



دانشکده تربیت
رشته مشاوره خانواده
پایان نامه کارشناسی ارشد

ساخت پرسشنامه خود شفقتی بر اساس مدل اسلامی و رابطه آن با بهزیستی روانی

استاد راهنما
حجت الاسلام و المسلمین آقای دکتر حمید رفیعی هنر

دانش پژوه
مریم مرادی سالیانه

اسفند ۱۴۰۱

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

بسمه تعالی

تاریخ:

شماره:

صورت جلسه دفاع پایان نامه

با تأییدات خداوند متعال و با استعانت از حضرت ولی عصر (عجل الله تعالی فرجه)

جلسه دفاع از پایان نامه کارشناسی ارشد مریم مرادی سالیانه رشته: مشاوره خانواده

تحت عنوان: ساخت پرشنامه خودشنختی براساس مدل اسلامی و رابطه آن با بهزیستی روانی

با حضور استاد راهنما، استاد مشاور و هیأت داوران در مؤسسه آموزش عالی اخلاق و تربیت در تاریخ ۱۴۰۱/۰۷/۱۴ برگزار گردید و

پایان نامه ایشان با کسب نمره به عدد ۱۸ به حروف: هجده ۴۴ با درجه ختم گرفته پذیرفته شد.

نام و نام خانوادگی	مرتبه علمی	امضاء
مدیر گروه: حجت الاسلام والمسلمین جناب آقای دکتر محمدرضا احمدی	دانشیار	مستاد
استاد راهنما: حجت الاسلام والمسلمین جناب آقای دکتر حمید رفیعی هنر	استاد	مستاد
استاد داور: حجت الاسلام والمسلمین جناب آقای دکتر محمدرضا احمدی	دانشیار	مستاد
نماینده تحصیلات تکمیلی: مسعود دهنی	استاد	مستاد

معاون آموزشی مؤسسه

فاطمه محمدجانی



وزارت علوم، تحقیقات و فناوری
مؤسسه آموزش عالی اخلاق و تربیت

دانشکده تربیت

رشته مشاوره خانواده

پایان نامه کارشناسی ارشد

ساخت پرسشنامه خود شفقتی بر اساس مدل اسلامی و رابطه آن با بهزیستی روانی

استاد راهنما

حجت الاسلام و المسلمین آقای دکتر حمید رفیعی هنر

دانش پژوه

مریم مرادی سالیانه

اسفند ۱۴۰۱

بسمه تعالی

تعهدنامه اصالت پایان نامه

اینجانب مریم مرادی سالیانه فرزند کرم متولد ۱۳۶۳ به شماره شناسنامه ۴۲۰۹۷۳۴۳۱۴ صادره از دلفان به شماره دانش پژوهی ۹۸۱۱۵۱۰۰ رشته مشاوره خانواده، متعهد می شوم که مطالب مندرج در این پایان نامه حاصل کار پژوهشی اینجانب است و دستاوردهای پژوهشی دیگران که در این زمینه از آنها استفاده شده است مطابق مقررات ارجاع و در فهرست منابع و مآخذ ذکر گردیده است. این پایان نامه قبلاً برای احراز هیچ مدرک هم سطح یا بالاتر ارائه نشده است. در صورت اثبات تخلف (در هر زمان) مدرک تحصیلی صادر شده توسط مؤسسه از اعتبار ساقط خواهد شد.

نام و نام خانوادگی دانش پژوه

مریم مرادی سالیانه

امضاء



حقوق مادی و معنوی پایان نامه

چاپ و انتشار پایان نامه های تحصیلی دانش پژوهان مؤسسه آموزش عالی اخلاق و تربیت بیانگر بخشی از فعالیتهای علمی- پژوهشی مؤسسه است.

اینجانب مریم مرادی سالیانه دانش پژوه رشته مشاوره خانواده مقطع کارشناسی ارشد، متعهد می گردم موارد ذیل را در خصوص حقوق مادی و معنوی پایان نامه ام با موضوع:

ساخت پرسشنامه خود شفقتی بر اساس مدل اسلامی و رابطه آن با بهزیستی روانی

رعایت نمایم و در صورت تخلف از موارد ذیل، کلیه تبعات حقوقی آن بر عهده اینجانب خواهد بود. در صورت اقدام به چاپ پایان نامه، مراتب را قبلاً به صورت کتبی به معاونت پژوهش مؤسسه اطلاع دهم و در صورت تمایل مؤسسه به چاپ پایان نامه به صورت کتاب، اولویت با مؤسسه خواهد بود. در صورت موافقت معاونت پژوهش با چاپ پایان نامه به صورت کتاب توسط دانش پژوه، در صفحه سوم کتاب (پس از برگ شناسنامه) عبارت ذیل چاپ گردد:

«کتاب حاضر حاصل پایان نامه کارشناسی ارشد در رشته مشاوره خانواده است که در سال ۱۴۰۲ در مؤسسه آموزش عالی اخلاق و تربیت به راهنمایی حجت الاسلام و المسلمین آقای دکتر حمید رفیعی هنر از آن دفاع شده است».

