جامعة مدينة السادات

كلية التربية

قسم علم النفس

بعض العوامل الوجدانية المسهمة فى التنبؤ بالإرجاء الأكاديمى الفعال لدى طلاب كلية التربية

بحث مستل من رسالة مقدمة استكمالا للحصول على درجة دكتوراه الفلسفة في التربية

(تخصص: صحة نفسية)

إعداد الباحثة

دعاء محمد على ابوزيد

مفتش رقابة بمديرية الشئون الاجتماعية بالبحيرة

إشـــراف

الأستاذ الدكتور

عبد الهادي السيد عبده

أستاذ بقسم علم النفس

كلية التربية - جامعـة المنوفية

الأستاذ الدكتور

فاروق السيد عثمان

أستاذ بقسم علم النفس

كلية التربية - جامعـة مدينة السادات

٢٠٢٢ م- ١٤٤٤هـ

مقدمة

ويعد الإرجاء الاكاديمى من المشكلات التربوية والنفسية التى إزدادت مع التطور الحضارى فى العصر الحديث وإنخفاض فاعلية الذات الأكاديمى وإنتشار الإرجاء الاكاديمى لدى عدد كبير من طلبة الجامعة الذين يشكلون شريحة مهمة من شرائح المجتمع لذلك لم يعد التعليم والتفوق الدراسى من أولويات طلبة الجامعة بل أصبحت الأهداف المادية والبحث عن لقمة العيش بوسائل سريعة هى الغاية لدى كثير من طلبة الجامعة.

فالإرجاء الأكاديمى شكل من اشكال التأجيل لإنجاز النشاطات والمهمات التى يرى الفرد أنها غير ممتعة وغير سارة وتعيقه من تحقيق أهدافة (Shu;gmeezyzolo). أنه تأخيرغير منطقى للمهمات الأكاديمية مع معرفة الطالب للأثار السلبية الناتجة عن ذلك وأختلاقه للأعذار لتجنب الشعور بالأثم أنة تأجيل الى الغد الذى لن ياتى أبدا كما يرى بلوت (blaut , 2008)

وبناءا" على ذلك يمكن القول أن للأرجاء الأكاديمى عواقب سلبية متعدده تظهر أثارة فى أنخفاض مستوى التحصيل الدراسى والتسرب والرسوب فى الصفوف الدراسية وظهور مستويات عالية من عدم الشعور بالسعادة والتشاؤم والشعور باليأس والحكم على الذات بعدم القدره على الأنجاز وظهور مستويات عالية من التشاؤم وعدم الثقة بالنفس والقلق بشكل عام ومن جانب أخر أوضحت الدراسات أن الطلبة من ذوى التفكير التأملى وممن يتصفون بالتفكير الناقد والتفاؤل يتعلمون بمتعة وأرتياح كما أن لديهم ثقة بقدراتهم على النجاح فى الامتحانات وكتابة البحوث وهم أكثر قدرة على أدارة أمورهم التعليمية وعلى الشعور بالسعادة والتفاؤل على نقيد الطلبة من ذوى التفكير البطئ والمتشائمين والتعساء اذ يكونون أكثر ميلا للوقوع فى مشكلات سلوكية كالهروب من المدرسة والأخفاق الدراسى مما يعرض دراستهم الجامعية لخطر الاخفاق والتعرض لمشكلات نفسية متعددة كالقلق والاكتئاب وضعف الثقة بالنفس

ويكون الإرجاء الاكاديمى الغرض القيام ببعض المهام والواجبات مقبولا" فى بعض الأحيان بسبب ظروف معينة حيث يؤجل الطلاب القيام بهما نظرا" لظروفة الخاصة ولكن الإرجاء المستمر للواجبات والمهمات يصير أمرا" مشكلا" وهذا ما يسمى بالتسويف. Procrastimotion

ومن هنا فالإرجاء هو أحد المظاهر التى تؤثر على فاعلية الأفراد نحوالإنجاز بمختلف جوانب الحياة وأنشطتها ويعد الجانب الأكاديمى من أبرز المجالات التى تشيع بها ظاهرة الإرجاء لدى الطلبة بمختلف مراحلهم ويطلق على هذه الظاهرة فى هذا المجال الإرجاء الإكاديمى إوالتسويف الأكاديمى (erocrastination Academic)

