

Research Paper

The role of family function and classroom psychosocial atmosphere in predicting adolescents' self-compassion



Samira Chenari^{1*} & Rahim Badri Gargari²

1. Ph.D. Student of Educational Psychology, Faculty of Educational Science and Psychology, Tabriz University, Tabriz, Iran.

2. Professor, Department of Educational Science, Faculty of Educational Science and Psychology, Tabriz University, Tabriz, Iran.



Citation: Chenari, S. & Badri Gargari, R. (2023). [The role of family function and classroom psychosocial atmosphere in predicting adolescents' self-compassion (Persian)]. *Journal of School Psychology and Institutions*, 11(4):57-68. <https://doi.org/10.22098/jsp.2023.2026>

doi: 10.22098/jsp.2023.2026



Article Info:

Received: 2020/12/14

Accepted: 2023/01/21

Available Online: 2023/03/16

Key words:

Self-compassion,
family function,
classroom
psychosocial
atmosphere,
adolescents

ABSTRACT

Objective: The present study aimed to predict adolescents' self-compassion based on family function and psychosocial atmosphere of the classroom.

Methods: The research method was descriptive-correlational. The population of the study included all high school students in Bandar Abbas city in the academic year of 2018-2019, from whom 302 students (124 males and 178 females) were selected by multi-stage random cluster sampling. The data collection instruments included Self-Compassion Scale, Family Assessment Device, and My Class Inventory questionnaires. Simultaneous multiple regression analysis was used to analyze the data.

Results: The results of regression analysis revealed that roughly, 35% of the total variance of self-compassion is predicted through family function and psychosocial atmosphere of the classroom components ($p < .01$). The findings indicated that problem solving, role-playing, emotional involvement, behavioral control, and friction were positive and significant predictors of self-compassion. In addition, task orientation was a negative and significant predictor of self-compassion.

Conclusion: According to the results, self-compassion is one of the characteristics that the family and educational environments play an important role in its development, which highlights the need for attentions of parents and teachers to improve the conditions of these two environments.

Extended Abstract

1. Introduction

At teenage years, individuals experience a wide variety of physical, mental and identity changes and their relationships with their parents and peers undergo considerable changes (Shulman & Scharf, 2018). One of significant constructs in adolescents' experiences is self-compassion which helps them adopt a more compatible attitude against life hardships and individual inadequacies (Cunha et al., 2016). Based on Bronfenbrenner's ecological systems theory, there is a relationship between human organism's growth and the surrounding environment (Bronfenbrenner, 1979).

Of all, family and school have the closest social context to the growing adolescent, which have an important influence on his/her mental health (Wu et al., 2021). Previous studies have confirmed the fact that families with positive function play a significant role in growth and formation of self-compassion related beliefs (Neff & McGehee, 2010), psychological flexibility and psychological adjustment of children (Fuentes et al., 2015; Williams et al., 2012). The existence of relationship between classroom psychosocial climate and cognitive and emotional traits of students have been approved as well (Chionh & Fraser, 2009; Fraser, 1989). However, limited studies have been carried out to investigate the relationship between classroom psychosocial climate and self-compassion so far and no research has been conducted to simultaneously

*Corresponding Author:

Samira Chenari

Address: Ph.D. Student of Educational Psychology, Faculty of Educational Science and Psychology, Tabriz University, Tabriz, Iran.

Tel: +98 (917) 7977407

E-mail: samira.chenari88@gmail.com

investigate the family and school roles in anticipating self-compassion among adolescents. Therefore, the objective of the present study was to investigate the effect of family function and classroom psychosocial climate on adolescents' self-compassion and specify which one of the key factors in these two climates greatly anticipates self-compassion.

2. Materials and Methods

The present research is a correlational-descriptive one and multiple regression analysis was employed. The population included all secondary education students of Bandar Abbas studying in the academic year of 2018-2019 among whom 302 students (124 boys, 178 girls) from tenth to twelfth grades were chosen in accordance with multi-stage cluster random sampling. The instruments are as follows:

Self-Compassion Scale (SCS):

This scale has 26 items that measure self-kindness, self-judgement, common humanity, isolation, mindfulness, over-identification and the items are marked based on five-point Likert scale (Neff, 2003). In the present study, Cronbach's Alpha Coefficient ($\alpha=.70$) was satisfactory.

Family Assessment Device (FAD):

This scale has 60 items that measures family function in terms of 6 items that include problem solving, communication, roles, affective responsiveness, affective involvement, behavioral control and global dimension based on four-point Likert Scale (Epstein et al., 1983). In the present study, internal consistency

was calculated and conformed by Cronbach's Alpha ($\alpha=.90$).

My Class Inventory (MCI):

This questionnaire is made up of 20 items of three-point Likert Scale that evaluates the student's marks in terms of cohesion, competition, friction and task orientation in classroom psychosocial climate (Goh et al., 1995). In the research, Cronbach's Alpha for all sub- scales was between 0.52 to 0.76.

Data Analysis:

After obtaining required permissions with coordination of 4 high schools, 3 classes of different grades at each school were investigated. The collected data were analyzed using SPSS-21 software.

3. Results

Based on the results of correlation matrix, self-compassion has a significant and positive relationship with all dimensions of family function ($p < .01$) which coefficients were in the range of 0.20 to 0.38. Also, its correlation with friction ($r=.12, p < .05$), task orientation ($r = -0.12, p < .05$) and competition ($r = .16, p < .01$) of classroom climate was significant.

In the study of assumptions of multiple regression, distribution of data was normal. The assumption of error independence was confirmed by Durbin-Watson Test (1.95) and multi-collinearity was confirmed using variance inflation factor and tolerance criterion as well. Furthermore, All VIF values were less than 10 and the limit of tolerance of variables were in range of 0 to 1.

Table 1. Simultaneous regression of self-compassion on the variables of family function and classroom psychological climate

Predict variables	F	P	R	R ²	R ² adj	B	SE	Beta	T	P
Model summary										
Constant	15.53	** .001	.61	.371	.347	16.14	6.45		2.50	.013
Problem Solving						.82	.16	.27	5.24	** .001
Communication						.12	.17	.04	.75	.457
Roles						.47	.13	.20	3.55	** .001
Affective Responsiveness						.13	.23	.03	.56	.572
Affective Involvement						.60	.15	.22	3.88	** .001
Behavioral Control						.54	.17	.19	3.27	** .001
general functioning						.08	.14	.03	.56	.571
Friction						.41	.18	.13	2.20	* .028
Cohesion						-.07	.22	-.02	-.35	.728
Task Orientation						-.71	.30	-.12	-2.41	* .017
Competition						-.34	.18	-.09	-1.89	.060

Significance level: * $p < .05$; ** $p < .01$

The results of simultaneous multiple regression analysis (Table 1) showed that the regression weight of adolescents' self-compassion based on family function and classroom psychological climate variables is significant ($F=15.53, p < .01$) and combination of predictor variables approximately indicates 35% of self-compassion variation ($R^2_{adj} =$

0.347). In the meantime, problem solving ($\beta=0.27, p < .01$), roles ($\beta=0.20, p < .01$), affective involvement ($\beta = 0.22, p < .01$), behavioral control ($\beta = .19, p < .01$), and friction ($\beta = 0.13, p < .05$) were positive and significant predictors of self-compassion, and task orientation ($\beta=-.12, p < .05$) negatively and significantly predicted adolescents' self-compassion

4. Discussion and Conclusion

The results of the present study indicated that family function and classroom psychosocial climate have a significant relationship with adolescents' self-compassion. Problem solving, roles, emotional involvement, behavioral control and friction had a positively significant relationship with self-compassion but task orientation had a negatively significant relationship with self-compassion. In summary, to elaborate these findings, we can say that teenagers when encountering harsh situations follow their family problem solving skills and instead of giving up and criticizing themselves, behave more self-compassionately. An obvious, coherent and flexible definition of roles and adopting an easier outlook in the family will create a more balanced attitude in adolescents about themselves and limitations that paves the way for better acceptance. Also, those adolescents who receive their parents' unconditional attention and affection in different situations internalize these feelings. positive control by parents also facilitates children ability in self-regulation (Li et al., 2015) after that factors reducing self-compassion such as feeling of weakness and disqualifications are managed. In classroom environment, reduction of outside controls and task orientation climate increases inner motivation of students and this inner motivation results in enhancing self-compassion (Neff & Germer, 2017). Also,

challenging situations in classroom make students increase self-compassion as a source of affection and support. Based on the coefficients obtained, family factors had more influence on adolescents' self-compassion. Generally speaking, this study demonstrated that both school and family climates must be paid attention to and improved in order to enhance students' self-compassion.

