي يعتمد على وصف وتحليل المشكلة وبيان العلاقة بين الحاجات النفسية وجودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان وذلك من خلال الإجابة على تساؤلات الدراسة.

مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من جميع الشباب العماني من الفئة العمرية (25 - 65) سنة وتم اختيار الفئة العمرية وفقا لتصنيف منظمة الصحة العالمية الصادر في فبراير 2018 لمرحلة الشباب (منظمة الصحة العالمية، 2018). حيث إنه وفقا للتعداد الإحصائي الإلكتروني لسلطنة عمان 2020م فإن عدد الشباب العماني من الفئة التي تم تحديدها حوالي (800000) نسمة (المركز الوطني للإحصاء والمعلومات، 2022).

عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من عدد (500) مفحوص من الذكور والإناث وتم تحديد العينة وفقا لجدول مورغان كما تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، والجدول رقم (1) يوضح توزيع أفراد العينة على متغيرات الدراسة.

الجدول (1) توزيع أفراد العينة وفقا لمتغيرات الدراسة

المتغير	الفئة	العدد	النسبة المئوية
الجنس	ذكر	316	63%
	أنثى	184	37%
	المجموع	500	100%
الحالة الاجتماعية	أعزب	123	25%
	متزوج	377	75%
	المجموع	500	100%
المؤهل العلمي	دبلوم التعليم العام فأقل	45	9%
	دبلوم بعد التعليم العام	88	18%
	بكالوريوس	263	53%
	دراسات عليا	104	21%
	المجموع	500	100%
العمر	من (25-35) سنة	171	34%
	(36-45) سنة	206	41%
	من (46-65) سنة	123	25%
	المجموع	500	100%

أدوات الدراسة:

طبقت أداتان في هذه الدراسة هما:

مقياس الحاجات النفسية (إعداد الباحثون):

بهذه التعرف على الحاجات النفسية لدى عينة الدراسة، ونظرا لخصوصية عينة الدراسة (الشباب في سلطنة عمان) وعدم حصول الباحثون على أداة جاهزة تتناسب مع عينة الدراسة فقد قام بتصميم مقياس الحاجات النفسية وفقا للخطوات التالية:

مراجعة المقاييس السابقة:

للاستفادة من الأفكار الواردة في فقرات مقاييس الحاجات النفسية السابقة، والأدبيات ذات الصلة قام الباحثون بالاطلاع ومراجعة عدد من مقاييس الحاجات النفسية التي تم تصميمها وتطبيقها في الدراسات السابقة: منها مقياس الحاجات النفسية والاجتماعية للمرأة العمانية (الظفري، العاني، 2013)، ومقياس الحاجات النفسية لكواردي وآخرون (2000) والذي عرّبه (أبو أسعد، 2005)، ومقياس الحاجات النفسية والاجتماعية لحراره (2017).

إعداد الصورة الأولية للمقياس:

بعد تحليل استجابات الاستبانة المفتوحة، ومراجعة المقاييس والأدبيات السابقة، تمكن الباحثون من صياغة (60) فقرة للمقياس في صورته الأولية.

الصدق الظاهري للمقياس:

للتحقق من الصدق الظاهري للمقياس (face validity) فقد تم عرضه على (10) من المحكمين في مجال التربية وعلم النفس والإرشاد النفسي والإحصاء التربوي والتدقيق اللغوي، وقد طلب منهم الحكم على مدى ملاءمة التعليمات، ومدى وضوح الفقرات وملاءمتها لمقياس الحاجات النفسية وأية تعديلات مقترحة. وبعد تحليل استجابات الخبراء تم الإبقاء على الفقرات التي نالت نسبة اتفاق (90%)، أي حصلت على موافقة (9) خبراء، وبهذا تم الإبقاء على (53) فقرة، وإلغاء (7) فقرات.

تم التحقق من الصدق والثبات لأدوات الدراسة بتطبيقها على عينة استطلاعية تكونت من (60) فردا من خارج عينة الدراسة، وفيما يلي عرضا لخصائص مقياس الحاجات النفسية:

صدق الفقرات:

تم حساب معامل الارتباط بين درجة كل محور والدرجة الكلية للمقياس والجدول (3) يوضح هذه النتائج.

