



پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد: زینب خرمک، ۱۴۰۰

رابطه شفقت به خود و خودگویی مثبت با ملال تحصیلی در دانش‌آموزان دختر پایه ۱۲ شهر بردسکن در سال تحصیلی ۱۳۹۹-۱۴۰۰

هدف از انجام پژوهش حاضر بررسی رابطه شفقت به خود و خودگویی مثبت با ملال تحصیلی دانش‌آموزان دختر پایه دوازدهم شهر بردسکن در سال تحصیلی ۱۳۹۹-۱۴۰۰ بود. جامعه آماری این پژوهش را کلیه دانش‌آموزان دختر پایه دوازدهم شهر بردسکن به تعداد ۲۶۸ نفر شامل ۵ مدرسه در سال تحصیلی ۱۳۹۹-۱۴۰۰ تشکیل دادند. برای انتخاب نمونه آماری از بین ۵ مدرسه از طریق روش نمونه‌گیری تصادفی ساده از جدول مورگان استفاده شد که براساس این جدول نمونه متناسب با این جامعه، تعداد ۱۵۸ دانش‌آموز دختر پایه دوازدهم شهر بردسکن انتخاب شدند. ابزار مورد استفاده در این پژوهش، پرسشنامه‌های شفقت به خود ریس و همکاران (۲۰۱۱)، خودگویی مثبت برین تاپت و همکاران (۲۰۰۸) و ملال تحصیلی پکران و همکاران (۲۰۰۲) بود. جهت آزمون فرضیه‌های پژوهش و تجزیه و تحلیل داده‌ها از آزمون پیرسون و رگرسیون چندگانه با استفاده از نرم‌افزار SPSS24 استفاده شد. نتایج نشان داد بین شفقت به خود و ملال تحصیلی ($-0/521$) و بین خودگویی مثبت و ملال تحصیلی ($-0/210$) رابطه منفی معنادار وجود دارد. همچنین هر دو متغیر پیش‌بین، پیش‌بینی‌کننده‌های معناداری بر ملال تحصیلی بودند؛ که سهم شفقت به خود، ۳۷- درصد و سهم خودگویی مثبت، ۴۷- درصد بود.

کلیدواژه‌ها: شفقت به خود، خودگویی مثبت، ملال تحصیلی

شماره‌ی پایان‌نامه: ۱۲۷۲۹۰۷۹۳۴۰۵۷۵۰۱۳۹۹۱۶۲۳۹۵۳۸۴

تاریخ دفاع: ۱۴۰۰/۰۷/۰۷

رشته‌ی تحصیلی: روان‌شناسی تربیتی

دانشکده: علوم انسانی

استاد راهنما: دکتر حسین ماهور

M.A. Thesis:

The relationship between self-compassion and positive self-talk with academic boredom in th grade female students of Bardaskan city in the academic year -

The aim of this study was to investigate the relationship between self-compassion and positive self-talk with academic boredom of 12th grade female students in Bardaskan in the academic year 1399-1400. The statistical population of this study consisted of all twelfth grade female students in Bardaskan, 268 people, including 5 schools in the academic year



1399-1400. Morgan table was used to select a statistical sample from 5 schools through simple random sampling method. Based on this sample table appropriate to this community, 158 twelfth grade female students in Bardaskan were selected. The instruments used in this study were Reese et al.'s (2011) self-compassion questionnaire, Brin Tappet et al.'s (2008) positive self-talk questionnaire, and Pekran et al.'s (2002) academic boredom questionnaire. Pearson test and multiple regression were used to test the research hypotheses and analyze the data using SPSS24 software. The results showed that there is a significant negative relationship between self-compassion and academic boredom (-0.521) and between positive self-talk and academic boredom (-0.210). Also, both predictor variables were significant predictors of academic boredom; The share of self-compassion was -37% and the share of positive self-talk was -47%.