Journal of Research in Psychological Health

November 2021, Volume 15, Issue 3

The Relationship between Emotional Empathy and Family Communication Orientations with Students' Life Satisfaction in Corona Crisis: The Mediating Role of Compassion

Vajihe Zohoorparvandeh*[1], Hosein Yaghoobi Sini[2]

1. (Corresponding Author) Assistant Professor, Department of ejucational Science, Payamenoor University, Tehran, Iran.
2. MA, Department of ejucational Science, Payamenoor University, Tehran, Iran.

Citation: Zohoorparvandeh V, Yaghoobi Sini H. The Relationship between Emotional Empathy and Family Communication Orientations with Students' Life Satisfaction in Corona Crisis: The Mediating Role of Compassion. **J**ournal of **R**esearch in **P**sychological **H**ealth. 2021; 15(3), 40-55. [Persian].

Key words:
compassion, emotional empathy, family communication orientations, life satisfaction, students, coronary heart disease

Highlights

- There is a positive and significant relationship between emotional empathy and life satisfaction during the corona pandemic.
- There is a significant relationship between family communication orientation and life satisfaction during the corona pandemic.
- There is a significant relationship between compassion and life satisfaction during the corona pandemic.

Abstract

The aim of this study was to investigate the relationship between emotional empathy and family communication orientations with students' life satisfaction during coronary heart disease crisis by considering the mediating role of compassion. This study was a structural equation in terms of correlation method and its statistical population included all high school students in the fifth and sixth districts of Mashhad in the academic year 1401-1400 to 1403 of which 301 of these students by Multi-stage clusters were selected. Data collection in this study was field method using life satisfaction questionnaires of Diner and Emmons, Larsen and Griffin (1985), communication orientations of Ritchie and Fitzpatrick family (1990), empathy Davis (1983) and compassion - short form of Reese et al. (2011) and structural equations were used to analyze the data and Amos-24 and SPSS-26 software were used in all statistical analyzes of this study. The results showed that there is a significant relationship between emotional empathy with life satisfaction and family communication orientations with life satisfaction. There is also a significant relationship between emotional empathy with compassion and family communication orientations with compassion. The results also showed that there is a significant relationship between compassion and students' life satisfaction during coronary heart disease crisis.

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]

رابطه همدلی عاطفی و جهت‌گیری‌های ارتباطی خانواده با رضایت از زندگی دانش‌آموزان در دوران پاندمی کرونا: نقش میانجی شفقت ورزی

وجیهه ظهورپرونده[1*]، حسین یعقوبی سینی[2]

۱. استادیار، گروه مدیریت آموزشی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران.

۲. کارشناس ارشد، گروه مدیریت آموزشی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران.

تاریخ دریافت
۱۴۰۰/۱۱/۱۱

تاریخ پذیرش
۱۴۰۱/۰۲/۲۵

واژگان کلیدی
شفقت‌ورزی، همدلی عاطفی، جهت‌گیری‌های ارتباطی خانواده، رضایت از زندگی، دانش‌آموزان، بیماری کرونا

یافته‌های اصلی

- بین همدلی عاطفی با رضایت از زندگی دوران پاندمی کرونا رابطه مثبت و معنی داری وجود دارد
- بین جهت گیری ارتباطی خانواده با رضایت از زندگی دوران پاندمی کرونا رابطه معنی داری وجود دارد
- بین شفقت ورزی با رضایت از زندگی رابطه معنی داری دوران پاندمی کرونا وجود دارد

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه همدلی عاطفی و جهت‌گیری‌های ارتباطی خانواده با رضایت از زندگی دانش‌آموزان در زمان بحران بیماری کرونا با در نظر گرفتن نقش میانجی شفقت ورزی بود. این پژوهش به لحاظ روش همبستگی از نوع معادلات ساختاری بود و جامعه آماری آن شامل کلیه دانش آموزان مدارس متوسطه دوره دوم ناحیه پنج و شش شهر مشهد در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ به تعداد ۱۴۰۳ نفر بود که تعداد ۳۰۱ نفر از این دانش آموزان به روش خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. گردآوری داده‌ها در این پژوهش به روش میدانی و با استفاده از پرسشنامه‌های رضایت از زندگی دینر و ایمونز، لارسن و گریفین (۱۹۸۵)، جهت‌گیری‌های ارتباطی خانواده ریچی و فیتزپاتریک (۱۹۹۰)، همدلی دیویس (۱۹۸۳) و شفقت‌ورزی – فرم کوتاه ریس و همکاران (۲۰۱۱) انجام گرفت و جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از معادلات ساختاری استفاده شد و در کلیه تجزیه و تحلیل¬های آماری این پژوهش از نرم افزار Amos-24 و SPSS-26 استفاده گردید. نتایج نشان داد بین همدلی عاطفی با رضایت از زندگی و جهت‌گیری‌های ارتباطی خانواده با رضایت از زندگی رابطه معناداری وجود دارد. بین همدلی عاطفی با شفقت‌ورزی و جهت‌گیری‌های ارتباطی خانواده با شفقت‌ورزی نیز رابطه معناداری وجود دارد. همچنین نتایج نشان داد که بین شفقت‌ورزی با رضایت از زندگی دانش‌آموزان در زمان بحران بیماری کرونا رابطه معناداری وجود دارد.

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]

مقدمه

از دسامبر سال ۲۰۱۹ شیوع یک بیماری واگیردار جدید به نام کروناویروس که ناشی از سندرم حاد تنفسی است؛ برای اولین بار در شهر ووهان واقع در استان هوبی کشور چین گزارش شد. شیوع این بیماری در مدت کوتاهی به یک نگرانی جهانی تبدیل شد. بدون شک این فاجعه جهانی تأثیر زیادی در سلامت روحی و جسمی افراد و روابط اجتماعی آنها دارد (۱) به طور مثال، در اپیدمی‌هایی مانند سارس و ابولا افراد به طور کلی با مشکلات بهداشت روان مانند اضطراب، استرس، افسردگی، بی خوابی و عصبانیت در زمان مبارزه با بیماری دچار شده اند و مشکلات روانشناختی زیادی برای بیماران و عموم مردم برانگیخته است(۲). اما در مورد کووید ۱۹ اگرچه برخی از کارهای قبلی تأثیر روانی کووید ۱۹ را تأکید می کند(۳ و۴)، شواهد تجربی کاملاً محدود است، که احتمالاً به دلیل کمبود اطلاعات در این زمینه است. برخی محققان معتقدند که سن، شغل و توجه به کووید ۱۹ پیش بینی کننده اضطراب و کیفیت خواب عمومی در بین مردم هستند(۵).

نتایج پژوهشی (۳) نشان می دهد که که در زمان شیوع کووید۱۹ احساسات منفی (مانند اضطراب، افسردگی و عصبانیت) افزایش می یابد، در حالی که نمرات احساسات مثبت (به عنوان مثال، شادکامی آکسفورد) و رضایت از زندگی کاهش یافته است و مردم بیشتر نگران سلامتی و خانواده خود بودند و کمتر به اوقات فراغت و دوستان توجه داشتند. همراه با شروع قرن جدید، جوامع با معضلات اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی بسیاری مواجه هستند. نظر اغلب کارشناسان بر این است که برای حل بسیاری از مشکلات موجود به شهروندانی نیاز است که در زندگی شخصی و خانوادگی خود احساس رضایت و شادکامی کنند(۶).

در این میان دانش آموزان به عنوان رکن اساسی نظام آموزشی کشور در دستیابی به اهداف نظام آموزشی نقش و جایگاه ویژه ای دارند. توجه به این قشر از جامعه از لحاظ آموزشی و تربیتی، باروری و شکوفایی هرچه بیشتر نظام آموزشی و تربیتی جامعه را موجب می گردد. یکی از عوامل بسیار مهم در پیشرفت تحصیلی دانش آموزان توجه به عوامل روانشناختی و ویژگی‌های شخصیتی آنان می باشد. از جمله این ویژگی‌های مهم که می‌تواند شرایط پیشرفت تحصیلی را بوجود آورده و باعث کاهش مشکلات جدی در زندگی آنان شود رضایت از زندگی است (۷)

پایه نظری و تجربی تحقیقات رضایت از زندگی ضعیف‌تر از دیگر سازه‌های روانشناسی است و این در حالی است که رضایت از زندگی پدیده‌ای رایج است و می‌تواند منجر به پیشرفت تحصیلی افراد شود. در مورد دانش آموزان، رضایت از زندگی از اهمیت خاصی برخوردار است، تا بتوانند موفقیت لازم را در امر یادگیری و تحصیل کسب نمایند (۸). رضایت از زندگی در نظریه توبین و همکاران (۱۹۶۱) به عنوان نشانه‌ای بارز از سازگاری بر ابعاد مختلف زندگی دانش آموزان مقطع متوسطه است (۹) و در واقع بازتاب توازن میان آرزوهای شخص و وضعیت کنونی اوست. رضایت از زندگی از عوامل مهم مطرح در رفاه فرد است و بررسی آن در سیستم-های مراقبت بهداشتی به دلیل ارتباط تنگاتنگ بین سلامت جسم و روان و رضایت از زندگی، امری حیاتی محسوب می‌شود (۱۰). عوامل بسیار زیادی مانند عوامل فردی، اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی و سلامت جسمانی بر میزان رضایت از زندگی تأثیر می‌گذارند (۱۱).