جدول (3) الارتباط بين محاور المقياس والدرجة الكلية

معامل الارتباط مع الدرجة الكلية	محاور المقياس
0.59**	حاجات الأمان
0.71**	الحاجات الاجتماعية
0.87**	حاجات تقدير الذات
0.89**	حاجات تحقيق الذات

** دالة عند مستوى ($\alpha=0.01$)

يتضح من الجدول (3) أن قيم معاملات الارتباط بين المحاور والدرجة الكلية للمقياس تراوحت ما بين ما بين (0.59-0.89)، وكانت جميعها موجبة ودالة إحصائياً عند مستوى ($\alpha=0.01$) مما يدل ذلك على اسهام كل محور في التعبير عن الدرجة الكلية للمقياس وهذا يدل على ان المحاور تشترك جميعها في قياس ما وضعت لقياسه. وفي ضوء ما تم عرضه من مؤشرات نستدل على أن مقياس الحاجات النفسية يتمتع بدلالات صدق مناسبة لتحقيق أهداف الدراسة الحالية.

ثبات المقياس:

للتحقق من ثبات مقياس الحاجات النفسية تم حساب معامل ثبات ألفا لكرونباخ (Cronbach's Alpha Coefficient) لجميع المحاور وللاداة ككل، والجدول (4) يوضح هذه النتائج.

الجدول (4) معاملات ثبات ألفا لكترو نباخ لمحاور مقياس الحاجات النفسية

معامل ألفا لكترو نباخ	عدد المفردات	محاور الاستبانة
0.66	11	حاجات الأمان
0.65	11	الحاجات الاجتماعية
0.82	15	حاجات تقدير الذات
0.87	16	حاجات تحقيق الذات
0.90	53	الاستبانة ككل

يتضح من الجدول (4) أن قيم معامل ألفا لكترو نباخ لمحاور مقياس الحاجات النفسية جاءت ما بين (0.65–0.87)، وبلغ الثبات الكلي للمقياس (0.90)، وجميع هذه القيم تدل على أن مقياس الحاجات النفسية يتمتع بمستوى مناسب من الثبات.

وصف المقياس في صورته النهائية

بعد عرض المقياس على المحكمين وتطبيقه على العينة الاستطلاعية، تكون المقياس في صورته النهائية من (53) فقرة موزعة على أربعة أبعاد (حاجات الأمن، تقدير الذات، تحقيق الذات، الحاجات الاجتماعية)، ووضع أمام كل فقرة مقياس خماسي متدرج الإجابات، وعلى المفحوص وضع إشارة ✓ () على الإجابة التي تعبر عن مشاعره والعبارات كلها صحيحة، وبها تدرج يبدأ من النفي المطلق وينتهي

بالتأكيد والتلازم لهذه المشاعر ، وتراوحت درجات المقياس ما بين (53 - 265) درجة، و تراوحت الدرجات لكل فقرة بين (1 - 5) درجة حيث يشير ارتفاع الدرجة إلى ارتفاع مستوى الحاجات النفسية.

ثانياً: مقياس جودة الصحة النفسية (منظمة الصحة العالمية WHO).
وصف المقياس:

بهدف التعرف على مستوى جودة الحياة النفسية لدى عينة الدراسة، اعتمدت الدراسة الحالية على مقياس جودة الحياة الذي تم إعداده من قبل منظمة الصحة العالمية، ومن تعريب بشرى أحمد (2008)، حيث تناول المقياس أبعاد جودة الحياة النفسية والبيئية والجسدية والاجتماعية ويتناسب المقياس مع الفئة العمرية لعينة الدراسة، كما أنه تم استخدامه في العديد من الدراسات العربية مثل دراسة (المطيري، 2022) مما يدل على مناسبتها للبيئة العربية.

تكون المقياس في صورته النهائية من (24) فقرة موزعة على أربعة أبعاد (البعد النفسي، البعد البيئي، والبعد الجسدي، البعد الاجتماعي، ووضع أمام كل فقرة مقياس خماسي متدرج الإجابات، وعلى المفحوص وضع إشارة ✓ () على الإجابة التي تعبر عن جودة حياته التي يراها مناسبة ، حيث تراوحت درجات المقياس ما بين (24- 120) درجة، وتتراوح الدرجات لكل فقرة بين (1 - 5) درجة حيث يشير ارتفاع الدرجة إلى ارتفاع جودة الحياة.