5. Ethical Considerations

Compliance with ethical guidelines

All ethical principles are considered in this article. The participants were informed about the purpose of the research and its implementation stages. They were also assured about the confidentiality of their information and were free to leave the study whenever they wished, and if desired, the research results would be available to them.

Funding

This research did not receive any grant from funding agencies in the public, commercial, or non-profit sectors.

Authors' contributions

All authors have participated in the design, implementation and writing of all sections of the present study.

Conflicts of interest

The authors declared no conflict of interest.

مقاله پژوهشی

نقش عملکرد خانواده و جو روانی اجتماعی کلاس در پیش‌بینی شفقت به خود نوجوانان

سمیرا چناری^{۱*} و رحیم بدری گرگوری^۲

۱. دانشجوی دکتری روان‌شناسی تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران.
 ۲. استاد گروه علوم تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران.

چکیده

هدف: مطالعه حاضر با هدف پیش‌بینی شفقت به خود نوجوانان بر اساس عملکرد خانواده و جو روانی اجتماعی کلاس انجام شد.
روش‌ها: روش پژوهش از نوع توصیفی همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش را کلیه دانش‌آموزان دبیرستانی شهر بندرعباس در سال تحصیلی ۹۸-۱۳۹۷ تشکیل می‌دادند، که از بین آن‌ها ۳۰۲ دانش‌آموز (۱۲۴ پسر و ۱۷۸ دختر) با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای تصادفی انتخاب شدند. ابزار جمع‌آوری داده‌ها شامل مقیاس‌های شفقت به خود، ابزار سنجش خانواده و مقیاس کلاس من بود. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش رگرسیون چندگانه همزمان استفاده شد.
یافته‌ها: نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که تقریباً ۳۵٪ از کل واریانس شفقت به خود نوجوانان بر اساس مولفه‌های عملکرد خانواده و جو روانی اجتماعی کلاس، قابل پیش‌بینی است ($p < 0/01$). یافته‌ها نشان داد که حل مسئله، نقش، درگیری عاطفی، کنترل رفتاری و اصطکاک پیش‌بینی‌کننده‌های مثبت و معناداری برای شفقت به خود هستند. علاوه بر این، جهت‌گیری وظیفه‌پیش‌بینی‌کننده منفی و معنادار شفقت به خود بود.

نتیجه‌گیری: براساس نتایج، شفقت به خود از جمله خصوصیات است که محیط خانوادگی و آموزشی در رشد و پرورش آن نقش بسزایی دارند که این امر لزوم توجه والدین و مربیان برای بهبود شرایط این دو محیط را برجسته می‌سازد.

اطلاعات مقاله:

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۰۹/۲۴

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۱۱/۰۱

تاریخ انتشار: ۱۴۰۱/۱۲/۲۵

کلیدواژه‌ها:

شفقت به خود، عملکرد خانواده، جو روانی اجتماعی کلاس، نوجوانان

مقدمه

این سازه متشکل از سه مؤلفه اصلی است که هر کدام یک جنبه مثبت و یک جنبه منفی دارد که برای ایجاد رفتار مشفقانه و غیرمشفقانه با یکدیگر ترکیب می‌شوند: مهربانی نسبت به خود در برابر قضاوت خود^۱، احساس انسانیت مشترک در برابر انزوای^۲ و ذهن آگاهی در برابر همانندسازی افراطی^۳ (نف و کاستیگان^۴، ۲۰۱۴). مهربانی نسبت به خود، تمایل فرد به همدردی و حمایت از خود در مواجهه با کاستی‌های شخصی است و انسانیت مشترک، احساس پیوند با دیگر

افراد در دوره نوجوانی تحولات جسمانی، عقلانی، جنسی و هویتی متنوعی را تجربه می‌کنند و روابط آن‌ها با والدین و همسالان‌شان دچار تغییرات قابل توجهی می‌شود (شولمن و شارف^۱، ۲۰۱۸). این تغییرات، بر نوع درک و تفسیر نوجوانان از رویدادهای عاطفی و اجتماعی روزمره اثرات چشم‌گیری دارد (بلوث و بلانتون^۲، ۲۰۱۵) و آن‌ها را در ساخت خودپنداره مثبت با چالش مواجه می‌سازد (کینگل و ون‌ویلت^۳، ۲۰۱۹). یکی از سازه‌های با اهمیت در تجارب نوجوانان شفقت به خود^۴ است که به آن‌ها کمک می‌کند در مقابل وضعیت‌های سخت زندگی و بی‌کفایتی‌های فردی نگرش سازگارانه‌تری نسبت به خود داشته باشند (کونها، زاویر و کاستیلو^۵، ۲۰۱۶). شفقت به خود به عنوان چارچوبی از ذهن تعریف می‌شود که فرد خود را با تمام ناکارآمدی‌ها، اشتباهات و محدودیت‌های شخصی مورد پذیرش قرار می‌دهد.

* نویسنده مسئول:

سمیرا چناری

نشانی: دانشجوی دکتری روان‌شناسی تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران.

تلفن: ۷۹۷۷۴۰۷ (۹۱۷) ۹۸+

پست الکترونیکی: samira.chenari88@gmail.com

روان‌شناسی مدرسه و آموزشگاه

فرج‌زاده‌گان، (۱۳۹۶)، خودکارآمدی (چناری و یوسفی، ۱۳۹۳) انعطاف‌پذیری و سازگاری روان‌شناختی (ویلیامز، سیاروچی و هیون^{۱۸}، ۲۰۱۲؛ فوتس، گارسیا، گراسیا و آلاکون^{۱۹}، ۲۰۱۵) در میان فرزندان دارند.

مدرسه به عنوان دومین نهاد تربیتی، در رشد باورها و انتظارات دانش‌آموزان نقش اساسی دارد. پیشینه پژوهشی، وجود ارتباط بین نتایج یادگیری شناختی و عاطفی دانش‌آموزان و همچنین درک آن‌ها از ویژگی‌های روانی اجتماعی در کلاس را تأیید می‌کنند (فریزر^{۲۰}، ۱۹۸۹). در حقیقت، درک و تفسیر دانش‌آموزان از بافت یادگیری خود می‌تواند پیامدهایی در رشد هیجانی- اجتماعی، عملکرد احساسی و سلامت روان-تنی آن‌ها داشته باشد (چنگ^{۲۱}، ۱۹۹۴؛ مدین و استبرگ^{۲۲}، ۲۰۰۹). فریزر، گدینگز و مک‌روی^{۲۳} (۱۹۹۵) جو روانی اجتماعی کلاس را مورد ارزیابی قرار دادند و چهار بعد انسجام^{۲۴}، رقابت^{۲۵}، اصطکاک^{۲۶} و تکلیف‌مداری^{۲۷} را شناسایی کردند. ادبیات پژوهشی پیشین، حاکی از وجود رابطه معنادار بین جو کلاس و ساختارهای خود مانند عزت نفس، خودکارآمدی، خودپنداره، خودتنظیمی، نگرش نسبت به همسالان و ابعاد ناسازگاری است (چما و کیتسانتاس^{۲۸}، ۲۰۱۴؛ مک‌ماهون، ورنسمن و رز^{۲۹}، ۲۰۰۹؛ یردن و سانگر^{۳۰}، ۲۰۱۹؛ چيون و فریزر^{۳۱}، ۲۰۰۹؛ چنگ، ۱۹۹۴؛ کیسر و بارلینگ^{۳۲}، ۱۹۸۱؛ حاج‌شمسایی، کارشکی و امین‌یزدی، ۱۳۹۳).