عوامل گوناگونی بر رضایت از زندگی اثر می‌گذارد. یکی از این عوامل نوع رابطه و تعاملات در خانواده است. خانواده همواره به عنوان مهمترین سیستم انسانی مورد توجه قرار داشته و تحقیقات حاکی از آن بوده است که خانواده بر رفتارهای فرد در هیچ حیطه‌ای به اندازه حیطهٔ رفتارهای ارتباطی تأثیر ندارد(۱۲). کلارک و شیلدز (۱۹۹۷) خانواده را سیستمی قانونگذار تعریف می‌کنند که اعضای

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]

آن به طور مداوم در حال تعریف و تعریف مجدد ماهیت روابط خود بر مبنای الگوی ارتباطاتشان هستند. الگوهای ارتباطات خانوادگی متمایز از یکدیگر هستند (۱۳). شناخت این الگوها به شناخت بعضی از جنبه‌های عملکرد خانواده کمک می‌کند. در واقع، شناخت انواع مختلف الگوها و سبک‌های ارتباطات خانوادگی علاوه بر توصیف، به پیش‌بینی و توضیح عملکرد خانواده و توصیه‌ها و تجویزهای مربوط به آن هم کمک می‌کند. محققان سعی کرده‌اند الگوهای ارتباطات خانوادگی را بشناسند و طبقه-بندی کنند (۱۴).

یکی از مدلهای مطرح در خانواده که به تعاملات در خانواده و نقش آن در سازگاری موثر با محیط پرداخته است مدل الگوی ارتباطی خانواده ال-کرانوی (۲۰۱۲) است. اصولا مفهوم الگوی ارتباطی خانواده یا طرحواره‌های ارتباط خانواده، ساختار علمی از دنیای ظاهری خانواده است که براساس ارتباط اعضای خانواده با یکدیگر و اینکه اعضا چه چیز به یکدیگر می‌گویند و چه کار انجام می-دهند و اینکه چه معنایی از این ارتباطات دارند، تعریف می‌شود. در نظریه الگوی ارتباطات خانواده؛ ریچی و فیتزپاتریک (۱۹۹۴) دو مفهوم جهت‌گیری گفت و شنود و همنوایی را دو بعد کلیدی و و تعیین‌کننده چگونگی ارتباط اعضای خانواده در این نظریه معرفی می‌کنند (۱۵). بعد همنوایی مصداق و درجه‌ای از الگوی ارتباط خانوادگی است که بر اعضاء در جهت یکسان کردن نگرش، ارزش‌ها و عقاید، فشار می‌آورد. بعد مهم دیگر در این الگو بعد گفت و شنود است که به درجه و مصداقی که خانواده، فضایی آزاد و راحتی را برای شرکت اعضای خانواده در موضوعات مختلف ایجاد می‌کنند، گفته می شود (۱۳).

یکی دیگر از عوامل مهم و اثرگذار بر رضایت از زندگی که تحت تأثیر خانواده و الگوی ارتباطات آن می‌باشد همدلی عاطفی می‌باشد (۱۶). در نظریه همدلی؛ داویس (۱۹۸۳) همدلی را ظرفیت بنیادین افراد در تنظیم روابط، حمایت از فعالیت‌های مشترک و انسجام گروهی می داند. این توانایی نقشی اساسی در زندگی اجتماعی دارد (۱۷) و نیروی برانگیزنده رفتارهای اجتماعی و رفتارهایی است که انسجام گروهی را در پی دارد (۱۸). همدلی عنصری ضروری برای عملکردهای موفقیت‌آمیز بین شخصی محسوب می شود (۱۹) و پاسخ عاطفی فرد به واکنش های عاطفی دیگران است (۷). همدلی محرک مهمی در پدیدآیی رفتارهای نوع دوستانه به حساب می‌آید (۲۰). به همین دلیل دانش آموزانی که همدلی بیشتری دارند، نسبت به دانش آموزان دیگر مهربانی و رفتارهای مراقبتی بیشتری انجام می‌دهند، حساس و نگران آسیب دیدن دیگرانند، هیجان مثبتی نسبت به دیگران نشان می‌دهند، با دیگران تعامل بدنی و کلامی مثبت دارند و نسبت به تعامل‌های غیر کلامی نیز حساساند (۲۱).

نتایج تحقیقی نشان داد افزایش همدلی عاطفی به کاهش اختلالات رفتاری و بهبود روابط بین شخصی در زندگی خانوادگی کمک می‌کند (۲۲). محققان نشان دادند که نگرش و تعامل منفی اعضاء خانواده با اختلالات رفتاری دانش آموزان، منجر به عملکرد ضعیف اجتماعی و همدلی عاطفی آنها می‌شود(۲۳). نتایج نشان داد ارتباط میان مشکلات رفتاری و تعامل‌های آشفته مسبب واکنش‌های معیوب افراد می‌گردد (۲۴). محققان در پژوهشی به این نتیجه رسیدند که مبتلایان به اختلال‌های رفتاری، مشکلات متعددی در همدلی عاطفی دارند(۲۵). پژوهشگران در پژوهشی دریافتند محیط با همدلی عاطفی و پذیرای خانواده توان یادگیری و راهبردهای مقابله‌ای نوجوانان را افزایش می‌دهد و آنها را در برابر مشکلات آسیب پذیرمقاوم می‌سازد(۲۶). نتایج مطالعه‌ای نشان داد که بین همدلی، خودکارآمدی، مسئولیت پذیری، مردم آمیزی و رفتارهای جامعه‌گرا در نوجوانان ارتباط مثبت وجود دارد(۲۷).

در این بین دانش‌آموزانی که حوادث منفی را در زندگی تجربه می‌کنند عموماً در قیاس با افراد مورد علاقه‌شان در همین شرایط، با خود رفتاری نامهربانانه و منتقدانه‌تر

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]

دارند (۲۶ و ۲۷). شفقت‌ورزی، یعنی افراد همان مهربانی و مراقبتی که به دیگران دارند، حین تجربه‌ی سختی‌ها به خودشان نیز داشته باشند (۲۸). شفقت‌ورزی سازه‌ای سه مولفه‌ای شامل مهربانی با خود در مقابل قضاوت کردن خود، اشتراکات انسانی در مقابل انزوا، و بهوشیاری در مقابل همانندسازی افراطی است(۲۶). ترکیب این سه مؤلفه مرتبط، مشخصه فردی است که بر خود شفقت دارد. مهربانی با خود، درک خود به جای قضاوت خود و نوعی حمایت نسبت به کاستی‌ها و بی‌کفایتی‌های خود است (۲۹). اعتراف به این که همه انسان‌ها دارای نقص هستند، اشتباه می‌کنند و درگیر رفتارهای ناسالم می‌شوند، مشخصه اشتراکات انسانی است. بهوشیاری در مقابل همانندسازی افراطی در شفقت‌ورزی، به یک آگاهی متعادل و روشن از تجارب زمان حال می‌انجامد و باعث می‌شود جنبه‌های دردناک یک تجربه نادیده گرفته نشود و مکررا ذهن را اشغال نکند (۳۰).

این نگرش حمایت‌گرانه نسبت به خود با بسیاری از پیامدهای روانشناختی مثبت مانند انگیزه‌ی بیشتر برای حل تعارضات بین‌فردی، حل مساله سازنده، ثبات زندگی زناشویی (۳۱) آمادگی برای شرم کمتر، ترس از شکست کمتر، خودارزیابی منفی کمتر (۳۲)، افسردگی کمتر، اضطراب کمتر (۳۳) و آسیب روانشناختی کمتر ناشی از استرس‌های آسیب‌زا (۳۴) در ارتباط است. سازه‌ی شفقت‌ورزی با سبک‌های مقابله و تنظیم‌گری هیجان‌ها نیز مرتبط است (۳۵).

نتایج پژوهشی نشان دادکه شفقت‌ورزی با اعتماد به نفس و رضایت از زندگی رابطه مثبت دارد(۲۷). همچنین تحقیق دیگری نشان داد که همبستگی مثبت و معنی داری بین رضایت از زندگی با شفقت‌ورزی وجود دارد(۳۶). بعلاوه، در مطالعه ای مشخص شد شرکت‌کنندگان با شفقت‌ورزی بالاتر، با کاهش مشکلات هیجانی و رضایت از زندگی ارتباط داشت(۳۷). همچنین مطالعات شفقت‌ورزی در حوزه سلامت، شواهد جدیدی از نقش واسطه‌ای شفقت‌ورزی در ارتباط با پریشانی‌های روانشناختی در افراد فراهم آورده‌است و سطوح بالای شفقت‌ورزی می‌تواند نقش حمایت‌کننده‌ای برای افرادی که در خطر اختلال در تصویر بدن هستند فراهم آورد (۳۸). این مباحث اهمیت پرداختن به نقش میانجی گرایانه شفقت‌ورزی را مخصوصاً در زندگی دانش‌آموزان در زمان بحران بیماری کرونا به روشنی مشخص می کند. بنابراین با توجه مطالب بیان شده این مطالعه درصدد است به نقش میانجی گرایانه شفقت‌ورزی در رابطه همدلی عاطفی و جهت‌گیری‌های ارتباطی خانواده با رضایت از زندگی در دانش‌آموزان در زمان بحران بیماری کرونا بپردازد. لذا در این پژوهش، پژوهشگر به این سئوال پژوهشی پاسخ خواهد داد که، آیا شفقت‌ورزی نقش میانجی گرایانه در رابطه همدلی عاطفی و جهت‌گیری‌های ارتباطی خانواده با رضایت از زندگی در دانش‌آموزان در زمان بحران بیماری کرونا دارد؟

روش

این پژوهش از نظر هدف در زمره پژوهش‌های کاربردی محسوب می‌شود و به لحاظ روش همبستگی و از نوع معادلات ساختاری است.

