

## رابطه باورهای دینی و شفقت به خود با بهزیستی تحصیلی دانش آموزان ابتدایی

سحر داودی<sup>۱</sup>، مریم صفری<sup>۲\*</sup>

(۱) دانش آموخته کارشناسی ارشد، گروه علوم تربیتی، واحد آزادشهر، دانشگاه آزاد اسلامی، آزاد شهر، ایران

(۲) استادیار گروه علوم تربیتی، واحد آزادشهر، دانشگاه آزاد اسلامی، آزاد شهر، ایران

\*نویسنده مسئول: Safarimaryam2009@gmail.com

تاریخ پذیرش مقاله ۹۹/۰۶/۰۲

تاریخ دریافت مقاله ۹۹/۰۳/۰۱

### چکیده

هدف اصلی پژوهش حاضر بررسی رابطه بین باورهای دینی و شفقت به خود با بهزیستی تحصیلی دانش آموزان پایه ششم ابتدایی شهرستان کلاله بود. روش این پژوهش توصیفی از نوع همبستگی و از لحاظ هدف، کاربردی بود. جامعه آماری این پژوهش کلیه دانش آموزان پایه ششم ابتدایی شهرستان کلاله به تعداد ۲۶۰۰ نفر بود. تعداد نمونه بر مبنای جدول کرجسی و مورگان، ۳۳۵ نفر بود که با روش نمونه گیری تصادفی خوشه ای انتخاب شدند. ابزار جمع آوری داده ها شامل پرسشنامه باورهای دینی خدایاری فرد و همکاران (۱۳۸۸)، پرسشنامه خودشفقتی (نف، ۲۰۰۳) و پرسشنامه بهزیستی تحصیلی تومنین سوینی و همکاران (۲۰۱۲) بود. نتایج نشان داد که بین باورهای دینی با بهزیستی تحصیلی دانش آموزان پایه ششم شهرستان کلاله رابطه معناداری وجود دارد. همچنین بین شفقت به خود با بهزیستی تحصیلی دانش آموزان پایه ششم ابتدایی شهرستان کلاله رابطه معنادار وجود دارد و نتایج نشان داد که باورهای دینی و شفقت به خود می تواند بهزیستی تحصیلی در دانش آموزان را پیش بینی کند.

واژگان کلیدی: باورهای دینی، شفقت به خود، بهزیستی تحصیلی، دانش آموزان ابتدایی

### مقدمه

جای تدوین برنامه های آموزشی به رشد همه جانبه شخصیت دانش آموزان توجه دارد. بهزیستی تحصیلی از ویژگی های مهم روانی دانش آموزان است که دانش آموز واجد سلامت باید از آن برخوردار باشد. دانش آموزانی که بهزیستی تحصیلی بیشتری دارند، هیجانات مثبت را تجربه می کنند و اتفاقات محیط بیرونی مربوط به مدرسه را خوشایند گزارش می کنند. در مقابل دانش آموزانی که دارای بهزیستی تحصیلی کم هستند، اتفاقات و شرایط زندگی را منفی بر می شمارند (دسی و همکاران، ۲۰۱۴). بهزیستی تحصیلی یکی از عواملی است که نقش به سزایی در افزایش عملکرد تحصیلی دانش آموزان دارد. بهزیستی تحصیلی از مفاهیم بسیار جدید روان شناسی مثبت است که دارای مولفه هایی از قبیل مهارت انجام دادن تکالیف

یکی از مهم ترین و موثرترین دوران زندگی آدمی، دوران دانش آموزی است که در آن اغلب شخصیت بزرگسالی افراد شکل می گیرد. به عبارت دیگر، تجارب نخستین سال های زندگی هر فرد بنیاد سلامتی وی را در بزرگسالی مشخص می نماید. بهزیستی یعنی توانایی مشارکت فعال در کار و تفریح، ایجاد روابط معنادار با دیگران، تجربه کردن هیجان های مثبت، گسترش حس خودمختاری و هدف زندگی و تجربه کردن احساسات مثبت. مطالعه بهزیستی تحصیلی و عوامل موثر بر آن، طی سه دهه اخیر بیش از پیش مد نظر متخصصان تعلیم و تربیت قرار گرفته است. در عصر جدید محیط آموزشی به