انسان‌ها در تجربه رویدادهای دشوار تعریف می‌شود (نف و جرمر، ۲۰۱۷). ذهن آگاهی نیز به آگاهی از تجارب و عواطف دردناک بدون نادیده گرفتن یا اغراق آن‌ها اطلاق می‌شود (نف و مک‌گیثی، ۲۰۱۰). بر اساس یافته‌های پیشین، نوجوانانی که نسبت به خود، شفقت بیشتری دارند از سطح بهزیستی عاطفی، شادمانی ذهنی، عزت نفس و رضایت از زندگی بالاتری برخوردارند (گالا، ۲۰۱۶؛ بلوث و بلاتون، ۲۰۱۵؛ مرلی^{۳۳}، ۲۰۱۹؛ مک‌کی و والکر^{۳۴}، ۲۰۲۱) و سطوح پایین‌تری از عواطف منفی، نشانه‌های افسردگی، اضطراب، نشخوار فکری و استرس را تجربه می‌کنند (گالا، ۲۰۱۶؛ تمل و آتالی^{۳۵}، ۲۰۲۰؛ لاترن، بلوث و پارک^{۳۶}، ۲۰۱۹؛ کونها و همکاران، ۲۰۱۶).

با توجه به تأثیر قابل توجه شفقت به خود بر سلامت روان نوجوانان، شناسایی عواملی که در رشد و پرورش آن نقش دارد، دارای ضرورت است. بروفنن‌برنر (۱۹۷۹) دریافت که بین رشد ارگانسیم انسان و محیط او رابطه وجود دارد که برآیند یافته‌های وی به ایجاد «نظریه سیستم‌های بوم شناختی» منجر شد. در این بین، محیط خانواده و مدرسه، نزدیک‌ترین بافت اجتماعی به نوجوان در حال رشد هستند که بر خصوصیات فردی، عزت نفس و بهزیستی ذهنی وی اثرگذارند (لامبروپولو^{۳۷}، ۲۰۱۸؛ لی، زنگ، وانگ، کورتیس و اسپارکس^{۳۸}، ۲۰۲۱؛ وو، او و جردن^{۳۹}، ۲۰۲۱).

مطالعات گذشته نشان می‌دهند که در محیط خانواده، متغیرهایی همچون حمایت مادرانه، گرمی والدین، سبک فرزندپروری، قابلیت پیش‌بینی یا جو پر هرج و مرج و آشفته بر شفقت به خود فرزندان اثرگذارند (تمل و آتالی، ۲۰۱۸؛ کلی و دوپاسکوایر^{۴۰}، ۲۰۱۶؛ برهیل، هیز و لوید^{۴۱}، ۲۰۱۸؛ هود، تامسون راس و ویلز^{۴۲}، ۲۰۲۰). عملکرد خانواده از دیگر جنبه‌های با اهمیت خانواده است که به عنوان مفهومی تعاملی و سیستمی در زمینه ویژگی‌های ساختاری و سازمانی خانواده تعریف می‌شود (کراگ، ویتچن، لپ، بیسلو باوم و نپ^{۴۳}، ۲۰۱۶). اپشتاین، بالدوین و بیشاپ^{۴۴} (۱۹۸۳) برای تجزیه و تحلیل عملکرد خانواده، مدل مک‌مستر از عملکرد خانواده^{۴۵} را ارائه دادند که ۶ بعد مختلف را دربرمی‌گیرد: حل مسئله، ارتباط، نقش‌ها، پاسخگویی عاطفی، درگیری عاطفی و کنترل رفتاری. شواهد قابل توجهی از مطالعات گذشته این واقعیت را تأیید می‌کنند که خانواده‌های دارای عملکرد مثبت سهم زیادی در رشد و شکل‌گیری باورها و شایستگی‌های مرتبط با شفقت به خود (نف و مک‌گیثی، ۲۰۱۰)، عزت نفس (بین، بوش، مک‌کنری و ویلسون^{۴۶}، ۲۰۰۳؛ کراگ و همکاران، ۲۰۱۶؛ شی، وانگ، یائو، سو، ژائو و ژان^{۴۷}، ۲۰۱۷)، خودکنترلی (لی، ژانگ و وانگ^{۴۸}، ۲۰۱۵؛ نیکزاد، کشوری و

1. Galla
2. Morley
3. McKay & Walker
4. Temel & Atalay
5. Lathren, Bluth & Park
6. Lampropoulou
7. Li, Zeng, Wang, Curtis & Sparks
8. Wu, Ou & Jordan
9. Kelly & Dupasquiere
10. Berryhill, Hayes & Lloyd
11. Hood, Thomson Ross & Wills
12. Krug, Wittchen, Lieb, Beesdo-Baum & Knappe
13. Epstein, Baldwin & Bishop
14. McMaster Model of Family Functioning (MMFF)
15. Bean, Bush, McKenry & Wilson
16. Shi, Wang, Yao, Su, Zhao & Zhan
17. Li, Zhang & Wang
18. Williams, Ciarrochi & Heaven
19. Fuentes, García, Gracia & Alarcón
20. Fraser
21. Cheng
22. Modin & Östberg
23. cohesion
24. competition
25. friction
26. task orientation
27. Cheema & Kitsantas
28. McMahon, Wernsman & Rose
29. Yerdelen & Sungur
30. Chionh & Fraser
31. Keyser & Barling

خود، قضاوت خود، انسانیت مشترک، انزوا، ذهن‌آگاهی و همانندسازی افراطی را دربرمی‌گیرد. این آیت‌ها بر اساس مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت از ۱ تا ۵ (۱=تقریباً هرگز؛ ۵=تقریباً همیشه) نمره‌گذاری می‌شوند. برای این مقیاس، همسانی درونی کلی بالایی ($\alpha=0/92$) گزارش شده است و همسانی درونی خرده مقیاس‌ها با روش آلفای کرونباخ بین ۰/۷۵ تا ۰/۸۱ به دست آمده است (هپ، کوستر و ملیوسکای، ۲۰۱۴). روایی نسخه فارسی این پرسشنامه در سطح قابل قبولی قرار دارد ($\alpha=0/70$) و پایایی آن با روش بازآزمایی با ضریب ۰/۸۹ مورد تأیید قرار گرفته است (مؤمنی، شهیدی، موتابی و حیدری، ۱۳۹۲). در مطالعه حاضر ضریب آلفای کرونباخ با مقدار ($\alpha=0/75$) به دست آمد.

ابزار سنجش خانواده^۳: این مقیاس به وسیله ایشیتاین و همکارانش (۱۹۸۳) در ۶۰ ماده طراحی شده است که ابعاد عملکرد خانواده را در زمینه ۱. حل مسئله (توانایی خانواده در حل مشکلات) ۲. ارتباطات (تبادل اطلاعات در بین اعضای خانواده) ۳. نقش‌ها (الگوهای رفتاری و شفافیت آن‌ها برای مدیریت عملکردها) ۴. مشارکت عاطفی (عشق و علاقه ابراز شده اعضا نسبت به یکدیگر) ۵. پاسخگویی (توانایی پاسخگویی هیجانی به محرک‌های محیطی) و ۶. کنترل رفتاری (بیان و حفظ استانداردهای خانواده در رفتار اعضا) و بعد عملکرد کلی مورد ارزیابی قرار می‌دهد. نمرات هر گویه از ۱ (کاملاً موافقم) تا ۴ (کاملاً مخالفم) اندازه‌گیری می‌شود. پایایی خارجی این پرسشنامه با روش بازآزمایی از ۰/۵۳ تا ۰/۸۱ و همسانی درونی با روش آلفای کرونباخ از ۰/۵۳ تا ۰/۹۴ گزارش شده است (شی و همکاران، ۲۰۱۷). یوسفی (۱۳۹۱) این پرسشنامه را در بافت ایرانی مورد استفاده قرار داد و همسانی درونی بالایی را برای زیر مقیاس‌های آن (۰/۸۹- $\alpha=0/81$) گزارش کرد، همچنین وی ضرایب پایایی را با روش دو نیمه کردن از مقدار ۰/۸۲ تا ۰/۸۶ به دست آورده است. در پژوهش حاضر همسانی درونی بالایی برای این مقیاس با روش آلفای کرونباخ ($\alpha=0/90$) به دست آمد.

