العلاقة بين التسويف وحماية قيمة الذات ، والكمالية ، والكفاءة الذاتية

د . بركات حمزة حسن

أولا. المقدمة والهدف

ليس من المستغرب أن يقوم الإنسان بالتسويف من وقت لآخر.لكن ما يسترعي الانتباه أن البعض يميل للتسويف بشكل متكرر بغض النظر عن الموقف ومدى خطورته.والتسويف بهذا المعنى يكون ميل سلوكى يزيد من احتمالية تعرض الفرد الذى يعانى منها لنتائج سلبية.ومن التعريفات الشائعة للتسويف تعريف سولمن وروثبلوم (Solomon and Rothblum ,1984) الذى يعتبرها قيام بتأجيل للمهام بشكل لا داعى له للدرجة التى تسبب له الضيق الشخصى وبعض المشاكل.ويتضمن هذا المعنى أن الفرد يعرف أنه من المفترض أن يقوم بالمهمة لكنه يفشل فى تحفيز نفسه من أجل إنجاز الهدف فى الإطار الزمنى المحدد.(Senécal; Lavoie; and Koestner,1997)

ومنذ ما يقرب من ربع قرن ازداد اهتمام علماء النفس بظاهرة التسويف Procrastination وذلك فى إطار اهتمامهم بالدافع للإنجاز، وبناءا عليه، ميز البعض بين الشخص المسوف Procrastinator وبين الشخص الدقيق فى مواعيده punctual. (Dewitte and Schouwenburg,2002)

وقد اعتبر البعض أن التسويف من العادات المدمرة تخلق صعوبات للفرد فى دراسته أو فى عمله أو فى حياته الشخصية،ويعتمد هذا الرأى على قيمة

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

أهمية الوقت والدقة فى الالتزام بالمواعيد التى تعتبر من القيم البارزة فى المجتمع الصناعى الحديث.(Beswick; Rothblum; and mann,1988)

ولكن هل يعتبر التسويف سمة عامة تنطبق فى كل المواقف وفى كل المهام؟ ربما يكون التسويف متعمدا وبإرادة الفرد وليس عن عجز أو دافع قهرى للتسويف.وربما يتعمد الفرد التسويف من أجل هدف أهم بالنسبة له ،قد يكون التسويف أو تجنب القيام بالفعل هو الخيار لكى يحمى الفرد تصوره عن قدرته على القيام بالفعل.

فى بعض الأحيان يكون تجنب الإنجاز هو البديل الذى يجعل الفرد يحقق حماية قيمة الذات Self-Worth Protection.

اشتق كوفنجتون وبيرى (Covington and Perry,1976) نظرية "قيمة الذات" The Self-Worth Theory من المجال المعرفى ،حيث تعتبر سلوك الإنجاز يمكن صياغته بشكل دقيق من خلال الإدراكات الذاتية للسببية. وبخلاف نظرية العزو attribution theory تتضمن هذه النظرية مكون دافعى.

تقوم نظرية قيمة الذات على افتراض أساسى فحواه أنن توجد عوامل عديدة تؤثر على إحساس الفرد بالقيمة والكفاية فيما يتعلق بمستوى الأداء ،وتقدير القدرة،ودرجة الجهد المبذول.(Covington,1984)

وفى الحالات التى يتوقع فيها الفرد أن أدائه لن يحقق له الهدف (الإنجاز) يعمد إلى تجنب القيام بأداء المهمة .ويكون هذا الاختيار –عدم القيام بالأداء– هو الأفضل من وجهة نظره لأن المشاعر الناتجة عن توجه اللوم بسبب الكسل أو عدم القيام بالمهمة أخف وطأة من المشاعر الناتجة عن الشعور بالفشل والعجز وافتقاد القدرة على القيام بالمهام بالشكل المطلوب.

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

ولا يقتصر احتمال قيام الفرد بالتسويف على رغبته فى حماية ذاته بل يتعلق بالأمر أيضا تقديره لمدى كفاءته فى القيام بالمهام التى يفترض إنجازها، بعبارة أخرى قد يعتمد الأمر على إحساسه بالكفاءة الذاتية.

قبيل نهاية العقد الثامن من القرن العشرين،قدم ألبرت باندورا مفهوم الكفاءة الذاتية Self-Efficacy الذى أثار الكثير من الاهتمام العلمى من وقتها حتى الآن. اعتبر باندورا الكفاءة الذاتية إطارا نظريا متكامل يفسر ويتنبأ بالتغيرات النفسية التى تحدثها أنماط مختلفة من المعالجات.افترض باندورا أن توقعات الفرد لكفاءته الذاتية تحدد ما إذا كان سيقوم بسلوك تكيفى، وما مقدار الجهد الذى سيبذله،وما مدى صموده فى مواجهة المعوقات والخبرات السلبية(المنفرة أو البغيضة Aversive). وبعبارة أخرى،يؤثر التقدير الذاتى الذى يقوم به الأفراد لقدراتهم فى موقف معين فى القرارات التى يتخذونها بشأن الأنشطة التى يحاولون القيام بها (فى مقابل التجنب)،وبشأن الأنشطة التى يواظبون عليها(فى مقابل الإهمال). ووفقا لهذا التصور النظرى، تؤدى الأنشطة الآمنة نسبيا التى يصاحبها الإحساس بالتمكن -رغم أنها قد تكون مهددة للذات- إلى زيادة الإحساس بالكفاءة الذاتية مع انخفاض معدل السلوك الدفاعى.(Rodebaugh,2006 و Bandura,1977)

بالنسبة لبندورا يندرج مفهوم الكفاءة الذاتية تحت نظرية المعرفة الاجتماعية Social Cognitive Theory التى قدم فيها مفهوم مصدر القدرة Agency[1] التى تتضمن الملكات وأنساق المعتقدات وقدرات انتظام الذات Self-regulatory، والأبنية المنتشرة والوظائف التى يمارس من خلالها التأثير الشخصى.ويرى أن الشخص المقتدر Agent هو الذى يقوم بجعل الأحداث

[1] - تعنى كلمة agency فى قاموس وبستر للغة الإنجليزية المتداولة :القدرة والظروف والحالة التى يستطيع من خلالها الفرد القيام بالفعل ،أو إصدار القوة exerting power

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

تقع بشكل عمدى مقصود.(Bandura,2001) ووفقا لتصور باندورا لا يعتبر الناس مجرد وسطاء(مقتدرين) agents للفعل ولكنهم أيضا يقومون بالفحص الذاتى لتصرفاتهم. ومن بين ميكانيزمات المؤسسة الشخصية الأكثر أهمية واستمرارية اعتقاد الأفراد فى قدرتهم على ممارسة بعض إجراءات الضبط على وظائفهم وعلى الأحداث التى تقع فى البيئة من حولهم.

إذا يقوم الشخص بتوقع مدى نجاحه فى مهمة يقدم عليه أو تكون مطلوبة منه ،ولكن هل تكون توقعاته بناءا على تقديرات واقعية أو بناءا على معايير مرتفعة يضعها لنفسه قد تجعل من إحساسه بالكفاءة الذاتية أمرا صعب المنال.بعبارة أخرى هل يمكن وصفه بأنه كمالى perfectionist،وفى حالة كونه كماليا هل تكون كماليته من النوع التوافقى،أو النوع غير التوافقى؟

تزامنت مع أعمال باندورا –وأعمال الباحثين الذين اهتموا بمفهوم الإحساس بكفاءة الذات– ومع الاهتمام بمفهوم التسويف اهتمام الكثيرين بمفهوم جديد قديم هو الكمالية Perfectionism.

توجد تعريفات متعددة لمفهوم الكمالية . عرفت هورنى Horney (١٩٥٠) الكمالية بوصفها "طغيان الأمور الواجبة Tyranny of the shoulds". وعرفها هولاندر Hollender (١٩٦٥)بأنها "قيام الفرد بإلزام نفسه أو الآخرين بنوعية أداء مرتفعة تفوق ما يتطلبه الموقف". وعرفها فروست Frostوزملاؤه (١٩٩٠) بوصفها "وضع معايير للأداء مرتفعة بشكل مبالغ فيه مصحوبة بتقييم للذات بشكل نقدى صريح".وقدم شافران وكوبر وفايربيرن (٢٠٠٢) تعريف معرفى سلوكى لها باعتبارها:"الاعتماد الزائد على تقييم الذات فى عملية تحديد معايير –تفرض ذاتيا–السعى نحو تحقيق المطالب الشخصية فى مجال واحد على الأقل من مجالات الحياة،وذلك

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

بالرغم من النتائج السلبية التي تترتب على الالتزام بتلك المعايير".
(Shafran; Cooper and Fairburn,2002)

يعتبر البعض الكمالية أسلوب للشخصية personality style يتسم بالسعي من أجل تحاشي الأخطاء والهفوات مع وضع معايير مرتفعة-بشكل مبالغ فيه- للأداء مصحوبة بميول للنقد الذاتي الصريح للسلوك. ويتعامل البعض مع الكمالية بوصفها مفهوم شامل متعدد الأبعاد يعكس الأبعاد التالية:

* المعايير و النظام Standards and order
* التسويف Procrastination
* القلق Anxiety
* العلاقات Relationships
* التناقض(التعارض) Discrepancy

(Slaney; Mobley, Trippie; Ashby; and Johnson, 1996)

وفي مراجعة ستوبر وأوتو (Stoeber and Otto,2006) لمفاهيم الكمالية توصلا إلي وجود وجهان للكمالية:

- الكمالية الموجبة حيث توجد معايير شخصية مرتفعة ،وتكون الكمالية موجهة ذاتيا self-oriented
- الكمالية السالبة حيث يوجد اهتما بالأخطاء،والشك في الأفعال ،وتكون الكمالية مفروضة اجتماعيا socially prescribed ،ويوجد إدراك للتناقض بين الإنجازات الفعلية والتوقعات العالية.

وقد أكدت هذه النتيجة مراجعة أخرى للمفهوم قام بها روبرت سلانى وزملاؤه (Slaney, et al.,2006) استخلصت أن عاملى المعايير المرتفعة والنظام يعدان نموذجا للجوانب الإيجابية من الكمالية.

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

مما سبق تتجمع خيوط تربط بين التسويف ،وحماية قيم الذات، والشعور بالكفاءة الذاتية، والكمالية. في بعض الأحيان يمكن تصور أن التسويف يكون عن قصد بهدف حماية قيمة الذات(من الشعور بالعجز) للأفراد الذين يشعرون بمستوى منخفض من الكفاءة الذاتية ،وذلك نتيجة للمعايير الذاتية المرتفعة التي يضعونها لمستويات الأداء المتوقعة منهم(كمالية).

وبناءا على ما سبق يكون هدف الدراسة هو فحص العلاقة بين التسويف وكل من: حماية قيمة الذات، والإحساس بالكفاءة الذاتية،والكمالية.

ثانيا. مشكلة الدراسة وأهميتها

تتمثل مشكلة الدراسة في السؤال التالي:"هل يرتبط سلوك التسويف إيجابيا بحماية قيمة الذات ،وبالكمالية؟وسلبيا بالإحساس بالكفاءة الذاتية؟" ويرتبط بالسؤال الأساسي سؤالين يتعلقان بمتغيرات ديموجرافية هما:

- هل توجد فروق بين الجنسين على متغيرات الدراسة الأربعة.
- هل توجد فروق بين طلاب ثانوى وطلاب الجامعة على متغيرات الدراسة الأربعة.

يعتبر سلوك التسويف منبأ جيد لسلوك التأجيل لدى الطلاب،ويرتبط بتوابع مصيرية مثل ضعف الدرجات(أو التقديرات) أو الرسوب،أو تكراره لدرجة الفصل من الدراسة،أو حتى عدم الانتهاء من الرسائل فى الوقت المقرر بالنسبة لطلاب الدراسات العليا.(Lee; Kelly; and Edwards,2006) وبذلك نرى أن مشكلة الدراسة ترتبط بموضوع الإنجاز(أوالتحصيل) ، وبالتالى يمكن أن تسهم النتائج فى وضع تصورات للتدخل من أجل رفع مستويات التحصيل (بالنسبة للطلاب)،ومستويات الإنجاز (على المستوين المهنى والشخصى).

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

ومن جانب آخر يعتبر التسويف من العوامل التى تلعب دورا هاما لفهم الفجوة التى قد توجد بين النية intention والفعل (السلوك). (Van Hooft and Others,2005) بناءا على ما تقدم يمكن الوصول إلى تطبيقات عملية لنتائج الدراسة فى المجالات التربوية والمهنية والشخصية.

ومن الجانب الأكاديمي،تتناول الدراسة متغيرات لم تلقى الاهتمام الكافى بالنسبة لأهميتها(باستثناء الإحساس بالكفاءة الذاتية) ،حيث يندر أن نجد دراسات عربية اختبرت تلك المتغيرات رغم الكتابات النظرية حول بعضها(التسويف)التى تزخر بها الشبكة العالمية للمعلومات.

ثالثا.الإطار النظرى

١- التسويف Procrastination

يعتبر التسويف[1] من أنماط السلوك الشائعة بين البشر حيث تختلف درجته ومظاهره تبعا للشخص وللموقف، وللمهمة. ولذلك يرى بعض الباحثين أنه من الصعب أن نجد أناس لم يقوموا بالتسويف أبدا، حيث يعتبرون التسويف ذائع الشيوع للدرجة التى تجعلنا نشك فى كون الشخص – الذى يجيب "صح" على العبارة "لم أقم بالتسويف أبدا"– بوصفه كاذب أو يقدم استجابة مقبولة اجتماعيا.(Senécal; Koestner; and Vallerand, 1995) ورغم اعتبار سبادا وزملاؤه(Spada; Hiou; and Nikcevic,2006) أن الشيوع الشديد للتسويف يجعل من الصعب اعتباره مشكلة أو موضوع يستحق التوقف عنه، يرون أن الذين يتسمون بالكسل-كسلوك مزمن- يقررون أنهم تنتابهم مشاعر سلبية بسبب عدم قدرتهم على إكمال المهام فى الوقت المحدد،أو الالتزام بالمواعيد المقررة،أو اتخاذ القرارات فى المسائل

---

[1] – بعد الرجوع للمعجم الوسيط ،فضلنا ترجمة كلمة procrastination بكلمة تسويف بدلا من كلمة مماطلة نظرا لما تحمله المماطلة من معانى تتعلق بالتهرب من الوفاء بالحقوق فوق ما يرتبط بكلمة التسويف.

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

البسيطة أو الكبيرة التى تتعلق بأنشطة الحياة اليومية.وكأمثلة على معاناة تلك الفئة ،أظهرت العديد من الدراسات ارتباط السلوك التسويفى بالقلق والاكتئاب والهموم.

يرجع فان إيرد (Van Erede,2003) صعوبة تعريف التسويف إلى كونه عملية داخل الفرد intra-individual تنظمها معايير التأجيل الداخلية.فبالنسبة للبعض،ربما يبدو التأجيل–أو لا يبدو– تسويف،فالأمر يعتمد على معاييرهم وعزوهم their attributions. فمن الممكن أن يكون التسويف مخطط له عن قصد،ويمكن أن يكون إستراتيجية حكيمة. وعلى أى حال،يجب التمييز بين التسويف والتخطيط لأن التأخير لا يخطط له عن عمد،لكنه يؤخر تنفيذ ما تم التخطيط له. من الطبيعي أن نقول أم كل الناس يسوفون فى مناسبة أو أخرى،ولكن، لكى نعرف السمة –التسويف– يجب أن نوضح أن المقصود بها هو قيام الفرد بتأجيل أفعاله أو قراراته بغض النظر عن كون هذا السلوك مناسبا للموقف من عدمه.

وربما يسهم في صعوبة التعريف –أيضا– اعتباره سمة أحادية البعد single trait وسمة مركبة complex –فى نفس الوقت– مكونة من مكونات عديدة (معرفية ووجدانية وسلوكية)سابقة على ظهورها.(Watson,2001)

ويعتبر جاكسون وزملاؤه (Jackson, and others,2003)أن التسويف سلوك لاعقلانى irrational يجعل الفرد لا يبدأ و/أو لا يكمل مهمة يعرف جيدا أنه من المفروض أن يقوم بأدائها ،وقد يرغب فى ذلك،لكنه لا يقوم بفعلها فى الوقت المتوقع أو المرغوب.وتتفق مع جاكسون وزملاؤه سينكال وزملاؤها فى فكرة أن التسويف سلوك لا عقلانى.(Senécal; Julien; and Guay,2003)

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

ويعتمد التحديد السابق -مثل الكثير من تعريفات التسويف-على تعريف لاى (lay,1986) للتسويف على أنه "الميل اللاعقلانى لتأخير المهام التى يجب أن تنجز" بوصفه التعريف النموذجى للمفهوم. (Flett et al.,1992).

وبالطبع توجد تعريفات أخرى مثل التعريف الذى قدمته روتبلوم وزملاؤها(Rothblum; Solmon; and Murakami,1986) للتسويف الأكاديمى بوصفه:"الميل المستمر -أو شبه الدائم-لتأجيل المهام الأكاديمية،الشعور المستمر -أو شبه الدائم- بالقلق المرتبط بهذا التسويف".

وتتضمن تعريفات التسويف معنى نقص أو غياب الأداء الذى يخضع للتنظيم الذاتى self-regulated ،والميل السلوكى لتأجيل الأمور الضرورية التى تساعد على تحقيق الأهداف.(Chun chu and Chio,2005).

تنوعت الآراء حول طبيعة التسويف،حيث اعتبره البعض ميل tendency (مثل:Senécal; Julien; and و Jackson, and others,2003 Guay,2003 و(Pychyl; Coplan; and Reid,2002)،أو سمة trait(مثل: Lee, Kelly and Edward,2006 و Moon and Illingowrth,2005 و(Milgram; Mey-Tal; and Livison,1998)،أو استعداد سلوكى behavioral tendency(Milgram; Mey-Tal; and وVan Erede,2003 Livison,1998)

أثبتت الدراسات السابقة أن التسويف ظاهرة منتشرة بين الناس بوجه عام(Harriott and Ferrari,1996)، لكنه يشيع أكثر فى المجال الأكاديمى على وجه الخصوص، حيث قدر إليس ونوس(Ellis and Knaus,1977) أن حوالى ٩٥%من طلاب الجامعة الأمريكان يسوفون. وتتفق تلك النسبة مع دراسات هل وآخرون (١٩٧٨)وبرايودى (١٩٨٠)التى أظهرت قيام أكثر من ٨٠% من الطلاب بالتسويف فى بعض الأحيان.(Froese; Nisly; and

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

May,1984). كما بين المسح الذى قامت به سولمون وروتبلوم أن ٥٠% من الطلاب قرروا أنهم يسوفون فى المهام الأكاديمية فيما لا يقل عن نصف المرات تقريبا.(Solmon and Rothblum,1984).وتتفق

لقد تعامل الكثير من الباحثين مع التسويف بوصفه سمة ثابتة وافترضوا- مثلا- أن التسويف الأكاديمى يكون ثابتا باختلاف المهام أو السياقات أو الزمن.واستمر الوضع كما هو عليه رغم وجود تناقض فى نتائج الدراسات لم يتم تفسيرها فى ظل سيادة افتراض ثبات السمة،وذلك رغم وجود بعض الآراء التى أشارت إلى التسويف باعتباره ذات طبيعة موقفية ووقتية. وبوجه عام توجد من الأدلة ما تؤكد أن التسويف سلوك ذو طبيعة دينامية ،حيث يتغير مع الزمن بناءا على التفاعل بين المهام والسياقات. (Moon and Illingowrth,2005)

بالنسبة لأنواع (أو أنماط التسويف)،أظهرت بعض البحوث وجود نمطان للتسويف هما :

- التسويف السلوكى behavioral procrastination
- التسويف فى اتخاذ القرارات decisional procrastination (Nikcevic,2006) Spada; Hiou; and

وحدد ميلجرام وزملاؤه (Milgram; Mey-Tal; and Livison,1998) خمسة أنواع للتسويف ،وهى:

- التسويف الأكاديمى
- التسويف العام(أو روتين الحياة) general or life routine P.
- التسويف فى اتخاذ القرارات decisional P.
- التسويف العصابى neurotic P.
- التسويف القهرى أو اللا الوظيفى compulsive or dysfunctional P.