ومن هنا أتت الدراسة الحالية للتاكيد بالتاكيد من جدوى وفاعلية الإرجاء الاكاديمي الفعال والتنبؤ به في تغيير بعض العادات السلبية عن التأجيل من خلال بعض المتغيرات والعوامل المعرفية والوجدانية وعلى حدود علم الباحثة لا توجد دراسات عربية تناولت الى الإرجاء الاكاديمي الفعال مع بعض المتغيرات المعرفية والوجدانية المسهمة بالتنبؤ بالإرجاء الاكاديمي الفعال لدى طلاب كلية التربية وذلك لتحقيق درجة عالية من النجاح والإنجاز الاكاديمي ويعد موضوع الإرجاء من الموضوعات التي جذبت إنتباه الباحثين في العقود القليلة الماضية. وعلى الرغم من إرتباط الإرجاء بنتائج غير مرغوب فيها في معظم الدراسات مثل انخفاض الضبط الذاتي(Tice&Bratslavsky, ٢٠٠٠)، وإنخفاض فعالية الذات وتقدير الذات: &:,Harrison Klassen, 2014; Rajari,2008;Van Eerde,2003;Wolters Krawchuk) 2003)، وضعف التنظيم الذاتي (Waschle,Allgaier,Lachner,Firk&Neckles, ٢٠١٤)،وانخفاض دافعية الإنجاز(Ross,Canada&Rausch, ٢٠٠٢)، إلا أن الباحثين توصلوا إلى أن سلوكيات الإرجاء ليست جميعها ضارة أومنذرة بعواقب سلبية، بل أن بعضها قد يكون له أثار إيجابية بالفعل (Steel, ٢٠٠٧). فعلى سبيل المثال، يذكر (Brinthaupt&Shin ,٢٠٠١) أن تأجيل العمل في بعض الأحيان تعد بمثابة استراتيجية محفزة للذات Self–motivating trategy أوImage OCR استراتجية فعالة في المجال الأكاديمي للطلاب الذين يحتاجون إلى مستويات Preferences88 فاعية لتنفيذ المهام المطلوبة منهم.

أولا":- مشكلة البحث

يعتبر الإرجاء الأكاديمى فى أداء المهام من الأمور الشـــائعة لدى الافراد الى أن تكراره بصـــورة مستمرة يعتبر مشكلة مما قد يكون له من تأثيرات سلبية على الفرد سواء داخليا" كما تظهر فى الجانب الإنفعالى للفرد فى صـورة الاحسـاس بالندم أو اليأس أولوم الذات أوالتشـاؤم أوالشـعور بالتعاسـة أوتأثيره الخارجى الذى يظهر فى عدم التقدم فى العمل أوفقد فرص كثيرة فى الحياة

وأشار ونج (wong ,2000) أن الإرجاء هوعملية تأجيل شئ ما فى وقت لاحق وتعيق الفرد من تحقيق أهدافه كما أنها سلوك متعلم وأحيانا" ما يكون الارجاء شكل من أشكال المقاومة وطريقة لتجنب عمل شئ ما يراه الفرد علي أنه غير سار وليس له معني وغير ممتع وأثبتت الابحاث والدراسات السابقة أن الإرجاء الأكاديمي بصفه خاصة يزداد إنتشاره لدي الطلاب خصوصا طلاب الجامعة الذين تنتقل لهم المسئولية الكاملة لأداء المهام الدراسية بعد المراحل الدراسية السابقة التي يشاركهم فيها المسؤولية كلا من الاباء والمدرسين كما أنهم يواجهون أيضا ضغوطا" مستمرة بسبب مطالبهم بتقديم أبحاث وتقارير والإستذكار للأمتحانات لذا فقد يلجأ البعض منهم الي تأجيل عمل هذة المهام حتي أخر لحظة مما قد يؤدي الي زيادة الضغوط الواقعة عليهم فيؤثر ذلك علي الجواب التعليمية بل والنفسية لديهم

ويؤكد ذلك دراسة كلارك وهيل (clark,hill,1994) حيث قدر نسبة كبيرة من طلاب الجامعة أنهم يقومون بسلوك التأجيل في الإستذكار للأمتحان وكتابة الأبحاث والقراءة الأسبوعية المتعلقة بالواجبات وأيضا قررت نسبة كبيرة منهم أن الإرجاء يمثل مشكلة كبيرة بالنسبة لهم