الصدق الظاهري للمقياس:

بهدف تقينه على البيئة العمانية وللتحقق من الصدق الظاهري للمقياس (face validity) فقد عرضه الباحثان على (10) من المحكمين في مجال التربية وعلم النفس والإرشاد النفسي والإحصاء التربوي والتدقيق اللغوي. وبعد تحليل استجابات الخبراء تم الإبقاء على الفقرات التي نالت نسبة اتفاق (90%)، أي حصلت على موافقة (9) خبراء، وبهذا تم الإبقاء على (24) فقرة، وإلغاء الفقرتين العامتين وذلك لعدم ارتباطهما بالأبعاد الأربعة التي تهدف الدراسة لقياسها.

ثبات مقياس جودة الحياة

للتحقق من ثبات مقياس جودة الحياة تم استخراج معامل ثبات ألفا لكر و نباخ (Cronbach's Alpha Coefficient) لجميع المحاور وللأداة ككل، والجدول (6) يوضح هذه النتائج.

جدول (6) الارتباط بين محاور المقياس والدرجة الكلية

معامل الارتباط مع الدرجة الكلية	محاور المقياس
0.90**	جودة الحياة النفسية
0.87**	جودة الحياة البيئية

0.82**	جودة الحياة الجسمية
0.82**	جودة الحياة الاجتماعية

** دالة عند مستوى ($\alpha=0.01$)

يتضح من الجدول (6) أن قيم معاملات الارتباط بين المحاور والدرجة الكلية للمقياس تراوحت ما بين ما بين (0.82-0.90)، وكانت جميعها موجبة ودالة إحصائياً عند مستوى ($\alpha=0.01$) مما يدل ذلك على إسهام كل محور في التعبير عن الدرجة الكلية للمقياس وهذا يدل على أن المحاور تشترك جميعها في قياس ما وضعت لقياسه. وجميع هذه المؤشرات تدل على أن مقياس جودة الحياة يتمتع بدلالات صدق مناسبة لتحقيق أهداف الدراسة الحالية.

عرض ومناقشة نتائج الدراسة:

أولاً: عرض ومناقشة نتائج السؤال الأول: ما مستوى الحاجات النفسية لدى الشباب في سلطنة عمان؟

لمعرفة مستوى الحاجات النفسية لدى الشباب في سلطنة عمان؛ تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد العينة على محاور مقياس الحاجات النفسية، والجدول (9) يوضح النتائج.

الجدول (9) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمحاور الحاجات النفسية

م	الرتبة	محاور الاستبانة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	4	حاجات الأمان	3.76	0.46	مرتفع
2	2	الحاجات الاجتماعية	4.12	0.44	مرتفع
3	3	حاجات تقدير الذات	3.99	0.43	مرتفع
4	1	حاجات تحقيق الذات	4.29	0.45	مرتفع جداً
		المتوسط الحسابي ككل	4.06	0.36	مرتفع

يتضح من الجدول (9) أن المتوسطات الحسابية لاستجابات أفراد العينة على محاور الحاجات النفسية الأربعة تراوحت بين (3.76 – 4.29)، وبلغ المتوسط الحسابي الكلي (4.06) حيث جاء في المرتبة الأولى محور حاجات تحقيق الذات بمتوسط حسابي (4.29) وبمستوى إشباع مرتفع جداً، وجاء في المرتبة الثانية محور الحاجات الاجتماعية بمتوسط حسابي (4.12) وبمستوى إشباع مرتفع، وحل محور حاجات تقدير الذات في المرتبة الثالثة بمتوسط حسابي (3.99) وبمستوى إشباع مرتفع وجاء في المرتبة الأخيرة محور حاجات الأمان بمتوسط حسابي (3.76) وبمستوى إشباع مرتفع؛ ويعني ذلك أن مستوى إشباع الحاجات النفسية مرتفع لدى الشباب في سلطنة عمان. وتتفق هذه النتيجة مع دراسات كل من (صابر، 2018)؛ (الظفري، العاني، 2013)؛ (موري، وبوفانج 2022)؛ التي خلصت جميعها إلى