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

واعتبروا أن النوعين الأوليين يتعلقان بتجنب المهمة،والثلاثة الباقية تتعلق بتجنب اتخاذ القرار.

وعند قياس واطسون للتسويف (Watson,2001) فى دراسته عن علاقة التسويف بالشخصية،حدد سبعة أبعاد للتسويف هى:

- وعورة المهمة aversiveness of task
- الخوف من الفشل
- صعوبة اتخاذ القرارات
- الاعتمادية
- افتقاد التوكيدية
- المخاطرة
- التمرد على السيطرة rebellion against control

وترى روتبلوم أن أسباب التسويف هى:

- الخوف من الفشل fear of failure،
- والكمالية perfectionism،
- والنفور(كراهية) من المهمة task aversiveness،
- والاعتمادية dependency،
- وفقدان التوكيدية lack of assertion ،
- والتمرد على التحكم rebellion against control،
- وصعوبة اتخاذ القرارات difficulty making decisions.

وترى أن التغلب على التسويف يتم بالتغلب على أسبابه . (Rothblum,1992)

وترى سينكال وزملاؤها أن أسباب التسويف يمكن أن ترجع لعوامل شخصية personality factors مثل القلق والاكتئاب وانخفاض تقدير الذات ،والتى

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

تنعكس جميعا فى الخوف من الفشل. كما يمكن أن ترجع أيضا لعوامل دافعية motivational factors.

ويرجع فان إيرد (Van Erede,2003) التسويف لعدم القدرة على تأجيل الإشباع، وافتقاد التحكم فى البواعث impulses.

واستخلص فليت وهويت ومارتن(١٩٩٥) أن التسويف قد يكون استجابة لتوقع أن يكون رد فعل الوالدين نحو الخصائص الذاتية للأبناء من خلال أسلوب صارم وعدائى.(Pychyl; Coplan; and Reid,2002)

كما توجد دلائل على ارتباط التسويف إيجابيا ببعض سمات الشخصية مثل العصابية، وارتباطه سلبيا ببعض السمات مثل الالتزام conscientiousness (Lee; Kelly; and Edwards,2006)

لقد احتلت النظريات المعرفية المشتقة من العلاج العقلانى الانفعالى السلوكى (REBT) مكانة بارزة فى عملية تفسير التسويف. تفترض REBT أن الاعتقادات اللاوظيفية (اللاعقلانية) تحتل مكانة مركزية في المشاكل الانفعالية والسلوكية.افترض إليس ونوس أن سلوك المعارضة والتذمر يلعب دورا هاما فى ظهور التسويف.

كما تشير REBT إلى إمكانية وضع تلك المعتقدات فى فئتين منفصلتين: تتضمن الفئة الأولى عدم تحمل الإحباط وتمثل الحاجة لكى يكون الواقع كما نرغب أن يكون(يجب أن تكون الحياة سهلة وخالية من المنغصات)،وتمثل الفئة الثانية تقييم قيمة الذات self-worth بناءا على تلبية بعض الظروف المطلقة (يجب أنجح حتى يصبح لى قيمة). وفى حين يحدث تفاعل بين هاتين الفئتين،يفترض أن ارتباطاتهما بالمشكلات النفسية تكون فريدة ومتميزة. (Harrington,2005)

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

٢- حماية قيمة الذات Self –worth Protection

نظرية قيمة الذات من النظريات التى ظهرت فى إطار البحث فى الدافعية للتحصيل Self-worth theory in achievement motivation

وفقا لنظرية قيمة الذات، يميل الطلاب فى بعض المواقف لأن يخلدوا لعدم المحاولة، ويتعمدوا الامتناع عن بذل الجهد. ففى الحالات التى قد يؤدى فيها الأداء الضعيف إلى تهديد إحساس الفرد بتقديره لذاته، ولذلك تزداد احتمالية حدوث تعمد عدم بذل الجهد حفاظا على صورة الذات. وغالبا ما يحدث ذلك عقب خبرة فشل . يؤدى الفشل إلى تهديد التقديرات الذاتية للقدرة ، ويخلق حالة من الشك فى مقدرة الفرد على الأداء بشكل جيد فى مواقف تالية. ولو حدث وكان الأداء التالى للخبرة التى أثارت الشك فى القدرة أداءً ضعيفا، حينئذ تتأكد الشكوك المتعلقة بقدرة الفرد. ووفقا لنظرية قيمة الذات، يعتبر الامتناع عن بذل الجهد من الطرق التى يتبعها الفرد لتجنب تهديد تقديره لذاته. فى حالة الامتناع عن بذل الجهد، يمكن إرجاع الفشل إلى نقص الجهد، وذلك بدلا من إرجاعه لنقص القدرة ، مما يؤدى التى التقليل من الخطر الذى يتهدد قيمة تقدير الفرد لذاته.فعندما لا ينجز الفرد ويرجع ذلك لعدم بذل الجهد يكون الموقف أخف وطأة من إرجاع عدم الإنجاز لعدم-أو ضعف- القدرة(العجز).

فى الحالات التى يعكس فيها ضعف الأداء ضعفا فى القدرة ، يتم خلق موقف مهدد لقدرة الفرد العقلية. وعلى الجانب الآخر ، لو وجد عذر يمكن بمقتضاه أن يتم إرجاع ضعف الأداء لعامل لا يرتبط بقدرة الفرد(مثل عدم وجود وقت كاف) ، يكون مستوى التهديد لتقدير الفرد

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

لذاته ولقدراته العقلية منخفضا.(Simpson, Davidson, & Barber, 1995)

يصف كوفنجتون (Covington; 1984) نظرية قيمة الذات بوصفها نظرية فى الدافعية الأكاديمية ، ويعرض البحوث التى أجريت كتطبيقات لهذه النظرية. ويناقش التغيرات النمائية فى إدراكات القدرة، والصراع بين الاستراتيجيات التى يطبقها الطلاب للحفاظ على إحساسهم بالقيمة worthiness فى مواجهة الفشل، وأخلاقيات العمل السائدة من قبل المدرسين.

وتفترض تلك النظرية المسماة " قيمة الذات " Self-Worth التى تعتبر نظرية فى الدافعية للإنجاز، والتى وضع أسسها بيرى (Berry, 1975) وكوفينجتون (Covington, 1984) أن يقوم الطلاب فى بعض المواقف بالاستفادة من خلال عدم المحاولة ، وتعمد الامتناع عن بذل الجهد.

وبينما يعتم (يغطى)الامتناع عن بذل الجهد على العلاقة بين الأداء الضعيف والقدرة المنخفضة ، يعتبر بذل الفرد لأقصى جهده فى مهمة تحصيلية تنتهى بالفشل مؤشرا على القدرة المنخفضة. وبذلك يكون الجهد سيف ذو حدين "double- edged sword" بالنسبة للتحصيل الأكاديمى، لأنه كلما زاد الجهد (المذاكرة) تزداد احتمالية أن يكشف التحصيل الضعيف عن قدرة منخفضة. وبالتالى، يؤدى إدراك الفرد لانخفاض مستوى قدراته إلى ظهور الخجل، وتضاءل التوقعات بالنجاح فى المستقبل، وهى العوامل التى يتوقع أن يكون لها تأثير سلبى فى نتائج إنجازه فى المواقف التالية.

عندما قدم بيرى افتراضاته النظرية حول قيمة الذات قام بالمساواة بين قيمة الشخص وقدرته (ability=worth) واعتبر أن هذه المعادلة هى محور

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

ديناميات قيمة الذات self-worth. تعتبر نظرية قيمة الذات فى الدافعية للتحصيل أن الطلاب يفضلون الشعور بالذنب الملازم لبذل جهد منخفض على المهانة والسخرية التى تحدث عندما ينتهى الجهد المرتفع إلى عدم تحقيق الهدف وبالتالى إلى حالة من الفشل. ويعتبر ذلك شكلا من أشكال " حفظ ماء الوجه" . (Penn,2002)

وتكمن مشكلة هذا الإستراتيجية التى يتبعها الطالب فى أن المدرس يتوقع منه أن "يحاول على الأقل" ، وعادة ما ينزع إلى عقابه إذا لم يقم بذلك.هذا الموقف هو ما جعل كوفنجتون يصك مصطلح " السيف ذو الحدين" إشارة إلى أن هذا الموقف يجعل الطالب يحمى نفسه من جانب ويعرض نفسه للعقاب من جانب آخر. (Covington & Omelich, 1979)

أشار كوفينجتون وأومليك(Covington & Omelich, 1981)إلى تزايد التدهور بالإحساس بالقدرة وتوقعات النجاح فى المستقبل مع تزايد مرات الفشل،وذلك من خلال تناقص التبريرات التى يقدما الطالب لكى تنسب مسئولية الفشل لعوامل خارجة عن نطاق التحكم.وعند نفاذ مخزون الأسباب التى تنسب لعوامل خارجية(التبريرات)، ينضب المعين الذى يلجأ إليه الفرد لحماية ذاته،ولا يوجد مفر إلا بالاعتراف أن سبب الفشل هو قدرته المنخفضة. ويزداد الميل لفعل ذلك مع لزدياد الجهد المبذول.وبناءا عليه، يظهر توتر بين الدافع لتحقيق النجاح من خلال المحاولات الجادة والدافع لتجنب عار الهزيمة من خلال الامتناع عن بذل الجهد.

٣- الكمالية Perfectionism

الكمالية من المصطلحات القديمة فى علم النفس حيث تم وصفها والإشارة إليها منذ زمن بعيد يمتد إلى بدايات القرن العشرين مع فرويد الذى رأى أنها عرض شائع لعصاب الوسواس حيث يقوم الأنا الأعلى القاسى المعاقب

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

بفرض معايير مرتفعة للتحصيل والسلوك. (Hill; McIntire ; and Bacharach,1997)

يعتبر برت هارت وزملاؤه أن تعريف مفهوم الكمالية من المهام الصعبة (Hart and others,1998) نظرا لتركيز أغلب التعريفات على تميز الكمالية بوجود معايير شخصية مرتفعة للأداء.ومع ذلك ،لا بد من الرجوع لبعض التعريفات لكى نلقى بعض الضوء على الموضوع.

عرف فروست وآخرون (Frost et al. ,1990) مصطلح الكمالية على أنه يشير إلى ***الرغبة فى تحقيق أعلى معايير للأداء التى يصاحبها حالة من الإفراط فى التقييم الناقد للأداء".***

وبذلك يكون الأشخاص الذين يتسمون بالكمالية المرتفعة هم الذين يعتقدون أنهم يستطيعون–و يجب أن يحققوا الأداء الكامل– ويدركون أى شيء أقل من الأداء الكامل بوصفه غير مرضى،ويميلون للاعتناء الانتقائى بالأدلة التى تشير إلى أن معاييرهم الخاصة لم يتم الوفاء بها. وبناءا عليه يميل الكماليون لأن يكونوا غير راضين عن أدائهم، لأنهم دائما ما يضعون مطالب لا يقدرون على تحقيقها.(Antony; Purdon; Huta; and Swinson, 1998)

فى الوقت الحالى،يتم وصف الكمالية على أنها سمة من سمات الشخصية متعددة الأبعاد ذات خصائص توافقية(أو صحية)وخصائص لا توافقية maladaptive (أو مرضية). وهذا الاتجاه له جذور ممتدة ترجع لهامكيك (Hamachek, 1978) الذى ميز بين نوعين من الكمالية: الكمالية السوية "عندما يحصل الفرد على اللذة من خلال السعى للامتياز الذى لم يدرك بعد، ويتقبل حدوده الشخصية". أم الكمالية العصابية فهى التى "تظهر عندما يضع الفرد لنفسه توقعات غير واقعية،ولا يرضى عن أدائه أبدا".(Ashby; , 2005 ; Rahotep, and Martin)

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

لقد اكتسبت الكمالية شعبية كبيرة بين الباحثين والمؤلفين في السنوات الأخيرة. ومن نتائج الاهتمام المتزايد بهذا المفهوم، تراكمت البحوث التى تؤيد مفهوم هامكيك للكمالية بوصفها متعددة الأبعاد منها ما هو صحى، وما هو مرضى.

لم يقتصر الأمر على البحوث والمعالجات النظرية وإنما شمل المقاييس التى تعد انعكاسا للتوجهات النظرية حول المفهوم.

وتطورت البحوث حول الكمالية من التعامل معها بوصفها مفهوم أحادى البعد(مثل بيرنز Burns, 1980) إلى وضع مفاهيم للكمالية متعددة الأبعاد(مثل: Frost; Marten; Lahart, and Rosenblate, 1990 ،و Hewitt &Flett, 1991). (Kobori & Tanno,2005)

وفى إطار النظرة للكمالية بوصفها مفهوم متعدد الأبعاد ، قام سلانى وآخرون (Slaney et al.,1995) بإجراء التحليل العاملى لثلاث مقاييس للكمالية هى:

* مقياس الكمالية Almost Perfect Scale (APS) الذى أعده سلانى وجونسون Johnson عام ١٩٩٢.

*مقياس الكمالية المتعدد الأبعاد

Multidimensional perfectionism Scale (MPS) لفروست ومارتن ولاهارت وروزنبلات(Frost; Marten;Lahart,and Rosenblate, 1990).

* مقياس الكمالية المتعدد الأبعاد Multidimensional perfectionism Scale (MPS) الذى أعده هويت وفليت (Hewitt &Flett, 1991).

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

صمم مقياس APS لقياس كل من الكمالية الصحية والمرضية ، فـــى حـــين صمم المقياسين الآخرين للتركز بشكل أساسى على الجوانب الأكثر سلبية من الكمالية.

أسفرت تجربة التحليل العاملى للمقاييس الثلاثة عن ظهور عاملين :

- عامل السعى الإيجابى positive striving factor
- عامل الانشغال بـــالتقييم الـــسلبى negative evaluation concerns factor

وقد أطلق سلانى وزملاؤه على العاملين اسم: الكمالية التوافقيـــة والكماليـــة اللاتوافقية.

وفى مصر،قامت أمال باظة بنشر مقياس للكمالية العصابية، وقامت شادية عبد الخالق بإعداد مقياس للكمالية -متعدد الأبعاد لاستخدامه فى دراسة تهدف لتقديم طريقة علاجية لتخفيف اضطرابات الكمالية العصابية-مكون من خمسة أبعاد هى:

- المماطلة فى إنهاء المهام
- قلق الكمالية
- العلاقة بالآخرين
- العلاقة بالذات
- الاضطرابات السيكوسوماتية (شادية عبد الخالق،٢٠٠٥)

٤- الإحساس بالكفاءة الذاتية Self-Efficacy

قدم باندورا مفهوم الإحساس بالكفاءة الذاتية وأرساه فى التراث السيكولوجي في السبعينات من القرن الماضى،وبمجرد ظهوره احتل موقعا جذابا في عقول الباحثين.فى البداية؛عرف باندورا المفهوم بأنه الأحكام الشخصية التى يحملها الفرد حول قدراته لكى ينظم وينفذ مسارات أفعاله لإنجاز الأهداف

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

المرجوة،وهو يعتقد أنه يستطيع أن يقوم بتقدير مستوى تلك القدرات، وعموميتها،وقوتها من خلال الأنشطة والمواقف المختلفة. (Zimmerman,2000).

وبعبارة أخرى،هو السلوك الباطني "العملية العقلية" السابقة للسلوك الظاهري الصادر من الفرد كصيغة عقلية تتنبأ بالحصول على الإشباع في التفاعل مع المثير الخارجي"المواقف المجهولة والغامضة" وفي ضوئها يتوقع الفرد الجهد المبذول ونوع الأنشطة المتضمنة في الأداء،وكيفية التفاعل مع المجهول والغموض،وإنجاز سلوك يحقق الإشباع وتحقيق الأهداف(عواطف حسين،١٩٩٤)

ويشير مفهوم الإحساس بكفاءة الذات عند باندورا (١٩٨٢)إلى إدراك التحكم فى الموارد الداخلية،لكنه يتضمن أيضا مكونا خارجيا يشير إلى إدراكات التحكم فى القيود البيئية التى تفرض على السلوك. (Van Hooft and Others,2005)

ويفضل الباحث –فى الدراسة الحالية–أن يشير لمصطلح Self-Efficacy بتعبير "الإحساس بالكفاءة الذاتية"،رغم أن كلمة "الإحساس" غير موجودة فى المصطلح الذى صكه باندورا،لكن المعنى يتضمن الإحساس بالكفاءة وليس مجرد وجودها. لكن مما يدعم هذا التفضيل أن باندورا قام باستخدام مصطلح الكفاءة الذاتية المدركة perceived self- Efficacy فى أعماله اللاحقة(Bandura and Others,1996، و Bandura and Others,2001، و Bandura and Locke,2003).