به منظور غنی سازی منابع و مآخذ کتابخانه مؤسسه دو نسخه از آن به کتابخانه و دو نسخه نیز جهت بهره برداری به معاونت پژوهش اهدا خواهد شد.

نام و نام خانوادگی دانش پژوه

مریم مرادی سالیانه

امضاء

تقدیم به

ساحت نازنین ولی عصر (عج)

تقدیم به

شهادی امنیت که امنیتمان را دیون خون پاک این شهدا، مستقیم.

تقدیم به همسر

به پاس قدردانی از همراهی همیشگی و زحمات بی دریغش که در تمام طول تحصیل همراه و همگام من بوده

است و بیشک اگر همراهی های ایشان نبود موفق به انجام این پژوهش نمی شدم.

تقدیر و تشکر

تقدیر و تشکر از مسئولین و اساتید مؤسسه اخلاق و تربیت، به پاس زمینه سازی امکانات آموزشی و پژوهشی.

حمد و سپاس خداوند را که فرصتی فراهم شد تا به اقتضای توان خویش از محضر استاد گرانقدر، حجت الاسلام والمسلمین آقای دکتر حمید رفیعی هنر بهره جویم و سپاس از ایشان، که راهنمایی این پژوهش را تقبل فرمودند و با دقت و سعه صدر مرا راهنمایی نمودند.

و سپاس صمیمانه خود را به همسر صبور و سه فرزند عزیزم ابراز می دارم که با وجود سختی ها همواره در کنارم بودند و در سایه حمایت ها و دلگرمی های آنان موفق به انجام این پژوهش شدم.

چکیده

هدف این پژوهش طراحی، ساخت و بررسی ویژگی‌های روانسنجی پرسشنامه خود شفقتی بر اساس مدل اسلامی و همچنین بررسی رابطه آن با بهزیستی روان‌شناسی بود. بدین منظور با مراجعه به مدل اسلامی خود شفقتی که قبلاً مؤلفه‌های آن بر اساس منابع اسلامی (فاطمی، ۱۳۹۵) استخراج شده بود؛ دسته‌بندی مؤلفه‌ها و زیرمؤلفه‌های این سازه با اندکی اصلاح، مبنای کار قرار داده شد. ابتدا برای تعیین روایی محتوایی، از نظرات ۱۰ تن از کارشناسان علوم اسلامی روان‌شناس استفاده شد و شاخص نسبت روایی محتوایی (CVR)، و شاخص روایی محتوایی (CVI) محاسبه شد، پس از تأیید روایی محتوایی به منظور بررسی ویژگی‌های روانسنجی و تحلیل عاملی پرسشنامه، ۲۴۳ نفر از طلاب و دانشجویان در حال تحصیل در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ به شیوه نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند و همچنین از آزمودنی‌ها خواسته شد تا پرسشنامه‌های خود شفقتی نف و بهزیستی روان‌شناختی ریف را نیز تکمیل کنند. برای تحلیل داده‌ها نیز از نرم‌افزار SPSS-۲۶ استفاده شد. آلفای کرونباخ، ضریب همبستگی و تحلیل عاملی محاسبه و انجام شد. نتایج تحلیل عاملی نشان داد که پرسشنامه دارای ۶ عامل است که به ترتیب شفقت معنوی، مهار هیجانی، شفقت جسمی، خودآگاهی هدفمندانه، مراقبت‌گری و خداآگاهی نام‌گذاری شدند. این شش مؤلفه در مجموع ۴۲/۵۲ درصد واریانس کل پرسشنامه را برآورد می‌کنند. ضریب آلفای کرونباخ در دو مرحله آزمایشی و نهایی به ترتیب ۰/۹۳۸ و ۰/۹۰۴ و همبستگی بین دو نیمه پرسشنامه ۰/۶۰۲ است. و نیز میزان همبستگی خود شفقتی اسلامی با خود شفقتی نف هم برابر با ۰/۴۱۲ به دست آمد. علاوه بر آن نتایج همبستگی پیرسون نشان داد، خود شفقتی اسلامی با بهزیستی روان‌شناختی ($r=0/572$) همبستگی مثبت و معنادار در سطح ۰/۰۱ دارد. بنابراین پرسشنامه خود شفقتی اسلامی از ویژگی‌های روان‌سنجی مناسبی برای سنجش خود شفقتی در جامعه اسلامی برخوردار است.

کلیدواژه‌ها: خود شفقتی، پرسشنامه، بهزیستی روان‌شناختی.