ارتفاع إشباع الحاجات النفسية لدى العينات التي تناولتها هذه الدراسات. ويعزو الباحثون هذه النتيجة إلى برامج الرعاية الشبابية وتنوع ورقي برامج التعليم والتثنية الأسرية والاجتماعية، وتماسك المجتمع وتوافر مقومات الأمن والاستقرار، وما تقوم به المؤسسات التربوية والاجتماعية والثقافية والرياضية من إعداد وتأهيل للشباب العماني، وصناعة أجيال طموحة ومبتكرة ومستقرة نفسياً ومعنوياً، طامحة لتحقيق الذات والوصول لأعلى المراتب، الأمر الذي أدى إلى ارتفاع مستوى إشباع الحاجات بصورة عامة لدى الشباب العماني. وللوقوف على مستوى الحاجات النفسية لدى الشباب في سلطنة عمان بتوسع أكثر من وجهة نظر أفراد عينة الدراسة؛ تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لجميع الفقرات.

ثانياً: عرض ومناقشة نتائج السؤال الثاني؛ ما مستوى جودة الحياة لدى الشباب في

سلطنة عمان؟

للتعرف على مستوى جودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان؛ تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد العينة على فقرات الاحتراق الوظيفي في أداة الدراسة، والجدول رقم (14) يوضح هذه النتائج.

الجدول (14) يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمحاور جودة

الحياة

م	الرتبة	محاور الاستبانة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	2	جودة الحياة النفسية	4.07	0.62	مرتفع
2	3	جودة الحياة البيئية	4.04	0.58	مرتفع
3	4	جودة الحياة الجسمية	3.78	0.50	مرتفع
4	1	جودة الحياة الاجتماعية	4.10	0.61	مرتفع
		المتوسط الحسابي ككل	3.97	0.48	مرتفع

يتضح من جدول (14) أن المتوسطات الحسابية لاستجابات أفراد العينة على محاور مقياس جودة الحياة تراوحت بين (3.78-4.10) وبلغ المتوسط الحسابي الكلي (3.97)، حيث جاء في المرتبة الأولى محور جودة الحياة الاجتماعية بمتوسط حسابي (4.10) وبمستوى مرتفع. وجاء في المرتبة الثانية محور جودة الحياة النفسية بمتوسط حسابي (4.07) وبمستوى مرتفع، وجاءت في المرتبة الثالثة محور جودة الحياة البيئية بمتوسط حسابي (4.04) وبمستوى مرتفع، وجاء في المرتبة الأخيرة محور جودة الحياة الجسمية بمتوسط حسابي (3.78) وبمستوى مرتفع؛ مما يدل ذلك على أن مستوى جودة الحياة مرتفع لدى الشباب في سلطنة عمان. تتفق هذه الدراسة مع دراسة كل من ((جاسم ، 2018) ؛ (حرارة، 2017) ؛ (المطيري، 2022))، من حيث مستوى جودة الحياة المرتفع لدى أفراد العينة بهذه الدراسات. ويعزو

الباحثان ارتفاع مستوى جودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان نتيجة لارتفاع مستويات الحياة الاجتماعية والاقتصادية في المجتمع العماني بشكل عام، وتطور مستويات الرعاية الصحية والنفسية والأسرية لدى الشباب، وتتسق هذه النتيجة مع تصنيف مؤشر Numbeo لجودة الحياة لعام 2023، الذي صنف سلطنة عمان في المرتبة الأولى عربيا وآسيويا والثامنة عالميا في جودة الحياة (أثير، 2023).

ثالثا: عرض ومناقشة نتائج السؤال الثالث: هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى $(\alpha < 0.05)$ بين الحاجات النفسية وجودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان؟

لمعرفة ما إذا كانت توجد علاقة ارتباطية بين توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى $(\alpha < 0.05)$ بين الحاجات النفسية وجودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان؛ تم استخدام معامل الارتباط بيرسون، والجدول رقم (19) يوضح هذه النتائج.