وعادة ما يفهم الإحساس بالكفاءة الذاتية على أنه مرتبط بمهمة محددة،أو مجال محدد. ولكن، تعامل الكثير من الباحثين مع المصطلح بوصفه مفهوم عام يشير إلى الثقة الشاملة فى قدرة الفرد على مواجهة طائفة عريضة من

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

المواقف الملحة أو الجديدة.(Luszczynska; Gutierrez-Dona; and Schwarzer,2005)

وقد بذلت محاولات لوضع المفهوم فى إطار نماذج أو نظريات معينة،إضافة إلى تصور باندورا له فى إطار النظرية الاجتماعية المعرفية. ومن بين تلك المحاولات المكانة التى يحتلها المفهوم فى التصور الذى وضعه مورفى والكسندر للمفاهيم الخاصة بالدافعية،حيث ميزا بين المفهوم ومفهوم قدرة الذات self-competence الذى يقتصر على الحكم الذاتى على القدرة على تنفيذ المهام ،فى حين يشمل الإحساس بالكفاءة الذاتية عملية التنظيم أيضا.(Murphy and Alexander,2000)

ويستدعى التمييز السابق ضرورة الإشارة إلى العديد من المصطلحات التى لا يمكن حصرها،والتى تتداخل مع الإحساس بالكفاءة الذاتيةوأن كان لا بأس من ضرب مثال بأحدها وهو"الكفاية الشخصية self Adequacy"الذى تعرفه عواطف شوكت على أنه "مدى إدراك الفرد لذاته على أنه كفء قادر على معالجة أموره.وأنه موفق فيما يعرض له من أمور أو ما يقوم به من مهام.أما عدم شعوره بالكفاية فيشير إلى العجز و الضآلة". (عواطف شوكت،٢٠٠٠)

توجد العديد من التعريفات التي تناولت مفهوم الكفاءة الذاتية، منها تعريف شنك لها بأنها "تتعلق بالأحكام على مدى الجودة التي يستطيع بها المرء أن ينظم ويستخدم مجريات الأحداث في المواقف التي تحتوي على عناصر جديدة (schunk , 1983).وعرفها أيضا نيومان و نيومان على أنها"إحساس الفرد بالثقة فى إمكانية أداء السلوكيات التي يتطلبها موقف ما، سواء كان الفرد يختار السلوك أم لا، فهذا يعتمد على شعور الفرد بالثقة في أنه سوف ينجح فى الأداء المطلوب. (Newman & Newman , 1984).

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

واتفاقا مع باندورا، يستخدم البعض تعبير الكفاءة الذاتية المدركة للإشارة إلى الكفاءة الذاتية التى يعرفونها على أنها اعتقاد الفرد فى قدرته على التعامل مع المهام الصعبة أو الجديدة والتكيف مع الظروف المعاكسة فى مواقف جوهرية محددة.(Luszczynska; Gutierrez-Dona; and Schwarzer,2005). وهناك من يرى أن هذا المفهوم هو المسئول عن وجود اختلافات فى الطريقة التى يحس ويفكر ويسلك بها الناس.

ويستخدم سيرفون Cervone أيضا مصطلح الكفاءة الذاتية المدركة،حيث يعتبرها ميكانيزم معرفى يكمن خلف التغير فى السلوك. ويطرح سيرفون ثلاثة أسئلة هى:هل تكون الكفاءة الذاتية المدركة معممة فى كل المواقف؟،هل تؤثر الحالات الوجدانية فى الكفاءة الذاتية المدركة؟،هل يمتلك الناس مستوى واحد للكفاءة الذاتية المدركة يستخدمونها فى كل المجالات،أو هل توجد جوانب متعددة للكفاءة الذاتية المدركة. أجاب سيرفون على السؤال الأول بالإيجاب موضحا أن الفرد يعمم الكفاءة الذاتية المدركة فى مجموعة من المواقف .وقرر أن الحالات الوجدانية لا تؤثر بالضرورة فى الكفاءة الذاتية المدركة،لكنها ترفع من مستويات الأداء،مما يخلق تناقض بين مستوى الكفاءة والمعايير الموضوعة. وبالنسبة للسؤال الثالث،يرى أن الجوانب المختلفة من تقدير الكفاءة الذاتية يمكن أن تنظم من خلال التمييز بين الكفاءة الذاتية المدركة الخاصة بالاستراتيجيات التنفيذية،وتلك الخاصة بتحقيق الأهداف. (Cervone,2000)

يميل الأفراد الذين يتمتعون بمستوى مرتفع من الإحساس بالكفاءة الذاتية باختيار أداء المهام التى تثير التحدى،كما يضعون لأنفسهم أهداف مرتفعة ويتمسكون بها.أنهم يضعون تصورات مسبقة للمهام ،وبمجرد البدء

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

فى الفعل يقومون ببذل الكثير من الجهد ويثابرون على العمل بشكل يفوق الأفراد الذين لا يتمتعون بمستوى مرتفع من الإحساس بالكفاءة الذاتية.

يعتبر باندورا(١٩٨٦) هو أول من تطرق للعلاقة بين الإحساس بكفاءة الذات والتسويف. وفقا لباندورا(١٩٧٧)، يشير مفهوم الإحساس بكفاءة الذات إلى اعتقاد الفرد أنه فى مقدوره القيام-بثقة- بأداء المهام اللازمة للنجاح فى تحقيق الأهداف.وافترض باندورا (١٩٨٦) أنه فى حالة تواجد مستويات مناسبة من القدرة والدافعية،سوف يؤثر الاعتقاد فى كفاءة الذات فى مبادرة الشخص بالقيام بالمهمة والاستمرار فيه. (Chun chu and Chio,2005).

ووفقا لنظرية باندورا المعرفية الاجتماعية Social Cognitive Theory (١٩٨٦) تتنبأ معتقدات الطلبة حول كفاءتهم الذاتية-تقديراتهم للثقة فى أداء المهام الأكاديمية،أو النجاح فى الأنشطة الأكاديمية-بقدرتهم اللاحقة على إنجاز تلك المهام أو النجاح فى الأنشطة.(Pajares and Graham,1999)

لقد قام العديد من الباحثين بفحص العلاقة بين الكفاءة الذاتية والتسويف،وقد أسفرت أهم هذه الجهود عن وجود علاقة عكسية بين الاعتقاد فى كفاءة الذات والتسويف الأكاديمى لدى طلاب الجامعة.

رابعا.الدراسات السابقة

أولا. فى التسويف

أظهرت دراسة فروز ونيسلى وماى (Froese; Nisly; and May,1984) التى أجريت على طلاب الجامعة عدم وجود علاقة دالة بين صعوبة المهمة أو الاهتمام بها وبين التسويف.

وفى دراسة فيرارى وماك كوان (Ferrari and McCoan,1994) عن علاقة التسويف باضطراب الوسواس القهرى ،أظهرت النتائج أن الوساوس ترتبط

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

بتسويف القرارات لدى حالات الوسواس القهرى.كما بينت ارتباط المشاعر القهرية بالتسويف فى القرارات والتسويف التجنبى avoidant.

كشفت دراسة لاى(Lay,1997) عن وجود علاقة ارتباطية سالبة بين التسويف والالتزام conscientiousness.

وبينت نتائج الدراسة التى أجراها فودانوفيتش وريب (Vodanovich and Tupp,1999) ارتباط التسويف بالشعور بالملل. وفى دراسة ستيل وبروتن وومباخ (Steel; Brothen and Wambach,2001) كشفت النتائج عن ارتباط التسويف إيجابيا بكل من الانبساط والسيطرة(من أبعاد الشخصية)،وارتباطه سلبيا بتكملة التمارين والدرجة على الامتحانات النهائية والدرجات أثناء الفصل الدراسى(من أبعاد الأداء).

فحص بلانت وبيكل (Blunt and Pychyl,2000) العلاقة بين وعورة المهمة task aversiveness والتسويف لدى طلاب الجامعة.أظهرت النتائج ارتباط وعورة المهمة إيجابيا بالتسويف، كما بينت ارتباط الملل والإحباط والتذمر بوعورة المهمة.

وفى دراسة لبيكل وكوبلان وريد (Pychyl; Coplan; and Reid,2002) عن علاقة أساليب المعاملة الوالدية بالتسويف لدى عينة من المراهقين،أظهرت النتائج وجود ارتباط(-٠,٥٢) سالب دال إحصائيا (عند ٠,٠٠١) بين قيمة الذات والتسويف.كما ظهرت علاقة ارتباطية (-٠,٣٠) سالبة دالة إحصائيا بين تسلطية الأب والتسويف.

أكدت نتائج دراسة شير وأوسترمان (Scher and Osterman,2002) على العلاقة الارتباطية السالبة بين التسويف والالتزام conscientiousness.

فى دراسة لجاكسون وزملاؤه (Jackson, and others,2003) عن علاقة التسويف بإدراك الماضى والحاضر والمستقبل ،أظهرت النتائج أن

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

الأفراد الذين يحصلون على درجات مرتفعة فى التسويف يميلون للقدرية fatalismأكثر من ميلهم للذة hedonism،ويعيشون الحاضر ولديهم اتجاه سلبى نحو الماضى،ويهتمون قليلا بالمستقبل.

فى دراسة سينكال وزملاؤها (Senécal; Julien; and Guay,2003)،أظهرت النتائج ارتباط التسويف بصراع الدور لدى طلاب الجامعة.

وأظهرت دراسة فان إيرد (Van Erede,2003) ارتباط التسويف بالإحساس بالكفاءة الذاتية سلبيا، وارتباطه بتعويق الذات self-handicapping إيجابيا.

وفى دراسة عن التسويف والسلوك الصحى،كشف سيروس (Sirois,2004) عن وجود علاقة سالبة بين التسويف ونوايا الانخراط فى أنماط سلوك صحية.كما كشفت عند وجود دور للإحساس المنخفض بالكفاءة الذاتية فى عملية التسويف.

ثانيا في حماية قيمة الذات

أجريت دراسة كيستنر وآخرون (Kistner; and others, 1987) على مجموعتين من طلاب المدارس الابتدائية والوسطى الأولى تعانى من صعوبات فى التعلم والثانية عادية، أظهرت النتائج أن الأطفال الذين يعانون من صعوبات فى التعلم قيموا قدراتهم المعرفية والبدنية بشكل أكثر سلبية مقارنة بالمجموعة العادية، كما كانوا أكثر ميلا للتعبير عن عدم الرضا عن الذات، أو عن علاقاتهم بأقرانهم.

وفى دراسة كول (Cole, 1991) أظهرت النتائج ارتباط تلميحات الأقران وتقديرات المدرسين لقدرة طلاب الصف الرابع بالتغيرات التى حدثت فى إدراكاتهم الذاتية لقدراتهم، وبالدرجة الكلية على قيمة الذات.

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

قامت هارتر وجاكسون (Harter and Jakson,1993) بفحص إدراكات المراهقين للصلة بين قيمة الذات المنخفضة والحالة الوجدانية الاكتئابية.قرر ٤٠% من المراهقين أن الإحساس المنخفض بقيمة الذات يؤدى إلى الحالة الوجدانية الاكتئابية، فى حين قرر ٦٠ % من المراهقين الحالة الوجدانية الاكتئابية يتبعها الإحساس المنخفض بقيمة الذات.

وقام جونسون (Johnson, 1993) بإجراء دراستين طبقتا على الطلاب من الصف الثالث حتى الصف الثامن تفحص دوافعهم وعزوهم attributions ومشاعرهم التى تعقب الفشل المدرسى أو سوء السلوك، أظهرت النتائج أن الطلاب الذين يعزون الفشل لأنفسهم self-blamed attributions تكون درجاتهم منخفضة على قيمة الذات، وعلى القدرة المدرسية المدركة، والتفاؤلhopefulness، وكانوا أكثر قلقا بخصوص المدرسة - مقارنة بالطلاب الذين يعزون الفشل لمسئولياتهم الشخصية. وكانت درجات الطلاب ذوى التوجهات الدافعية التجنبية avoidant أقل فيما يتعلق بأهمية النجاح الأكاديمى، والقدرة المدرسية ، والتفاؤل، وأعطوا أهمية كبيرة لدعم آبائهم مقارنة بالطلاب ذوى التوجهات الدافعية القائمة على بذل الجهد effortful.

وفى دراسة بير ومنك (Bear& Minke , 1996)التى أجريت على عينة من أطفال الصف الثالث مجموعة منهم يعانون من صعوبات التعلم والأخرى عادية.أظهرت النتائج أن معظم الأطفال يدركون أنفسهم بوصفهم يؤدون أكاديميا بشكل جيد، معتمدين بشكل كبير على التغذية الراجعة التى يتلقونها من المدرسين فى الفصول.

فى دراسة أوهانشيان وآخرون (Ohannessian and others,1996) التى أجريت على طلاب الصفين السادس والسابع ،أبرزت النتائج ارتباط قيمة

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

الذات بالقبول الوالدى، وأظهرت أن درجات الذكور على قيمة الذات أعلى من درجات الإناث.

أظهرت دراسة جارسيا وآخرون(Garcia; and others, 1996)أن متغيرات الدافعية وبيئة الفصل هى أقوى المنبئات بالتعويق الذاتى Self-handicappingللطالب. وتناولت بعض الدراسات دور الأقران فى الاتجاه إلى حماية قيمة الذات منها دراسة فينزل وماجاليتا وبيروت (Fenzel ; Magaletta; and Peyrot, 1997)التى أظهرت نتائجها ارتباط قيمة الذات بالضغوط التى يسببها الأقران.

وفى دراسة فيست وونج وكريل (Wiest; Wong; and Kreil,1998) أتضح أن مقاييس القدرة المدركة،والضبط،والاستقلال، تتنبأ بقيمة الذات والأداء الأكاديمى لدى طلاب المدارس العليا (GPA).

وفى دراسة لهارتر وواترز ووايتسل Harter; Waters; and Whitesell, (1998)، أظهرت النتائج أن إدراك قيمة الذات لدى المرهقين تختلف باختلاف السياق.

فحص ماكجاير وآخرون (McGuire, and others, 1999) عينة من التوائم والأشقاء، والأخوة غير الأشقاء تتراوح أعمارهم من ١٠-١٨ سنة ، وأظهرت نتائج الدراسة وجود تأثير للعوامل الوراثية فى ثبات القدرة المدرسية المدركة، وقيمة الذات.

ومن البحوث التى اهتمت بقيمة الذات فى سياق التصدى لدراسة صعوبات التعلم دراسة فردريكسون وجاكوبس (Frederickson & Jacobs, 2001)التى أظهرت أن الأطفال الذين يعانون من صعوبات فى التعلم كانت إدراكاتهم لقدراتهم المدرسية منخفضة عن إدراكات الأطفال

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

العاديين بشكل دال، لكن لم توجد فروق دالة فيما يتعلق بالدرجة الكلية على تقييم الذات global self-worth.

ودراسة بينجلو (Campbell and Pungello, 2002)التى أظهرت نتائجها أن إدراكات القدرة المدرسية، والاجتماعية، والبدنية من العوامل المنبئة بقيمة الذات الشاملة global، وأن الصراعات الأسرية فى المراهقة والتحصيل الدراسى تعتبر عوامل منبئة بالقدرة المدرسية المدركة. وأيضا دراسة ونج وفيست وكوزيك (Wong; Wiest; and Cusick, 2002) التى أكدت نتائجها على أن تدعيم الاستقلالية، والتعلق بالوالدين، والقدرة المدرسية، وقيمة الذات تعتبر منبئات بمتغيرات المحك الأكاديمى academic criterion. وفى دراسة على المراهقين(طلاب الصف الحادى عشر) لديفى وإيكر وولترز(Davey; Eaker; and Walters, 2003) أظهرت النتائج ارتباط قيمة الذات بالانفتاح على الخبرات الجديدة، والسماحة(الطيبة) agreeableness.

فحص محمد مصطفى أثر بعض المتغيرات المعرفية والدافعية وحماية قيمة الذات فى التحصيل الدراسى لدى طلاب الثانوى، وقد أسفرت أهم النتائج عن: وجود علاقة ارتباطية سالبة بين التحصيل الدراسى وحماية قيمة الذات، عدم وجود فروق بين الجنسين فى حماية قيمة الذات، عدم وجود فروق بين طلاب القسم العلمى وطلاب القسم الأدبى فى حماية قيمة الذات.(محمد على مصطفى،٢٠٠٤). وبين ميلر (Miller,2006) أن تكوين الإحساس بقيمة الذات يجب أن يكمله إحساس إيجابى بقدرة الذات Self-competence.

ثالثا. دراسات تناولت الإحساس بكفاءة الذات

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

أظهرت نتائج الدراسة التى قام بإجراءها جاكوبس وبرانتس دون وروجـرز (Jacobs; Printice-Dunn and Rogers,1984) أن الكفاءة الذاتيـة تتنبـأ بالمثابرة فى أداء المهام. وعن دور الكفاءة الذاتية فى تحقيـق تغييـر نحـو السلوك الصحى، كـشفت دراسـة ستريـشير وآخـرون (Strecher and Others,1986) عن وجود علاقة ارتباطية بين الإحـساس بكفـاءة الـذات والتغيير نحو السلوك الصحى.

وكشفت دراسة عواطف حسين-التي أجريت على عينة من طلاب الجامعة من الجنسين- عن وجود علاقة سلبية بين الفاعلية الذاتية وضغوط الحياة. وعدم وجود فروق دالة بـين الجنـسين فـي الفاعليـة الذاتيـة(عواطـف حسين،١٩٩٣،ص: ٥٣)

وأسفرت نتائج دراسة عبد العال حمدى عن وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين فاعلية الذات ومستوي الطموح والدافعية للإنجاز عند كل من الذكور والإناث من طلاب الجامعة. (عبد العال حمدي ،١٩٩٣).

اختبر باندورا وآخرون (Bandura and Others,1996) تأثير الجوانب المتعددة للاعتقاد فى كفاءة الذات فى القيام بالوظائف الأكاديمية.يرى باندورا وزملاؤه أن اعتقادات الأطفال فى كفاءتهم فى تنظيم تعلمهم تسهم بدورها فى تحصيلهم الأكاديمى.كما تسهم الكفاءة الاجتماعية المدركة فى التحصيل الأكاديمى أيضا.

وفى دراسة مارتن وزملاؤه(Martin and Others,1996) عن علاقة بعض متغيرات الشخصية بالاكتئاب ،أظهرت النتائج ارتباط الاكتئاب بالكفاءة الذاتية وبالتسويف،وبالكمالية المفروضة اجتماعيا socially prescribed.

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

بين هاريسون وشادويك وسكاليز (Harrison; Chadwick and Scles,1996) أن الأفراد المرتفعون فى الدرجة على الكفاءة الذاتية حصلوا على درجات أعلى فى متغيرات التفاعلية والتوافق فى العمل.

أظهرت دراسة بارنويل وكافاناغ (Barnwell and Kavanagh,1997) ارتباط الإحساس بالكفاءة الذاتية بقيمة الذات.

فى دراسة هيكوك وماكارثى وسكاى(Haycock; McCarthy and Skay,1998) تم الكشف عن كون توقع كفاءة الذات تتنبأ بالتسويف.

أما دراسة علاء شعراوي، فقد توصلت إلي وجود علاقة ذات دلالة بين الدافعية للإنجاز وفاعلية الذات لدي كل من الذكور والإناث.(علاء شعراوى،٢٠٠٠).

وأظهرت دراسة لوسيسرو وآشبى(LoCicero and Ashby,2000) وجود ارتباط بين الكمالية التوافقية وبين الإحساس بالكفاءة الذاتية.