جامعه‌آماری شامل کلیه دانش آموزان مدارس متوسطه دوره دوم ناحیه پنج و شش شهر مشهد در سال تحصیلی ۱۳۹۹-۱۴۰۰ بود و بنا به گزارش رسمی اداره آموزش و پرورش شهر مشهد تعداد آنها ۱۴۰۳ نفر می‌باشد. ۳۰۱ نفر از دانش آموزان به روش خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شد. به منظور نمونه‌گیری، ابتدا ناحیه پنج و شش را به چهار بخش تقسیم نموده، از بین این چهار بخش سه بخش انتخاب شد که از مدارس موجود در این سه بخش، سه مدرسه مورد بررسی قرار گرفت و سپس از هر مدرسه ۲ کلاس و از بین دانش‌آموزان این کلاس‌ها ۳۰۱ نفر گزینش شدند و پرسشنامه‌های مربوطه توسط آنها تکمیل گردید. شایان ذکر است حجم نمونه با استفاده از فرمول کوکران بدست آمده است. رغبت به همکاری در پژوهش و

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]

عدم مشکلات ذهنی و جسمی به عنوان ملاک ورود این پژوهش در نظر گرفته شد. همچنین عدم رضایت والدین به عنوان ملاک خروج در نظر گرفته شد. برای جمع آوری اطلاعات در این پژوهش از پرسشنامه استفاده شد:

پرسشنامه رضایت از زندگی دینر و ایمونز، لارسن و گریفین[۲] (۱۹۸۵): در این پرسشنامه ارزیابی شناختی در مقیاس‌های رضایت از زندگی، به صورت مقایسه انجام شده توسط افراد میان شرایط فعلی زنـدگی و شرایط مطلوب از نظر آنها در نظر گرفته می‌شود. این مقیاس شامل ۵ گویه است که پاسخ‌های آنهـا در قالـب مقیاس لیکرت از ۱ کاملاً مخالفم تا ۷ کاملاً موافقم درجه بندی شده است. برای تعیین روایی پرسشنامه از شیوه مقایسه گروه‌های شناخته شده که نوعی اعتبار سازه است استفاده گردید. در روش اعتبار سازه به شیوه مقایسه گروه های شناخته شده استناد گردید. ضریب پایایی ابزار از طریق آزمون مجدد ۰/۹۳ بدست آمد. ضریب آلفای کرونباخ این پرسشنامه ۰/۷۹ محاسبه شد (۳۹). پایایی این پرسشنامه در پژوهش حاضر با آزمون آلفای کرونباخ با استفاده از نرم افزارspss، ۰/۸۱ بدست آمده است.

پرسشنامه جهت‌گیری‌های ارتباطی خانواده ریچی و فیتزپاتریک[۳] (۱۹۹۰): این ابزار یک پرسشنامه خودسنجی است که توسط ریچی و فیتزپاتریک (۱۹۹۰) طراحی شده و میزان موافقت یا عدم موافقت پاسخ دهنده را با ۲۶ گویه که درباره وضعیت ارتباطات خانواده وی هستند در دامنه ۵ درجه ای مورد سؤال قرار می دهد(۴۰). بررسی پایایی این ابزار به روش محاسبه ضریب آلفای کرونباخ و شیوه آزمون بازآزمون حاکی از پایایی این ابزار بود. در مورد مقیاس جهت گیری گفت و شنود ضریب آلفای کرونباخ برابر ۰/۸۷ و در مورد مقیاس جهت گیری همنوایی برابر با ۰/۸۱ بدست آمد (۴۱). پایایی این پرسشنامه در پژوهش حاضر با آزمون آلفای کرونباخ با استفاده از نرم افزارspss بدست آمده است که به ترتیب الگوی ارتباطات خانواده ۰/۹۴، جهت گیری گفت و شنود ۰/۸۹ و جهت گیری همنوایی ۰/۷۳ می باشد.

پرسشنامه همدلی مارک دیویس (۱۹۸۳): این پرسشنامه از ۲۱ گویه تشکیل شده است و میزان همدلی را در افراد مورد بررسی و ارزیابی قرار داده است. مولفه‌های این پرسشنامه عبارت است از دغدغه همدلانه، دیدگاه گرایی، آشفتگی شخصی. نمره گذاری پرسشنامه براساس طیف لیکرت ۵ درجه ای بوده و از کاملا موافق (۵) تا کاملا مخالف (۱) امتیازبندی شده است. مولفه‌ها و سوالات مربوط به هر مولفه: دغدغه همدلانه: ۱، ۴، ۷، ۱۰، ۱۴، ۱۷، ۱۸؛ دیدگاه گرایی: ۲، ۵، ۹، ۱۲، ۱۶، ۱۹، ۲۱؛ آشفتگی شخصی: ۳، ۶، ۸، ۱۱، ۱۳، ۱۵، ۲۰. سوالات ۲، ۴، ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۱۴، ۱۵ به صورت معکوس نمره گذاری می شوند.

پایایی پرسشنامه همدلی در پژوهش داویس با آلفای کرونباخ بالای ۷۰٪ بدست آمده است. همچنین روایی پرسشنامه از طریق تحلیل عوامل مطلوب بوده است. فلنسبرگ برای بررسی پایایی این پرسشنامه آلفای کرونباخ آن را در دو پژوهش بترتیب ۸۷۴٪ و ۸۶۲٪ گزارش کرده اسـت. آلفای به دست آمده برای پرسشنامه ۲۹ سوالی در ۱۲۴ پژوهش، رقم ۰/۷۰ الی ۰/۹۵ را نشان داد. آزمون – باز آزمون بیانگر ثبات پرسشنامه‌ها بود و نشان دهنده همبستگی ۰/۶۹ تا ۰/۷۸ در فاصله یک سال، ۰/۶۴ برای دو سال، ۰/۴۲ تا ۰/۴۵ برای ۴ سال، ۵۹ /۰ تا ۰/۶۷ برای ۵ سال و ۰/۵۴ برای ۱۰ سال بود. پایایی این پرسشنامه در پژوهش حاضر با آزمون آلفای کرونباخ با استفاده از نرم افزارspss بدست آمده است که به ترتیب همدلی ۰/۸۳، دغدغه همدلانه ۰/۷۶، دیدگاه گرایی ۰/۷۲ و آشفتگی شخصی ۰/۸۹ می باشد.

پرسشنامه شفقت‌ورزی – فرم کوتاه ریس و همکاران (۲۰۱۱): این مقیاس شامل ۱۲ ماده برای اندازه-

[1]- Diner, Emmons, Larsen and Griffin
[2]- Ritchie & Fitzpatrick

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]

گیری سه مولفه مهربانی به خود (۲ ماده) در برابر قضاوت کردن خود (۲ ماده)، اشتراک انسانی (۲ ماده) در برابر انزوا (۲ ماده) و ذهن آگاهی (۲ ماده) در برابر همانندسازی افراطی (۲ ماده) تدوین شده است. ماده‌ها در یک مقیاس لیکرت ۵ رتبه‌ای، از تقریباً هرگز= ۱ تا تقریباً همیشه= ۵ تنظیم شده که نمره بالاتر سطح بالاتر شفقت‌ورزی را نشان می‌دهد.

مولفه‌ها و سوالات مربوط به هر مولفه: مهربانی به خود ۲ و ۶؛ قضاوت کردن خود ۱۱ و ۱۲؛ تجارب مشترک انسانی ۵ و ۱۰؛ انزوا ۴ و ۸؛ ذهن آگاهی ۳ و ۷ ؛ همانندسازی افراطی ۱ و ۹. ضمناً ماده‌های ۱، ۴، ۸، ۹، ۱۱ و ۱۲ به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. روایی آزمون شفقت‌ورزی توسط ریس و همکاران (۲۰۱۱) مطلوب گزارش شده است. در پژوهش شهبازی و همکاران (۱۳۹۴) ضریب آلفا برای نمرهٔ کلی مقیاس ۰/۹۱ است. همچنین ضرایب آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس‌های مهربانی به خود، قضاوت کردن خود، تجارب مشترک انسانی، انزوا، ذهن آگاهی و همانندسازی افراطی به ترتیب ۰/۸۳، ۰/۸۷، ۰/۹۱، ۰/۸۸، ۰/۹۲ و ۰/۷۷ می‌باشند. روایی همزمان و همگرا پرسشنامه نیز مطلوب گزارش گردیده است (۴۳). در پژوهش حاضر پایایی شفقت‌ورزی به روش آلفای کرونباخ محاسبه شد. ضریب پایایی به روش آلفای کرونباخ برابر با شفقت‌ورزی ۰/۹۰؛ مهربانی به خود ۰/۷۹؛ قضاوت کردن خود ۰/۸۱؛ تجارب مشترک انسانی ۰/۷۴؛ انزوا ۰/۸۶؛ ذهن آگاهی ۰/۷۵؛ همانندسازی افراطی ۰/۸۲ محاسبه شده است.