فهرست

فصل اول: مفاهیم و کلیات پژوهش	۱
۱-۱. مقدمه	۲
۲-۱. بیان مسئله	۳
۳-۱. ضرورت پژوهش	۶
۴-۱. سؤالات پژوهش	۷
۵-۱. اهداف پژوهش	۷
۶-۱. تعاریف مفهومی	۷
۱-۶-۱. خود شفقتی	۷
۲-۶-۱. بهزیستی	۸
۳-۶-۱. پرسشنامه	۸
۷-۱. تعاریف عملیاتی	۹
۱-۷-۱. خود شفقتی اسلامی	۹
۲-۷-۱. خود شفقتی	۹
۳-۷-۱. بهزیستی	۹
فصل دوم: مبانی نظری و پیشینه پژوهش	۱۰
۱-۲. مبانی نظری پژوهش	۱۱
۱-۱-۲. خاستگاه بحث خود شفقتی	۱۱
۲-۱-۲. مفهوم‌شناسی خود شفقتی	۱۳
۳-۱-۲. جایگاه خود شفقتی در روان‌شناسی	۱۶
۴-۱-۲. نقش خود شفقتی در سلامت روان	۱۷
۵-۱-۲. خود شفقتی در اندیشه دینی	۲۳
۲-۲. پیشینه پژوهش	۳۲
۱-۲-۲. ابزارهای سنجش خود شفقتی	۳۳
۲-۲-۲. مطالعات همبستگی و آزمایشی	۳۴
فصل سوم: روش تحقیق	۳۷
۱-۳. روش تحقیق	۳۸

۳۸	۲-۳. جامعه آماری
۳۹	۳-۳. حجم نمونه
۴۰	۴-۳. روش نمونه‌گیری
۴۰	۵-۳. ابزار پژوهش
۴۰	۱-۵-۳. پرسشنامه خود شفقتی اسلامی
۴۰	۲-۵-۳. پرسشنامه خود شفقتی
۴۱	۳-۵-۳. پرسشنامه بهزیستی روان شناختی
۴۱	۶-۳. روش جمع‌آوری داده‌ها
۴۳	۱-۶-۳. بررسی روایی محتوایی
۴۴	۲-۶-۳. اجرای آزمایشی پرسشنامه برای بررسی مقدماتی
۴۵	۳-۶-۳. بررسی روایی و اعتبار پرسشنامه اولیه خود شفقتی
۴۷	۷-۳. شیوه نمره‌گذاری
۴۷	۸-۳. روش تجزیه و تحلیل داده‌ها
۴۸	فصل چهارم: یافته‌های پژوهش
۴۹	۱-۴. اطلاعات جمعیت شناختی و توصیف داده‌ها
۴۹	۱-۱-۴. موقعیت تحصیلی
۴۹	۲-۱-۴. جنسیت
۵۰	۳-۱-۴. سن
۵۱	۴-۱-۴. وضعیت تأهل
۵۱	۲-۴. داده‌های آمار توصیفی و استنباطی
۵۷	۱-۲-۴. تحلیل داده‌های مرتبط با پرسش‌های پژوهش
۵۷	۲-۲-۴. تحلیل داده‌های مربوط به پرسش اول پژوهش
۷۰	۳-۲-۴. تحلیل داده‌های مربوط به پرسش دوم پژوهش
۷۱	۳-۴. یافته‌های جانبی پژوهش
۷۴	فصل پنجم: بحث و نتیجه‌گیری
۷۵	۱-۵. بحث و نتیجه‌گیری مربوط به سؤال اول پژوهش
۸۴	۲-۵. بحث و نتیجه‌گیری مربوط به سؤال دوم پژوهش

۳-۵. کاربردهای پژوهش.....	۸۵
۴-۵. محدودیت‌های پژوهش.....	۸۵
۵-۵. پیشنهاد‌های پژوهشی.....	۸۶
منابع.....	۸۸
پیوست‌ها.....	۱۰۳