فحص باندورا وآخرون(Bandura and Others,2001) التفاعل بين الاعتقاد فى قيمة الذات وطموحات الأطفال.كشفت الدراسة عن تأثير إدراك الأطفال لكفاءتهم الأكاديمية والاجتماعية والشخصية فى أنماط الأنشطة المهنية التى يمارسونها لأنهم يتوقعون أنهم سيؤدنها بكفاءة.كما بينت أن إدراك الأطفال لكفاءتهم -وليس تحصيلهم الأكاديمى الفعلى- هى المحدد الأساسى لكفاءتهم المهنية المدركة، ولتفضيلاتهم المهنية.

وفى إطار مواصلة باندورا لبحث العلاقة بين الإحساس بالكفاءة الذاتية والتحصيل الأكاديمى، قام بالاشتراك مع لوك (Bandura and Locke,2003) بالتأكيد على أن الكفاءة الذاتية المدركة -بالإضافة إلى الأهداف الشخصية-ترفع من الدافعية والرغبة فى إنجاز المهام.

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

أكدت دراسة شن وجولى وإيدن (Chen; Gully and Eden,2004) على ارتباط الإحساس العام بالكفاءة الذاتية بالمتغيرات الدافعية.

رابعا. دراسات تناولت الكمالية.

يوجد كم هائل من الدراسات التى تناولت الكمالية. وفى عرضنا التالى سنحاول أن نركز على الدراسات التى تناولت الكمالية فى علاقتها ببعض متغيرات الدراسة الثلاثة الأخرى. فى دراسة لهارت وزملاؤه(Hart and Others,1998)عن العلاقة بين الكمالية والكفاءة الذاتية لدى طلاب الجامعة،كشفت النتائج عن وجود ارتباط دال سالب بين الإحساس بالكفاءة الذاتية وكل من الكمالية الموجهة ذاتيا Self-Oriented،والكمالية الموجهة من قبل الآخرينOther-Oriented.

كما أظهرت دراسة ونوجيبتز(Onwuegbuzie,2000)وجود ارتباط دال بين التسويف وبين:الكمالية الموجهة من الذات self-oriented،والكمالية المفروضة اجتماعيا. أظهرت دراسة دينكلى وآخرون(Dunkley and Others,2004)-التى فحصت العلاقة بين الكمالية ونموذج العوامل الخمسة فى الشخصية-وجود ارتباط دال ايجابى بين الكمالية والعصابية وسلبى بين الكمالية والانبساطية.

وفى دراسة والاش واجومبا اجوانبى (Walsh and Ugumba-Agwunobi,2002)

عن الفروق الفردية فى القلق من الإحصاء، وأدوار الكمالية والتسويف فيها، أظهرت النتائج وجود ارتباطات دالة بين الكمالية الموجهة من الذات والكمالية المفروضة اجتماعيا وبين قلق الامتحان،والخوف من طلب المساعدة ؛ وبين الكمالية الموجهة من الآخرين والخوف من طلب المساعدة.ما ارتبط التسويف بالخوف من طلب المساعدة.

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

وأكدت دراسة باردون كون(Bardone-Cone and Others,2006) وزملاؤه على الارتباط بين الكمالية والإحساس بالكفاءة الذاتية.

فحصت الدراسة التى أجراها دينكلى وآخرون(Dunkley and Others,2006)عن وجود ارتباطات موجبة بين الكمالية المفروضة اجتماعيا socially-prescribed ونقد الذات self-criticism، والعزلة Isolation. وعن وجود ارتباطات موجبة بين الكمالية الموجهة من الذات self-oriented ونقد الذات ،والعزلة ، والإحساس بالكفاءة Self-Efficacy، والإحساس بالاستقلال.وفيما يختص بالعوامل الخمسة للشخصية، ترتبط الكمالية المنتقدة للذات self-critical perfectionism ايجابيا بالعصابية،وترتبط سلبيا بالانبساط والتفتح،والسماحة والالتزام. وترتبط الكمالية القائمة على المعايير الشخصية personal standards perfectionism ايجابيا بالعصابية والتفتح والالتزام.

وفى دراسة عن إمكانية تنبؤ مكونات الكمالية بسوء التوافق maladjustment قام بها دينكلى وزورف وبلانكشتاين(Dunkley; Zuuroff and Blankstein,2006) أظهرت نتائجها الارتباطات الدالة التالية بين أبعاد مقياس الكمالية المتعدد الأبعاد لفروست وآخرون and Others Frost، ومقياس الكمالية لهويت Hewitt:

المتغيرات الأخرى* / أبعاد الكمالية	نقد الذات	المجادلات العنيفة	التكيف التجنبى	تدعيم اجتماعى مدرك	الحالات الوجدانية السلبية	الحالات الوجدانية الإيجابية
الكمالية المفروضة اجتماعيا(هويت)	٠,٥٧	٠,٣١	٠,٢٧	٠,٤٠-	٠,٣٤	٠,٢٩-
الكمالية الموجه من	٠,٤٢	---	---	٠,٣١-	٠,٢١	---

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

الذات(هويت)						
الكمالية الموجه من الآخرين(هويت)	---	---	---	---	---	---
الاهتمام بالأخطاء(فروست)	٠,٦٨	٠,٤٣	٠,٢٧	٠,٤٩-	٠,٤٥	٠,٢٧-
الشك فى الأفعال(فروست)	٠,٥٩	٠,٤٣	٠,٤٠	٠,٣٥-	٠,٣٧	٠,٢٥-
التوقعات الوالدية(فروست)	٠,٢٤	---	---	---	---	٠,٢٨-
النقد الوالدى(فروست)	٠,٣٣	٠,٢٨	٠,٢٦	٠,٣٣-	٠,٣١	٠,٢٦-
المعايير الشخصية(فروست)	٠,٣٢	---	---	---	---	---
التنظيم (فروست)	---	---	---	---	٠,٢٣-	---

*نقد الذات self-criticism، المجادلات العنيفة hassles، التكيف التجنبى avoidant coping ، تدعيم اجتماعى مدرك Perceived social support ، الحالات الوجدانية السلبية Negative affect، الحالات الوجدانية الإيجابية positive affect

وقام جيلبرت وديورانت وماك إيوان(Gilbert; Durrant and McEwan,2006) أيضا بدراسة العلاقة بين العلاقة بين الكمالية ونقد الذات ،وقد اتفقت نتائجه مع نتائج دينكلى وزورف وبلانكشتاين حيث ارتبطت الكمالية المفروضة اجتماعيا بنقد الذات(بكل متغيراتها)،فى حين لم ترتبط الكمالية الموجهة من قبل الذات أو الموجهة من قبل الآخرين إلا بمتغير واحد من متغيرات نقد الذات هو تصحيح الذات .

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

خامسا .الإطار المنهجى

١- الفروض

بناءا على التراث النظرى والدراسات السابقة يحاول الباحث أن يختبر صحة الفرض الأساسى التالي:

"يرتبط سلوك التسويف ارتباطا دالا موجبا بحماية قيمة الذات وبالكمالية،وارتباطا دالا سالبا بالكفاءة الذاتية"

وتأسيسا على الفرض السابق يمكن اختبار صحة الفروض التالية:

١ - "ترتبط الكفاءة الذاتية بكل من الكمالية وحماية قيمة الذات ارتباطا دالا سالبا"

٢- "الأفراد الحاصلون على درجات مرتفعة فى مقياس التسويف سوف يحصلون على درجات مرتفعة فى حماية قيمة الذات وفى الكمالية مقارنة بالأفراد الحاصلين على درجات منخفضة فى التسويف"

٣- "الأفراد الحاصلون على درجات مرتفعة فى مقياس التسويف سوف يحصلون على درجات منخفضة فى الكفاءة الذاتية مقارنة بالأفراد الحاصلين على درجات منخفضة فى التسويف"

٤- "لا توجد فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث على متغيرات الدراسة الأربعة"

٥- "لا توجد فروق دالة إحصائيا بين طلاب الثانوى وطلاب الجامعة على متغيرات الدراسة الأربعة"

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

٢ – العينة

أجريت هذه الدراسة على عينتين:

– العينة الأولى (الدراسة القبلية)

ضمت العينة ٣٥ طالب و ٤٢ طالبة من طلاب قسم علم النفس بكلية الآداب بجامعة المنيا تم تطبيق المقاييس الأربعة المستخدمة فى الدراسة عليهم من أجل التأكد من صلاحية المقاييس من حيث: التمييز، الثبات ،الصدق.

– العينة الثانية (الدراسة الأساسية)

تعتبر عينة هذه الدراسة عينة افتراضية تم سحبها من المجتمع الافتراضى Hypothetical Population(صلاح علام،٢٠٠٤.ص ص:١٩-٢٣) لطلاب الجامعة والثانوى.تمثلت العينة فى ٢٥٧(١٢٨طالب و١٢٩طالبة)من طلاب كلية الآداب جامعة المنيا (ن= ١٥٣)،وطلاب الثانوى (ن=١٠٤) من مدرسة المنيا الثانوية ومدرسة بنى أحمد الثانوية. بلغ متوسط سن العينة ١٨,٩١ سنة بانحراف معيارى ١٠,٩٥(١٨,٦٥ للذكور،١٩,١٦ للإناث).وقد بلغ متوسط سن طلاب الجامعة ٢٠,١٧ بانحراف معيارى ١,٣٠،ومتوسط سن طلاب ثانوى ١٧٠,٠٦بانحراف معيارى ١٠,٠٥.

٣ – الأدوات

١ – مقياس التسويف

توجد مقاييس عديدة لقياس التسويف Procrastination من أكثرها شيوعا:

– مقياس التسويف السلوكى العام(GP) The General Behavioral procrastination الذى أعده لاى (Lay,1986)

– مقياس التسويف للراشدين(AIP) The Adult Inventory of Procrastination الذى أعده ماك كوان وجونسون (McCown and Jhonson,1989) ،

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

-مقياس التسويف فى القرارات(The Decisional Procrastination (DP الذى أعده مان (Mann,1982). (Diaz-Morales and Others,2006)

كما توجد بالطبع مقاييس أخرى من أهمها مقياس التسويف الذى أعده توكمان (Tuckman,1990) لقياس التسويف كاتجاه attitudinally وكسلوك behaviorally.

صمم مقياس GP ومقياس AIP لقياس مدى ميل الأفراد لتأخير أداء أنشطة الحياة اليومية. يقيس GP الميول الكلية global نحو التسويف من خلال تأخير مهام الحياة اليومية.أنه مقياس فعال لسلوك التأجيل من خلال المواقف المختلفة.

يتكون مقياس التسويف السلوكى العام GP فى صورته المعدلة من ٢٠ بندا،ويتكون مقياس التسويف للراشدين AIP من ١٥ بندا ،ويضم مقياس التسويف فى القرارات ٥ بنود. صممت عبارات المقاييس الثلاثة على طريقة ليكرت ذات الخمس نقاط (Diaz-Morales and Others,2006).

فى دراسة دياز موراليس - السابق ذكرها- تم استبعاد البنود:٤-١٠-١١-١٣ بناءا على نتائج التحليل العاملى التى كشفت قيم الشيوع المنخفضة لتلك البنود.

فى الدراسة الحالية ،تم إجراء تطبيق البحث على مرحلتين .تم تخصيص المرحلة الأولى (التجربة القبلية pretest) لاختبار مدى صلاحية المقاييس المستخدمة،حيث تم تطبيق المقياس على ٣٥ طالب و٤٢ طالبة من طلاب قسم علم النفس بكلية الآداب ،جامعة المنيا وذلك لاختبار القدرة التمييزية له،وأيضا الاتساق الداخلى بين العبارات والدرجة الكلية على المقاييس.

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

فى التجربة القبلية تم تطبيق المقاييس الثلاثة بهدف اختبار قدرتها التميزية،وبهدف اختبار إمكانية اعتبارها مقياس واحدا للتسويف من خلال فحص الاتساق بين الدرجة على كل بند من البنود والدرجة الكلية،ومن خلال فحص البنية العاملية للبنود المكونة للمقاييس الثلاثة.

لمزيد من الدقة والرغبة فى الحصول على مقياس أكثر تماسكا تم اعتبار البنود التى تقل نسبة تكرار فئات أحدى الاستجابات فيها عن ١٠% استجابة غير مميزة (تم اعتماد نسبة ٥% بالنسبة للمقاييس الثلاثة الأخرى المطبقة فى الدراسة) .و قد كشفت هذه الخطوة عن وجود بندان فى مقياس GP ،تقل نسبة الاستجابات فى الفئة" "لا تنطبق على أبدا " عن ١٠% ،وهى :

٢- عندما أشارك فى التخطيط لحفلة ، أتقوم بعمل الترتيبات اللازمة مقدما

٤- عادة ما أقوم بالرد على من يتصل بى تليفونيا فور علمى بالاتصال

كما كشفت عن وجود ثمان بنود فى مقياس AIP تقل نسبة الاستجابات فى الفئة" "لا تنطبق على أبدا " عن ١٠% ،وهى :

٤- عادة ما أجد نفسى لا أنجز الأمور فى موعدها

٥- أذهب للموعد المحدد-للدراسة أو العمل أو مقابلة شخصية- فى أغلب الأحوال

٦- أنا أكثر دقة فى مراعاة المواعيد مقارنة بأغلب الناس الذين أعرفهم

٨- لا أستطيع القيام بالأعمال التى لها وقت محدد بشكل جيد

٩ - إذا كانت توجد دروس تعلم الفرد كيف يقوم بالأعمال فى موعدها سوف أكون أول من يحضرها

١٠- أقوم بعمل الأشياء الهامة فى موعدها

١١- أقوم بدفع الفواتير أو المستحقات المالية الأخرى فى موعدها

١٢- أقوم بعمل الصيانة الدورية (أو تنظيف وترتيب) للأشياء فى موعدها

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

بينت تكرارات الاستجابات أن كل بنود مقياس DP مميزة.وكشفت عملية حساب الاتساق الداخلى لمقياس GP عن وجود أربعة بنود لم تصل إلى مستوى دلالة ٠,٠١، وهى:

٧- أقضى أيام عديدة حتى أقوم ببعض الأعمال البسيطة التى لا تتطلب سوى الجلوس بعض الوقت من أجل القيام بها

١١- غالبا ما أقوم من الانتهاء من المهام قبل موعدها المحدد

١٤- عادة ما أقوم بالرد على الخطابات و المراسلات الشخصية والرسمية فور تسلمها

١٦- عادة ما أقوم بكل المهام التى يجب أن أقوم بها قبل أن أستريح واسترخى فى المساء

وبذلك أصبح مجموع المقاييس الثلاثة كما يلى(١٠ بنود لمقياس GP،٧ بنود لمقياس AIP، ٥ بنود لمقياس DP)

وهكذا أصبح مجموع البنود ٢٢ بندا تم إجراء التحليل العاملى لاختبار البنية العاملية المكونة لها ،وذلك من خلال طريقة المكونات الأساسية،وتدوير المحاور بطريقة Direct Oblmin ،واعتبار العامل الذى يوضع فى الاعتبار هو الذى لا يقل جذره الكامن عن ١,٥ وتكون عليه ثلاثة تشبعات على الأقل لا تقل قيمتها عن ٠,٣٠ وقد أسفرت هذه العملية عن ظهور العوامل الثلاثة التالية:

جدول رقم (١) عوامل مقياس التسويف

البنود	العوامل		
	الأول	الثانى	الثالث
١			٠,٤٧
٢	٠,٣٥		
٣	٠,٣٥		٠,٥٥

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

٤	٠,٣٢-	٠,٣٥	٠,٤٥-
٥	٠,٣٩		
٦	٠,٥٦		٠,٣٦
٧		٠,٣٨	٠,٥٠-
٨			٠,٦١
٩	٠,٤٠		٠,٤٢
١٠	٠,٤٢	٠,٣٣-	
١١	٠,٤٠		
١٢	٠,٣٣		٠,٣٠
١٣	٠,٤١		٠,٥٦
١٤	٠,٤٦		
١٥		٠,٦٤	
١٦		٠,٧٦	
١٧	٠,٤٨	٠,٤٦-	
١٨	٠,٦٧		
١٩	٠,٥٧		
٢٠	٠,٥٥		
٢١	٠,٦٠		
٢٢	٠,٤١		

من الجدول السابق يتضح تشبع كل البنود على العوامل الثلاثة ،وأن العاملين الأول والثانى قد استوعبا كل البنود ما عدا البندين ١-٨. وبذلك يمكن اعتبار المقياس مكون من بعدين تؤكدهما البنية العاملية التى أظهرها التحليل العاملى.

وبذلك أصبح لدينا مقياس للتسويف مكون من ٢٢ بندا .تم حساب المقياس بطريقة معامل ألفا الذى بلغ ٠,٦٨٢،وبطريقة التقسيم النصفى حيث بلغ

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

معامل الثبات (بعد تصحيح الطول بمعادلة سبيرمان-براون)٠,٦٧٣ وهو مستوى ثبات مقبول إلى حد كبير.

وبالإضافة إلى نتائج التحليل العاملى التى تعتبر دليلا على صدق المقياس تم حساب الاتساق الداخلى بين البنود والدرجة الكلية حيث تبين ارتباط ٢٠ بندا من ٢٢-بالدرجة الكلية ارتباطا دالا عند مستوى ٠,٠١ - ماعدا البند رقم(١٦)الذى كان دالا عند مستوى٠,٠٥ - فى حين كان البندان رقم ٧،١٥ غير مرتبطين بالدرجة على المقياس كما يوضح الجدول رقم (٢)

جدول رقم(٢) معاملات ارتباط بنود مقياس التسويف بالدرجة الكلية

رقم البند	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	مستوى الدلالة	رقم البند	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	مستوى الدلالة
١	٠,٢٦	٠,٠١	١٢	٠,٣٩	٠,٠١
٢	٠,٣٨	٠,٠١	١٣	٠,٥٢	٠,٠١
٣	٠,٣٩	٠,٠١	١٤	٠,٤٥	٠,٠١
٤	-٠,١٩	٠,٠١	١٥	٠,٠٩	غير دالة
٥	٠,٣٥	٠,٠١	١٦	٠,١٦	٠,٠٥
٦	٠,٥٥	٠,٠١	١٧	٠,٤٠	٠,٠١
٧	٠,٠٦	غير دالة	١٨	٠,٥٣	٠,٠١
٨	٠,٢٦	٠,٠١	١٩	٠,٥٠	٠,٠١
٩	٠,٤٤	٠,٠١	٢٠	٠,٥٣	٠,٠١
١٠	٠,٤٠	٠,٠١	٢١	٠٥٤	٠,٠١
١١	٠,٣٨	٠,٠١	٢٢	٠,٤٠	٠,٠١

من الجدول يتضح تمتع البنود بدرجة كبير من الاتساق مع الدرجة الكلية. وقد تم استبعاد البندين ٧ ،١٥عند التطبيق على عينة البحث.وأصبح المقياس ٢٠ بندا.