روش اجرای پژوهش به این صورت بود که قبل از اجرای پرسشنامه ها، ملاحظات اخلاقی نظیر گمنام ماندن و رضایت آگاهانه رعایت شد. سپس پرسشنامه ها در بین گروه نمونه اجرا شد و پس از جمع آوری آن ها، داده ها به روش های آمار توصیفی(میانگین و انحراف استاندارد) و استنباطی(همبستگی پیرسون و تحلیل مسیر) به کمک نرم افزارهایSPSS-22 و Amos24 مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفته اند.

یافته‌ها

در جدول ۱ میانگین و انحراف معیار مربوط به متغیرهای پژوهش ارائه شده است.

جدول ۱- یافته‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیرها	مولفه‌ها	تعداد	میانگین	انحراف معیار
رضایت از زندگی	رضایت از زندگی	۳۰۱	۱۹،۵۶۸۱	۵،۵۹۷۵۸
همدلی عاطفی	دغدغه همدلانه	۳۰۱	۱۴،۷۸۷۴	۴،۴۳۸۶۲
	دیدگاه گرایی	۳۰۱	۱۵،۷۹۴۰	۴،۷۴۲۴۴
	آشفتگی شخصی	۳۰۱	۱۶،۷۵۴۲	۷،۵۶۷۸۷
	همدلی عاطفی	۳۰۱	۴۷،۳۳۵۵	۱۱،۳۳۵۶۵
	مهربانی به خود	۳۰۱	۵.۶۸۲	۲.۴۸۳۲
	قضاوت کردن خود	۳۰۱	۵.۹۲۴	۲.۶۳۳۰
	تجارب مشترک انسانی	۳۰۱	۵.۸۵۶	۲.۶۸۲۳

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]

شفقت‌ورزی		انزوا	۳۰۱	۶.۰۱۲	۲.۴۹۴۳
		ذهن آگاهی	۳۰۱	۵.۹۶۴	۲.۴۸۱۰
		همانندسازی افراطی	۳۰۱	۶.۰۴۸	۲.۵۲۱۱
		شفقت‌ورزی	۳۰۱	۳۵.۴۴۲	۵.۹۷۱۰
جهت‌گیری‌های خانواده	ارتباطی	جهت گیری گفت و شنود	۳۰۱	۱۹,۴۴۵	۵,۵۵۵۳
		جهت گیری همنوایی	۳۰۱	۱۳,۳۲۶	۵,۰۴۱۹

یافته ها نشان می دهد که میانگین رضایت از زندگی ۱۹,۵۶۸۱ با انحراف معیار ۵,۵۹۷۵۸ می‌باشد. میانگین شفقت‌ورزی ۳۵.۴۴۲، با انحراف معیار ۵.۹۷۱۰ می‌باشد. همچنین با توجه به نتایج، میانگین نمره جهت گیری گفت و شنود ۱۹,۴۴۵؛ با انحراف معیار ۵,۵۵۵۳ و جهت گیری همنوایی ۱۳,۳۲۶؛ با انحراف معیار ۵,۰۴۱۹ می‌باشد.

ب) تحلیل یافته ها

برای سنجش نقش میانجی شفقت‌ورزی اثر مستقیم همدلی عاطفی بر رضایت از زندگی محاسبه گردید. نتایج نشان دادکه شفقت‌ورزی ۰,۶۸ درصد از واریانس میزان رضایت از زندگی را تبیین می‌کند. در این تحقیق مجدور کای معنادار است. همچنین ریشه خطای میانگین مجذورات (RMSEA) ۰,۰۶۳ به دست آمده است و به این علت که از ۰,۱ کم تر است دلیلی دیگر بر برازنده بودن مدل است. همچنین شاخص تطبیقی (CFI) و شاخص تعدیل شدگی برازندگی (NFI) برابر با ۰,۹۲ و ۰,۹۲ به دست آمده است. این شاخص برای مدل های مناسب بین ۰,۹۰ و ۰,۹۵ می باشد. شاخص دیگری که نماینده برازش مدل تحقیق است، شاخص RMR می باشد (۰,۰۰۵)؛ این شاخص معیار اندازه‌گیری متوسط باقی مانده ها است و هرچه این معیار کوچک‌تر باشد، حاکی از برازش بهتر مدل است. بنابراین با توجه به مقادیر ذکر شده، مدل از برازش مناسبی برخوردار می‌باشد.جدول زیر ضرایب استاندارد و ضرایب غیر استاندارد، خطای استاندارد و نسبت بحرانی را برای هر یک از نشانگرها و متغیر مکنون مدل اندازه گیری نشان می دهد:

جدول ۲- پارامترهای مدل اندازه گیری پژوهش در تحلیل عاملی تأییدی

متغیرهای مکنون- نشان‌گر			ضرایب غیراستاندارد	ضرایب استاندارد	خطای استاندارد (S.E.)	نسبت بحرانی (C.R.)	سطح معناداری (P)
شفقت‌ورزی	←	مهربانی به خود	۱	۰,۳۶۹			
شفقت‌ورزی	←	قضاوت کردن خود	۲,۰۲۸	۰,۷۹۵	۰,۳۴	۵,۹۶۸	۰,۰۰۰
شفقت‌ورزی	←	تجارب مشترک انسانی	۱,۹۲۲	۰,۷۸۹	۰,۳۲۳	۵,۹۵۱	۰,۰۰۰
شفقت‌ورزی	←	انزوا	۰,۹۰۵	۰,۶۳۷	۰,۱۶	۵,۶۴۲	۰,۰۰۰
شفقت‌ورزی	←	ذهن آگاهی	۰,۶۲	۰,۳۶	۰,۱۴۷	۴,۲۱۵	۰,۰۰۰
	←	همانندسازی افراطی	۱,۱۵۴	۰,۵۸۴	۰,۱۶۱	۷,۱۷۲	۰,۰۰۰

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]

همدلی عاطفی	←	آشفتگی شخصی	۱	۰,۴۵		
همدلی عاطفی	←	دیدگاه گرایی	۱,۸۹۵	۰,۸۵۴	۰,۲۵۶	۷,۳۸۹	۰,۰۰۰
همدلی عاطفی	←	دغدغه همدلانه	۱,۶۰۷	۰,۷۷۴	۰,۲۲۱	۷,۲۷۵	۰,۰۰۰

نتایج درج شده در جدول بالا نشان می‌دهد که بارهای عاملی استاندارد همه نشانگرها به جز آشفتگی شخصی و تأثیرات معنوی بالاتر از ۰,۳۲ می‌باشد. طبق دیدگاه تاباچینک و فیدل (۱۹۹۶)، بارهای عاملی پایین‌تر از ۰,۳۲ ضعیف محسوب شده و می‌توان گفت چنین نشانگرهایی از توان لازم برای سنجش متغیر مکنون خود برخوردار نیستند. براساس جدول فوق بالاترین بارعاملی متعلق به دیدگاه گرایی (۰,۸۵۴) و پایین‌ترین بارعاملی متعلق به ذهن آگاهی است (۰,۳۶۰). با استناد به نتایج جدول فوق می‌توان گفت بیشتر نشانگرها از قابلیت لازم برای اندازه گیری متغیرهای مکنون برخوردار هستند.

جدول ۳- ضرایب استاندارد و غیر استاندارد در مدل ساختاری

			ضرایب استاندارد	ضرایب غیر استاندارد	خطای استاندارد (S.E.)	نسبت بحرانی (C.R.)	سطح معناداری (P)
همدلی عاطفی	←	رضایت از زندگی	۰,۴۵۵	۱,۱۹۲	۰,۳۳۷	۳,۵۳۷	۰,۰۰۰
همدلی عاطفی	←	شفقت‌ورزی	۰,۷۴۸	۰,۶۹۷	۰,۱۴۸	۴,۶۹۷	۰,۰۰۰
شفقت‌ورزی	←	رضایت از زندگی	۰,۲۴۳	۰,۶۸۴	۰,۳۴۲	۱,۹۹۷	۰,۰۴۶

یافته‌های جدول بالا نشان می دهد که اثر مستقیم مؤلفه همدلی عاطفی بر رضایت از زندگی معنی‌دار می‌باشد (P<۰,۰۵). در ادامه با دخالت مؤلفه شفقت‌ورزی بر رابطه بین مؤلفه پیش بین و ملاک، نقش میانجی‌گرایانه شفقت‌ورزی در رابطه همدلی عاطفی با رضایت از زندگی را مورد ارزیابی قرار دادیم. یافته‌های جدول فوق نشان می‌دهد که شفقت‌ورزی در رابطه همدلی عاطفی با رضایت از زندگی نقش میانجی‌گرایانه دارد (P<۰,۰۵).