بهبودی روانشناختی بالاتری دارند، به راحتی با مدرسین خود ارتباط برقرار می کنند، با مشکلات درسی بهتر مقابله می کنند، پیشرفت تحصیلی بیشتری دارند و فعال تر هستند و به موازات رشد و تقویت باورهای دینی در دانش آموزان می توان شاهد سازگاری اجتماعی و تحمل پریشانی در آنها بود. باورهای دینی، مجموعه ای از باورها و اعتقادات است که به وسیله کلمات بیان شده و به صورت اندیشه ای منسجم و منظم در افکار افراد شکل می گیرد و زمانی تداوم و حیات می یابد و قابل تشخیص است که جلوه هایی از این باورها در رفتارهای ظاهری فرد نمایان شود (کرد نایج و خلیلی پالندی، ۱۳۹۷).

متغیر اثرگذار دیگر بر بهزیستی تحصیلی شفقت به خود می باشد. شفقت به خود به معنی احساس مهربانی و عطف نسبت به خود بوده و شامل مراقبت از خود است. همچنین شفقت به خود موجب نگرش غیرقضاوت گونه نسبت به خود بویژه نسبت به نقاط ضعف خود می شود. نف (۲۰۰۳) خودشفقتی را سازه سه مؤلفه ای شامل مهربانی نسبت به خویشتن در مقابل خودقضاوتی، اشتراک انسانی در برابر انزوا و ذهن آگاهی در همانندسازی افراطی تعریف کرده است. در شفقت به خود افراد می آموزند که از احساسات دردناک خود اجتناب نکرده و آنها را سرکوب نکنند. بنابراین می توانند در گام اول، تجربه خود را بشناسند و نسبت به آن احساس شفقت کنند. او بیان می کند که شفقت به خود به این معنا نیست که فرد از روی غرور احساس خوب در مورد خود داشته باشد، بلکه توجه به توانایی بالا برای پذیرفتن نقاط قوت و ضعف به طور همزمان را در بر می گیرد. افرادی که شفقت به خود بالایی دارند نسبت به افرادی که خودشفقتی کمی دارند سلامت روان شناختی بیشتری دارند، زیرا در آنها درد گریزناپذیر و احساس شکستی که همه افراد تجربه می کنند به وسیله سرزنش خود خود بی رحمانه، احساس انزوا و همانندسازی افراطی با افکار و هیجان ها استمرار نمی یابد (اسپین دلا و همکاران، ۲۰۱۵). بنابراین این پژوهش درصدد پاسخگویی به این