الجدول (19) بوضوح قيمة معامل ارتباط بيرسون للعلاقة بين الحاجات النفسية وجودة الحياة

قيمة معامل الارتباط (r)	معامل التحديد (r^2)	مستوى الدلالة	نوع العلاقة
0.77	0.59	0.00*10	طردية

*دال إحصائيا عند مستوى $(\alpha \leq 0.01)$

يتضح من الجدول (19) وجود علاقة طردية دالة إحصائيا بين الحاجات النفسية وجودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان عند مستوى الدلالة $(\alpha = 0.01)$ ، وهذا يشير إلى أنه كل ما ارتفع مستوى الحاجات النفسية ارتفع مستوى جودة الحياة. وتعد هذه العلاقة قوية حسب تصنيف بالانت (Pallant, 2020) الذي أشار فيه أن معامل الارتباط يعد قويا عندما تكون قيمته أعلى (0.5). وبلغت قيمة معامل التحديد $(r^2 = 0.59)$ ، وهذا يعني أن 59% من التباين في جودة الحياة يعزى إلى الحاجات النفسية. تتفق هذه النتيجة مع دراسة كل من: (تيتيه، 2019)؛ (حرارة، 2017)، من حيث وجود علاقة ارتباطية طردية بين مستوى الحاجات النفسية ومستوى جودة الحياة. ويعزو الباحثان هذه النتيجة إلى ما أجمعت عليه المعارف وأدبيات الدراسة من وجود اتفاق بين معظم الباحثين باعتبار جودة الحياة عموما بأنها رضا الفرد عن الحياة، وأن إشباع متطلبات الفرد المختلفة الذاتية منها والموضوعية، من خلال سعي المجتمع لتفهم حاجات الشباب والعمل على تحقيقها كونها حاجات جوهريّة مرغوبة ناتجة عن غياب أشياء مفيدة بالنسبة لهم، وهذا ما وضحه أبراهام ماسلو (الريح، 2018) الذي أشار إلى أن الحاجة هي عدم وجود شيء مفيد، وعلى ذلك فإن جودة حياة الشباب مقترنة بإشباع حاجاتهم المختلفة، كما لو أنهما وجهان لعملة

واحدة يتأثر أحدهما بتأثر الآخر ، وأن هذا الإشباع عند تحققه تصبح حياة الشباب ذات معنى يشعرون بالراحة والرضا وجودة الحياة التي يعيشونها ، وعلى خلاف ذلك فإن عدم إشباع حاجاتهم النفسية سوف يعكر من صفو حياتهم ويشعرهم باليأس وعدم الرضا فلن تكون لحياتهم جودة ومعنى ، وبتحليل الوضع العام للشباب في سلطنة عمان من حيث حرص المجتمع والمؤسسات الحكومية ذات الصلة بتلبية حاجات الشباب وإشباعها فإن هذه النتيجة تتسق مع مستوى جودة الحياة المرتفع لدى الشباب في سلطنة عمان ، وتعد هذه النتيجة بمثابة دلالة واضحة على أحقية حصول سلطنة عمان على المركز الأول عربيا وأسيويا والثامن عالميا في مؤشر جودة الحياة لعام 2023 (أثير، 2023).

التوصيات:

- استمرارية المحافظة على برامج دعم ومساندة الشباب في سلطنة عمان وتلبية حاجاتهم النفسية.
 - الحفاظ على مستوى جودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان.
 - تعزيز البرامج الاجتماعية خاصة برامج الزواج والتوعية الأسرية.
- المقترحات:
- من خلال نتائج الدراسة يقترح الباحثان الآتي:
- عمل دراسات إضافية عن الحاجات النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى فئات عمرية أخرى في المجتمع العماني للفئات العمرية (25-28)، (65 - فأعلى) ومقارنة نتائجها مع الدراسة الحالية.
 - إجراء دراسات ارتباطية أو تحليلية عن الحاجات النفسية لدى الباحثين عن عمل في سلطنة عمان.
 - إعداد مقياس معياري عماني يعتمد كمؤشر محلي لجودة الحياة العامة في سلطنة عمان، يتم تطبيقه بصورة سنوية على المجتمع العماني.