با توجه به یافته های به دست آمده می توان بیان کرد که در این مدل، شفقت‌ورزی در رابطه همدلی عاطفی با رضایت از زندگی نقش میانجی‌گرایانه دارد و ضریب استاندارد بین این دو متغیر مکنون برابر با ۰,۲۴ می‌باشد. بنابراین شفقت‌ورزی نقش میانجی‌گرایانه در رابطه همدلی عاطفی با رضایت از زندگی در دانش‌آموزان در زمان بحران بیماری کرونا دارد.

برای ارزیابی نقش میانجی‌گرایانه شفقت‌ورزی در رابطه جهت‌گیری‌های ارتباطی خانواده با رضایت از زندگی دانش‌آموزان در زمان بحران بیماری کرونا اثر مستقیم جهت‌گیری‌های ارتباطی خانواده بر رضایت از زندگی محاسبه گردید. نتایج مربوط به الگوی تحلیل مسیر نشان داد که شفقت‌ورزی ۱,۳۸ درصد از واریانس میزان رضایت از زندگی را تبیین می‌کند. در این فرضیه نیز مجدور کای معنادار است. همچنین ریشه خطای میانگین مجذورات (RMSEA) ۰,۰۶۹ به دست آمده است و به این علت که از ۰,۱ کم‌تر است؛ دلیلی دیگر بر برازنده بودن مدل است. همچنین شاخص تطبیقی (CFI) و شاخص تعدیل شدگی برازندگی (NFI) برابر با ۰,۹۲ و ۰,۹۴ به دست آمده است. این شاخص برای مدل های مناسب بین ۰,۹۰ و ۰,۹۵ می باشد. شاخص دیگری که نماینده برازش مدل تحقیق است، شاخص RMR می باشد (۰,۰۰۳)؛ این شاخص معیار اندازه‌گیری متوسط

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]

باقی مانده ها است و هرچه این معیار کوچک‌تر باشد، حاکی از برازش بهتر مدل است. جدول زیر ضرایب استاندارد و ضرایب غیر استاندارد، خطای استاندارد و نسبت بحرانی را برای هر یک از نشانگرها و متغیر مکنون مدل اندازه گیری نشان می دهد:

جدول ۴-پارامترهای مدل اندازه‌گیری پژوهش در تحلیل عاملی تأییدی

متغیرهای مکنون- نشان‌گر			ضرایب غیراستاندارد	ضرایب استاندارد	خطای استاندارد (S.E.)	نسبت بحرانی (C.R.)	سطح معناداری (P)
شفقت‌ورزی	←	مهربانی به خود	۱	۰,۵۷			
شفقت‌ورزی	←	قضاوت کردن خود	۱,۲۵۸	۰,۷۶۱	۰,۱۲۷	۹,۹۳۶	۰,۰۰۰
شفقت‌ورزی	←	تجارب مشترک انسانی	۱,۱۶	۰,۷۳۵	۰,۱۱۹	۹,۷۲۶	۰,۰۰۰
شفقت‌ورزی	←	انزوا	۰,۵۱۶	۰,۵۶۱	۰,۰۶۴	۸,۰۷۷	۰,۰۰۰
شفقت‌ورزی	←	ذهن آگاهی	۰,۳۲۵	۰,۲۹۱	۰,۰۷	۴,۶۵۱	۰,۰۰۰
شفقت‌ورزی	←	همانندسازی افراطی	۰,۸۸۶	۰,۶۸۸	۰,۰۹۵	۹,۳۱۹	۰,۰۰۰
جهت‌گیری‌های ارتباطی خانواده	←	جهت‌گیری همنوایی	۱	-۰,۲۵۲			
جهت‌گیری‌های ارتباطی خانواده	←	جهت‌گیری گفت و شنود	-۰,۴۲۸	-۰,۶۷۶	۰,۱۳۳	-۳,۲۱۹	۰,۰۰۱

نتایج جدول بالا نشان می‌دهد که بارهای عاملی استاندارد بیشتر نشانگرها به غیر از تأثیرات معنوی بالاتر از ۰,۳۲ می‌باشد. طبق دیدگاه تاباچینک و فیدل (۱۹۹۶)، بارهای عاملی پایین‌تر از ۰,۳۲ ضعیف محسوب شده و می‌توان گفت چنین نشانگرهایی از توان لازم برای سنجش متغیر مکنون خود برخوردار نیستند. براساس جدول فوق بالاترین بارعاملی متعلق به قضاوت کردن خود (۰,۷۶۱) و پایین‌ترین بارعاملی متعلق به جهت‌گیری همنوایی است (۰,۲۵۲). با استناد به نتایج جدول فوق می‌توان گفت بیشتر نشانگرها از قابلیت لازم برای اندازه‌گیری متغیرهای مکنون برخوردار هستند.

جدول ۵- ضرایب استاندارد و غیر استاندارد در مدل ساختاری

			ضرایب استاندارد	ضرایب غیر استاندارد	خطای استاندارد (S.E.)	نسبت بحرانی (C.R.)	سطح معناداری (P)
جهت‌گیری‌های ارتباطی خانواده	←	رضایت از زندگی	۰,۶۷۶	۲,۸۴۷	۱,۹۱۷	۱,۴۸۵	۰,۱۳۷
جهت‌گیری‌های ارتباطی خانواده	←	شفقت‌ورزی	۰,۷۱۱	۰,۶۶۸	۰,۲۳۶	۲,۸۲۷	۰,۰۰۵

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]

شفقت‌ورزی	←	رضایت از زندگی	۱,۳۸۴	۶,۲	۱,۵۷۷	۳,۹۳۲	۰,۰۰۰

یافته‌های جدول بالا نشان می دهد که اثر مستقیم مؤلفه جهت‌گیری‌های ارتباطی خانواده بر رضایت از زندگی معنی‌دار نمی‌باشد (P>۰,۰۵). در ادامه با دخالت مؤلفه شفقت‌ورزی بر رابطه بین مؤلفه پیش بین و ملاک، نقش میانجی‌گرایانه شفقت‌ورزی در رابطه جهت‌گیری‌های ارتباطی خانواده با رضایت از زندگی را مورد ارزیابی قرار گرفت. یافته‌های جدول فوق نشان می‌دهد که شفقت‌ورزی در رابطه جهت‌گیری‌های ارتباطی خانواده با رضایت از زندگی نقش میانجی‌گرایانه دارد (P<۰,۰۵). با توجه به یافته های به دست آمده می توان بیان کرد که شفقت‌ورزی در رابطه جهت‌گیری‌های ارتباطی خانواده با رضایت از زندگی نقش میانجی‌گرایانه دارد و ضریب استاندارد بین این دو متغیر مکنون برابر با ۱,۳۸ می‌باشد. بنابراین شفقت‌ورزی در رابطه جهت‌گیری‌های ارتباطی خانواده با رضایت از زندگی دانش‌آموزان در زمان بحران بیماری کرونا نقش میانجی‌گرایانه دارد.

برای بررسی رابطه متغیرها با هم از روش همبستگی پیرسون استفاده شد. در این راستا، نتایج نشان داد که بین همدلی عاطفی با رضایت از زندگی رابطه معناداری وجود دارد و ضریب استاندارد بین این دو متغیر مکنون برابر با ۰,۲۵ می‌باشد. علاوه بر این، بین جهت‌گیری‌های ارتباطی خانواده با رضایت از زندگی رابطه معناداری وجود دارد و ضریب استاندارد بین این دو متغیر مکنون برابر با ۰,۶۷ می‌باشد. با توجه به یافته‌های به دست آمده می توان بیان کرد بین همدلی عاطفی با شفقت‌ورزی رابطه معناداری وجود دارد و ضریب استاندارد بین این دو متغیر مکنون برابر با ۰,۷۶ می‌باشد. از سوی دیگریافته ها نشان می دهد بین جهت‌گیری‌های ارتباطی خانواده با شفقت‌ورزی رابطه معناداری وجود دارد و ضریب استاندارد بین این دو متغیر مکنون برابر با ۰,۵۲ می‌باشد. با توجه به یافته‌های به دست آمده می توان بیان کرد بین شفقت‌ورزی با رضایت از زندگی رابطه معناداری وجود دارد و ضریب استاندارد بین این دو متغیر مکنون برابر با ۰,۹۲ می‌باشد. بنابراین بین شفقت‌ورزی با رضایت از زندگی در دانش‌آموزان در زمان بحران بیماری کرونا رابطه معناداری وجود دارد.