مدرسه، رضایت بخشی و رضایت مندی در عملکرد و اشتیاق تحصیلی است. بهزیستی تحصیلی، نگرش دانش آموزان به تحصیل است. این نگرش شامل چهار بعد نگرش کلی به زندگی تحصیلی، نگرش به معلم، نگرش به همسالان و نگرش به ساختمان محل تحصیل می شود. بهزیستی تحصیلی شامل میزان احساس امنیت و سلامتی دانش آموزان از محیط آموزشی است. نداشتن احساس تنهایی و فرسودگی و احساس آن ها از این که مدارس شان چه میزان منطقی هستند. دانش آموزانی که از نظر هیجانی و شناختی با یادگیری درگیر هستند، وقت و تلاش بیشتری را صرف مطالعه کردن می کنند، به طور مناسب با نیازهای تحصیلی خود کنار می آیند و بر مسائل دوران تحصیل فائق می آیند. بنابراین، احساس درگیری و کارآمدی در مقابل نیازهای تحصیلی با میزان بهزیستی تحصیلی تجربه شده ارتباط دارد و بهزیستی تحصیلی به عنوان عاملی فراگیر و مداخله کننده در درگیری هیجانی و شناختی در مدرسه در نظر گرفته می شود. یکی از متغیرهای اثرگذار بر بهزیستی تحصیلی باورهای دینی است. به نظر می رسد باورهای دینی و دینداری به سبب نزدیکی و ارتباط مثبت با بهزیستی تحصیلی و ابعاد آن که از مولفه های مهم عملکرد تحصیلی دانش آموزان به شمار می رود، رابطه دارند (لوتون و واترز، ۲۰۱۳). باورهای دینی صفت و حالت انسان درباره دین است. با توجه به سه عنصر اساسی عقاید، اخلاقیات و احکام؛ ویژگی های شناختی، عاطفی و رفتاری دین می تواند باورهای دینی را چنین تعریف کرد. برخورداری از شناخت و باور به پروردگار یکتا، انبیاء، آخرت و احکام الهی و داشتن عواطف نسبت به خدا، اولیاء و بندگان خدا؛ و التزام و عمل به وظایف دینی برای تقرب به خداوند. در واقع دین مجموعه سازمان یافته ای از باورها شامل، ارزش های اخلاقی، رسومات، مشارکت در جامعه دینی برای اعتقاد راسخ تر به خدا با قدرتی برتر است (سوخته سرائی و همکاران، ۱۳۹۵). دانش آموزانی که باورهای دینی قوی تری دارند، احساس شادکامی و

مرادی و همکاران (۱۳۹۵) ضریب آلفای کرونباخ مولفه-های ارزش مدرسه، فرسودگی نسبت به مدرسه، رضایت مندی تحصیلی، درآمیزی با کار مدرسه و کل مقیاس به ترتیب ۰/۸۹، ۰/۸۷، ۰/۹۲، ۰/۹۰ و ۰/۹۲ به دست آمد.

#### پرسشنامه دینداری: خدایاری فرد و همکاران (۱۳۸۸)

این پرسشنامه را که متشکل از ۱۰۲ سوال سنجش دینداری در ۳ مولفه باور دینی، عواطف دینی و التزام و عمل به وظایف دین و نیز ۵ سوال اندازه‌گیری وانمود اجتماعی با تلاش برای ارائه تصویر مطلوب اجتماعی از خود، از نظر مذهبی است را ارائه دادند. مولفه‌ها به صورت طیف ۶ درجه‌ای (بسیار موافقم، موافقم، تا حدی موافقم، تا حدی مخالفم و بسیار مخالفم) است (اکرمی، ۱۳۹۷). پایایی این پرسشنامه توسط سراج-زاده و رحیمی (۱۳۹۲) با استفاده از آلفای کرونباخ برای عامل شناختی دینی ۰/۷۸، عواطف دینی ۰/۸۰، وظایف دینی ۰/۷۹ و کل مقیاس ۰/۸۲ به دست آمد. و برای بررسی روایی این پرسشنامه هم از روش تحلیل عامل تاییدی مرتبه دوم با کمک نرم‌افزار AMOS استفاده کردند و نتایج حاکی از برازش مطلوب مدل تحلیل عامل و معنادار بودن بارهای عاملی بود.

#### پرسشنامه استاندارد شفقت ورزی به خود: پرسشنامه

شفقت ورزی به خود توسط نف در سال (۲۰۰۳) ساخته شده است. این مقیاس دارای ۲۶ گویه است با یک مقیاس لیکرت پنج درجه‌ای (تقریباً هر گز = ۱ تا تقریباً همیشه = ۵)، نمره گذاری می‌شود. این مقیاس دارای ۶ زیر مقیاس، مهربانی نسبت به خود (۱۹، ۲۶، ۱۲، ۲۳، ۵)؛ قضاوت خود (۲، ۲۰، ۲۴ و ۶)؛ ذهن آگاهی (۱۶، ۱، ۲۱، ۱۱ و ۸)؛ همانند سازی افراطی (۱۰، ۷، ۱۵، ۳)؛ اشتراکات انسانی (۲۵، ۴، ۱۳، ۱۸)؛ و انزوا (۱۷، ۲۲، ۱۴، ۹) می‌باشد. امتیازات را از ۲۶ عبارت فوق با یکدیگر جمع نمایید. حداقل امتیاز ممکن ۲۶ و حد وسط ۶۵ و حداکثر ۱۳۰ خواهد بود.