قائمة المراجع

القرآن الكريم

- المركز الوطني للإحصاء والمعلومات (2022). مسقط، سلطنة عمان.
- الزهراني، محمد علي حسن (2021). الحاجات النفسية لدى الطلبة الموهوبين وعلاقتها بكل من مرونتهم وتدفقهم النفسي في منطقة جدة في المملكة العربية السعودية، المؤتمر العلمي الدولي الرابع عشر لرعاية الموهوبين والمتفوقين " نحو رؤية عالمية لرعاية الموهبة والإبداع"، القاهرة، 1 - 24.
- الظفري، العاني (2013). الحاجات النفسية والاجتماعية للمرأة العُمانية العاملة. مسقط. جامعة السلطان قابوس.
- القحطاني، ظافر بن محمد (2020). جودة الحياة وعلاقتها بالسمات الشخصية لدى الطلاب الجامعيين، مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية، (45)، 4 - 45.
- المحمدي، عفاف سالم. (2022). جودة الحياة وعلاقتها بمهارات التفكير ما وراء المعرفي لدى طالبات الجامعة. مجلة جامعة الملك خالد للعلوم التربوية، مركز البحوث التربوية، كلية التربية، جامعة الملك خالد، 9، 72-106.
- المحمد، باسل محمود (2019). المشكلات والحاجات النفسية لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم في القراءة دراسة عيادية على تلاميذ الصف الثالث الابتدائي في مدارس مدينة الرياض، مجلة الدراسات العليا- جامعة النيلين، 13 (50)، 1 - 27.
- المسعودي، أحمد سليم (2021). الحاجات النفسية وعلاقتها بأساليب التعلم لدى الشباب الجامعي مرتفعي الاتجاه نحو الانحراف الفكري وطرق الحد منه، المجلة التربوية الأردنية، المجلد 6، العدد 1، ص ص 204 - 228.
- المطيري، رحاب بنت محمد دعيح (2022). جودة الحياة وعلاقتها باتجاه الشباب نحو تعاطي المخدرات لدى عينة من الشباب السعودي، مجلة شباب الباحثين، العدد 13، ص ص 389 - 452.
- اليوبي، رغد حسين ؛ الحربي، غادة سلطان (2020). أساليب المعاملة الوالدية وأثرها على جودة الحياة لدى عينة من الأسر في مدينة جدة (دراسة تطبيقية)، مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس ASEP، (126)، 83 - 136.
- اليامي، محمد (2014). جودة الحياة، صحيفة الحياة، عدد 3 فبراير 2017.
- بلمخفي، فتحية وغوماري، رشيدة (٢٠٢٠). جودة الحياة المدرسية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى تلاميذ الرابعة متوسط، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية والعلوم الإسلامية، جامعة أحمد دراية، الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية.