جداول

جدول ۱-۳ جدول نمره‌گذاری <i>CVR</i>	۴۴
جدول ۱-۴ توزیع فراوانی آزمودنی‌ها بر حسب موقعیت تحصیلی.....	۴۹
جدول ۲-۴ توزیع فراوانی آزمودنی‌ها بر حسب جنسیت.....	۴۹
جدول ۳-۴ توزیع فراوانی آزمودنی‌ها بر حسب سن.....	۵۰
جدول ۴-۴ توزیع فراوانی آزمودنی‌ها بر حسب وضعیت تأهل.....	۵۱
جدول ۵-۴ توصیف آزمودنی‌ها از نظر میزان خود شفقتی اسلامی، خود شفقتی روان‌شناختی و بهزیستی روان‌شناختی.....	۵۱
جدول ۶-۴ توصیف آزمودنی‌ها از نظر میزان خود شفقتی اسلامی.....	۵۲
جدول ۷-۴ توصیف آزمودنی‌ها از نظر میزان خود شفقتی روان‌شناختی.....	۵۳
جدول ۸-۴ توصیف آزمودنی‌ها از نظر میزان بهزیستی روان‌شناختی.....	۵۳
جدول ۹-۴ توصیف میانگین و انحراف استاندارد خود شفقتی اسلامی در دو گروه حوزه علمیه و دانشگاه‌های غیرانتفاعی قم.....	۵۴
جدول ۱۰-۴ توصیف میانگین و انحراف استاندارد خود شفقتی اسلامی در دو گروه زنان و مردان.....	۵۵
جدول ۱۱-۴ توصیف میانگین و انحراف استاندارد خود شفقتی اسلامی در دو گروه از افراد متأهل و مجرد.....	۵۶
جدول ۱۲-۴ توصیف میانگین و انحراف استاندارد خود شفقتی اسلامی در گروه‌های سنی مختلف.....	۵۶
جدول ۱۳-۴ ضریب همبستگی هر سؤال با کل مقیاس خود شفقتی اسلامی.....	۵۹
جدول ۱۴-۴ همبستگی بین خود شفقتی اسلامی، خود شفقتی روان‌شناختی.....	۶۰
جدول ۱۵-۴ همبستگی بین خود شفقتی اسلامی، خود شفقتی روان‌شناختی و بهزیستی روان‌شناختی در زیر گروه‌های نمونه مورد مطالعه.....	۶۱
جدول ۱۶-۴ آزمون بارتلت و کفایت نمونه‌برداری.....	۶۲
جدول ۱۷-۴ ماتریس مؤلفه‌ها بعد از چرخش.....	۶۴
جدول ۱۸-۴ مؤلفه‌ها و توصیف واریانس کل.....	۶۵
جدول ۱۹-۴ همبستگی میان عوامل خود شفقتی اسلامی و همبستگی هر کدام با کل پرسشنامه.....	۶۵
جدول ۲۰-۴ عوامل تشکیل دهنده خود شفقتی اسلامی با رویکرد تحلیل عاملی.....	۶۶
جدول ۲۱-۴ آماره‌های توصیفی مقیاس خود شفقتی اسلامی در مرحله آزمایشی.....	۶۷
جدول ۲۲-۴ ضریب آلفای کرونباخ مقیاس خود شفقتی اسلامی در مراحل مختلف.....	۶۷
جدول ۲۳-۴ آماره‌های اعتبار مقیاس خود شفقتی اسلامی در مرحله آزمایشی.....	۶۷
جدول ۲۴-۴ آماره‌های اعتبار مقیاس خود شفقتی اسلامی در اجرای نهایی.....	۶۸
جدول ۲۵-۴ ضرایب آلفای کرونباخ برای عوامل مقیاس خود شفقتی اسلامی.....	۶۹

- جدول ۴-۲۶ همبستگی بین خود شفقتی اسلامی و بهزیستی روان‌شناختی..... ۷۰
- جدول ۴-۲۷ تحلیل واریانس یک‌راهه (ANOVA) به منظور مقایسه میزان خود شفقتی اسلامی در گروه‌های سنی مختلف..... ۷۱
- جدول ۴-۲۸ نتایج آزمون تعقیبی توکی برای مقایسه میانگین خود شفقتی اسلامی در گروه‌های سنی مختلف..... ۷۱
- جدول ۴-۲۹ نتایج آزمون t مستقل برای مقایسه میانگین‌های خود شفقتی اسلامی در دو گروه طلبه و دانشجو..... ۷۲
- جدول ۴-۳۰ نتایج آزمون t مستقل برای مقایسه خود شفقتی اسلامی در افراد مجرد و متأهل..... ۷۳
- جدول ۴-۳۱ نتایج آزمون t مستقل برای مقایسه خود شفقتی اسلامی در بین زنان و مردان..... ۷۳

نمودارها

- نمودار ۴-۱ مقایسه میزان خود شفقتی اسلامی در دو گروه طلبه و دانشجو..... ۵۴
- نمودار ۴-۲ مقایسه میزان خود شفقتی اسلامی بین زنان و مردان..... ۵۵
- نمودار ۴-۳ مقایسه میزان خود شفقتی اسلامی در دو گروه افراد متأهل و مجرد..... ۵۶
- نمودار ۴-۴ مقایسه میزان خود شفقتی اسلامی در گروه‌های سنی مختلف..... ۵۷
- نمودار ۴-۵ نمودار اسکری برای تعیین تعداد مؤلفه‌ها..... ۶۳

اشکال

- شکل ۵-۱ ساختار خود شفقتی اسلامی بر اساس نتایج به دست آمده از تحلیل عاملی و کار تجربی..... ۸۱

پیوست

- پیوست أ..... ۱۰۴
- پیوست ب : ۱۱۱