مقیاس کلاس من^۴: این پرسشنامه خودگزارشی از ۲۰ گویه سه درجه‌ای از نوع لیکرت (۱=هرگز تا ۳=بیشتر اوقات) تشکیل شده که نمرات افراد را در چهار بعد انسجام (درجه‌ای که دانش‌آموزان احساس تعلق/غرور/ هویت می‌کنند)، رقابت (درجه رقابت دانش‌آموزان با همکلاسی‌های خود)، اصطکاک (درجه‌ای که دانش‌آموزان با یکدیگر کنار نمی‌آیند و رابطه غیردوستانه‌ای دارند)

1. Self-Compassion Scale (SCS)
2. Hope, Koestner & Milyavskaya
3. Family Assessment Device (FAD)
4. My Class Inventory (MCI)

به باور پیترسون (۲۰۱۶)، شفقت، از خصیصه‌های دیگری است که مدرسه و معلمان نقش اساسی در پرورش آن در دانش‌آموزان دارند و آن را ویژگی می‌داند که ساختارها و فرآیندها را تحت تأثیر قرار می‌دهد.

با توجه به این واقعیت که شفقت به خود مفهومی نسبتاً جدید در روان‌شناسی غرب است (نف، ۲۰۰۳)، مطالعات محدودی رابطه محیط مدرسه را به عنوان یک نهاد مراقبت‌کننده با شفقت به خود مورد بررسی قراردادده‌اند. علاوه بر این تاکنون، در هیچ مطالعه‌ی واحدی به طور همزمان نقش خانواده و متغیرهای مدرسه در پیش‌بینی شفقت به خود در گروه نوجوانان مد نظر قرار نگرفته است. بنابر خلاء موجود، مطالعه حاضر با این هدف انجام شد که تأثیر متغیرهای عملکرد خانواده و جو روانی اجتماعی کلاس را بر شفقت به خود نوجوانان مورد بررسی قرار دهد و تعیین کند، کدامیک از متغیرهای کلیدی در عملکرد خانواده و محیط روانی اجتماعی کلاس، شفقت به خود را به نحو مؤثرتری پیش‌بینی می‌کند. به طور اختصاصی، مطالعه حاضر به دنبال پاسخ به این سوالات بود: ۱. آیا بین عملکرد خانواده و شفقت به خود نوجوان رابطه وجود دارد؟ ۲. آیا بین فضای روانی اجتماعی کلاس و شفقت به خود نوجوانان رابطه وجود دارد؟ ۳. کدامیک از مؤلفه‌های عملکرد خانواده و جو روانی اجتماعی کلاس، نقش مهم‌تری در پیش‌بینی شفقت به خود نوجوانان دارند؟

روش پژوهش

طرح پژوهشی حاضر از نوع توصیفی-همبستگی بود که با استفاده از تحلیل رگرسیون چندگانه، روابط بین متغیرهای پیش‌بین (مؤلفه‌های عملکرد خانواده و جو روانی اجتماعی کلاس) و ملاک (شفقت به خود نوجوانان) مورد بررسی قرار گرفت.

جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری: جامعه آماری این پژوهش را کلیه دانش‌آموزان دوره متوسطه دوم شهر بندرعباس تشکیل می‌دادند که در سال تحصیلی ۱۳۹۷-۱۳۹۸ مشغول به تحصیل بودند. شرکت‌کنندگان شامل ۳۰۲ دانش‌آموز (۱۲۴ پسر، ۱۷۸ دختر، ۵۸/۹٪)، در سنین ۱۴ تا ۱۸ سال ($M=15/81$ ؛ $SD=0/75$) از کلاس‌های دهم تا دوازدهم بودند که این تعداد از دانش‌آموزان مطابق با جدول مورگان انتخاب شدند و با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای تصادفی مورد بررسی قرار گرفتند. جمع‌آوری داده‌ها به وسیله مقیاس‌های زیر صورت گرفت:

مقیاس شفقت به خود^۵: برای ارزیابی این سازه، نسخه طولانی مقیاس شفقت به خود نف (۲۰۰۳) مورد استفاده قرار گرفت. این مقیاس از ۲۶ گویه تشکیل شده است که ۶ عنصر مهربانی نسبت به

همه‌انگهی ۴ دبیرستان، به ۳ کلاس از پایه‌های مختلف در هر مدرسه مراجعه شد. بعد از بیان هدف مطالعه، داوطلبانه بودن شرکت در پژوهش و محرمانه بودن داده‌ها، رضایت آگاهانه دانش‌آموزان برای پرکردن پرسشنامه‌ها جلب گردید. در انتها، پس از کنار گذاشتن پرسشنامه‌های مخدوش، داده‌ها با نرم افزار SPSS (نسخه ۲۱) مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

یافته‌ها

در ابتدا، شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش، شامل میانگین و انحراف معیار، با توجه به جنسیت مورد بررسی قرار گرفت. نتایج در جدول (۱) ارائه شده است.

و تکلیف‌مداری (درجه‌ای از نظم دانش‌آموزان و انجام به موقع تکالیف) در جو روانی اجتماعی کلاس مورد ارزیابی قرار می‌دهد (گه، یانگ و فریزر، ۱۹۹۵). حسین چاری و خیر (۱۳۸۲) ضریب پایایی ۰/۶۹ را با روش بازآزمایی در فاصله زمانی سه هفته برای کل مقیاس گزارش کردند. علاوه بر این، آن‌ها ضرایب آلفای کرونباخ را برای مقیاس‌های فرعی از ۰/۷۶ تا ۰/۸۱ به دست آوردند. در این مطالعه، آلفای کرونباخ برای تمام زیر مقیاس‌ها بین ۰/۶۴ تا ۰/۷۸ به دست آمد.

روش اجرا: به منظور توزیع پرسشنامه‌ها و گردآوری اطلاعات، معرفی‌نامه و مجوزهای لازم از معاونت پژوهشی دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه تبریز، اداره آموزش و پرورش کل استان هرمزگان و نواحی آموزشی شهر بندرعباس اخذ گردید. سپس با

جدول ۱. آمار توصیفی متغیرهای پژوهش در کل نمونه بر اساس جنسیت

متغیرها	M		SD		کل
	پسر	دختر	پسر	دختر	
شفقت به خود	۵۹/۰۷	۵۹/۶۶	۸/۵۶	۸/۲۳	۸/۳۶
حل مسئله	۱۱/۷۰	۱۱/۷۱	۲/۷۷	۲/۷۵	۲/۷۵
ارتباطات	۲۰/۴۵	۲۱/۱۶	۲/۹۱	۲/۴۴	۲/۶۶
نقش‌ها	۲۵/۶۲	۲۶/۴۰	۳/۸۰	۳/۴۷	۳/۶۲
درگیری عاطفی	۱۷/۹۰	۱۸/۸۰	۳/۰۶	۲/۹۹	۳/۰۵
پاسخگویی عاطفی	۱۲/۲۶	۱۲/۲۸	۲/۰۵	۱/۷۰	۱/۸۵
کنترل رفتاری	۲۰/۵۷	۲۱/۰۸	۲/۹۷	۲/۷۵	۲/۸۵
عملکرد عمومی	۲۷/۳۹	۲۸/۳۲	۳/۰۶	۳/۱۲	۳/۱۲
انجام	۱۱/۰۵	۱۰/۴۰	۲/۰۷	۱۲/۲۵	۲/۱۹
رقابت	۹/۰۹	۹/۵۰	۲/۲۷	۲/۲۸	۲/۲۹
اصطکاک	۹/۱۹	۸/۹۳	۲/۳۲	۲/۷۶	۲/۵۹
تکلیف‌مداری	۱۰/۰۴	۱۰/۲۶	۱/۵۰	۱/۲۲	۱/۳۵

در پاسخ به سوالات اول و دوم پژوهش، ضریب همبستگی پیرسون (صفر مرتبه) محاسبه شد که نتایج ماتریس همبستگی در جدول (۲) قابل مشاهده است. نتایج نشان داد که شفقت به خود با همه ابعاد عملکرد خانواده از جمله حل مسئله ($r=0/28, p<0/01$)، ارتباطات ($r=0/25, p<0/01$)، نقش‌ها ($r=0/37, p<0/01$)، پاسخگویی عاطفی ($r=0/20, p<0/01$)، درگیری عاطفی ($r=0/35, p<0/01$)، کنترل رفتاری ($r=0/38, p<0/01$) و عملکرد کلی خانواده ($r=0/12, p<0/05$)، و رابطه منفی و معنادار با تکلیف‌مداری ($r=-0/12, p<0/05$)، و رقابت ($r=-0/16, p<0/01$) دارد.