- بوتي، شهرزاد ؛ بوقيقة، يوسف (2020). رؤية نظرية في جودة الحياة " المفهوم والاتجاهات "، أعمال الملتقى الوطني الأول: جودة الحياة والتنمية المستدامة في الجزائر - الأبعاد والتحديات، في الفترة من 4 - 5 فبراير، ص ص 1- 11.
- بن عيسى، قواسم (2020). الاتصال وجود الحياة، مجلة العلوم الإنسانية، 4 (2)، 20 - 44.
- جاسم، سارة جبار سلمان (2018). جودة الحياة النفسية لدى طلبة الجامعة، مجلة أبحاث البصرة الإنسانية، المجلد 43، العدد 3، ص 285-303.
- حرارة، ناهض سالم، و الطهراوي، جميل حسن. (2017). الحاجات النفسية والاجتماعية وعلاقتها بجودة
- خوان، أمينة (2019). الحاجات النفسية والإرشادية للطلبة الجامعيين ومدى استجابة المرافقة البيداغوجية لها؛ دراسة ميدانية بجامعة المدية، مجلة أنسنة للبحوث والدراسات، 10 (1)، 59 - 76.
- صابر، أحمد عبد العظيم حسب الله (2018). ترتيب إشباع الحاجات النفسية لدى عينة من الطلاب المصريين متبايني مستوى التحصيل الدراسي بالمرحلة الإعدادية، مجلة دراسات عربية، 17 (1)، 1 - 34.
- صبرين، هبته نريمان ؛ أحلام حمزة (2020). جودة الحياة : قراءة في المفهوم الأبعاد والقياس، مجلة آفاق للعلوم، 5 (4)، 142 - 150.
- ضيف الله، محمد الهادي ؛ ليزة هشام ؛ عبابة علي (2020). الاستدامة وجودة الحياة : نموذج التنمية، أعمال الملتقى الوطني الأول: جودة الحياة والتنمية المستدامة في الجزائر - الأبعاد والتحديات، في الفترة من 4 - 5 فبراير، 345 - 359.
- عبد الله، صبري ادم إدريس (2020). فاعلية برنامج علاج نفسي سلوكي معرفي في تحسين جودة الحياة لدى مرضي السرطان دراسة تطبيقية على مرضى سرطان الثدي والرحم والبروستات وعنق الرحم بمركز الخرطوم للأشعة والطب النووي - السودان (2017 _ 2020)، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية العلوم الطبية التطبيقية، جامعة الجزيرة، السودان.
- عطية، ربحاب موسى موسى (2017). الحاجات النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية من ذوي أنماط الشخصية المهنية، مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس ASEP، (90)، 381 - 409.
- عطية، أحمد (1994). الحاجات النفسية ومصادر إشباعها لدى طلاب المرحلة الثانوية، مجلة كلية التربية-جامعة طنطا.
- علي، هدى فضل الله (2018). الحاجات النفسية للتلاميذ الصم وضعاف السمع بمنطقة تبوك في ضوء بعض المتغيرات، مجلة العلوم التربوية والنفسية، 19 (2) 205 - 237.

- عيسى، فاطمة وليد (2022). الحاجات النفسية لدى الموهوب أداثياً وعلاقتها بالمرونة النفسية والتدفق النفسي في المراكز المختصة بالموهبة الأدائية في القدس، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات العليا، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين .
- كروم، موفق (2020). نظرية ماسلو Maslow للحاجات في ظل الحجر الصحي، مجلة الرواق للدراسات الاجتماعية والإنسانية، 6 (1)، 202 - 215.
- كوثر، رغبة (2017). الحاجات النفسية (الكفاءة – الانتماء – الاستقلالية) وعلاقتها بقلق المستقبل لدى الفتاة المتأخرة عن الزواج، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة قاصدي مرباح ورقلة، الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية.
- محمد، فاطمية (2015). التوجهات النظرية لجود الحياة، مجلة الحوار الثقافي، 4 (2)، 309 – 317.
- مزي، زينب وبوفاتح، محمد. (2022). الحاجات النفسية لدى طلبة العلوم النفسية والاجتماعية بجامعة عمار ثلجي بالأغواط. مجلة دراسات وأبحاث، جامعة الجلفة، 14 (1)، 885-902.
- مطوري، اسماء (٢٠١٦). مؤسسات التنشئة الاجتماعية ودورها في تنمية قيم التربية البيئية، رسالة دكتوراة غير منشورة، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة محمد خيضر بسكرة.
- منظمة الصحة العالمية (2018). تصنيف منظمة الصحة العالمية الصادر في فبراير 2018 لمرحلة الشباب، جنيف، سويسرا.
- ميروح، كريمة ؛ هاروني، موسى (2021). جودة الحياة وعلاقتها بمعنى الحياة عند المراهق المتمدرس بالثانوية، مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية، 7 (1)، 413 – 430.
- Lhan,A & Gümüşdağ,H. (2022). An examination of the physical activity levels and basic psychological needs of university students. International Journal of Curriculum and Instruction, 14, 2316-2326.
- Mesurado, B. & Salanga , M. G. C. and Mateo, N. J. (2016). Basic psychological needs and flourishing in Filipino university students. In: R. B. King & A. B. I. Bernardo (Eds.), The Psychology of Asian Learners, Pp.459 - 469.
- Sprague, Nadav L. & Ekenga, Christine C (2021); The impact of nature-based education on health-related quality of life

among low-income youth: results from an intervention study,
Journal of Public Health, Vol. 44, No. 2, pp. 394 – 401.