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج پژوهش نشان داد که شفقت‌ورزی نقش میانجی‌گرایانه در رابطه همدلی عاطفی با رضایت از زندگی دانش‌آموزان در زمان بحران بیماری کرونا دارد. به این معنی که با افزایش شفقت‌ورزی، میزان رابطه همدلی عاطفی با رضایت زندگی، افزایش می‌یابد. از میان متغیرهای پیش‌بینی کننده در این پژوهش، شفقت‌ورزی میزان بالایی از تغییرپذیری رضایت زندگی دانش‌آموزان در زمان بحران بیماری کرونا را تبیین می‌کند که نشان‌دهنده اهمیت این متغیر در رابطه همدلی عاطفی با رضایت از زندگی دانش‌آموزان است و با یافته‌های پژوهشی۴۴، ۳۰، ۴۵، ۴۶، ۲۷، ۲۹ و ۳۶ همسو است.

فراتحلیلی نشان داد که رابطه علّی بین خود شفقت‌ورزی و بهزیستی وجود دارد(۲۶). خود شفقت‌ورزی با احساس خودمختاری، شایستگی، ارتباط و استقلال فردی مرتبط است (۴۷) و به برآورده شدن نیازهای بنیادین عاطفی کمک می‌کند؛ این نیازها اساس و پایه‌ای برای رضایت از زندگی فضیلت گرا است. در تبیین نقش میانجی شفقت‌ورزی در رابطه همدلی عاطفی با رضایت از زندگی دانش‌آموزان در زمان بحران بیماری کرونا، می‌توان گفت که خودشفقت‌ورزی اثرات تجارب منفی را با قالب‌بندی مجدد شناختی- هیجانی تضعیف می‌کند و تعادل بین تجارب مثبت و منفی را به نفع شرایط و موقعیت مثبت تحت تأثیر قرار می‌دهد (۲۶).

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]

از لحاظ نظری، عمل خود شفقت‌ورزی موجب افزایش رفتارهای پیشگیرانه برای ارتقا و حفظ رضایت از زندگی دانش‌آموزان در زمان بحران بیماری کرونا می‌شود (۴۸) و رفتارهای ارتقاءدهنده همدلی عاطفی را افزایش می‌دهد ، درمان خود از طریق شفقت ورزی موجب آشکار شدن محدودیت‌ها و شناسایی رفتارهای ناسالم می‌شود که فرد را برای اقدام به تحول قادر می‌سازد و تغییر برای ارتقاء بهزیستی را تشویق می‌کند (۴۹). پژوهش‌های قبلی نشان داده است که خود شفقت‌ورزی با شکل‌های فضیلت‌گرای بهزیستی که با شادی ذهنی، عاطفه مثبت و رضایت از زندگی مشخص می‌شود رابطه دارد (۵۰). یافته‌های پژوهشی نشان داد که خود شفقت‌ورزی میانجی رابطه بین دلبستگی اضطرابی و بهزیستی است(۵۱).

شفقت‌ورزی سازه‌ای مرتبط با رضایت از زندگی است. این نگرش حمایت‌گرانه نسبت به خود با بسیاری از پیامدهای روانشناختی مثبت مانند انگیزه‌ی بیشتر برای حل تعارضات بین‌فردی، حل مساله سازنده، ثبات زندگی (۳۱) آمادگی برای شرم کمتر، ترس از شکست کمتر، خودارزیابی منفی کمتر (۳۲)، افسردگی کمتر، اضطراب کمتر (۳۳) و آسیب روانشناختی کمتر ناشی از استرس-های آسیب‌زا (۳۴) در ارتباط است. سازه‌ی شفقت‌ورزی با سبک‌های مقابله و تنظیم‌گری هیجان‌ها نیز مرتبط است (۳۵).

بعلاوه، محققانی در دو مطالعه نقش میانجی‌گر شفقت‌ورزی را در رابطه سلامت جسمانی و بهزیستی روانی در افراد سالمند نشان داده‌اند(۲۲). در مطالعه آنان در شرکت‌کنندگان با شفقت‌ورزی بالاتر، با کاهش مشکلات هیجانی و رضایت از زندگی ارتباط داشت. همچنین مطالعات شفقت‌ورزی در حوزه سلامت، شواهد جدیدی از نقش میانجی‌گرایانه شفقت‌ورزی در ارتباط با پریشانی‌های روانشناختی در دانش‌آموزان در زمان بحران بیماری کرونا فراهم آورده‌است و سطوح بالای شفقت‌ورزی نقش حمایت‌کننده‌ای برای افرادی که در زمان بحران بیماری هستند فراهم آورد.

نتایج پژوهشی نشان داد که شفقت‌ورزی با اعتماد به نفس و رضایت از زندگی رابطه مثبت دارد، امید به طور مثبت با رضایت از زندگی مرتبط است و همچنین امید به طور کامل باعث می شود که رابطه مثبت بین شفقت‌ورزی و رضایت از زندگی برقرار شود. علاوه بر این، تجزیه و تحلیل چند گروه نشان داد که مدل ساختاری از نظر جنسیت یا سن نادیده گرفته می شود. مطالعه حاضر، نقش میانجی کننده امید را به عنوان مکانیسم پایه ای بین شفقت‌ورزی و رضایت از زندگی برجسته می کند(۲۷).

همچنین نتایج پژوهشی نشان داد که با توجه به نتایج تحلیل مسیر، شادکامی‌ذهنی و رضایت از زندگی، به طور مثبت توسط تجارب مشترک انسانی و ذهن آگاهی پیش بینی شده است. همچنین، شادکامی‌ذهنی و رضایت از زندگی به طور منفی توسط قضاوت کردن خود، انزوا و همانندسازی افراطی پیش بینی شده است(۲۹). دو محقق نیز ضمن پژوهشی به این نتایج رسیدند که همبستگی مثبت و معنی داری بین سرمایه روانشناختی و رضایت از زندگی یافت شد. علاوه بر این، ارتباطات مثبت و معنی داری بین اجزای سرمایه روانشناختی و تمام مولفه‌های با وجودی که رضایت از زندگی با شفقت‌ورزی همبستگی مثبت داشت(۳۶).

یافته‌های آزمون فرضیه اصلی دوم نشان داد که اثر مستقیم مؤلفه جهت‌گیری‌های ارتباطی خانواده بر رضایت از زندگی معنی‌دار نمی‌باشد. در ادامه با دخالت مؤلفه شفقت‌ورزی بر رابطه بین مؤلفه پیش بین و ملاک، نقش میانجی‌گرایانه شفقت‌ورزیدر رابطه جهت‌گیری‌های ارتباطی خانواده با رضایت از زندگی را مورد سنجش قرار دادیم. نتایج فوق نشان داد که شفقت‌ورزی در رابطه جهت‌گیری‌های ارتباطی خانواده با رضایت از زندگی نقش میانجی‌گرایانه دارد. با توجه به یافته‌های به دست آمده می توان بیان کرد که در این مدل، شفقت‌ورزی در رابطه جهت‌گیری‌های ارتباطی خانواده با رضایت از زندگی نقش

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]

میانجی‌گرایانه دارد و ضریب استاندارد بین این دو متغیر مکنون برابر با ۱,۳۸ می‌باشد.

این نتایج با یافته‌های پژوهشی ۵۲، ۵۳،۵۴، ۵۵ و ۵۶ همسو می‌باشد، آنان گزارش کردند که شفقت‌ورزی باعث افزایش انعطاف پذیری، رضایت زناشویی و رضایت از زندگی می‌شود از طریق افزایش ایمنی و آرامش، ارتباط درونی فرد با خانواده و کاهش تهدید و انزوا که در دانش‌آموزان در زمان بحران بیماری کرونا اتفاق می‌افتد، از این جهت، افزایش شفقت‌ورزی باعث تعادل عاطفی بیشتر فرد و خانواده می‌شود و رضایت از زندگی افراد را افزایش می‌دهد (۲۲).

همچنین، شفقت‌ورزی رابطه معنادار منفی با انتقاد از خود، افسردگی، اضطراب و نشخوار فکری دارد (۵۷). و ارتباط مثبتی بین شفقت‌ورزی با رضایت از زندگی و ارتباطات اجتماعی وجود دارد (۴۸). افراد دارای شفقت‌ورزی بالاتر، به زندگی، مشتاق‌تر هستند به دلیل اینکه، آنها تمایل دارند که از درون برانگیخته شوند و بیشتر تحت تأثیر انگیزه‌های درونی خود قرار می‌گیرند و زمانی که با مشکلات و چالش‌های بزرگ و سخت مواجه می‌شوند کمتر از شکست و ناکامی می‌هراسند (۵۸).

شفقت‌ورزی باعث افزایش سلامت و بهزیستی روانی (۵۹). افراد می‌شود و برنامه مداخله‌ای برای بهبود شفقت‌ورزی، کیفیت زندگی را در افراد بهبود می‌بخشد (۴۸). در تبیین نقش میانجی شفقت‌ورزی در رابطه جهت‌گیری‌های ارتباطی خانواده با رضایت از زندگی در دانش‌آموزان در زمان بحران بیماری کرونا می‌توان گفت به دلیل اینکه، شفقت‌ورزی یک عامل مؤثر برای تعادل زندگی محسوب می‌شود موجب احساس مراقبت از خود، آگاهی یافتن، نگرش بدون داوری نسبت به نابسندگی و شکست‌های خود می‌شود از این جهت می‌تواند رابطه جهت‌گیری‌های ارتباطی خانواده با رضایت از زندگی دانش‌آموزان در زمان بحران بیماری کرونا را تحت تأثیر قرار دهد، زیرا شفقت‌ورزی مستلزم آن است که فرد احساسات خود را بازگو کند که این فرایند موجب شکستن چرخه در خود فرو رفتن شده و احساس خودمداری و تنهایی کاهش یافته و همزمان احساس به هم پیوستگی و ارتباط افزایش می‌یابد (۶۰).