نمره بین ۲۶ تا ۴۴ : میزان شفقت ورزی به خود در حد پایینی می‌باشد.

سوال است که آیا بین باورهای دینی و شفقت به خود با بهزیستی تحصیلی دانش آموزان پایه ششم ابتدایی شهرستان کلاله رابطه وجود دارد؟ بر این اساس فرضیات پژوهش عبارتند از:

فرضیه اصلی:

بین باورهای دینی و شفقت به خود با بهزیستی تحصیلی دانش آموزان پایه ششم ابتدایی شهرستان کلاله رابطه معناداری وجود دارد.

فرضیه های فرعی:

۱- بین باورهای دینی با بهزیستی تحصیلی دانش آموزان پایه ششم ابتدایی شهرستان کلاله رابطه معنادار دارد.

۲- بین شفقت به خود با بهزیستی تحصیلی دانش آموزان پایه ششم ابتدایی شهرستان کلاله رابطه معنادار دارد.

#### روش شناسی

روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی و از نظر هدف، کاربردی می‌باشد. جامعه آماری پژوهش حاضر، متشکل از کلیه دانش آموزان پایه ششم شهرستان کلاله به تعداد ۲۶۰۰ نفر بودند. طبق جدول کرجسی و مورگان تعداد ۳۳۵ نفر با روش نمونه گیری خوشه ای انتخاب شدند.

در این پژوهش از ابزارهای زیر استفاده شد:

#### پرسشنامه بهزیستی تحصیلی: این پرسشنامه را در

سال (۲۰۱۲) تومینین سوینی و همکاران با الگوگیری از شاخصه های روان‌شناسی بهزیستی مرتبط با بافت مدرسه گسترش دادند. این پرسشنامه از نوع خودسنجی است که میزان موافقت یا عدم موافقت پاسخ‌دهنده را با ۳۱ گویه درباره عقاید وی، در طیف لیکرت می‌پرسد و شامل ابعاد ارزش مدرسه، فرسودگی نسبت به مدرسه، رضایت مندی تحصیلی و درآمیزی با کار مدرسه می‌باشد.

(حسن پور و همکاران، ۱۳۹۸) آلفای کرونباخ را برای ابعاد چهارگانه ارزش مدرسه، فرسودگی نسبت به مدرسه، رضایت مندی تحصیلی و درآمیزی با کار مدرسه به ترتیب ۰/۶۴، ۰/۷۷، ۰/۹۱ و ۰/۹۴ محاسبه کردند. در پژوهش

روشهای آمار توصیفی و آمار استنباطی (همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه) تحلیل گردید.

#### یافته ها

جدول ۱ نتایج آزمون نرمال بودن توزیع داده های متغیرهای باورهای دینی و شفقت به خود با بهزیستی تحصیلی را نشان می دهد.

نمره بین ۴۴ تا ۸۸ : میزان شفقت ورزی به خود در حد متوسطی می باشد.

نمره بالاتر از ۸۸ : میزان شفقت ورزی به خود در حد بالایی می باشد.

پایایی پرسشنامه از روش آلفای کرونباخ بالای ۰/۷۰ به دست آمده است (نعمتی و همکاران، ۱۳۹۷).