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

ولمزيد من التأكد من عدم اختلال البنية العاملية بعد حذف البند تم إجراء تحليل عاملي للبنود(٢٠) وتدوير محاور بنفس الظروف والشروط السابق ذكرها ،وقد أسفرت هذه الخطوة عن ظهور العوامل الثلاثة التالية:

جدول رقم (٣) عوامل مقياس التسويف (٢٠ بند بعد حذف البندين ٧ ،١٥)

البنود	العوامل		
	الأول	الثاني	الثالث
١			٠,٤٤
٢			٠,٥٣
٣		٠,٥٧-	٠,٣٤
٤		٠,٦٢	
٥	٠,٤٩		
٦	٠,٣٣		
٧		٠,٥٣-	
٨		٠,٥٠-	
٩	٠,٥١		
١٠	٠,٥٧		
١١		٠,٥٧-	
١٢		٠,٤٧-	
١٣	٠,٤٢	٠,٣٦-	
١٤			٠,٣٦
١٥	٠,٣٨	٠,٤٠-	
١٦	٠,٦٩		
١٧	٠,٥٧		

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

١٨			٠,٦٠
١٩			٠,٥٥
٢٠			٠,٤٢

من الجدول يتضح تشبع كل البنود على العوامل الثلاثة تشبعات مرتفعة نسبيا تراوحت بين ٠,٣٣ و٠,٦٩.

وقد تم التأكد من الاتساق الداخلى للمقياس حيث ارتبطت كل البنود(٢٠)بالدرجة الكلية عند مستوى ٠,٠١.وبذلك أصبح المقياس فى صورته النهائية التى ستطبق على أفراد العينة مكونا من ٢٠ بندا.

٢ - مقياس حماية قيمة الذات Self-Worth Protection scale

أعد المقياس دينيل و تومبسون (Dinnel &Tompson,2000) لكى يقيس ميل الطلاب لتعمد الامتناع عن بذل الجهد لكى يتجنبوا النواتج السابية للأداء الضعيف لأن تلك النواتج قد تؤذى قيمة الذات Self-worth. ويشتمل المقياس فى صورته الأصلية على ٤٤ بندا يقوم المبحوث باختيار بديل للإجابة عنها من ضمن سبعة بدائل تتراوح ما بين (١) " لا تنطبق على أبدا" و(٧) "تنطبق على تماما". (Thompson and Dinnel,2003).

وقد فضلنا فى الدراسة الحالية أن يكون سلم الاختيارات خماسى(يبدأ من تنطبق على تماما، بشدة ثم تنطبق على، ثم تنطبق على إلى حد ما ، يليها لا تنطبق على ،ثم لا تنطبق على أبدا) بدلا من السلم السباعى حتى لا تزداد درجة حيرة المبحوث.

قام الباحث بترجمة المقياس وعرضه على أثنين من الزملاء من المتخصصين فى علم النفس ،وأثنين من المتخصصين فى اللغة الإنجليزية

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

لمراجعة دقة الترجمة ،وقد تم وضع ملاحظاتهم فى الاعتبار عند صياغة المقياس باللغة العربية.

فى المرحلة الأولى (التجربة القبلية) تم تطبيق المقياس – مع المقاييس الأخرى على العينة التى سبق ذكرها وهى: ٣٥ طالب و٤٢ طالبة من طلاب قسم علم النفس بكلية الآداب ،جامعة المنيا)وذلك لاختبار القدرة التمييزية له،وأيضا الاتساق الداخلى بين العبارات والدرجة الكلية على المقياس.

تم اعتبار العبارات التى يقل تكرار الاستجابة عليها عن نسبة ٥% عبارات غير مميزة بين المفحوصين،وقد أسفر فحص تكرارات العبارات عن وجود ست عبارات تقل فيها نسبة تكرار الاستجابة على البديل "لا تنطبق على أبدا" عن نسبة ٥% وهى:

٨- أجد من الضرورى أن أعمل بجد فى الدراسة لكى أحافظ على إحساسى بأننى لى قيمة

١١- أبذل قصارى جهدى لكى أحقق النجاح فى دراستى عن طريق الالتزام بما هو مطلوب

١٦- أسعى لتحقيق النجاح فى دراستى من خلال المثابرة الدءوبة والعمل الشاق

٢٠- يساعدنى أدائى الجيد فى الدراسة فى الحفاظ على إحساسى بقيمة ذاتى

٢٨- أسعى لتحقيق النجاح بكافة السبل، ولا أترك أى باب إلا وطرقته

٣٠- عندما أنجح فى شيء ما ينتابنى إحساس بالراحة أكثر من الإحساس بتهنئة الذات

وبعد استبعاد تلك العبارات ،تم حساب الاتساق الداخلى للمقياس من خلال حساب الارتباط بين الدرجات على البنود والدرجة الكلية على المقياس،وقد تم تحديد مستوى دلالة ٠,٠١ لاعتبار البند مرتبطا بالمقياس. أسفرت عملية

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

حساب الاتساق الداخلي عن وجود سبعة بنود لا ترتبط ارتباطا دالا بالدرجة على المقياس هى:

٤- نادرا ما ينتابنى القلق بشأن العواقب التى يمكن أن تترتب على فشلى فى الدراسة

٥- لا أشك فى قدرتى على الأداء الجيد فى دراستى

٦- اختار أهداف دراسية تختبر قدراتى

١٠- إذا صادفنا الفشل فى بداية عمل ما ، أضاعف الجهد الذى أبذله

١٧- يعتمد إحساسى بقيمة ذاتى على مستوى أدائى الدراسى

١٩- عندما أنجح فى أداء شيء ما أكون واثقا فى قدرتى على تكرار هذا النجاح

٤٠- لا أقع تحت تهديد المواقف التى من المحتمل أن تكشف عن مستوى منخفض من القدرة

كما لم تصل دلالة ارتباط البند رقم ٢٥(بعد تعرضى لعقبة فى بداية مذاكرتى لموضوع ما، أتجاوز هذا الفشل و انتقل إلى شيء آخر) بالدرجة على المقياس إلا لمستوى ٠,٠٥.

وبذلك،تم استبعاد البنود الثمانية،لكى يصبح المقياس فى صورته التى طبقت فى هذا البحث مكونا من ٣٠ بندا.

بالنسبة للثبات ، فى دراسة تومبسون و داينيل (٢٠٠٣) تم حساب ثبات الاختبار بطريقة إعادة التطبيق حيث بلغ معامل الثبات ٠,٨٨ بالنسبة للدرجة على المقياس الكلى.كما تم حساب ثبات المقاييس الفرعية الثلاثة المكونة للمقياس وهى:

- الشك فى القدرة The ability doubts (٠,٨٧)
- أهمية القدرة The importance of ability (٠,٨٢)

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

- التوجه نحو التجنب The avoidance orientation (٠,٨٣)

كما قام الباحثان بالتأكد من صدق المقياس من خلال إثبات دليل صدق الارتباط بالمفهوم evidence of construct-related validity .

وللتأكد من صلاحية الاختبار للتطبيق على عينة الدراسة الحالية قام الباحث بحساب الثبات والتأكد من وجود مؤشر على الصدق كما يتضح فيما يلى.

تم حساب الثبات عن طريق معامل ألفا الذى بلغ ٠,٧٤٨ ، وعن طريق التقسيم النصفى حيث بلغ معامل الثبات ٠,٧٦١ (بعد التصحيح بمعادلة سبيرمان-براون)

ويلاحظ رغم أن الثبات يعطى مؤشرات مقبولة (زادت عن ٠,٧٤) إلا أنها أقل من القيم التى وردت فى الدراسة الأجنبية ، مما يستدعى تقديم اقتراح بالتأكد من وجود فروق حضارية تتعلق بهذا المفهوم.وفيما يتعلق بالاتساق الداخلى للمقياس (الذى يعد مؤشرا على الصدق)

ويوضح الجدول(٤) ارتباطات البنود بالدرجة على المقياس.

جدول رقم(٤) معاملات الارتباط بين بنود مقياس حماية قيمة الذات بالدرجة الكلية على المقياس

رقم البند	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	مستوى الدلالة	رقم البند	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	مستوى الدلالة
١	٠,٣٥٩	٠,٠١	٢٧	٠,٣٦٣	٠,٠١
٢	٠,٣٧٦	٠,٠١	٢٩	٠,٤٧٦	٠,٠١
٣	٠,٢٨٤	٠,٠١	٣١	٠,٢١٦	٠,٠١
٧	٠,٣٥٢	٠,٠١	٣٢	-٠,٢٤٢	٠,٠١

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

٩	٠,٢٠٥	٠,٠١	٣٣	٠,٣٨١	٠,٠١
١٢	٠,٣٦٢	٠,٠١	٣٤	٠,٣١٣	٠,٠١
١٣	٠,٣٥٣	٠,٠١	٣٥	٠,٣٢٥	٠,٠١
١٤	٠,٤٩٦	٠,٠١	٣٦	٠,٣٦٤	٠,٠١
١٥	٠,٣١٦	٠,٠١	٣٧	٠,٤١٦	٠,٠١
١٨	٠,٣٩٥	٠,٠١	٣٨	٠,٤٣٣	٠,٠١
٢١	٠,٢٩٢	٠,٠١	٣٩	٠,٤٤٧	٠,٠١
٢٢	٠,٣٠٤	٠,٠١	٤١	٠,٣٨٦	٠,٠١
٢٣	٠,٤٧٧	٠,٠١	٤٢	٠,٤١٨	٠,٠١
٢٤	٠,٣٥٦	٠,٠١	٤٣	٠,٣٨٨	٠,٠١
٢٦	٠,٣٥٨	٠,٠١	٤٤	٠,٢٦٧	٠,٠١

من الجدول يتضح ارتباط كل البنود ارتباطا إيجابيا موجبا بالدرجة على المقياس-ماعدا البند ٣٢-مما يعد مؤشرا جيدا على صدق الاختبار.وقد تراوحت الارتباطات بين ٠,٢٠٥و ٠,٤٩٦.

وللتأكد من هذا الصدق تم إجراء تحليل عاملى بطريقة المكونات الأساسية وتدوير للمحاور بطريقة Direct Oblimin مع النظر للعوامل التى يزيد جذرها الكامن عن ١,٥، ويكون علي كل عامل ثلاثة تشبعات على الأقل تزيد قيمتها عن ٠,٣.

وقد أسفرت نتائج التحليل العاملى -بعد إجراء التدوير - عن ظهور العوامل الخمسة التالية:

جدول رقم(٥) عوامل مقياس قيمة الذات

البنود	العوامل				
	العامل الأول	العامل الثانى	العامل الثالث	العامل الرابع	العامل الخامس

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

١			٠,٥٤		
٢				٠,٥٥	
٣			٠,٤٠		٠,٥٠
٧	٠,٥٢			٠,٤٩	
٩				٠,٦٢	
١٢			٠,٤٣		
١٣		٠,٦٨			
١٤		٠,٤٧			
١٥	٠,٣٠				
١٨	٠,٥٤				
٢١				٠,٥٩	
٢٢					٠,٤١
٢٣	٠,٦٧				
٢٤		٠,٤٨			
٢٦	٠,٤٥				
٢٧		٠,٣١	٠,٣٢		
٢٩	٠,٣٧				
٣١		٠,٥٤			
٣٢	٠,٣٥				
٣٣	٠,٥٧				
٣٤	٠,٣٩				٠,٣٦
٣٥					٠,٤٣
٣٦					٠,٥٦
٣٧		٠,٣٨			
٣٨			٠,٤٤		
٣٩	٠,٥٧				

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

٤١				٠,٣٠	
٤٢				٠,٣٢	٠,٤١
٤٣					٠,٤٣
٤٤			٠,٥٢		٠,٣٩

من الجدول يتضح وجود تشبعات لكل البنود على عامل واحد على الأقل من العوامل الخمسة مما يؤكد على صدق المقياس.

٣-مقياس الكمالية Almost Perfect Scale

تم تصميم مقياس الكماليـــة المعـــدل – The Almost Perfect Scale Revised الـــذى قـــام بوضـــعه ســـلانى ومجموعـــة مـــن زمـــلاؤه (Slaney;Mobley,Trippie;Ashby;and Johnson,1996) لقياس المشاكل التى قد تواجه طلاب الجامعة وتتعلق بميلهم نحـــو الكماليـــة .يتكون المقياس من ٥٩ بندا تضم خمسة مقاييس فرعية هى:

* المعايير و النظام Standards and order
* التسويف Procrastination
* القلق Anxiety
* العلاقات Relationships
* التناقض(التعارض) Discrepancy

وقد قام الباحث بترجمة العبارات المكونة للمقياس وإتباع نفس الخطـــوات التى طبقت مع مقياس حماية قيمة الذات. وضعت تعليمات للمقياس بحيـــث يقوم المبحوث باختيار بديل للإجابة – موجود أمام كل بند – من ضمن سبعة بدائل تتراوح ما بين (١) " لا تنطبق على أبدا" و (٧) "تنطبق على تمامـــا". وهنا أيضا فضلنا أن يكون سلم الاختيارات خماسى بدلا من السلم السباعى حتى لا تزداد درجة حيرة المبحوث.

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

يتمتع المقياس (فى صورته الأصلية) بمستوى جيد من الثبات (اتساق داخلى) يتراوح ما بين ٠,٨٥-٠,٩٢، كما تراوحت معاملات ثبات المقاييس الفرعية (بطريقة إعادة الاختبار) ما بين ٠,٧٩-٠,٩٢.و تم التأكد من الصدق من خلال التحليل العاملى .(Pingree ,1999)

فى المرحلة الأولى (التجربة القبلية) تم تطبيق المقياس على ٣٥ طالب و ٤٢ طالبة من طلاب قسم علم النفس بكلية الآداب ،جامعة المنيا (نفس العينة التى طبق عليها مقياس حماية قيمة الذات)وذلك لاختبار القدرة التمييزية له،وأيضا الاتساق الداخلى بين العبارات والدرجة الكلية على المقياس.

تم تحديد نسبة ٥% لتكرار الاستجابة محكا لاعتبار العبارة غير مميزة ،وقد أسفر فحص تكرارات العبارات عن وجود ١٢ عبارة تقل فيها نسبة تكرار الاستجابة على البديل "لا تنطبق على أبدا" عن نسبة ٥% وهى:

٦- النظام شيء مهم بالنسبة لى

٧- إذا لم تتوقع المزيد من نفسك(قدرتك على الأداء) فلن تنجح

١١- أتضايق عندما اترك الأشياء غير مكتملة

٢٠- أحب أن أكون حريص و دقيق عندما أقيس شيء ما

٢٣- نادرا ما يصل أدائى إلى مستوى المعايير التى التى أضعها لنفسى

٢٤- بوجه عام، أستطيع أن أصل إلى مستوى المعايير التى أضعها لنفسى

٣٠- يمكن أن تنتابنى حالة من الضيق الشديد عندما أقوم بعمل شيء ما بطريقة لا تتفق مع ما أعتقد أنه يجب أن يكون

٣٦- عادة ما أشعر بالرضا التام عما أقوم به

٣٨- عادة ما أشعر أنه ما قمت به جيد بما فيه الكفاية

٤٠- أريد أن تكون علاقاتى مع أصدقائى أكثر قربا

٤٦- أنا حريص على إلا أقع فى الأخطاء

٥٣- ليس من المستحسن أن أدع المشاعر القوية تظهر على

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

و لم تصل دلالة ارتباط البند ٤١(أكره أن أبكى)بالدرجة الكليـــة إلا لمـــستوى ٠,٠٥.

وبذلك،تم استبعاد البنود التسعة ،لكى يصبح المقياس الذى تم تطبيقه فى هـــذا البحث مكونا من ٤٦ بندا.

تم حساب الثبات عن طريق معامل ألفا التى بلغت ٠,٨٢٥،وعـــن طريـــق التقسيم النصفى حيث بلغ معامل الثبات بعد تصحيح الطـــول (ســـبيرمان-براون)٠,٦٧٣

ولفحص صدق المقياس تم حساب الاتساق الداخلى (الذى يعد مؤشرا علـــى الصدق). ويوضح الجدول رقم (٦) ارتباطات البنود بالدرجة الكليـــة علـــى المقياس.

جدول رقم(٦) معاملات ارتباط بنود مقياس الكمالية بالدرجة الكلية

رقم البند	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	مستوى الدلالة	رقم البند	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	مستوى الدلالة
١	٠,٢٤٥	٠,٠١	٣١	٠,٣٧٦	٠,٠١
٢	٠,٢١٢	٠,٠١	٣٢	٠,٢٥٣	٠,٠١
٣	٠,٣٧٩	٠,٠١	٣٣	٠,١٧٢	٠,٠١
٤	٠,٣٢٤	٠,٠١	٣٤	٠,٢٢٩	٠,٠١
٥	٠,٣٧٦	٠,٠١	٣٥	٠,٢٢٨	٠,٠١
٨	٠,٣٠٩		٣٧	٠,٣٩٠	٠,٠١
٩	٠,٤١٩	٠,٠١	٣٩	٠,٥٢٨	٠,٠١
١٠	٠,٣٣١	٠,٠١	٤٢	٠,٣٤٦	٠,٠١
١٢	٠,٣٧٤	٠,٠١	٤٣	٠,٣٨٠	٠,٠١
١٣	٠,٣٩٩	٠,٠١	٤٤	٠,٣٠٨	٠,٠١
١٤	٠,٣٥٠	٠,٠١	٤٥	٠,٢٧٧	٠,٠١
١٥	٠,٣٣٤	٠,٠١	٤٧	٠,٣٦٥	٠,٠١

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

١٦	٠,٤٢١	٠,٠١	٤٨	٠,٤٧٦	٠,٠١
١٧	٠,٣٢٠	٠,٠١	٤٩	٠,٣٨٩	٠,٠١
١٨	٠,٣٤٢	٠,٠١	٥٠	٠,٣٤٤	٠,٠١
١٩	٠,٣٠٤	٠,٠١	٥١	٠,٣٣١	٠,٠١
٢١	٠,٤٠٦	٠,٠١	٥٢	٠,٢٣٢	٠,٠١
٢٢	٠,٣٦٣	٠,٠١	٥٤	٠,٣٨٥	٠,٠١
٢٥	٠,٣٤٦	٠,٠١	٥٥	٠,٢٨٣	٠,٠١
٢٦	٠,٣٧١	٠,٠١	٥٦	٠,٢٦٧	٠,٠١
٢٧	٠,٤٠٩	٠,٠١	٥٧	٠,٤١٨	٠,٠١
٢٨	٠,٣٥٥	٠,٠١	٥٨	٠,٢٠٩	٠,٠١
٢٩	٠,٣٢٣	٠,٠١	٥٩	٠,٢٨١	٠,٠١

من الجدول السابق يتضح ارتباط كل عبارات المقياس ارتباطا دالا بالدرجة الكلية على المقياس.وتعتبر هذه النتيجة مؤشرا جيدا على صدق المقياس.