رابطه مثبت و معنادار دارد. به عبارت دیگر، هرچه عملکرد خانواده در همه ابعاد بهبود می‌یابد، شفقت به خود نوجوانان نیز افزایش پیدا می‌کند. همچنین مطابق با جدول (۲)، شفقت به خود رابطه مثبت و معنادار با اصطکاک در محیط کلاس ($p<0/05$)، $r=0/12, p<0/05$ ، و رابطه منفی و معنادار با تکلیف‌مداری ($r=-0/12, p<0/05$)، و رقابت ($r=-0/16, p<0/01$) دارد.

1. Goh, Young & Fraser

جدول ۲. ضرایب همبستگی مرتبه صفر میان سه متغیر عملکرد خانواده، جو روانی اجتماعی کلاس و شفقت به خود

متغیر	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲
۱. حل مسئله												
۲. ارتباطات	۰/۱۴*											
۳. نقش‌ها	۰/۰۳-	**۰/۳۲										
۴. پاسخگویی	۰/۰۲	**۰/۲۹	**۰/۲۳									
۵. درگیری	۰/۱۲-	**۰/۲۵	**۰/۳۷	**۰/۳۵								
۶. کنترل	۰/۰۷-	**۰/۲۹	**۰/۳۹	**۰/۲۷	**۰/۴۶							
۷. عملکرد کلی	**۰/۱۲	**۰/۲۰	**۰/۴۲	**۰/۲۳	**۰/۲۷	**۰/۳۸						
۸. اصطکاک	**۰/۲۹	۰/۰۳	**۰/۱۸-	۰/۱۱-	۰/۱۶-	۰/۰۹-	۰/۰۲-					
۹. انسجام	**-	۰/۰۱	**۰/۱۱	۰/۰۵	۰/۰۸	۰/۰۹	۰/۰۳	۰/۵۱**				
۱۰. تکلیف‌مدار	۰/۰۴	۰/۰۱	**۰/۱۲-	۰/۰۷	۰/۰۳	۰/۰۳	۰/۰۲	۰/۰۷	۰/۰۹			
۱۱. رقابت	**۰/۱۳-	**۰/۱۴	۰/۰۳-	۰/۰۹	۰/۰۴-	۰/۰۷-	۰/۰۷-	۰/۰۱-	۰/۰۸	۰/۰۵		
۱۲. شفقت خود	**۰/۲۸	**۰/۲۵	**۰/۳۷	**۰/۲۰	**۰/۳۵	**۰/۳۸	**۰/۲۹	**۰/۱۲	**۰/۱۱	**۰/۱۲-	**-	۱

سطح معناداری: * p < .05; ** p < .01

فرض استقلال خطاها با آزمون دوربین-واتسون^۲ مورد تأیید قرار گرفت (دوربین-واتسون = ۱/۹۵). هم‌خطی چندگانه با استفاده از عامل تورم واریانس^۳ و معیار تحمل^۴ تأیید شد. همچنین، تمام مقادیر VIF کمتر از ۱۰ (۱/۰۶ تا ۱/۵۰) و حد تحمل متغیرها (۰/۶۶۳ تا ۰/۹۳۸) در محدوده (۰ تا ۱) قرار داشت، که این نتایج نشان داد، هیچ همبستگی متقابلی بین متغیرهای مستقل رخ نداده است. به طور خلاصه، تمام فرضیات رگرسیون مورد تأیید قرار گرفت.

به منظور پاسخ به سوال اصلی پژوهش (سوال ۳)، از تحلیل رگرسیون چندگانه همزمان استفاده شد. قبل از اجرای تحلیل رگرسیون، فرضیات رگرسیون چندگانه مورد بررسی و تأیید قرار گرفت. داده‌ها از نظر نرمال بودن با استفاده از آزمون کولموگروف اسمیرنوف بررسی شدند که نتایج این آزمون نشان داد، داده‌ها به طور نرمال توزیع گردیده‌اند. تجزیه و تحلیل فاصله مهالانویس^۱ برای بررسی داده‌های پرت هیچ مقدار دورافتاده‌ای را در داده‌های نمونه نشان نداد.

جدول ۳. رگرسیون همزمان شفقت به خود روی متغیرهای عملکرد خانواده و جو روانی اجتماعی کلاس

P	T	Beta	SE	B	R ² adj	R ²	R	P	F	خلاصه مدل
۰/۰۱۳	۲/۵۰		۶/۴۵	۱۶/۱۴	۰/۳۴۷	۰/۳۷۱	۰/۶۱	**۰/۰۰۱	۱۵/۵۳	عرض از مبدأ
**۰/۰۰۱	۵/۲۴	۰/۲۷	۰/۱۶	۰/۸۲						حل مسئله
۰/۴۵۷	۰/۷۵	۰/۰۴	۰/۱۷	۰/۱۲						ارتباطات
**۰/۰۰۱	۳/۵۵	۰/۲۰	۰/۱۳	۰/۴۷						نقش‌ها
۰/۵۷۲	۰/۵۶	۰/۰۳	۰/۲۳	۰/۱۳						پاسخگویی عاطفی
**۰/۰۰۱	۳/۸۸	۰/۲۲	۰/۱۵	۰/۶۰						درگیری عاطفی
**۰/۰۰۱	۳/۲۷	۰/۱۹	۰/۱۷	۰/۵۴						کنترل رفتاری
۰/۵۷۱	۰/۵۶	۰/۰۳	۰/۱۴	۰/۰۸						عملکرد کلی
**۰/۰۲۸	۲/۲۰	۰/۱۳	۰/۱۸	۰/۴۱						اصطکاک
۰/۷۲۸	-۰/۳۵	-۰/۰۲	۰/۲۲	-۰/۰۷						انسجام
**۰/۰۱۷	-۲/۴۱	-۰/۱۲	۰/۳۰	-۰/۷۱						تکلیف‌مداری
۰/۰۶۰	-۱/۸۹	-۰/۰۹	۰/۱۸	-۰/۳۴						رقابت

سطح معناداری: * p < .05; ** p < .01

(F=۱۵/۵۳)

نتایج تجزیه و تحلیل رگرسیون چندگانه (جدول ۳) نشان داد که وزن رگرسیون شفقت به خود نوجوانان بر اساس عملکرد خانواده و متغیرهای جو روانی اجتماعی کلاس معنادار است (p < ۰/۰۱)،

1. Mahalanobis Distance
2. Durbin-Watson
3. Variance Inflation Factor (VIF)
4. Tolerance

روان‌شناسی مدرسه و آموزشگاه

مثبت میزان انعطاف‌پذیری، انسجام و آشفتگی نقش‌ها و رفتار مبتنی بر دیکتاتوری و دخالت‌کنندگی والدین را بر انعطاف‌پذیری روان‌شناختی فرزندان مورد تأیید قرار داده‌اند (ویلیامز و همکاران، ۲۰۱۲؛ برهیل و همکاران، ۲۰۱۸). به این ترتیب هر چه نقش‌ها وضوح، انسجام و قابلیت تغییرپذیری بیشتری داشته باشند و خانواده دیدگاه سهل‌گیرانه‌تری نسبت به آن‌ها اتخاذ کند، نوجوانان هم نسبت به خود و محدودیت‌های خود دیدگاه متعادل‌تری پیدا می‌کنند، هنگام ارزیابی از خود، سخت‌گیری کمتری اعمال می‌کنند و با احتمال بیشتری خود را می‌پذیرند.

پیش‌بینی معنادار شفقت به خود به وسیله درگیری عاطفی خانواده هماهنگ با نتایج پژوهش فونتس و همکاران (۲۰۱۵) است که اذعان داشتند، درجه‌ای که اعضای خانواده به یکدیگر علاقه نشان می‌دهند و نسبت به فعالیت‌ها و نگرانی‌های یکدیگر ارزش قائل می‌شوند با شایستگی اجتماعی و سازگاری روانی و هیجانی نوجوانان در ارتباط است. از سوی دیگر، هرچه فرزندان حمایت کمتری از سوی خانواده دریافت کنند میزان شفقت به خود آن‌ها کاهش پیدا می‌کند و در خطر ابتلا به افسردگی قرار می‌گیرند (هود و همکاران، ۲۰۲۰). در نتیجه، وقتی نوجوانان در شرایط مختلف مورد توجه و محبت والدین قرار می‌گیرند، حس ارزشمندی پیدا می‌کنند، این عشق و علاقه را درونی کرده و در مواقع رنج و ناراحتی با دلسوزی بیشتر نسبت به خود رفتار می‌کنند.