همچنین در این پژوهش، برای تجزیه و تحلیل آماری داده ها از نرم افزار آماری spss استفاده شد و داده ها با

جدول ۱. آمار توصیفی به تفکیک باورهای دینی، شفقت به خود، بهزیستی تحصیلی

متغیرهای اصلی	مقدار آزمون کولموگروف - اسمیرنوف	سطح معنی داری
باور دینی	۱.۱۱۶	۰.۶۱۱
عواطف دینی	۱.۱۸۲	۰.۷۲۱
التزام و عمل به وظایف دین	۱.۱۳۱	۰.۴۲۶
باوردینی کل	۲.۱۸۶	۰.۳۱۱
مهربانی با خود	۲.۱۰۱	۰.۷۴۴
قضاوت کردن خود	۱.۳۱۰	۰.۱۰۲
احساس مشترک انسانی	۲.۴۶	۰.۶۴۴
انزوا	۱.۴۶۱	۰.۲۲۲
ذهن آگاهی	۲.۱۲۱	۰.۱۴۶
فزون همانندسازی	۱.۱۶۱	۰.۳۲۱
شفقت به خود کل	۲.۱۲	۰.۱۷۴
بهزیستی تحصیلی	۱.۵۲	۰.۱۲۲

نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که ضریب تعیین ۰/۲۶ است. یعنی ۲۶ درصد تغییرات بهزیستی تحصیلی بر اساس باورهای دینی و شفقت به خود قابل پیش بینی است. همچنین ضریب دوربین - واتسون که کمتر از ۳ است نشان می دهد که خطاها از یکدیگر مستقل هستند. همچنین نشان داد که  $F(۱۹/۶۲)$  در سطح ۰/۰۰۱ معنادار است. لذا داده ها یا

همانطور که در جدول ۱ نشان داده شد توزیع تمامی متغیرها با توجه به اینکه سطح معناداری آنها بزرگتر از ۰/۰۵ است نرمال هستند.

**فرضیه اصلی:** بین باورهای دینی و شفقت به خود با بهزیستی تحصیلی دانش آموزان رابطه معناداری وجود دارد.

مدل برازش دارد و شفقت به خود (۰.۲۴)٪ و باورهای دینی معنادار دارند. (۱۸)٪ در پیش بینی بهزیستی تحصیلی دانش آموزان نقش

جدول ۲. ضریب همبستگی بین باورهای دینی و بهزیستی تحصیلی دانش آموزان

متغیر اول	متغیر دوم	ضریب همبستگی	تعداد	سطح معناداری
بهزیستی تحصیلی	باورهای دینی	٪ ۲۳	۳۳۵	۰/۰۱۲
	عواطف دینی	٪ ۲۱	۳۳۵	۰/۰۳۲
	التزام و عمل به وظایف دین	٪ ۱۷	۳۳۵	۰/۰۲۹
	باورهای دینی کل	٪ ۲۷	۳۳۵	۰/۰۳۴

و التزام و عمل به وظایف دین (۱۷٪) رابطه مثبت و

معنادار وجود دارد و فرضیه تأیید می شود.

جدول ۲ نشان می دهد بین بهزیستی تحصیلی و زیر

مقیاس باورهای دینی (۲۳٪)، عواطف دینی (۲۱٪)

جدول ۳. ضریب همبستگی بین شفقت به خود و بهزیستی تحصیلی دانش آموزان

متغیر اول	متغیر دوم	ضریب همبستگی	تعداد	سطح معناداری
بهزیستی تحصیلی	مهربانی به خود	٪ ۱۸	۳۳۵	۰/۰۱۲
	قضاوت خود	٪ ۱۳	۳۳۵	۰/۰۳۱
	ذهن آگاهی	٪ ۳۰	۳۳۵	۰/۰۱۴
	هماندسازی افراطی	٪ ۲۵	۳۳۵	۰/۰۲۱
	اشتراکات انسانی	٪ ۲۴	۳۳۵	۰/۰۳۳
	انزوا	٪ ۲۰	۳۳۵	۰/۰۲۲
	خودشفقت ورزی کل	٪ ۳۷	۳۳۵	۰/۰۱۶

همکاران (۱۳۹۶)، حسن پور و همکاران (۱۳۹۸)، مرادی و

همکاران (۱۳۹۷)، سوخته سرایی و همکاران (۱۳۹۵)،

باردین و میلر (۲۰۱۷) و گیلبرت و همکاران (۲۰۱۶)