وللتأكد من وجود هذا الصدق تم إجراء تحليل عاملى بطريقة المكونات الأساسية وتدوير للمحاور بطريقة Direct Oblimin مع النظر للعوامل التى يزيد جذرها الكامن عن ١,٥ ،وتكون عليها ثلاثة تشبعات على الأقل تزيد قيمتها عن ٠,٣. وقد أسفرت هذه العملية عن ظهور العوامل الستة التالية:

جدول رقم(٧) عوامل الكمالية

البنود	العوامل					
	الأول	الثانى	الثالث	الرابع	الخامس	السادس
١			٠,٥٤			
٢		٠,٤٦				
٣			٠,٤٥			
٤	٠,٣١		٠,٣١			

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

٥	٠,٤٢			٠,٣٣		
٨	٠,٣٦					٠,٤٦
٩	٠,٦٠					
١٠					٠,٤٤-	
١٢	٠,٣٩					
١٣	٠,٦٠					
١٤	٠,٣٠					
١٥	٠,٤٦			٠,٣٠	٠,٣٧	
١٦	٠,٥٧					
١٧			٠,٦٠			
١٨			٠٥٦			
١٩				٠,٥١	٠,٣٩	
٢١			٠,٥٩			
٢٢	٠,٦١					
٢٥				٠,٦٣		
٢٦	٠,٥٤					
٢٧		٠,٣١		٠,٣٤		
٢٨			٠,٦٨			
٢٩		٠,٣١-		٠,٣٠		
٣١		٠,٤٥				
٣٢		٠,٣٦				
٣٣						٠,٣٧
٣٤		٠,٥٣				
٣٥	٠,٤٠-	٠,٣٤	٠,٣٧			
٣٧	٠,٣٧		٠,٤٠			
٣٩	٠,٣٨					٠,٣٥-

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

٤٢			٠,٣٢		٠,٣٦-	
٤٣					٠,٦٣	
٤٤					٠,٦٣	
٤٥					٠,٤٥	
٤٧		٠,٦٦				
٤٨	٠,٣٠	٠,٥٣				
٤٩		٠,٣٨				٠,٣٧-
٥٠						٠,٥٩-
٥١	٠,٦٠-					
٥٢				٠,٣٠	٠,٥٨-	
٥٤		٠,٤٠				
٥٥					٠,٥٢-	
٥٦		٠,٤٨				٠,٣١-
٥٧						٠,٤٠-
٥٨			٠,٣٤			
٥٩		٠,٣٠				

يتضح من الجدول أن كل البنود لها تشبعات على عامل واحد على الأقل من العوامل الستة مما يعد تأكيدا على صدق المقياس.

٤- مقياس الكفاءة الذاتية

قامت سارة هاميل(Hamill,2003) بتعديل مقياس الكفاءة الذاتية الشائع الاستخدام الذى أعده شيرير وزملاؤه(Sherer and others,1982) فى ٢٣ عبارة. والجدير بالذكر أن هذا المقياس قد ظهرت منه صور مختلفة فى عدة بلاد وعدة لغات مثلما هو الحال بالنسبة للصورة الهندية التى أعدها ماتو ومالهوترا (Mattoo and Malhotra,1998) .

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

يتكون مقياس هاميل من ٣٠ عبارة موزعة على بعدين:الكفاءة الذاتية العامة General Self-Efficacy،والكفاءة الذاتية الاجتماعية-Social Self Efficacy. تم تصميم المقياس لقياس التوقعات العامة للكفاءة الذاتية التي لا ترتبط بمواقف أو سلوك معين،وذلك مقارنة ببعض المقاييس الأخرى التي تقيس الكفاءة الذاتية لفئة محددة أو في مواقف محددة (مثل:المقياس الذي أعده لورانس Lawrance,1989 لقياس الكفاءة الذاتية لدى المراهقين، أو الذي أعدته ماي وليماندري May and Limandri,2004 للتطبيق خصيصا على النساء اللاتي تعرضن لسوء معاملة، أو الذي أعدته كارول كاتلر Cutler,2005 للتطبيق على مرضى الاضطرابات المزاجية،أو المقياس الذي أعده ستيفن أندرسون ونانسي بيتز Anderson and Betz,2001 لقياس توقع الكفاءة الذاتية في الرياضيات) .

بينت دراسة هاميل تمتع المقياس بدرجة مرتفعة من الثبات حيث كانت ألفا٠,٨٨.

في المرحلة الأولى(الدراسة القبلية) تم التأكد من تمييز العبارات ومن اتساق الدرجة على البند مع الدرجة الكلية على المقياس.أسفرت نتائج التجربة عن وجود بندان فقط تقل تكراراتهم تقل عن ٥% بالنسبة لفئة الاستجابة "لا تنطبق على أبد"،وهما:

- ما يعتقده (يرون أنه صحيح) والديى يعتبر شيء هاما بالنسبة لى
- أحب بالفعل التعرف على أناس جدد

وكانت كل العبارات الباقية متسقة داخليا مع الدرجة الكلية على المقياس .وبذلك أصبح المقياس الذى تم تطبيقه على عينة الدراسة مكون من ٢٨ بندا. تم حساب ثبات المقياس عن طريق حساب معامل ألفا التى بلغت ٠,٥٩٨ ،و عن طريق التقسيم النصفى حيث بلغ معامل الثبات (بعد التصحيح بمعادلة

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

سبيرمان –براون لتصحيح الطول) ٠,٦٤٢.ويلاحظ أن ثبات المقياس يقل بعض الشيء القيمة التى أظهرتها دراسة هاميل ،ورغم هذا يعتبر معامل ثبات مقبول.

ولاختبار صدق المقياس تم حساب الاتساق الداخلى بين العبارات (٢٨) والدرجة على المقياس ، ويوضح الجدول رقم (٨) الارتباطات بين البنود و الدرجة الكلية.

جدول رقم (٨) معاملات ارتباط بنود مقياس الكفاءة الذاتية بالدرجة الكلية

رقم البند	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	مستوى الدلالة	رقم البند	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	مستوى الدلالة
١	٠,٢٨	٠,٠١	١٦	٠,٣٣	٠,٠١
٢	٠,٣٧	٠,٠١	١٧	٠,٢٢	٠,٠١
٣	٠,٤٠	٠,٠١	١٨	٠,٢٦	٠,٠١
٤	٠,٢٥	٠,٠١	١٩	٠,٢٥	٠,٠١
٦	٠,٣٠	٠,٠١	٢٠	٠,٣٠	٠,٠١
٧	٠,٢٢		٢١	٠,٢١	
٨	٠,٢٦	٠,٠١	٢٢	٠,٣١	٠,٠١
٩	٠,٢٩	٠,٠١	٢٣	٠,٣٠	٠,٠١
١٠	٠,٢٩	٠,٠١	٢٤	٠,٢٧	٠,٠١
١١	٠,٣٥	٠,٠١	٢٥	٠,٣٣	٠,٠١
١٢	٠,٣١	٠,٠١	٢٦	٠,٢٨	٠,٠١
١٣	٠,٣٠	٠,٠١	٢٧	٠,٢٣	٠,٠١
١٤	٠,٣٧	٠,٠١	٢٨	٠,٢٦	٠,٠١
١٥	٠,٣٢	٠,٠١	٢٩	٠,٢٨	٠,٠١

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

يتضح من الجدول السابق ارتباط كل بنود المقياس ارتباطا دالا بالدرجة الكلية عند مستوى ٠,٠١ وهو ما يهد مؤشرا جيدا على صدق المقياس.

وللتأكد من الصدق تم إجراء تحليل عاملى للبنود لفحص البنية العاملية المكونة لها مع تدوير المحاور بطريقة Direct Oblmin،والنظر إلى العوامل التى يزيد جذرها الكامن عن١,٥ ويكون عليها لا يقل عن ثلاث تشبعات تزيد قيمتها عن ٠,٣،وقد نتج عن هذه الخطوة ظهور خمسة عوامل كما يوضح الجدول رقم (٩)

جدول رقم (٩) عوامل الكفاءة الذاتية

البنود	العوامل				
	العامل الأول	العامل الثانى	العامل الثالث	العامل الرابع	العامل الخامس
١		٠,٤٩			
٢					٠,٥٩-
٣		٠,٥٦			
٤					٠,٦٠-
٦				٠,٥١-	
٧					
٨			٠,٤٧		٠,٣٠
٩			٠,٥٠		
١٠			٠,٤٩		
١١		٠,٤٢			
١٢		٠,٤٥			
١٣		٠,٣١		٠,٥٢	
١٤	٠,٤٥				٠,٤٧-

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

١٥					
١٦			٠,٤٣		
١٧		٠,٤٨-	٠,٥٥		
١٨			٠,٣٧	٠,٥٧-	
١٩					٠,٥٢-
٢٠		٠,٦١			
٢١				٠,٥٣	
٢٢		٠,٥١		٠,٥٤-	
٢٣				٠,٤٨	٠,٤١-
٢٤	٠,٤٤			٠,٣٦-	
٢٥	٠,٦٩				
٢٦	٠,٧٧				
٢٧					٠٥٥-
٢٨			٠,٤٨		
٢٩	٠٥٠				

من الجدول السابق يتضح أن كل البنود (ماعدا البند رقم ٧:عندما أضع أهداف لنفسي دائما ما أنجزها) لها تشبعات على عامل من العوامل ،مما يعد دليلا على انتماء العبارات لبنية عاملية محددة ،وهو ما يؤكد صدق المقياس.

٤- المعالجة الإحصائية

أجريت فى هذه الدراسة المعالجات الإحصائية التالية:

أ- التكرارات والجداول المركبة للتعرف على خصائص العينة وتمييز البنود.

ب-المتوسطات والانحرافات المعيارية للتعرف على خصائص العينة.

ج- الإرباعيات لتقسيم العينة لمجموعات بناءا على درجات المقاييس.

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

د- كا٢ لاختبار صحة الفروض المتعلقة بالمجموعات المرتفعة والمنخفضة.

هـ- اختبار "ت" لحساب دلالة الفروق بين المجموعات.

و- معامل الارتباط لاختبار الارتباط بين المتغيرات،وبين البنود والمقاييس.

ز- معامل ألفا لحساب الثبات.

ح- التحليل العاملى للتأكد من صدق المقاييس.

سادسا .النتائج ومناقشتها

أولا.بالنسبة للفرض الأساسى

"يرتبط سلوك التسويف ارتباطا دالا موجبا بحماية قيمة الذات وبالكمالية،وارتباطا دالا سالبا بالكفاءة الذاتية"

كشفت معاملات الارتباط عن صحة الجزء الأول من الفرض الخاص بارتباط التسويف بحماية قيمة الذات والكمالية ارتباطا موجبا،فى حين لم تثبت صحة الفرض فيما يتعلق بارتباط التسويف بالإحساس بكفاءة الذات حيث جاء الارتباط دالا موجبا وهو عكس ما تم افتراضه كما يوضح ذلك جدول رقم(١٠)

جدول (١٠) معاملات الارتباط بين المتغيرات الأساسية فى الدراسة

المتغيرات	التسويف	حماية قيم الذات	الكمالية	الكفاءة الذاتية
التسويف	١,٠٠			
حماية قيم الذات	**٠,٥١٦	١,٠٠		
الكمالية	**٠,٣٩٩	**٠,٤٥٦	١,٠٠	
الكفاءة الذاتية	**٠,٤٥٦	**٠,٥٩٩	**٠,٣٩١	١,٠٠

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

** دال عند مستوى ٠,٠١

يتضح من الجدول السابق أن أعلى قيمة ارتباط للتسويف هي ارتباطه بحماية قيمة الذات حيث بلغ الارتباط ٠,٥١٦ وهي قيمة مرتفعة إلى حد ما.في حين يبلغ ارتباط التسويف بالكمالية ٠,٣٩٩ وهي قيمة معقولة .وبهذا تأكد الارتباط الموجب بين التسويف وكل من حماية قيمة الذات والكمالية.على الجانب الآخر نجد أن الارتباط المرتفع الموجب بين التسويف والكفاءة الذاتية(٠,٤٥٦) لا يتفق مع ما تم افتراضه.

يتفق الارتباط الموجب بين التسويف وكل من الكمالية وحماية قيمة الذات بما ورد فى التراث النظرى والدراسات السابقة التى أكدت العلاقة بين التسويف والكمالية (مثل دراسة نوجيبتز،٢٠٠٠ ودراسة دينكلى وزورف وبلانكشتاين ٢٠٠٦) .وأيضا الدراسات التى أكدت العلاقة بين التسويف وحماية قيمة الذات (مثل فان إيرد ٢٠٠٣)

بالنسبة للارتباط الموجب بين التسويف والإحساس بالكفاءة الذاتية، أظهرت العديد من الدراسات السابقة (مثل بيكل وكوبلان وريد،٢٠٠٢،وفان إيرد ٢٠٠٣) أن العلاقة بينهما سالبة،وهو عكس النتيجة الحالية.

ربما يمكن النظر لهذه النتيجة فى ضوء وجود أكثر من نوع للتسويف (خمسة كما حددها ميلجرام وآخرون Milgram and Others,1998 وسبعة كما حددها واطسون Watson,2001).ويضاف إلى ذلك،وجود أكثر من سبب للتسويف (سبعة كما حددتها روتبلوم Rothblum,1992). بما أنه من المفترض وجود عدة أنواع من التسويف لها عدة أسباب،وأننا تعاملنا مع التسويف بوجه عام باعتبار أنه مكون من جانب سلوكى وجانب يتعلق باتخاذ القرارات، قد يرجع الارتباط الموجب إلى بين التسويف والإحساس بالكفاءة الذاتية إلى قياس جوانب من التسويف تتضمن

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

للتأجيل بسبب الثقة فى إمكاني القيام بالمهمة فى آخر لحظة ، أو فى وقت أقل مما هو محدد. فعلى سبيل المثال قد يؤجل بعض الطلبة مذاكرة المقررات الدراسية حتى قبيل الامتحان اعتمادا على إحساسهم بالثقة فى إمكانية القيام بالمهمة فى وقت قليل،لذلك لا بأس من تأجيلها.

ويدعم وجهة النظر السابقة بعض الدراسات التى تشير -بشكل مباشر- إلى احتمالية وجود علاقة موجبة بين التسويف وتوقع كفاءة الذات(مثل هايكوم ومكارثى وسكاى،١٩٩٧) ،أو بشكل غير مباشر (مثل دراسة مارتن وآخرون،١٩٩٦) التى أشارت إلى ارتباط الاكتئاب بكل من: الإحساس بالكفاءة الذاتية،والتسويف،والكمالية المفروضة الاجتماعية.

ويمكن تصور الأمر الذى يتفق مع النتيجة الأخيرة كما يلى:فرد يدرك أنه كفء للقيام بالمهام(إحساس بالكفاءة الذاتية)،لكنه يضع معايير مرتفعة للأداء حتى يقدم عمل أفضل مما هو موجود وسائد(كمالية)،مما يجعله يؤجل إنها المهمة حتى تصل للمستوى الذى يرضى عنه(تسويف)، ونتيجة لإحساسه بالتقصير والتخلف عن الآخرين قد يتحول عدم رضاه عنة ذات إلى سحب طاقة الحب الموجهة إليها(اكتئاب).وسوف نطلق على هذا التصور نموذج "**المسوف الكفء**".

ثانيا.بالنسبة للفرض الأول

"ترتبط الكفاءة الذاتية بكل من حماية قيمة الذات والكمالية ارتباطا دالا سالبا" يوضح جدول(١٠) أن الارتباط بين الكفاءة الذاتية وكل من قيمة الذات والكمالية دالا موجبا حيث بلغ ٠,٥٩٩ و ٠,٣٩١على الترتيب وبذلك لم تثبت صحة الفرض.

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

لو رجعنا إلى النموذج الذى تصورناه عند مناقشة الفرض الأساسى وأطلقنا عليه نموذج"المسوف الكفء" وأضفنا إليه عنصرا جديدا لكى يصبح كما يلى: فرد يدرك أنه كفء للقيام بالمهام(إحساس بالكفاءة الذاتية)،لكنه يضع معايير مرتفعة للأداء حتى يقدم عمل أفضل مما هو موجود وسائد(كمالية)،مما يجعله يؤجل إنها المهمة حتى تصل للمستوى الذى يرضى عنه(تسويف)، ونتيجة لإحساسه بالتقصير والتخلف عن الآخرين(إساس منخفض بقيمة الذات) قد يتحول عدم رضاه عنة ذات إلى سحب طاقة الحب الموجهة إليها(اكتئاب).

وبذلك يمكن تصور حالة قد تقدم اقتراحا بإمكانية الارتباط بين المتغيرات الثلاثة (الكفاءة الذاتية وحماية قيمة الذات والكمالية)فى علاقة قد تتضمنها كلها-أو بالإضافة لمتغيرات أخرى- ،أو بعضها.

وبطبيعة الحال يحتاج هذا التصور إلى دراسات تالية تتضمن فحص متعمق لا يقتصر على التناول السيكومترى الكمى للتفاعل بين المتغيرات.

وبالإضافة إلى ما سبق، يمكن الاستفادة مما قدمه سيرفون(٢٠٠٠) من توضيح لطبيعة الإحساس بالكفاءة الذاتية ، حيث بين أن تقدير الجوانب المختلفة للكفاءة الذاتية يمكن أن ينظر إليها من خلال التمييز بين الإحساس بالكفاءة الذاتية المتعلقة بالنواحى التنفيذية(مستوى سلوكى)،والإحساس بالكفاءة الذاتية المتعلقة بتحقيق الأهداف(مستوى دافعى).كما أشار سيرفون أيضا لدور الحالات الوجدانية فى التأثير فى مستويات الأداء.فعلى سبيل المثال،يختلف حال الشخص الذى يتلقى التوبيخ نتيجة لمستوى تحصيله الأقل مما هو متوقع منه ،عن حال الشخص الذى لا يتلقى مثل هذا التوبيخ.وبعبارة أخرى أكثر تحديدا :هل يتم تقييم أداء الطلاب (عينة البحث)بشكل يدركونه على أنه

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

يعكس مستواهم الفعلى؟ أو هل يعتبرون أن عمليات التقييم-تحصيلية أو سلوكية- غير موضوعية ولا تعكس المستويات الحقيقية لهم؟

ثالثا.بالنسبة للفرض الثانى

"الأفراد الحاصلون على درجات مرتفعة فى مقياس التسويف سوف يحصلون على درجات مرتفعة فى حماية قيمة الذات وفى الكمالية مقارنة بالأفراد الحاصلين على درجات منخفضة فى التسويف"

تم تقسيم العينة إلى مجموعات بناءا على إرباعيات المتغيرات الأربعة وذلك كما يلى:الربيع الأدنى=المجموعة المنخفضة،الربيع الأعلى=المجموعة المرتفعة،الربيع الثانى والثالث=المجموعة المتوسطة.