آخرین پیش‌بینی‌کننده معنادار شفقت به خود در عملکرد خانواده، کنترل رفتاری است. این یافته هماهنگ با نتایج پژوهش‌هایی است که نشان دادند کنترل رفتاری با خودکنترلی (لی و همکاران، ۲۰۱۵) و عزت نفس در میان نوجوانان ارتباط مثبت دارد (بین و همکاران، ۲۰۰۳). در خانواده‌هایی که والدین رفتار مقتدرانه دارند و هنگام کنترل رفتار فرزندانشان درجه‌ای از صمیمیت را با آن ترکیب می‌کنند، نوجوانان احساس انعطاف‌پذیری روان‌شناختی بیشتری نشان می‌دهند (ویلیامز و همکاران، ۲۰۱۲). در حقیقت، این یافته را می‌توان چنین تبیین کرد که نظارت والدین، توانایی فرزندان در خودتنظیمی را تسهیل می‌کند. زیرا هرچه والدین عملکرد فرزندان خود را بیشتر مورد نظارت مثبت قرار دهند و در آن اعمال محدودیت بهینه کنند، فرزندان بهتر می‌توانند در شناسایی رفتار مناسب و پرورش آن توانمندتر عمل کنند (لی و همکاران، ۲۰۱۵) و به این ترتیب عوامل کاهنده شفقت به خود مانند احساس ضعف و احساس عدم شایستگی را مدیریت کنند. در پیش‌بینی همزمان عملکرد خانواده و فضای مدرسه، بعد تکلیف‌مداری به گونه معنادار اما معکوس شفقت به خود

این مدل روشن ساخت که ترکیبی از یازده متغیر پیش‌بین، تقریباً ۳۵٪ از واریانس شفقت به خود را تبیین می‌کنند ($R^2_{adj} = 0.347$). در این بین، حل مسئله ($\beta = 0.27, p < 0.01$)، نقش‌ها ($\beta = 0.20, p < 0.01$)، درگیری عاطفی ($\beta = 0.22, p < 0.01$)، کنترل رفتاری ($p < 0.01$)، $\beta = 0.19$ ، و اصطکاک ($\beta = 0.13, p < 0.05$) در بین متغیرهای خانواده و کلاس پیش‌بینی‌کننده‌های مثبت و معنادار شفقت به خود نوجوانان بودند و بعد تکلیف‌مداری ($\beta = 0.12, p < 0.05$) به طور منفی و معنادار به پیش‌بینی شفقت به خود پرداخت. در میان تمام متغیرهای پیش‌بین، حل مسئله بیشترین سهم را در تبیین شفقت به خود داشت.

بحث و نتیجه‌گیری

مطالعه حاضر با هدف بررسی نقش همزمان عملکرد خانواده و جو روانی اجتماعی کلاس در پیش‌بینی شفقت به خود نوجوانان انجام شد. نتایج نشان داد نحوه عملکرد خانواده و جو روانی اجتماعی کلاس با شفقت به خود نوجوانان رابطه معنادار دارد. این نتیجه هماهنگ با یافته‌های پیشین است که نقش خانواده و مدرسه را در بهزیستی روان‌شناختی و عزت نفس نوجوانان موثر دانستند (لامبروپولو، ۲۰۱۸؛ لی و همکاران، ۲۰۲۱؛ وو و همکاران، ۲۰۲۱). براساس یافته‌های این پژوهش، حل مسئله بالاترین قدرت را در پیش‌بینی مثبت و معنادار شفقت به خود داشت. این نتیجه مطابق با یافته‌ی پژوهش شی و همکاران (۲۰۱۷) و مطالعه چناری و یوسفی (۱۳۹۳) است که توانمندی خانواده در پاسخگویی به شرایط اضطراری و نحوه نگرش آنان نسبت به حل مشکلات را بر عزت نفس و خودکارآمدی هیجانی فرزندان اثرگذار دانستند. در تبیین این یافته می‌توان گفت، اعضای جوان‌تر خانواده نحوه رویارویی سایر اعضای خانواده (خشم، سردی، انتقادگری یا رفتار توأم با دوستی، گرمی، دلسوزی و حمایت) با مشکلات متعدد را مورد مشاهده قرار می‌دهند و به عنوان یک مدل رفتاری در موقعیت‌های مشابه مورد استفاده قرار می‌دهند (نف و مک‌گیثی، ۲۰۱۰). بنابراین، مشاهده کفایت‌مندی والدین در برخورد با شرایط دردناک به صورت الگو برای نوجوانان عمل می‌کند تا در شرایط دشوار به جای کناره‌گیری، خودسرزندی و خودانتقادی با مهربانی و شفقت بیشتر نسبت به خود رفتار کنند. یافته دیگر رابطه معنادار بین نقش‌ها در خانواده و شفقت به خود نوجوانان بود که مطابق با نتیجه پژوهش نیکزاد و همکارانش (۱۳۹۶) است که دریافتند نقش‌ها در خانواده، کنترل درونی نوجوانان را پیش‌بینی می‌کند. همچنین این یافته در راستای مطالعاتی است که اثر

همچنین معلمان می‌توانند با تقویت خودمختاری و انگیزه درونی دانش‌آموزان، کاهش جو تکلیف‌مدارانه و ایجاد فضای چالش برانگیز در کلاس بر رشد شفقت به خود نوجوانان نقش مثبت داشته باشند. بر اساس ضرایب حاصل شده، عوامل خانوادگی تأثیر بیشتری بر شفقت به خود نوجوانان داشتند.

در ذکر محدودیت‌های پژوهش باید اذعان داشت که در استنباط علی از نتایج به دست آمده باید بسیار محتاط بود، همچنین در این مطالعه متغیرهای جمعیت‌شناختی مانند وضعیت اقتصادی-اجتماعی و متغیرهایی مانند هوش و ویژگی‌های شخصیتی کنترل نشدند که در پژوهش‌های آینده می‌توانند به عنوان متغیرهای تعدیل‌کننده در نظر گرفته شوند. بعلاوه، این پژوهش مبتنی بر داده‌های خودگزارشی دانش‌آموزان بوده است.

ملاحظات اخلاقی

پیروی از اصول اخلاق پژوهش

اصول اخلاقی تماماً در این مقاله رعایت شده است. شرکت‌کنندگان اجازه داشتند هر زمان که مایل بودند از پژوهش خارج شوند. همچنین همه شرکت‌کنندگان در جریان روند پژوهش بودند. اطلاعات آن‌ها محرمانه نگه داشته شد.

حامی مالی

این تحقیق هیچ گونه کمک مالی از سازمان‌های تأمین مالی در بخش‌های عمومی، تجاری یا غیرانتفاعی دریافت نکرده است.

مشارکت نویسندگان

تمام نویسندگان در طراحی، اجرا و نگارش همه بخش‌های پژوهش حاضر مشارکت داشته‌اند.

تعارض منافع

بنابر اظهار نویسنده این مقاله تعارض منافع ندارد.

منابع

چناری، سمیرا و یوسفی، فریده. (۱۳۹۳). ابعاد خودکارآمدی نوجوانان در گونه‌های مختلف خانواده در مدل بافت‌نگر فرآیند و محتوای خانواده. *روش‌ها و مدل‌های روان‌شناختی*، ۵(۱۸)، ۱-۲۴.
http://jpm.mia.ac.ir/article_776.html
 حاج‌شمسایی، مهدی؛ کارشکی، حسین و امین‌یزدی، سید امیر. (۱۳۹۳). آزمون مدل نقش میانجی‌گرانه خودتنظیمی در رابطه‌ی بین جو روانی اجتماعی کلاس و ناسازگاری کلاسی دانش‌آموزان دوره راهنمایی. *روان‌شناسی مدرسه*، ۳(۳)، ۲۱-۳۷.
http://jsp.uma.ac.ir/article_229.html

را پیش‌بینی می‌کند. این یافته از نتایج پژوهش **خواجه و حسین چاری (۱۳۹۰)** پشتیبانی می‌کند که بیان داشتند تکلیف‌مداری به گونه منفی برخی از ابعاد خودکارآمدی تحصیلی را پیش‌بینی می‌کند. همچنین این یافته با پژوهش **چیمبا و کیتسانتاس (۲۰۱۴)** مطابقت دارد که اظهار داشتند، جو منضبطانه در کلاس برای دانشجویان با سطوح خودکارآمدی پایین سودمند نیست. در حقیقت، افراد خودشفقت‌ورز تمایل دارند که خودمختاری بیشتری را در تجارب زندگی احساس کنند (**نف و جرمر، ۲۰۱۷**). داشتن انگیزه درونی به دانش‌آموزان کمک می‌کند که در تعیین هدف، دستیابی به آن و مواجهه با چالش‌ها، هیجانات منفی کمتری را تجربه کنند و مهربانانه‌تر با خود رفتار کنند (**هپ و همکاران، ۲۰۱۴**؛ **نریمانی و غفاری، ۱۳۹۴**). در نتیجه، چنانچه محیط یادگیری مقررات و کنترل‌های بیرونی زیادی به دانش‌آموزان تحمیل کند، انگیزه درونی آن‌ها کاهش پیدا می‌کند و افت انگیزش درونی به نوبه خود، کاهش شفقت به خود را به همراه دارد.