همخوانی دارد. در تبیین این فرضیه می توان گفت برای

نقش پیش بینی گر خودشفقتی می توان اشاره داشت که

این سازه نمایانگر گرمی و پذیرش جنبه هایی از خود و

زندگی خود است که ناخوشایند هستند. مؤلفه های اصلی

خودشفقتی، خودمهربانی یا مهربانی با خود، ویژگی

مشترک انسانی و ذهن آگاهی است. منظور از خودمهربانی

این است که زمانی که فرد آسیب می بیند، شکست می

خورد یا احساس بی کفایتی می کند به جای آنکه رنجی

را که متحمل شده است، نادیده بگیرد یا خود را به باد

انتقاد بگیرد، نسبت به خودش مهربان باشد و خود را

جدول ۳ نشان می دهد که بین بهزیستی تحصیلی

و زیرمقیاسهای مهربانی به خود (۱۸٪)، قضاوت

خود (۱۳٪)، ذهن آگاهی (۳۰٪) همانندسازی

افراطی (۲۵٪)، اشتراکات انسانی (۲۴٪)، انزوا (۲۰٪)

و نمره کل خودشفقت ورزی (۳۷٪) رابطه مثبت و

معنادار وجود دارد. بنابراین، فرضیه تأیید می شود.

### بحث و نتیجه گیری

نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که باورهای دینی و

شفقت به خود با بهزیستی تحصیلی دانش آموزان پایه

ششم شهرستان کلاله رابطه معنادار دارد. این نتایج با

تحقیقات کرمی و همکاران (۱۳۹۷)، آحش و

شاهد سازگاری اجتماعی و تحمل پریشانی در آن ها باشیم. (سوخته سرائی و همکاران، ۱۳۹۵). بر همین اساس پیشنهادات زیر ارائه می شود:

۱- با توجه به نقش خوش بینی و شفقت به خود بر ارتقا بهزیستی تحصیلی و نیز با نظر به اینکه خوش بینی قابل یادگرفتن است، پیشنهاد می شود در برنامه های مراکز مشاوره مدارس و نیز در برگزاری دوره های آموزشی بر خوش بینی یا شفقت به خود، مهارت ها و مولفه های آن تاکید گردد.

۲- به خانواده ها و معلمان توصیه می گردد همواره از رویکردهای خوش بینانه و توأم با امیدواری در برخورد با مخاطبان خود بهره گیری نمایند.

۳- پیشنهاد می شود مدیران، سیاست گذاران آموزشی، معلمان و مشاوران تحصیلی بر مفهوم پرداززی، برنامه ریزی و اجرای برنامه های آموزشی و مشاوره ای با هدف پرورش منابع روانشناختی پایا همچون شفقت به خود و باورهای دینی به منظور تسهیل کارکرد روانی مثبت در محیط و بستر آموزشی تاکید نماید. اجرای برنامه های آموزشی مبتنی بر ارتقا شفقت به خود و باورهای دینی نه تنها بهزیستی تحصیلی را بهبود می بخشد بلکه هم زمان از بروز پیامدهای منفی مانند افت تحصیلی، غیبت و فرسودگی تحصیلی جلوگیری می کند.

#### منابع

آخش، شمس اله؛ حاجی یخچالی، علیرضا و شهنی سسلاق، منیجه. (۱۳۹۶). پیش بینی بهزیستی تحصیلی بر اساس خود دلسوزی دانش آموزان پسر دوره متوسطه دوم شهر یاسوج، پژوهش های آموزش و یادگیری، ۱۴(۲): ۲۵-۱۷.

اکرمی، حمید. (۱۳۹۷). پیش بینی هویت یابی بر اساس باورهای دینی، استدلال اخلاقی و کنترل خود در دانش آموزان مقطع متوسطه دوم، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبایی.