همچنین در یافته‌های پژوهشی مختلف نشان داده است که شفقت‌ورزی با خودانتقادی، افسردگی و اضطراب (۶۱)، کاربرد ضمیر اول شخص مفرد و انزوا، ارتباط معنادار منفی دارد و بین شفقت‌ورزی با رضایت از زندگی، شادی، خوش‌بینی، ابتکار شخصی، خلق و خوی مثبت، حس کنجکاوی و توافق (۵۸)، کاربرد ضمیر اول شخص جمع، احساس ارتباط اجتماعی و پیوستگی با جمع و انعطاف پذیری فرد (۶۰) ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد، بنابراین افزایش شفقت‌ورزی به افزایش رابطه جهت‌گیری‌های ارتباطی خانواده با رضایت از زندگی کمک می نماید و سلامت روانی دانش‌آموزان در زمان بحران بیماری کرونا را تحت تأثیر قرار می دهد و همانطوری که پژوهش‌های مختلف (۵۹) نشان داده است افزایش شفقت‌ورزی منجر به افزایش ارتباط اجتماعی و کاهش انتقاد از خود، کاهش نشخوار فکری، کاهش سرکوب فکر و اضطراب و کاهش فشار روانی و تعادل روانی افراد می‌شود. بنابراین، انعطاف‌پذیری در افکار و مهربانی با خود موجب می‌شود که دانش‌آموزان نسبت به خود قضاوتی واقع‌بینانه داشته باشند و نارسایی‌های عملکرد خود را مورد تجزیه و تحلیل قرار دهند و تصمیمات مناسب را برای رفع آن اتخاذ نمایند.

از سوی دیگر شناسایی نقاط قوت آنان موجب عزت‌نفس شده در عملکرد بعدی آنان اثر مثبت و فزاینده‌ای دارد. با اتکاء به این اطمینان روحی و روانی، می‌توانند بر اعمال و رفتار خود تمرکز بیشتری داشته باشند و آنرا به خوبی مدیریت کنند. توجه به مشترکات انسانی، می‌تواند ایجاد احساس هم‌سرنوشتی با دیگران شود و از قضاوت‌های تند و افراطی نسبت به خود که مختل کننده عملکرد مناسب هستند، جلوگیری نماید. کاهش انزوای روحی و روانی باعث می‌شود که زمینه تعامل بیشتر با خانواده و کسب تجارب یادگیری متنوع برای دانش‌آموزان در زمان بحران

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]

بیماری کرونا فراهم می‌گردد. خردمندانه و هوشیارانه عملکردن به‌جای همنوایی مستمر با دیگران و موقعیت‌ها، می‌تواند از دانش‌آموزان افرادی مستقل بسازد که مسوؤلیت کار و فعالیت خود را در زندگی بپذیرند و برای رضایت از زندگی خود به‌طور مستمر تلاش کنند و به افرادی خودراهبر تبدیل شوند. نتایج پژوهشی نشان دادند که شفقت‌ورزی پیش بینی کننده معنی داری از رضایت از زندگی است(۳۰).

مانند هر پژوهش دیگری، این پژوهش نیز محدودیت هایی داشت. نخستین محدودیت این مطالعه مربوط به قلمرو زمانی و مکانی مطالعه است. این مطالعه بر روی دانش آموزان متوسطه دوم ناحیه پنج و شش شهر مشهد در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۳۹۹ اجرا شد. لذا نمی توان یافته های آن را به سایر دانش آموزان و شهرهای دیگر تعمیم داد. در صورت تعمیم دهی باید جوانب احتیاط رعایت گردد. در این مطالعه یافته ها از طریق پرسشنامه و به صورت خود گزارش دهی توسط شخص بدست آمده و مشخص نیست نتایج حاصل از پژوهش تا چه اندازه با رفتارهای واقعی در زندگی روزمره مرتبط است. همچنین عدم کنترل برخی متغیرهای مداخله گر مثل رغبت و انگیزه بالا یا پایین برخی دانش‌آموزان از دیگر محدودیت های این پژوهش بود. بر اساس این محدودیت ها، پیشنهاد می شود که این پژوهش بر روی دانش آموزان سایر مقاطع و سایر شهرها اجرا شود و با نتایج این تحقیق مقایسه گردد. به پژوهشگران پیشنهاد می شود که در اینده مطالعاتی را طرح ریزی کنند که نقش شفقت ورزی، همدلی عاطفی و الگوی ارتباطی خانواده در کنار متغیرهای مختلف دیگر مانند احساس تنهایی، شادکامی، سلامت روان، ویژگی های شخصیتی، پرخاشگری و اختلالات دوره نوجوانی مورد بررسی قرار گیرد تا از این طریق دانش منسجمی در خصوص متغیرهای ذکر شده و روابط این سازه ها با سایر سازه ها که قابلیت بیشتری در برنامه ریزی های مربوطه دارد، حاصل شود.

تشکر و قدردانی

از همکاری تمامی شرکت کنندگان و افرادی که ما را در اجرای مطلوب این پژوهش یاری کردند تشکر و قدردانی می نماییم.

منابع

۱ Greyling, Ta; Rossouw, S; Adhikari, T. Happiness-lost: Did Governments make the right decisions to combat Covid-19?, GLO,Discussion Paper, No. 556, Global Labor Organization (GLO), Essen, http://hdl.handle.net/10419/217494.2020.

Jalloh, M. F., Li, W., Bunnell, R. E., Ethier, K. A., O Leary, A., & Hageman, K. M., et al. Impact of Ebola experiences and risk perceptions on mental health in Sierra Leone, July 2015. BMJ Global Health,2018: 3 (2), e471.

Chang, S.H., Crogan, N.L., & Wung, S.F. The selfcare self-Efficacy Enhancement program for Chinese nursing home elders. Geriatr Nurs,2007: 28(1), 31-36.

Liu, S., Yang, L., Zhang, C., Xiang, Y., Liu, Z., & Hu, S., et al. mental health services in China during the COVID-19 outbreak. The Lancet Psychiatry.2020.

Huang, Y., & Zhao, N. Generalized anxiety disorder, depressive symptoms and sleep quality during COVID-19 epidemic in China: a web-based cross-sectional survey. medRxiv.2020.

Rahimpour, F, Salehi, Abbasian, S. Explaining marital satisfaction of couples based on spiritual intelligence and initial maladaptive schema. Journal of Educational Management Research.2014: 4. 89-77.

Ali, F., Amorim, I. S., & Chamorro-Premuzic, T. Empathy deficits and trait emotional intelligence in psychopathy and Machiavellianism. Personality and Individual Differences,2009: 47, 758-762.

Hesse, C., Rauscher, E.A., Roberts, J.B., & Ortega, S.R. Investigating the role of hurtful family environment in the relationship between affectionate communication and family satisfaction. Journal of Family Communication,2014: 14, 112-128.

BiShop, A., Martin, P., & Poon, L. Happiness and congruence in older adalhood: a Structural model of life satisfaction. Aging Ment Health,2006: 10(5), 445-453.

Lim, H.J., Min, D.K., Thorpe, L., & Lee, C.H. Multidimensional construct of life satisfaction in

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]

older adults in Korea: a six-year follow-up study. J BMC Geriatr,2016: 16(1),197-218.
Subasi, F., & Hayran, O. Evaluation Of Life Satisfaction Index of the elderly People living In nursing homes. Arch Gerontol Geriatr, 2005:41(1), 23-29.
Koerner, A. F., & Fitzpatrick, M. A.). Toward a theory of Family Communication. Communication Theory,2002: 12, 70-91.
Milkie, M., & Brieman, A. How adult children influence older parents mental health:Integrating stress-process and life-course perspectives. Social psychology quarterly , 2008:71, 86-105.
Fitzpatrick, M.A., & Koener, A.F. Family communication schema effect on children s resiliency running head: Family communication schemata, the evolution of key mass commiunication concepts: Honoring Jack M. McLeod,2004: 115-139.
Nasiri Zarch, Z., Marashi, S.M., & Raji, H. The Relationship between Emotional Intelligence and Marital Satisfaction: 10-Year Outcome of Partners from Three Different Economic Levels. Iran J Psychiatry,2014: 9(4),188-196.
Razmi, M.H. (2012). The Relationship between Emotional Empathy and Self-efficacy among Iranian EFL Institute Teachers. Iran J Psychiatry.
Rieffe, C., Ketelear, L., & Wiefferink, C. H. Assessing empathy in young children: construction and validation of an empathy questionnaire (em que). Personality and individual differences, in press.2010.
Jolliffe, D., & Farrington, D. P. Empathy and offending: A systematic review and meta-analysis. Aggression and Violent Behavior, 2004:9, 441-476.
Sousa, A. D., McDonald, S., Rushby, J., Li, S., Dimoska, A., & James, C. Understanding Deficits in Empathy After Traumatic Brain Injury: The Role of Affective Responsivity. A de Sousa et al. Cortex,2011: 47(5), 526-535.
Eisenberg, N., & McNally, S. Socialization and Mothers' and Adolescents' Empathy-Related Characteristics. Journal of Research on Adolescence, 1993:3(2), 171-191.
Borba, M. Building moral intelligence: The seven essential virtues that teach children to do the right thing. USA: Jossey- Bass.2002.
Allan, F. (2009). The relationship between empathy subcomponents, emotional intelligence, Machiavellianism and emotional perception. Unpublished manuscript. Outcome not task performance or CWB.
Morris A. S., Silk J. S., Steinberg L., Myers S. S., Robinson L. R. The role of family context in the development of emotion regulation. Social Development, 2007:16, 361-388.
Wlodarski, R. The Relationship Between Cognitive and Affective Empathy and Human Mating Strategies. Evolutionary Psychological Science,2015: 1(4), 232–240.