آخرین یافته پژوهش، رابطه مثبت و معنادار اصطکاک و شفقت به خود بود. وجود اصطکاک و مشاجرات کلاسی به گسترش فضای منفی در کلاس و کاهش همدلی منجر می‌شود (**مک‌ماهون و همکاران، ۲۰۰۹**). در این شرایط، دانش‌آموزان از شفقت به خود به عنوان یک منبع محبت و پشتیبانی استفاده می‌کنند و با کمک آن در صدد کاهش تعارضات، با روشی سالم و سازنده، برمی‌آیند (**نف و کاستیگان، ۲۰۱۴**). در نتیجه، هنگامی که شخص دچار تعارض بوده و از مشکلات ارتباطی رنج می‌برد، شفقت به خود به عنوان ابزار خود تسکینی به او خدمت می‌کند. این یافته مطابق با پژوهش **نف و کاستیگان (۲۰۱۴)** است که معتقدند افراد با شفقت به خود بالاتر، هنگام حل تعارضات ارتباطی خود، آشفستگی کمتری را تجربه می‌کنند. همچنین این نتیجه در جهت یافته‌های **خواجه و حسین چاری (۱۳۹۰)** و **حاج‌شمسایی و همکاران (۱۳۹۳)** است که بین افزایش اصطکاک با افزایش خودکارآمدی تحصیلی و ابعاد خودتنظیمی همبستگی مثبت و معنادار پیدا کردند.

نتایج مطالعه حاضر روشن ساخت، شفقت به خود از جمله خصوصیتی است که محیط زندگی و آموزشی نوجوانان در شکل‌گیری و رشد آن نقش بسزایی دارند. براساس این یافته‌ها، والدین برای افزایش شفقت به خود نوجوانان باید مهارت‌های حل مسئله خود را تقویت کنند، نقش‌ها را به طور واضح تعریف کرده و عادلانه بین اعضا تقسیم کنند، ابراز عشق و علاقه به فرزندان را مشروط نسازند و رفتار فرزندان خود را مورد کنترل مثبت قرار دهند.

روان‌شناسی مدرسه و آموزشگاه

- the contextual family process and content model. *Journal of Psychological Models and Methods*, 5(18), 1-24. (Persian). [Doi:20.1001.1.22285516.1393.5.18.1.7]
- Cheng, Y. C. (1994). Classroom environment and student affective performance: An effective profile. *The Journal of Experimental Education*, 62(3), 221-239. [Doi:10.1080/00220973.1994.9943842]
- Chionh, Y. H., & Fraser, B. J. (2009). Classroom environment, achievement, attitudes and self-esteem in geography and mathematics in Singapore. *International Research in Geographical and Environmental Education*, 18(1), 29-44. [Doi:10.1080/10382040802591530]
- Cunha, M., Xavier, A., & Castilho, P. (2016). Understanding self-compassion in adolescents: Validation study of the Self-Compassion Scale. *Personality and Individual Differences*, 93, 56-62. [Doi:10.1016/j.paid.2015.09.023]
- Epstein, N. B., Baldwin, L. M., & Bishop, D. S. (1983). The McMaster Family Assessment Device. *Journal of Marital and Family Therapy*, 9(2), 171-180. [Doi:10.1111/j.1752-0606.1983.tb01497.x]
- Fraser, B. J. (1989). Twenty years of classroom climate work: progress and prospect. *Journal of Curriculum Studies*, 21(4), 307-327. [Doi:10.1080/0022027890210402]
- Fraser, B. J., Giddings, G. J., & McRobbie, C. J. (1995). Evolution and validation of a personal form of an instrument for assessing science laboratory classroom environments. *Journal of Research in Science Teaching*, 32(4), 399-422. [Doi:10.1002/tea.3660320408.]
- Fuentes, M. C., García, F., Gracia, E., & Alarcón, A. (2015). Parental socialization styles and psychological adjustment. a study in Spanish adolescents. *Journal of Psychodidactics*, 20(1), 117-138.
- Galla, B. M. (2016). Within-person changes in mindfulness and self-compassion predict enhanced emotional well-being in healthy, but stressed adolescents. *Journal of Adolescence*, 49, 204-217. [Doi:10.1016/j.adolescence.2016.03.016]
- Goh, S. C., Young, D. J., & Fraser, B. J. (1995). Psychosocial climate and student outcomes in elementary mathematics classrooms: A multilevel analysis. *The Journal of Experimental Education*, 64(1), 29-40. [Doi:10.1080/00220973.1995.9943793]
- HajShamsayi, M., Kareshki, H., & AmineYazdi, S. A. (2014). Testing the model of mediator role of self-regulation in relation between Classroom socio-mental climate and maladjustment. *Journal of School Psychology*, 3(3), 21-37. (Persian). [Doi: JSP-3-3-2]
- Hood, C. O., Thomson Ross, L., & Wills, N. (2020). Family factors and depressive symptoms among college students: Understanding the role of self-compassion. *Journal of American College Health*, 68(7), 683-687. [Doi:10.1080/07448481.2019.1596920]
- Hope, N., Koestner, R., & Milyavskaya, M. (2014). The role of self-compassion in goal pursuit and well-being among university freshmen. *Self and Identity*, 13(5), 579-593. [Doi:10.1080/15298868.2014.889032]
- Hosseinchari, M., & Khayyer, M. (2002). Classroom psychosocial climate as a component of school culture. *Journal of Psychological Achievements*, 9(2), 25-43. (Persian). [Doi:10.22055/psy.2002.16479]
- حسین‌چاری، مسعود و خیر، محمد. (۱۳۸۱). بررسی جو روانی اجتماعی کلاس به عنوان یکی از ابعاد فرهنگ مدرسه. *مجله علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه شهید چمران اهواز*، ۹(۲)، ۲۵-۴۳. https://journals.scu.ac.ir/article_16479.html
- خواججه، لاله و حسین‌چاری، مسعود. (۱۳۹۰). بررسی رابطه اضطراب اجتماعی و جو روانی اجتماعی کلاس با خودکارآمدی تحصیلی در دانش‌آموزان دوره راهنمایی. *روان‌شناسی تربیتی*، ۷(۲۰)، ۱۳۵-۱۳۱. https://jep.atu.ac.ir/article_6037.html
- مؤمنی، فرشته؛ شهیدی، شهریار؛ موتابی، فرشته و حیدری، محمود. (۱۳۹۲). ویژگی‌های روان‌سنجی نسخه فارسی مقیاس خودشفقت‌ورزی. *روان‌شناسی معاصر*، ۸(۲)، ۲۷-۴۰. <https://bjcp.ir/article-1-386-fa.html>
- نیرمائی، محمد و غفاری، مظفر. (۱۳۹۴). نقش هوش اخلاقی و اجتماعی در پیش‌بینی تاب‌آوری و کیفیت زندگی والدین کودکان دارای ناتوانی یادگیری. *مجله ناتوانی‌های یادگیری*، ۵(۲)، ۱۰۶-۱۲۸.
- نیکزاد، زکبه؛ کشوری، ماهرخ و فرج‌زاده‌گان، زیبا. (۱۳۹۶). بررسی نقش عملکرد خانواده در منبع کنترل دختران نوجوان شهر اصفهان. *مجله پرستاری کودکان*، ۴۱(۲)، ۳۲-۳۸. <http://jpen.ir/article-1-271-fa.html>
- یوسفی، ناصر. (۱۳۹۱). بررسی شاخص‌های روان‌سنجی مقیاس‌های شیوه سنجش خانوادگی مک مستر (FAD). *اندازه‌گیری تربیتی*، ۷(۳)، ۸۳-۱۱۲. https://jem.atu.ac.ir/article_5626.html