درک کند. انسان هایی که نسبت به خود، دلسوزی دارند، درک میکنند که کامل نبودن، شکست خوردن و تجربه سختی های زندگی غیر قابل اجتناب است بنابراین آنها زمانی که با تجربه های سخت زندگی مواجه می شوند، به جای آنکه از نرسیدن به اهداف مطلوبشان عصبانی شوند، به این نکته توجه می کنند که انسانها همیشه نمی توانند در جایگاهی باشند که به نظرشان مطلوب است یا چیزی را که می خواهند به دست بیاورند و در نتیجه بهزیستی خود را در زندگی بخصوص بهزیستی تحصیلی خود را در مدرسه حفظ می نمایند. ذهن آگاهی به عنوان مؤلفه سوم خودشفقتی بیانگر این است که خودشفقتی به یک دیدگاه متعادل نسبت به احساس های منفی نیازمند است تا این احساس ها نه به طور اغراق آمیز مورد توجه قرار گیرند و نه سرکوب شوند. دانش آموزان ذهن آگاه، واقعیات درونی و بیرونی را آزادانه و بدون تحریف ادراک می کنند و توانایی زیادی در مواجهه با دامنه گسترده ای از تفکرات، هیجانات و تجربه های خوشایند و ناخوشایند دارند (نعمتی و همکاران، ۱۳۹۷). دانش آموز نمی تواند مشکلات تحصیلی ایجاد شده را نادیده بگیرد و در همان زمان نسبت به آنها احساس دلسوزی نیز داشته باشد و از خود مراقبت کند. فرد با پذیرفتن و توجه به آسیب ها به شکل متعادل، گام مؤثری در زمینه دستیابی به خودشفقتی برمی دارد و همین امر منجر به افزایش سطح بهزیستی دانش آموز در زمینه های مختلف از جمله بهزیستی تحصیلی می شود.

همچنین باورهای دینی و دینداری به سبب نزدیکی و ارتباط مثبت با بهزیستی تحصیلی و ابعاد آن که از مولفه های مهم عملکرد تحصیلی دانش آموزان به شمار می رود، رابطه دارند. دانش آموزانی که باورهای دینی قوی تری دارند، احساس شادکامی و بهزیستی روان شناختی بالاتری دارند، به راحتی با مدرسین خود ارتباط برقرار می کنند، با مشکلات درسی بهتر مقابله می کنند، پیشرفت تحصیلی بیشتری دارند و فعال تر هستند و به موازات رشد و تقویت باورهای دینی در دانش آموزان می توان

سجاد. (۱۳۹۷). شفقت به خود و بهزیستی تحصیلی در دانش آموزان دارای اختلال یادگیری ویژه و عادی، فصلنامه ناتوانی های یادگیری، ۱۱(۱): ۶۴-۷۹.

Bardeen, J. R., & Miller, T. A. (2017). Emotion regulation self-efficacy mediates the relation between happiness emotion goals and depressive symptoms: a cross-lagged panel design, *emotion*, 20 (5), 910.

Deci, Edward L. Vallerand, Robert J. Pelletier, Luc G & Ryan. Richard M. (2014). Motivation and Education: The self-determination perspective. *Educational Psychologist*, volume 26, 325-346.

Espíndula, J. A., Valle, E. R. M. D., & Bello, A. A. (2015). Religion and spirituality: the perspective of health professionals. *Revista latino-americana de enfermagem*, 18(6), 1229-1236.

Gilbert, J. A., Valle, E. R. M. D., & Bello, A. A. (2016). Religion and spirituality: the perspective of health professionals. *Revista latino-americana de enfermagem*, 18(6), 1229-1236.

Loton, Y.-C., & Waters, H.-C. (2013). "Exploring the treatment effect of religious belief toward mental health with propensity score matching", *Kybernetes*, Vol. ahead-of-print No. ahead-of-print. <https://doi.org/10.1108/K-11-2020-0745>

حسن پور، عصمت؛ سلطانی، امان الله؛ زین الدینی میمند،؛ منظری توکل، علیرضا. (۱۳۹۸). پیش بینی بهزیستی تحصیلی بر اساس استرس تحصیلی و ویژگی های شخصیتی دانشجویان. *مطالعات ناتوانی*، ۱۰(۱): ۶-۱

سراج زاده، سیدحسن و رحیمی، فرشید. (۱۳۹۲). رابطه دینداری با معناداری زندگی در یک جمعیت دانشجویی، *راهبرد فرهنگ*، ۶(۲۴)، ۷-۳۰.