بالنسبة لتوزيعات مستويات التسويف مع مستويات حماية الذات ،أثبتت نتائج كا^2 صحة الفرض كما يبين الجدول رقم(١١)

جدول (١١) المرتفعون والمنخفضون فى التسويف وحماية قيمة الذات

التسويف / قيمة الذات		منخفض	متوسط	مرتفع	المجموع
منخفض	مشاهد	٢٦	٢٨	٣	٥٧
	متوقع	١٢,٤	٢٩,١	١٥,٥	٥٧,٠
متوسط	مشاهد	٢٢	٧٩	٣٤	١٣٥
	متوقع	٢٩,٤	٦٨,٨	٣٦,٨	١٣٥,٠
مرتفع	مشاهد	٨	٢٤	٣٣	٦٥
	متوقع	١٤,٢	٣٣,١	١٧,٧	٦٥,٠
المجموع		٥٦	١٣١	٧٠	٢٥٧
		٥٦,٠	١٣١,٠	٧٠,٠	٢٥٧,٠

كا^2 = ٤٦,٩٩ ، درجة الحرية = ٤ ،دالة عند ٠,٠٠١

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

من الجدول السابق يتضح أن المرتفعين فى التسويف يكونون مرتفعين فى حماية قيمة الذات حيث كانت التكرارات المشاهدة أعلى من التكرارات المتوقعة بشكل ملحوظ (٣٣ مشاهد مقابل حوالى ١٨ متوقع) وهو ما انعكس فى وجود دلالة للتوزيع عند حساب كا٢ .وبالمثل ينطبق نفس الوضع على المنخفضين فى التسويف حيث كانوا أكثر مما هو متوقع فى التوزيع(٢٦ مشاهد مقابل حوالى ١٢ متوقع).

ربما تؤكد هذه النتيجة وجهة نظر فان إيرد (٢٠٠٣) التى تطرح احتمالية أن يكون التسويف مخطط له عن قصد ،بل قد يكون إستراتيجية حكيمة حتى يحمى الفرد تصوره عن ذاته القادرة بدلا من اكتشاف-أو إظهار-عجزها.

كما يرى أنصار نظريات تنظيم الذات self-regulation أن نقص التركيز على الأهداف المستقبلية بين المسوفين يرتبط بالميول للهرب من المشاعر السلبية والبحث عن الثواب المشبع الآنى. (Jackson and Others,2003).وبناءا عليه قد يلجأ المسوف لهذا الأسلوب تفاديا للمشاعر السلبية التى تصاحب الفشل فى تحقيق الأهداف المستقبلية ،وذلك حماية للذات التى تتمتع بالحماية الآنية بدلا من التعرض للتشكيك فى القدرات ،والمهانة المصاحبة للمحاولات الفاشلة ،رغم احتمالية أن يترتب على ذلك تحقيق مكاسب فى المستقبل.

أما فيما يتعلق بتوزيعات مستويات التسويف مع مستويات الكمالية ،أثبتت نتائج كا٢ صحة الفرض أيضا كما يبين الجدول رقم(١٢)

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

جدول (١٢) المرتفعون والمنخفضون في التسويف والكمالية

التسويف / الكمالية		منخفض	متوسط	مرتفع	المجموع
منخفض	مشاهد	٢٤	٣١	٧	٦٢
	متوقع	١٣,٥	٣١,٦	١٦,٩	٦٢,٠
متوسط	مشاهد	٢٦	٧٤	٣٠	١٣٠
	متوقع	٢٨,٣	٦٦,٣	٣٥,٤	١٣٠,٠
مرتفع	مشاهد	٦	٢٦	٣٣	٦٥
	متوقع	١٤,٢	٣٣,١	١٧,٧	٦٥,٠
المجموع		٥٦	١٣١	٧٠	٢٥٧
		٥٦,٠	١٣١,٠	٧٠,٠	٢٥٧,٠

كا^2 = ٣٥,٣٢ ، درجة الحرية = ٤ ،دالة عند ٠,٠٠١

يتضح من الجدول(١٢)أن المرتفعين فى التسويف يميلون لكى يكونوا مرتفعين فى الكمالية لأن التكرارات المشاهدة أعلى من التكرارات المتوقعة بشكل ملحوظ(٣٣ مشاهد مقابل حوالى ١٨ متوقع)وهو ما انعكس فى وجود دلالة للتوزيع عند حساب كا^2.وبالمثل ينطبق نجد المنخفضين فى التسويف حيث كانوا أكثر ميلا للانخفاض فى الكمالية مقارنة بما هو متوقع فى التوزيع(٢٤ مشاهد مقابل حوالى ١٤ متوقع). وبذلك تأكدت صحة الفرض الثانى.

اعتقادا فى التحتيم بأكثر من سبب over determinism، وبإمكانية الرجوع لأكثر من نموذج نظرى لتفسير نتيجة ما،يمكن تفسير النتيجة الحالية فى ضوء النماذج النظرية التى تناولت أساليب المعاملة الوالدية. ترى بعض الآراء وجود علاقة –غير مباشرة–بين الأساليب الوالدية ونمو التسويف من

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

خلال افتراض تأثير تلك الأساليب على نمو شخصية الأطفال.(مثل: Pychyl; Coplan; and Reid,2002)

وينطبق نفس الشيء على الكمالية التى تتضمن أبعادها:التوقعات الوالدية والنقد الوالدى(مقياس فروست)،والكمالية الموجهة من قبل الآخرين (مقياس هويت)،وبالتالى ،مع تأثير المعاملة الوالدية فى تشكيل الشخصية قد تجعل الشخص أميل للكمالية التى يعتبر التسويف من ضمن أبعادها (كما هو فى المقياس المستخدم فى الدراسة الحالية ،و فى المقياس الذى أعدته شادية عبد الخالق،٢٠٠٥).

رابعا. بالنسبة للفرض الثالث

"الأفراد الحاصلون على درجات مرتفعة فى مقياس التسويف سوف يحصلون على درجات منخفضة فى الكفاءة الذاتية مقارنة بالأفراد الحاصلين على درجات منخفضة فى التسويف"

بينت توزيعات مستويات التسويف مع مستويات الكفاءة الذاتية أن الأفراد المرتفعين فى التسويف أكثر ميلا لكى يكونوا مرتفعين فى الإحساس بالكفاءة الذاتية ،وعلى العكس، يكون الأفراد المرتفعون فى التسويف أكثر ميلا لكى يكونوا مرتفعين فى الإحساس بالكفاءة الذاتية كما يوضح ذلك جدول (١٣)

جدول (١٣) المرتفعون والمنخفضون فى التسويف والكفاءة الذاتية

التسويف / الكفاءة الذاتية		منخفض	متوسط	مرتفع	المجموع
منخفض	مشاهد	٢٠	٢٩	٣	٥٢
	متوقع	١١,٣	٢٦,٥	١٤,٢	٥٢,٠
متوسط	مشاهد	٢٦	٧٩	٢٩	١٣٤
	متوقع	٢٩,٢	٦٨,٣	٣٦,٥	١٣٤,٠

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

مرتفع	مشاهد	١٠	٢٣	٣٨	٧١
	متوقع	١٥,٥	٣٦,٢	١٩,٣	٧١,٠
المجموع		٥٦	١٣١	٧٠	٢٥٧
		٥٦,٠	١٣١,٠	٧٠,٠	٢٥٧,٠

كا^{٢} = ٤٣,٩٨ ، درجة الحرية = ٤ ،دالة عند ٠,٠٠١

لم تختلف الصورة فى الجدول (١٣) عن الجدولين السابقين ،حيث كان الأفراد

المرتفعون فى التسويف أكثر ميلا لكى يكونوا مرتفعون فى الكفاءة الذاتية (٢٠ مشاهد مقابل حوالى ١١ متوقع)،والعكس صحيح ،المنخفضون فى التسويف أكثر ميلا لكى يكونوا منخفضون فى الكفاءة الذاتية (٣٨ مشاهد مقابل حوالى ١٩ متوقع). وقد أدت هذه التوزيعات إلى ظهور دلالة مرتفعة (٠,٠٠١)لقيم كا^{٢} .

وبذلك لم تثبت صحة الفرض.

لا يمكن التغافل عن تأثير الارتباط فى عملية المقارنات الإحصائية، حيث يمكن أن نتفق مع البعض أن المقارنات التى تلى الارتباطات تعتبر تحصيل حاصل،ورغم ذلك قمنا بعقد المقارنات بين المرتفعين والمنخفضين لاحتمالية أن تكون الارتباطات راجعة إلى توزيعات تتعلق بالفئة الوسطى بدلا من الفئتين الطرفيتين .

وبناءا،عليه ينطبق التفسير المقترح للعلاقة بين التسويف والإحساس بالكفاءة الذاتية "نموذج المسوف الكفء"على النتيجة الحالية.

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

خامسا.بالنسبة للفرض الرابع

"لا توجد فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث على متغيرات الدراسة الأربعة"

كشفت المقارنات بين متوسطات الذكور والإناث على متغيرات الدراسة الأربعة عن صحة الفرض كما يتضح من جدول رقم(١٤).

جدول (١٤) الفروق بين الجنسين فى متغيرات الدراسة الأربعة

المتغير	النوع	العدد	المتوسط	الانحراف المعيارى	قيمة "ت"	درجة الحرية	مستوى الدلالة
التسويف	ذكر	١٢٨	٦٨,٣١	٩,٥١			غير دالة
	أنثى	١٢٩	٦٦,٥٨	٩,٩٩	١,٤٢	٢٥٥	
حماية قيمة الذات	ذكر	١٢٨	١٠٠,٦٦	١١,٤٩			غير دالة
	أنثى	١٢٩	٩٩,٢٥	١٢,٧٤	٠,٩٣	٢٥٥	
الكمالية	ذكر	١٢٨	١٦٣,٥٣	٢٢,٧٧			غير دالة
	أنثى	١٢٩	١٦٧,١٣	١٨,٨٩	-١,٣٨	٢٥٥	
الكفاءة الذاتية	ذكر	١٢٨	٩٣,٣٣	١٠,١٣			غير دالة
	أنثى	١٢٩	٩١,٥٧	٩,٢٦	١,٤٥	٢٥٥	

من الجدول يتضح عدم وجود فروق دالة بين الذكور والإناث على أى من المتغيرات الأربعة،وبالتالى تتفق النتيجة مع ما تم افتراضه.

أظهرت نتائج البحوث السابقة (Pychyl; Coplan; and Reid,2002) وجود فروق بين الجنسين فى حدوث التسويف حيث تكون الإناث أميل للتسويف من الذكور.

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

عند مراجعة التراث النظرى ،والدراسات السابقة لم تظهر ملامح قوية للفروق بين الذكور والإناث على المتغيرات الأربعة.

من ضمن الدراسات القليلة التى أظهرت فروق بين الجنسين دراسة أوهانشيان وآخرون (١٩٩٦) التى كشفت عن حصول الذكور على درجات مقياس حماية قيمة الذات أعلى من درجات الإناث.

على الجانب الآخر لم تظهر فروق بين الجنسين فى حماية قيمة الذات فى دراسة محمد مصطفى (٢٠٠٤).

كما لم تظهر فروق بين الجنسين فى الإحساس بالكفاءة الذاتية(عواطف حسين،١٩٩٣؛ عبد العال حمدى ،١٩٩٣؛ علاء شعراوى،٢٠٠٠).والملاحظ أنها دراسات عربية مثل-الدراسة الحالية- مما يدعو إلى التساؤل هل توجد فروق فردية حقيقية تتعلق بالنوع فى الكثير من الظواهر النفسية؟ أم أن الأمر مجرد هاجس فى أذهان الباحثين؟!!!

بطبيعة الحال هناك من المتغيرات النفسية التى تتأثر بالجوانب الاجتماعية قد تدعو للتساؤل عن وجود فروق بين الجنسين ،ولكن مع المتغيرات المعرفية أو الشخصية يتطلب الأمر نوعا من الحذر عند افتراض مثل هذه الفروق.

سادسا.بالنسبة للفرض الخامس

"لا توجد فروق دالة إحصائيا بين طلاب الثانوى وطلاب الجامعة على متغيرات الدراسة الأربعة"

تم تأكيد صحة الفرض جزئيا حيث أظهرت مقارنات متوسطات طلاب ثانوى بمتوسطات طلاب الجامعة عن عدم وجود فروق دالة إلا فى الكمالية كما يوضح ذلك جدول رقم (١٥)

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

جدول (١٥) الفروق بين الثانوى والجامعة فى متغيرات الدراسة الأربعة

المتغير	مستوى التعليم	العدد	المتوسط	الانحراف المعيارى	قيمة "ت"	درجة الحرية	مستوى الدلالة
التسويف	ثانوى	١٠٤	٦٨,٤٩	٩,٥٥	١,٤٢	٢٥٥	غير دالة
	جامعة	١٥٣	٦٦,٧٣	٩,٨٩			
حماية قيمة الذات	ثانوى	١٠٤	١٠٠,٦٦	٩,٣٧	٠,٧٨	٢٥٥	غير دالة
	جامعة	١٥٣	٩٩,٤٦	١٣,٧٠			
الكمالية	ثانوى	١٠٤	١٥٩,٤٨	٢٤,٣٧	- ٣,٧٩	٢٥٥	٠,٠٠١
	جامعة	١٥٣	١٦٩,٣٢	١٧,٢٤			
الكفاءة الذاتية	ثانوى	١٠٤	٩١,٧٢	١٠,١٣	- ٠,٩٨	٢٥٥	غير دالة
	جامعة	١٥٣	٩٢,٩٣	٩,٢٦			

من الجدول يتضح عدم وجود فروق دالة فى التسويف أو فى حماية قيمة الذات،أو فى الإحساس بالكفاءة الذاتية.ولكن الصورة اختلفت بالنسبة للكمالية حيث تظهر النتائج أن طلاب الجامعة أكثر كمالية من طلاب الثانوى بشكل دال إحصائيا(٠,٠٠١)

قد يمكن القول أن الفروق فى العمر بين المجموعتين ليست كبيرة (متوسط سن طلاب الثانوى ١٧٠,٦،وطلاب الجامعة ٢٠,١٧) من منظور ارتقائى حيث يندرجا تحت مرحلة المراهقة المتأخرة.

ومع ذلك ظهرت فروق على الكمالية لصالح المجموعة الأكبر سنا.

أولا من ضمن أبعاد الكمالية إدراك التناقض(التعارض) Discrepancy ،وهو الأمر الذى قد لا يدركه الأصغر(مراهقة وسطى) سنا بصورة تماثل إدراك الأكبر سنا (مراهقة متأخرة).

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

وربما يمكن تفسير هذه النتيجة فى ضوء السياق الذى يفرق بين المجموعتين وهو المؤسسة التعليمية التى تتطلب معايير معينة حتى يتم التفوق.

قد يكون من أكثر الأسئلة التى يطرحها الطلاب على الأساتذة فى الجامعة :كيف أحصل على تقدير مرتفع؟ .ومن هنا يمكن افتراض أن طلبة الجامعة يدركون وجود معايير للتقييم مرتفعة، وليست مجرد استرجاع ما تم حفظه. كما توجد معايير سلوكية أعلى مما هو متواجد فى مدارسنا،حتى الآن!!!!

وتؤكد هذه النتيجة ما توصل إليه الباحث فى دراسة سابقة من حصول طلاب الجامعة على درجات كمالية أعلى من طلاب الثانوى. (بركات حمزة ويوسف الرجيب،٢٠٠٦)

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

المراجع

- **آمال عبد السميع مليجى باظة (٢٠٠٢)** " استبيان الميول الكمالية العصابية". القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.

- **آمال عبد السميع مليجى باظة(١٩٩٦)** "الكمالية العصابية والكمالية السوية". دراسات نفسية. تصدر عن رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية(رانم).مج ٦، ع ٣، ص ص. ٣٠٥-٣١١.

- **بركات حمزة حسن ويوسف فهد الرجيب (٢٠٠٦)** "دراسة مقارنة فى الكمالية بين الطلاب فى التعليم الثانوى والتعليم العالى فى كل من مصر والكويت".مجلة الآداب والعلوم الإنسانية،تصدرها كلية الآداب بجامعة المنيا.العدد التاسع والخمسون،ص ص.٢٨٩-٣٢٧.

- **شادية أحمد عبد الخالق(٢٠٠٥)** "استخدام نظريات الاختيار وفنيات العلاج الواقعى فى خفض اضطرابات الكمالية العصابية". المجلة المصرية للدراسات النفسية،تصدرها الجمعية المصرية للدراسات النفسية.المجلد الخامس عشر،العدد٤٦، ص ص.٢١٣-٢٦٦.

- **عبد العال حمدي عبد العال(١٩٩٣)** "فاعلية الذات وعلاقتها بكل من مستوى الطموح والدافعية للإنجاز". طنطا ، مجلة كلية التربية، ع.١٠.

-**علاء شعراوي (٢٠٠٠)** "فاعلية الذات وعلاقتها ببعض المكونات الدافعية لدى طلاب المرحلة الثانوية". طنطا ،مجلة كلية التربية، ع. ٧.

-**عواطف إبراهيم شوكت (٢٠٠٠)** "التوافق الدراسى لدى طالبات الجامعة المتزوجات وغير المتزوجات وعلاقته ببعدى الكفاية الشخصية والثبات الانفعالى". دراسات نفسية،تصدر عن رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية(رانم).مج١٠،ع١، ص ص. ٦٧-٩٩.

- **عواطف حسين (١٩٩٣)**" الفاعلية الذاتية وعلاقتها بضغوط الحياة لدى الشباب الجامعي". المنصورة ، مجلة كلية التربية ، ع ٢٣.

- **محمد على مصطفى (٢٠٠٤)** "أثر الوعى باستراتيجيات ما وراء المعرفة فى القراءة والدافعية للإنجاز الدراسى وحماية قيمة الذات على التحصيل الدراسى لدى عينة من طلاب الصف الثالث بالمرحلة الثانوية العامة". المجلة المصرية للدراسات

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

النفسية،تصدرها الجمعية المصرية للدراسات النفسية.المجلد الرابع عشر،العدد٤٢، ص ص.٢٧١-٣٧٠.

*Anderson, Steven L. and Betz, Nancy E..(2001) "Sources of social Self-Efficacy expectations: Their measurement and relation to career development". Journal of Vocational Behavior.Vol.38, Issue,1, PP.98-117.

* Antony, Martin M.; Purdon, Christine L.; Huta, Veronika; and Swinson, Richard P.(1998) . "Dimensions of perfectionism across the anxiety disorder". Behavioral Research and Therapy. Vol. 36,PP.1143-1154.

* Ashby, Jeffrey S ; Rahotep, Simone S. ; and Martin, James L. (2005) "Multidimensional perfectionism and Rogerian personality constructs". Journal of Humanistic Counseling, Education and Development. Vol. 44, spring, PP.55-65.

* Bandura , Albert and Locke, Edwin E.. (2003) "Negative Self-Efficacy and goal effects revisited". Journal of Applied Psychology.Vol.88, No.1, PP.87-99.