References:

- Bean, R. A., Bush, K. R., McKenry, P. C., & Wilson, S. M. (2003). The impact of parental support, behavioral control, and psychological control on the academic achievement and self-esteem of African American and European American adolescents. *Journal of Adolescent Research*, 18(5), 523-541. [Doi:10.1177/0743558403255070]
- Berryhill, M. B., Hayes, A., & Lloyd, K. (2018). Chaotic-enmeshment and anxiety: The mediating role of psychological flexibility and self-compassion. *Contemporary Family Therapy*, 40(4), 326-337. [Doi:10.1007/s10591-018-9461-2]
- Bluth, K., & Blanton, P. W. (2015). The influence of self-compassion on emotional well-being among early and older adolescent males and females. *The Journal of Positive Psychology*, 10(3), 219-230. [Doi:10.1080/17439760.2014.936967]
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*: Harvard university press.
- Cheema, J. R., & Kitsantas, A. (2014). Influences of disciplinary classroom climate on high school student self-efficacy and mathematics: A look at gender and racial-ethnic differences. *International Journal of Science and Mathematics Education*, 12(5), 1261-1279. [Doi:10.1007/s10763-013-9454-4]
- Chenari, S., & Yousefi, F. (2015). The adolescents' self-efficacy dimensions in different family types based on

- Kelly, A. C., & Dupasquier, J. (2016). Social safeness mediates the relationship between recalled parental warmth and the capacity for self-compassion and receiving compassion. *Personality and Individual Differences*, 89, 157-161. [Doi:10.1016/j.paid.2015.10.017]
- Keyser, V., & Barling, J. (1981). Determinants of children's self-efficacy beliefs in an academic environment. *Cognitive Therapy and Research*, 5(1), 29-39. [Doi:10.1007/BF01172324]
- Khajeh, L., & Hosseini, M. (2011). Investigating the relationship between social anxiety and classroom psychosocial climate with academic self-efficacy in junior high school students. *Educational Psychology*, 7(20), 131-153. [Doi:10.22054/JEP.2011.6037]
- Klingle, K. E., & Van Vliet, K. J. (2019). Self-compassion from the adolescent perspective: A qualitative study. *Journal of Adolescent Research*, 34(3), 323-346. [Doi:10.1177/0743558417722768]
- Krug, S., Wittchen, H.-U., Lieb, R., Beesdo-Baum, K., & Knappe, S. (2016). Family functioning mediates the association between parental depression and low self-esteem in adolescents. *Journal of Affective Disorders*, 203, 184-189. [Doi:10.1016/j.jad.2016.06.008]
- Lampropoulou, A. (2018). Personality, school, and family: What is their role in adolescents' subjective well-being. *Journal of Adolescence*, 67, 12-21. [Doi:10.1016/j.adolescence.2018.05.013]
- Lathren, C., Bluth, K., & Park, J. (2019). Adolescent self-compassion moderates the relationship between perceived stress and internalizing symptoms. *Personality and Individual Differences*, 143, 36-41. [Doi:10.1016/j.paid.2019.02.008]
- Li, D., Zhang, W., & Wang, Y. (2015). Parental behavioral control, psychological control and Chinese adolescents' peer victimization: The mediating role of self-control. *Journal of Child and Family Studies*, 24(3), 628-637. [Doi:10.1007/s10826-013-9873-4]
- Li, W., Zeng, X., Wang, Y., Curtis, R., & Sparks, E. (2021). Does school matter for students' self-esteem? Associations of family SES, peer SES, and school resources with Chinese students' self-esteem. *Research in Social Stratification and Mobility*, 71. [Doi:10.1016/j.rssm.2020.100565]
- McKay, T., & Walker, B. R. (2021). Mindfulness, self-compassion and wellbeing. *Personality and Individual Differences*, 168, 110412. [Doi:10.1016/j.paid.2020.110412]
- McMahon, S. D., Wernsman, J., & Rose, D. S. (2009). The relation of classroom environment and school belonging to academic self-efficacy among urban fourth- and fifth-grade students. *The Elementary School Journal*, 109(3), 267-281. [Doi:10.1086/592307]
- Modin, B., & Östberg, V. (2009). School climate and psychosomatic health: a multilevel analysis. *School Effectiveness and School Improvement*, 20(4), 433-455. [Doi:10.1080/09243450903251507]
- Morley, R. H. (2019). The effect of self-compassion on impulsivity provoked by a reduction in self-esteem. *Current Psychology*, 38(6), 1662-1667. [Doi:10.1007/s12144-017-9704-7]
- Momeni, F., Shahidi, Sh., Mootabi, F., Heydari, M. (2014). Psychometric properties of a Farsi version of the Self-Compassion Scale (SCS). *Contemporary Psychology*, 8(2), 27-40. <https://bjcp.ir/article-1-386-fa.html>
- Narimani, M., & Ghaffari, M. (2016). The role of moral and social intelligence in predicting resiliency and quality of life in parents of children with learning disabilities. *Journal of Learning Disabilities*, 5(2), 106-128. (Persian)
- Neff, K. D. (2003). The development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and Identity*, 2(3), 223-250. [Doi:10.1080/15298860309027]
- Neff, K. D., & Costigan, A. P. (2014). Self-compassion, wellbeing, and happiness. *Psychologie in Österreich*, 2(3), 114-119.
- Neff, K. D., & Germer, C. (2017). Self-compassion and psychological wellbeing. In Seppälä, E. M., Simon-Thomas, E., Brown, S. L., Worline, M. C., Cameron, C. D., & Doty, J. R. (Eds.), *Oxford handbook of compassion science*. Oxford University Press.
- Neff, K. D., & McGehee, P. (2010). Self-compassion and psychological resilience among adolescents and young adults. *Self and Identity*, 9(3), 225-240. [Doi:10.1080/15298860902979307]
- Nikzad, z., Keshvari, M., & Farajzadegan, Z. (2017). The role of family function in locus of control of adolescent girls in Isfahan. *Iranian Journal of Pediatric Nursing*, 4(2), 32-38. (Persian). [Doi:10.21859/jpen-04025]
- Peterson, A. (2017). *Compassion and education: Cultivating compassionate children, schools and communities*. London: Palgrave Macmillan, London.
- Shi, J., Wang, L., Yao, Y., Su, N., Zhao, X., & Zhan, C. (2017). Family function and self-esteem among Chinese university students with and without grandparenting experience: Moderating effect of social support. *Frontiers in Psychology*, 8(886). [Doi:10.3389/fpsyg.2017.00886]
- Shulman, S., & Scharf, M. (2018). Adolescent psychopathology in times of change: The need for integrating a developmental psychopathology perspective. *Journal of Adolescence*, 65, 95-100. [Doi:10.1016/j.adolescence.2018.03.005]
- Temel, M., & Atalay, A. A. (2020). The relationship between perceived maternal parenting and psychological distress: Mediator role of self-compassion. *Current Psychology*, 39(6), 2203-2210. [Doi:10.1007/s12144-018-9904-9]
- Williams, K. E., Ciarrochi, J., & Heaven, P. C. L. (2012). Inflexible parents, inflexible kids: A 6-year longitudinal study of parenting style and the development of psychological flexibility in adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 41(8), 1053-1066. [Doi:10.1007/s10964-012-9744-0]
- Wu, Q., Ou, Y., & Jordan, L. (2021). Contribution of family and school factors to the health and wellbeing of cross-border, new immigrant and local students in Hong Kong. *Children and Youth Services Review*, 120. [Doi:10.1016/j.childyouth.2020.105775]
- Yerdelen, S., & Sungur, S. (2019). Multilevel investigation of students' self-regulation processes in learning science: Classroom learning environment and teacher effectiveness. *International Journal of Science and Mathematics Education*, 17(1), 89-110. [Doi:10.1007/s10763-018-9921-z]
- Yoosefi, N. (2012). An investigation of the psychometric properties of the McMaster Clinical Rating Scale (MCRS). *Training Measurement*, 3(7), 83-112. (Persian). https://jem.atu.ac.ir/article_5626.html?lang=en