وكذلك توصل توكمان (Tuckmon,2002) الي أن مرتفعي الإرجاء الأكايمي كانت درجات تحصيلة منخفضة بصورة دالة عن متوسطي ومنخفضي الإرجاء الأكايمي وبالنظر الي أنتشار الارجاء الأكاديمي لدي نسبة لا يستهان بها من الطلاب بالاضافة الي تأثيره السلبي علي التحصيل الدراسي فنجد أن بعض الطلبة لديهم يستخدم أسلوب الإندفاع والتروى فالطالب الذى يستخدم هذا الأسلوب في المذاكرة يدرس أولا الموضوع ولدية ثقة في النفس وعدم الاندفاع في الاجابة على السؤال فيستخدم الإرجاء الأكاديمى الفعال في التأنى والتأجيل للدراسة والموضوعات الى أن يتم تجميع أكبر معلومات عن موضوع دراسة وهذا يشعره بفاعلية الذات وعن طريق التفاؤل يستطيع الطالب إنجاز المهام التى قام بتأجيلها لوقتها ونستطيع عن طريق التفاؤل أن نتنبأ بوجود إرجاء أكاديمى فعال

ومما لا شك فيه أن لكل فرد من هدف يسعى إليه وهذا الهدف يتطلب العمل المستمر والسعي من أجل تحقيقه ولكن يختلف الأفراد في طرق إتمام وإنجاز هذا الهدف فمنهم من يحاول إنجازه بشكل فوري ومنهم من يتباطئ ويؤجل أويرجئ تحقيقه حتى أخر لحظة ممكة وهوما يطلق عليه الإرجاء Procrastination

وبداية لا بد من التمييز بين الإرجاء الوظيفي Functional والإرجاء غير الوظيفي dysfunctional فالتأجيل العرضي للمهام المطلوب إنجازها يمكن أن يكون مقبولاً عند الحاجة إلى جمع مزيد من المعلومات، أوإعطاء أولوية لأداء بعض المهام دون غيرها حينما يكون هناك العديد من المهام التي تتطلب أن نقوم بها، وغالباً ما لا يكون هناك خيار إلا أن ندع أداء بعضها لنعمله في وقت لاحق، وهذا النوع من الإرجاء هوما يمكن أن نطلق عليه الإرجاء وظيفي طالما أن يتضمن إعطاء الأولوية لعبض الأنشطة دون غيرها مما يساعد على زيادة احتمالية نجاح المهام. وعلى العكس من ذلك عندما يمارس الفرد التأجيل أوالتأخير المتكرر الاعتيادي للبدء أوالانتهاء من أداء المهام المطلوبة مما يقلل من فرص نجاح هذه المهام ذلك ما يمكن إعتباره الإرجاء غير وظيفي(Holme 2002) وتنبثق مشكلة البحث في التساؤلات الاتية

السؤال الرئيسى

بعض العوامل المعرفية المسهمة فى التنبؤ بالإرجاء الأكاديمى الفعال لدى طلاب كلية التربية

١ – ما مستوى الإرجاء الأكاديمى الفعال لدى طلاب كلية التربية؟

٢ – ما شكل العلاقة الارتباطية بين الإرجاء الأكاديمى الفعال وفاعلية الذات لدى طلبة كلية التربية؟

٣ – ما أثر الإرجاء الأكاديمى الفعال (المرتفع – المنخفض) على فاعلية الذات لدى طلبة كلية التربية؟

٤ – ما أثر جنس الطلبة (ذكور – اناث) على فاعلية الذات؟

٥ – ما مدى إسهام فاعلية الذات في التنبؤ بالارجاء الأكاديمى الفعال لدى طلاب كلية التربية الذكور ؟

٦ – ما مدى إسهام فاعلية الذات في التنبؤ بالإرجاء الأكاديمى الفعال لدى طلاب كلية التربية الإناث ؟

ثانيا":–أهداف البحث

١– التعرف علي **بعض العوامل والوجدانية المسهمة فى التنبؤ بالإرجاء الأكاديمى الفعال لدى طلاب كلية التربية**

٢– التعرف علي طبيعة العلاقة بين الإرجاء الأكاديمي وبعض المتغيرات النفسية والتنبؤ به من خلال المتغيرات النفسية

ثالثا":– أهمية البحث

تتمثل أهمية البحث في: –

الأهمية النظرية

أن لهذا الموضوع أهمية كبيرة من الناحية النظرية فتعد هذة البحث أضافة الي التراث النظري في الإرجاء الأكاديمي وبعض المتغيرات النفسية وهي مفاهيم تحتاج الي دراسة وبحث فهذا البحث يعد الاول من نوعه في دراسة الإرجاء الأكاديمى الفعال والتنبؤ به عن .