سوخته سرایی، راحله؛ امیرشاهی، مهربانو؛ جویباری، لیلا؛ ثناگو، اکرم. (۱۳۹۵). رابطه باورهای مذهبی و بهزیستی روان شناختی با شادکامی در دانشجویان دانشگاه آزاد ساری ۱۳۹۵. *نشریه مطالعات آموزشی نما*، ۵(۲): ۱۳-۱۹

کرد نائیج، اسداله و خلیلی پالندی، فرشته. (۱۳۹۷). تأثیر فرهنگ ایثار و شهادت بر سرمایه اجتماعی با میانجی گری باورهای دینی، *مدیریت اسلامی*، ۲۶(۳): ۳۷-۵۸

کرمی، رزاق؛ شریفی، طیبه؛ نیکخواه، محمد و غضنفری، احمد. (۱۳۹۷). بررسی تأثیر آموزش خوددانشوزی شناختی بر بهزیستی تحصیلی، *راهبردهای آموزش در علوم پزشکی*، ۱۱(۴): ۲۲-۵۸: ۱۷-۳۷.

مرادی، مرتضی؛ سلیمانی خشاب، عباسعلی؛ شهاب زاده، صدیقه؛ صباغیان بغدادآباد، حمید و دهقانی زاده، محمدحسین. (۱۳۹۵). آزمون ساختار عاملی و سنجش همسانی درونی نسخه‌ی ایرانی پرسشنامه‌ی بهزیستی تحصیلی. *اندازه گیری تربیتی*، ۷(۲۶): ۱۴۸-۱۲۳.

مرادی، مرتضی؛ بهروزی، ناصر؛ حاجی یخچالی، علیرضا و عالیپور، سیروس. (۱۳۹۷). آزمون مدل رابطه‌ی حمایت اجتماعی ادراک شده و مولفه های بهزیستی تحصیلی با میانجیگری باورهای خودکارآمدی، *حرمت خود و استرس تحصیلی در دانش آموزان پسر. روش ها و مدل های روان شناختی*، ۹(۳۳): ۳۵-۵۰.

نعمتی، شهروز؛ بدری گرگری، رحیم و عرفانی،

---

Quarterly Journal of Educational Psychology Skills  
Islamic Azad University Tonekabon Branch  
Vol. 11, No. 2, , summer 2020, No. 42



Journal of Educational  
Psychology

---

## The relationship between religious beliefs and self-compassion with the academic well-being of elementary students

Sahar Davoodi<sup>1</sup>, Maryam Safari<sup>2\*</sup>

- 1) M.A. Department of Educational Sciences, Azadshahr Branch, Islamic Azad University, Azadshahr, Iran  
2) Assistant Prof, Department of Educational Science, Azadshahr Branch, Islamic Azad University, Azadshahr, Iran
- 

### Abstract

The main purpose of the present study was to examine the relationship between religious beliefs and self-compassion with the academic well-being of sixth grade students in Kalaleh city. The statistical population of this research was all 6th grade students of Kalaleh city, numbering 2600 people. The number of samples based on Kerchsi and Morgan's table was 335 people who were selected by random cluster sampling method. The data collection tools included the Religious Beliefs Questionnaire of Khodayari-Fred et al. (2018), the Self-Compassion Questionnaire (NAF, 2003) and the Academic Well-Being Questionnaire of Tominin-Swini et al. (2012). The results of data analysis showed that there is a significant relationship between religious beliefs and the academic well-being of sixth grade students in Kalaleh. Also, there is a significant relationship between self-compassion and academic well-being of sixth grade students in Kalaleh city, and the results showed that religious beliefs and self-compassion can predict academic well-being in students.

**Key words:** religious beliefs, self-compassion, academic well-being, elementary students

---