* Bandura , Albert (2001) "Social cognitive theory: An agentic perspective". Annual Review of Psychology. Vol.52,PP.1-26.

* Bandura , Albert and Others(2001) " Self-Efficacy beliefs as shapers of children's aspirations and career trajectories". Child Development. Vol,72, Issue.1, PP.187-206.

* Bandura , Albert and others (1996) "Multifaceted impact of Self-Efficacy beliefs on academic

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

functioning".Child Development. Vol,67, Issue.3, PP.1206-1222.

* **Bandura , Albert (1977)** "Self – Efficacy: Toward a Unifying theory of behavioral change". Psychological Review, Vol. 84, No.2 , PP. 191-215.

* **Bardone-Cone, A. M. and Others.(2006)** "Predicting bulimic symptoms: An interactive model of Self-Efficacy, Perfectionism, and perceived weight status". Behavior Research and Therapy. Vol.44, PP.27-42.

* **Barnwell, Alison and Kavanagh, David J..(1997)** "Prediction of psychological adjustment to multiple Sclerosis". Social Science and Medicine. Vol.45, No.3,PP.411-418.

***Blunt, Allan K. and Pychyl, Timothy A..(2000)** " Task aversiveness and procrastination: A multi-dimensional approach to task aversiveness across stages of personal project". Personality and Individual Differences. Vol.28, PP.153-167.

* **Bear, George & Minke, Kathleen M.(1996)** " Positive bias in maintenance of self-worth among children of LD". Learning Disability Quarterly . Vol. 19, No. 1, PP. 23-32.

* **Berry, R.G.(1975)**."Fear of Failure in then student experience". Personnel and Guidance Journal . 54,PP.190-203.

* **Beswick, Gery; Rothblum, Esther D.; and mann, Leon.(1988)** "Psychological antecedents of student procrastination". Australian Psychologist.Vol.23, No.2,PP.207-217.

* **Campbell, Frances A.; Pungello, Elizabeth P..(2002)** "The Development of Perceived scholastic competence and global self-worth in African

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

Adolescents from low- income families: The roles of family factors, early educational intervention, and academic experience". Journal of Adolescent Research .Vol. 17, N0. 3, PP. 277-302.

* **Chen, Gilad; Gully, Stanley M.; and Eden Dov(2004)** "General Self-Efficacy and self-esteem: toward theoretical and empirical distinction between correlated self-evaluations". Journal of Organizational Behavior. Vol.25, Issue.3,PP.375-395.

* **Chun Chu, Angela Hsin; Choi, Jin Nam(2005)** "Rethinking procrastination: Positive effects of active procrastination behavior on attitudes and performance". The Journal of Social Psychology. Vol.145, No.3, PP.245-264.

***Cervone, Daniel(2000)** "Thinking about Self-Efficacy". Behavior Modification.Vol.24, No.1, PP.30-56.

* **Cole, David A.(1991)** "Changes in self-perceived competence as a function of peer and teacher evaluations". Developmental Psychology. Vol. 27, No. 4, PP. 682-688.

* **Convington, Martin V..(1984)** "The self-worth theory of achievement motivation: Findings and Implications". Elementary School Journal. Vol. 85, No. 1, PP.5-20.

* **Covington, Martin V & Omelich,C. L. (1979)** "Effort: The double edged Sowrd in school achievement". Journal of Educational Psychology. Vol. 71, No.2 , PP.169-182.

* **Cutler, Carol G..(2005)** "Self-Efficacy and social adjustment of patients with mood disorder". Journal of the American Psychiatric Nurses Association.Vol.11,No.5,PP.283-289.

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

* **Davey, Maureen; Eaker, Dawn Goettler; Walters, Lynda Henlley. (2003)** "Resilience processes in adolescents: Personality profiles, self-worth, and coping". Journal of Adolescent Research .Vol. 18, N0. 4, PP. 347-362.
* **Dewitte, Siegfride and Schouwengurg,Henri c.(2002)** "Procrastination ,temptations, and incentives: The struggle between the present and the future in procrastinators and punctual". European Journal of Personality. Vol.16, PP.469-489.
* **Diaz-Morales, Juan Francisco and others.(2006)** "Factorial structure of Three procrastination scales with a Spanish adult population". European Journal of Psychological Assessment.Vol.22,No.2,PP.132-137.
* **Dunkley, David M. and others.(2006)** "Self – Criticism and personal standards factors of perfectionism located within the five-factor model of personality". Personality and Individual Differences. Vol.40, ,PP.409-420.
* **Dunkley, David M. ,Zuroff, David C.; and Blankstein, Kirk R..(2006)** "Specific perfectionism components versus Self–Criticism in predicting maladjustment".Personality and Individual Differences. Vol.37, PP.665- 676.
* **Dunkley, David M. and others.(2004)** "Validity of DAS perfectionism and need for approval in relation to the five-factor model of personality". Personality and Individual Differences. Vol.37, ,PP.1391-1400.
* **Fenzel, L. Mickey ; Magaletta Philip R. ; and Peyrot, Mark F..(1997)** "The relationship of school strain to school functioning and self-worth among urban African American early adolescents ".Psychology in Schools. Vol. 34, No. 3, PP. 279-288.

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

* **Ferrari, Joseph and McCown, William(2006)** "Procrastination tendencies among obsessive-compulsives and their relatives". Journal of Clinical Psychology. Vol.50 ,Issue.2 , PP.162-167 .
*Flett,Gordon; and others. (1992) "Components of perfectionism and procrastination in college students".Social Behavior and Personality. Vo;.20, No.2,PP.85-94.
* **Froese, Arnold D; Nisley, Sheryl J; and May, Roxanna M..(1984)** "The effects of task interest and difficulty on procrastination". Transactions of Kansas Academy of Science. Vol.87, Nos.3-4,PP119-128.
* **Garcia, Teresa; and Others.(1996)** "predictors of self- handicapping: An examination of personal and contextual factors". Paper presented at The Annual Meeting of the American Educational Research Association(New York), NY, April 8-12, 11P.
* **Gilbert, P.; Durrant, R.; and McEwan, K..(2006)** "Investigating relationships between perfectionism, forms and functions of self-criticism, and sensitivity to put- down". Personality and Individual differences. Vol.41, PP.1299-1308.
* **Hamill, Sara K..(2003)** "Resilience and Self-Efficacy:The importance of efficacy beliefs and coping mechanisms in resilient adolescents". Colgate University Journal of the Sciences.Vol.35,PP.115-146.
* **Harrington, Neil.(2005)** "It's too Difficult! Frustration intolerance beliefs and procrastination". Personality and Individual differences. Vol.39, PP.873-883.
* **Harrison, Kline J.; Chadwick, Margret; and Scales, Maria(1996)** "The relationship between cross-cultural adjustment and the personality variables of

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

Self-Efficacy and Self -Monitoring". International Journal of Relations. Vol.20, Issue.2, PP.167-188.

* **Hart ,Brett A. and Others(1998)** "The relationship between perfectionism and Self-Efficacy". Personality and Individual differences. Vol.24, No.1,PP.109-113.

* **Harter, Susan; Waters, Patricia; and Whitesell, Nancy R..(1998)** " Relational self-worth: differences in perceived worth as person across interpersonal contexts among adolescents". Child Development. Vol. 69, No. 3,PP. 756-766.

* **Harter, Susan and Jackson, Bradley K. (1993)** "Yong adolescents' perceptions of the link between low Self- Worth and depressive affect". The Journal of Early Adolescence. Vol.13, No.4, PP.383-407.

* **Haycock, Laurel A.; McCarthy, Patricia; and Skay, Carol L..(1998)** "Procrastination in college students: the role of Self-Efficacy and anxiety". Journal of Counseling and Development. Vol.76, No.3, PP.317-324.

* **Hill, Robert W.; McIntire, Karen; and Bacharach, Veren R. (1997)** " Perfectionism and the big five factors". Journal of Social Behavior and Personality. Vol. 12, No.1, PP.257-270

* **Jackson, Todd; Fritch, April; Nagasaka, Takeo; and Pope, Laurie.(2003)** " Procrastination and perceptions of past, present, and future. Individual Differences Research. Vol.1, No.1, PP.17-27.

* **Jacobs, Beth; Prentice-Dunn, Steven; and Rogers, Ronald W..(1984)** "Understanding Persistence: An interface of Control Theory and Self-Efficacy Theory". Basic and Applied Social Psychology.Vol.5, No.4, PP.333-347

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

* **Johnson, Eric A.(1993)** "The relation ship of self-blame and responsibility attributions and motivations, for schoolwork and conduct, to self-worth and self-perceptions". Paper presented at the Biennial Meeting of the society for Research in Child Development ,New Orleans, LA , March 25-28, 28p.

* **Kistner Janet; and others. (1987)**" Perceived competence and Self-Worth of LD and normally achieving students.". Learning Disability Quarterly. Vol. 10, No. 1, PP. 37-44.

* **Lawrance Lyn.(1989)**"Validation of Self-Efficacy Scale to predict adolescent smoking". Health Education Research.Vol.4, No.3,PP.351-360.

* **Lay, Clarry H..(1998)** "Explaining lower –order traits through higher –order factors: the case of trait procrastination ,conscientiousness, and the specificity dilemma". European Journal of Personality. Vol.11, Issue.4, PP.267-278.

* **Lee, Dong-Gwi; Kelly, Kevin R.; and Edwards, Jodie K..(2006)** " A closer look at the relationships among trait procrastination, Neuroticism, and Conscientiousness". Personality and Individual Differences. Vol.40, PP.27-37.

* **LoCicero, Kenneth A. and Ashby, Jeffery S..(2000)** "Multidimensional perfectionism and self-reported Self- Efficacy in college students". Journal of College students Psychotherapy. Vol.15, Issue.2, PP47-56.

***Luszczynska, Alexandra; Gutierrez-Dona, Benicio; and Schwarzer, Ralf.(2005)** "General Self-Efficacy in various domains of human functioning: Evidence from five countries". International Journal of Psychology.Vol.40,No.2, PP.80-89.

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

* **Martin, T.R. and others (1996)** "Personality correlates of depression and Health symptoms: A test of self- regulation model". Journal of Research in Personality. Vol.30, No.2, PP.246-277.

* **Mattoo, SK. And Malhotra R..(1998)** " Self-Efficacy Scale: Hindi translation and factor structure". Indian Journal of Clinical Psychology.Vol.25,No.2,PP.154-158.

* **May, Barbara A. and Limandri, Barbara J.(2004)** "Instrument development of the Self-Efficacy Scale for abused women". Research in Nursing and Health. Vol. 27,Issue.3,PP.208-214.

* **McGuire , Shirley; Manke, Beth ; Saudino , Kimberly J.; Reiss , David ; Hetherington ,E. Mavis ; and Plomin , Robert.(1999)** " Perceived competence and Self-Worth during adolescence : A longitudinal behavioral genetic study". Child development. Vol. 70, No 6, PP. 1283-1296.

* **Milgram, Norman(Noach); Mey-Tal, Gil; and Levison, Yuval.(1998)** "Procrastination, generalized or specific in college students". Personality and Individual Differences.Vol.25, PP.297-316.

* **Miller, David J..(2006)** "Positive Self-Worth is not enough: Some Implications of two –dimensional model of self-esteem for primary teaching". Improving Schools. Vol.9, No.1, PP.7-16.

* **Moon, Simon M. and Illingowrth, Alfred.(2005)** "Exploring the dynamic nature of procrastination: A latent growth curve analysis of academic procrastination". Personality and Individual differences.Vol.38,PP297-309.

* **Murphy, P. Karen and Alexander, Patricia, A..(2000)** "A Motivated exploration of motivation

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

terminology". Contemporary Educational Psychology.Vol.25, PP.3-53.

* **Newman, P. M. & Newman, P.R. (1984)** "Development through life: psychological – Approach".(3rd ed), Illinois, The Dorsey Press.

* **Ohannessian ,Christine Mc Cauley ;Lerner , Richard M.; Von Eye, Alexander; and Lerner Jacqueline V.. (1996)** "Direct and indirect relations between perceived parental acceptance, perceptions of the self, and emotional adjustment during early adulthood". Family and Consumer Sciences Research Journal . Vol. 25, No. 2,. PP.159-183.

* **Onwuegbuzie, Anthony.(2000)** "Academic procrastinators and perfectionistic tendencies among graduate students". Journal of Social Behavior and personality. Vol.15, No,5, PP.103-109.

* **Pajares, Frank and Graham, Laura (1999)** "Self-Efficacy, motivation constructs, and mathematics performance of entering middle school students". Contemporary Educational Psychology.Vol.24,PP.124- 139.

* **Penn, J. Douglass.(2002).** " Motivational Theory and The middle school". Paper prepared for GEAR UP (Gaining Early Awareness and Readiness for Up graduate Programs) Western Michigan University.

* **Pingree ,Lisa S.(1999)** "Adult children of alcoholics perfectionism- Is there a correlation". A and research paper submitted in partial fulfillment of the requirements for the Master of Science Degree with a major in mental health counseling. The Graduate College ,University of Wisconsin-Stout.

* **Pychyl, Timothy A; Coplan Robert J.; and Reid, Pamela A.M..(2002)** " Parenting and procrastination:

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

Gender differences in the relation between procrastination, parenting style and Self-Worth in early adolescence". Personality and Individual Differences. Vol.33, PP.271-285.

* **Rodebaugh, Thomas L..(2006)** "Self-Efficacy and Social behavior". Behavior Research and Therapy. Vol.44,PP.1831-1838.

* **Rothblum, E.D. (1992**). "Overcoming procrastination". In L.K. Jones (Ed.), Encyclopedia of Career Decision and Work Issues (pp. 238-239). The Oryx Press.

* **Rothblum, E.D; Solomon, Laura J.; and Murakami, J..(1986)** "Affective, cognitive, and behavioral differences between high and low procrastinators". Journal of Counseling Psychology.Vol.33,No.4,PP.387-394.

* **Schunk, D.H, (1983)** " Reward contingencies and development of children's skills and self – efficacy". Journal of Educational psychology,75, (4), 511-518.

* **Senécal, Caroline; Julien, Etienne; and Guay, Frederic.(2003)** "Role conflict and academic procrastination: A Self-Determination prespective". European Journal of Social Psychology. Vol.33, PP.135-145

* **Senécal, Caroline; Lavoie, Kim; and Koestner, Richard. (1997)** "Trait and situational factors in Procrastination: An international model". Journal of Social Behavior and Personality.Vol.12, No.4, PP.889-903.

* **Senécal, Caroline; Koestner, Richard; and Vallerand, Robert J.. (1995)** "Self-Regulation and

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

Academic Procrastination". Journal of Social Psychology.Vol.135,No.5,PP.607-619.

* **Scher, Steven J. and Osterman Nicole M..(2002)** "Procrastination, conscientiousness, anxiety and goals: Exploring the measurement and correlates of procrastination among school-aged children". Psychology in Schools.Vol.39, Issue.4, PP.385-398.

* **shafran, Roz; Copper, Zafra; and Fairburn, Christopher G.(2002)** "Clinical Perfectionism:a cognitive-behavioral analysis". Behavior Research and Therapy.Vol.40, PP.773-791.

* **Sirois, Fuschia M..(2004)** "Procrastination and intentions to perform health behavior: The role of self- consideration of future consequences". Personality and Individual Differences. Vol.37, Issue,1, PP.115-128.

* **Slaney, Robert B.; Pincus, Aaron L.; Uliaszek, Amanda A.; and Wang, Kenneth T..(2006)** "conceptions of Perfectionism and Interpersonal problems: Evaluating groups using the structural summary method for circumplex data". Assessment. Vol.13, No.2, PP.138-153.

* **Solomon, Laura J. and Rothblum, Esther. D..(1984)** "Academic procrastination: Frequency and cognitive – behavioral correlates". Journal of Counseling Psychology.Vol.31,No.4,PP.503-509

* **Spada, Marcantonio M.; Hiou, Kalliopi; and Nikcevic, Ana v. (2006)** " Metacognition, emotions, and procrastination" Journal of Cognitive psychotherapy: An International Quarterly.Vol.20, No.3, PP.319-326.

* **Steel, Piers; Brothen, Thomas; and Wambach, Catherine(2001)** "Procrastination and personality,

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

Performance and mood". Personality and Individual Differences. Vol.30, Issue.1,PP.95- 106.
* **Stoeber, Joachim Otto, Kathleen.(2006)** "positive conceptions of Perfectionism: Approaches, and evidence, challenges". Personality and Social Psychology Review.Vol.19, No.4, PP.295-319.
* **Strecher, Victor J..(1986)** "The role of Self-Efficacy in achieving health behavior change". Health Education and behavior. Vol.13, No.1, PP.73-92.
* **Thompson, Ted and Dinnel, Dale L.**(2003) "Construction and initial validation of the Self-Worth Protection Scale". British Journal of Educational Psychology. Vol. 73, 2003. PP. 89-107.
* **Tuckman, Bruce W..(1990)** "Measuring procrastination attitudinally and behaviorally". Paper presented at meeting of American Educational Research Association, Boston,MA,April,1990.
* **Van-Erede, Wendelien. (2003)** "A meta-analytical derived nomological network of procrastination". Personality and Individual Differences. Vol.35, PP.1401- 1418.
* **Van-Hooft, Edwin A.J. and Others.(2005)** "Bridging the gap between intentions and behavior: Implementation intentions, action control, and procrastination". Journal of Vocational Behavior.Vol.66, PP.238-256.
* **Vodanovich, Stephen J.; and Rupp, Deborah E..(1999)** " Are procrastinators prone to boredom?". Social Behavior and Personality. Vol.27,No.1, PP.11-16.
* **Walsh, James J. And Ugumba-Agwunobi, Godwin (2002)** "Individual differences in statistics anxiety: the roles of perfectionism, procrastination and trait anxiety". Personality and Individual Differences. Vol.33, PP.239-251.

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com

* **Watson, David C..(2001)** "Procrastination and the five factor Model: a facet level analysis". Personality and Individual Differences. Vol.30, PP.149-158.
* **Wiest, Dudley J.; Wong, Eugene H.; Kreil, Deennis A..(1998)** "Predictors of global self-worth and academic performance among regular education, learning disabled, and continuation high school students". Adolescence. Vol. 33, No. 131,. PP 601-618.
* **Wong, Eugene H.; Wiest, Dudley J.; Cusick, Lisa B..(2002)** "Perceptions of autonomy support, Parent attachment ,competence and self-worth as Predictors of motivational orientation and academic achievement : An examination of sixth-and ninth-grade regular education students". Adolescence. Vol. 37,No.46, PP. 255-266.
* **Zimmerman, Barry J..(2000)** "Self-Efficacy: an essential motive to learn". Contemporary Educational Psychology.Vol.25, PP.82 - 91.

This PDF was created using the Sonic PDF Creator.
To remove this watermark, please license this product at www.investintech.com