-Gleason K. A, Jensen-Campbell, L. A., & Ickes, W. The role of empathic accuracy in adolescent, peer relations and adjustment. Personality and Social Psychology Bulletin,2009: 35(8), 997-1011.
Zessin, U., Dickhauser, O., & Garbade, S. The relationship between self-compassion and wellbeing: A meta-analysis. Applied Psychology: Health and Well-Being. doi:10.1111/aphw.12051.2015.
Cutierrez, S. M., Escarti C. A., & Pascual, C.). Relationships among empathy, prosocial behavior, aggressiveness, self-efficacy and pupils' personal and social 52-responsibility. Psicothema,2011: 23(1), 9-13.
Morin, A. Science Explains The Link Between Self-Compassion And Success. The Little Black Book of Billionaire Secrets.2015.
-Mülazım. Ç.Ö. & Eldeleklioğlu, J. What is the role of self-compassion on subjective happiness and life satisfaction?, International Journal of Human. Science,2016: 13(3), 3895-3904.
Jennings, L.K., & Tan, P.P. Self-compassion and life satisfaction in gay men. Psychological Reports,2014: 115(3), 888-895.
Abaci, R., & Arda, D. Relationship between Self-compassion and Job Satisfaction in White Collar Workers. Social and Behavioral Sciences, 2013:106(10), 2241-2247.
Mosewich, A., Kowalski, K., Sabiston, C., Sedgwick, W., & Tracy, J. Self- compassion: A potential resource for young women athletes. Journal of Sport & Exercise Psychology, 2011:33, 103-123.
Raes, F., Pommier, E., Neff, K.D., & VanGucht D. Construction and factorial validation of a short form of the self compassion scale. Clinical psychology and psychotherapy, 2011:18, 250-255.
Zeller, M., Yuval, K., & Bernstein, A. Self-compassion in recovery following potentially traumatic stress: Longitudinal study of at-risk youth. Journal of abnormal child psychology,2014: 43(4), 645–653.
Diedrich, A., Grant, M., Hofmann, S.G., Hiller, W., & Berking, M. Self compassion as an emotion regulation strategy in major depressive disorder. Behaviour research and therapy.2014: 58, 43-51.
Sabaitytė, E., & Diržytė, A. Psychological capital, self-compassion, and life satisfaction of unemployed youth. International Journal of Psychology: A Biopsychosocial Approach,2019:19, 49-69.
Allen, A.B., Goldwasser, E.R., & Leary, M.R. Self-compassion and wellbeing among older adults. Self Identity,2012, 11(4),428-453.
Taghribi, Z; Taghribi, L; Sharifi, Kh & Suki, Z. Psychometry of Form Z of Life Satisfaction

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]

Questionnaire in Iranian Students, Previous Quarterly,2011: 10 (1), 13-5.
Koerner, A. F., & Fitzpatrick M. A. Understanding family communication patterns and family functioning: The roles of conversation orientation and conformity orientation. Communication Year Book, 2002:28, 36-68.
Kouroshnia, M & Latifian, M . Evaluation of validity and reliability of revised tools of family communication patterns. Family Research Quarterly,2007: 3 (12), 875 - 855.
Khosravi, S; Sadeghi, M And Yabandeh,. Adequacy of Compassion Scale Psychometry (SCS). Quarterly Journal of Psychological Methods and Models,2014: 3 (13), 59.
Leary, M. R., Tate, E. B., Adams, C. E., Battsat Allen, A., & Hancock, J. Self-compassion and reactions to unpleasant self-relevant events: the implications of treating oneself kindly. Journal of personality and social psychology,2007: 92(5), 887.
Bluth, K., & Blanton, P. W. The influence of self-compassion on emotional well-being among early and older adolescent males and females. The Journal of Positive Psychology,2014: 10(3), 219-230.
Neff, K. D., & Costigan, A. P. Self-compassion, wellbeing, and happiness. Psychologie in Österreich, 2014:114-117.
Magnus, C., Kowalski, K., & Mchugh, T. The role of self- compassion in women's selfdetermined motives to exercise and exercise-related outcomes. Self and Identity, 2010:9, 363-382.
Neff, K.D. The development and validation of a scale to measure self-compassion. Self and Identity, 2003: 2, 223-250.
Berry, K-A., Kowalski, K.C., Ferguson, L.J., & McHugh, T-L.F. An empirical phenomenology of young adult women exercisers' body self-compassion. Qualitative Research in Sport and Exercise,2010: 2, 293–312.
Neff, K.D., Rude, S.S., & Kirkpatrick, K.). An examination of self-compassion in relation to positive psychological functioning and personality traits. J Res Press;2007: 41, 139-154.
Wei, M., Liao, K., K.U, Y., & Shaffer, P. Attachment, Self-Compassion, Empathy, and Subjective Well-Being among College Students and Community Adults. Journal of Personality,2011, 79(1), 191 – 121.
Denis, K., & Beker, R . The effect of selfcompassion on the irrational beliefs, selfdissociation and marital not satisfaction in couples. Journal of Personality assessment, 2015:63 (2), 262 - 274.
Morin, C.M., Collechi, C., Stone, J., Sood, R., & Brink, D .. The effect of self-compassion on the forgiveness, resiliency and marital satisfaction of couples Journal of marital, 2015:7(1),85-96.
Deminof, L. The efficacy of self-compassion on the adversity quotient, Emotion Regulation of marital woman. Journal Anxiety Disorder, 2013; 11: 279-315.
Neff, K., & Tirch, D. Self-compassion and ACT. In: Kashdan TB, Ciarrochi J, editors. Mindfulness, acceptance, and positive psychology: The seven foundations of well-being. Oakland, CA US: Context Press/New Harbinger Publications, 2013:78-106.
Rasmussen, C. A., & Brems, C. The Relationship of Death Anxiety with Age and Psychosocial Maturity 2010. Journals Jobs Education Decision support Quality improvement Community BMJ .
Neff, K.D., Hsieh, Y.P., & Dejitterat, K. Self-compassion, achievement goals, and coping with academic failure. Self Identity,2005: 4(3), 263-287.
Neff, K.D., & Costigan, A.P. Self-compassion, wellbeing, and happiness. Psychol Austria,2014: 3(2),114-127.
Neff, K.D. The science of self-compassion. In: Germer C, Siegel R, editors. Compassion and Wisdom in Psychotherapy. New York: Guilford Press,2012: 79-92.
Gilbert, P., & Procter, S. Compassionate mind training for people with high shame and self-criticism: Overview and pilot study of a group therapy approach. Clin Psychol Psychother, 2006:13(6),353-379.
Lee, H.S., Brennan, P.F., & Daly, B.J. Relationship of empathy to appraisal, depression, life satisfaction, and physical health in informal caregivers of older adults. Research in Nursing & Health;.2001: 24: 44-56.
Jeni, L. Burnette, A., & Renae, F. Individual differences in implicit theories of relationships and partner fit: Predicting forgiveness in developing relationships. Journal of Personality and Individual Differences ,2009: 34, 45-56.
Fincham, F.D., & Beach, S.R.H. Forgiveness in marriage: Implications for psychological aggression and constructive communication. Personal Relationship,2002: 9, 239–251.
Trumpeter, N. N., Watson, P. J., O'Leary, B. J., & Weathington, B. LSelf-functioning and perceived parenting: Relations of parental empathy and love inconsistency with narcissism, depression, and selfesteem. The Journal of Genetic Psychology,2008, 160, (1), 51-71.
Ripley, J., & Worthington, E.Jr. Hope-focused and forgivenessbased group interventions to promote marital enrichment, Journal of Counseling & Development,2002: 80, 452-463.
Marilaf Caro, M., San-Martín, M., Delgado-Bolton, R., Vivanco, L. Empathy, loneliness, burnout, and life satisfaction in Chilean nurses of palliative care and homecare services. Enferm Clin, 2017:27(6), 379-386.

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-28]