الأهمية التطبيقية

١– يمكن الاستفادة من نتائج هذة البحث في التعرف علي علاقة الإرجاء الأكاديمي لكل من فاعلية الذات لدي شريحة مهمة من شرائح المجتمع وهي طلبة الجامعة وهي كما يمكن أن تكون نقطة إنطلاق لمزيد من البحوث والدراسات في هذا المجال

٢– تصديها لمشكلة لم يتناولها الي قليل من البحوث والدراسات العربية والاجنبية والمحلية بشكل خاص في حدود علم الباحثة اذ أكدت الدراسات أهميتها وتأثيرها الكبير في أداء طلبة البحث

٣- وضع الحقائق الناتجة من هذة البحث أمام المختصين بعلم النفس والارشاد النفسي من أجل

٤- وضع الخطط الكفيلة في مواجهة هذة المشكلة اذ يعول علي الطلبة الكثير في بناء المستقبل

رابعا":- حدود البحث

١- الحدود المكانية:- جامعة مدينة السادات – كلية التربية

٢- الحدود الزمنية:- مدة أجراء البحث (تم تطبيق المقاييس فى مدة حوالى ثلاثة اشهر)

٣- الحدود البشرية:- طلبة كلية التربية

٤- الحدود الموضعية:- **بعض العوامل والوجدانية المسهمة فى التنبؤ بالارجاء الاكاديمى الفعال لدى طلاب كلية التربية**

خامسا":- المنهج المستخدم فى البحث

المنهج الوصفى الإرتباطى السببى

سادسا:- أدوات البحث

١- مقياس الإرجاء الأكاديمى الفعال من إعداد الباحثة

٢- مقياس فاعلية الذات من إعداد الباحثة

سابعا":- مصطلحات البحث:-

اولا":- الإرجاء الأكاديمى الفعال

تعرف الباحثة الإرجاء الأكاديمي الفعال بأنه تأجيل متعمد لإنجاذ المهام المكلف بها حتي يتم التخطيط الجيد لها والإستعداد التام لإنجازها علي أكمل وجه والحصول علي نتائج مرضية في الميعاد المحدد والذي يقاس بالدرجة التي يحصل عليها الطالب في الإختبار المعد خصيصا لذلك.وقد توصلت الباحثة بعد الاطلاع علي الدراسات السابقة والمقاييس الي أن أبعاد مقياس الارجاء الاكاديمي الفعال في:

أبعاد الارجاء الاكاديمى الفعال

١- التخطيط الجيد للمهام:

وقد عرفت الباحثة التخطيط الجيد للمهام علي أنه الإستغلال الأمثل للوقت وتحديد الأولويات والأعمال التي يجب القيام بها وما الذي يمكن تأجيله للغد حتي يتم الإنجاز للمهام علي أكمل وجه

٢- الوفاء بالمواعيد:

وقد عرفت الباحثة الوفاء بالمواعيد علي أنها قدرة الفرد علي الالتزام بالمواعيد للوصل الي الهدف في الوقت المحدد.

٣- تقدير الذات:

وقد عرفت الباحثة تقدير الذات علي أنه تقييم الفرد لنفسة ومهاراته وتقييم لذاته وقدرته علي تحقيق أهدافة بكفائة للوصول الي أفضل النتائج.

٤- تنفيذ المهام:

وقد عرفت الباحثة تنفيذ المهام علي أكمل وجه علي أنها قيام الفرد بانجاز الأعمال التي يقوم بها في الوقت المحدد علي أكمل وجه بطريقة منظمة ودقيقة.

٥- تحقيق النتائج:

وقد عرفت الباحثة تحقيق النتائج المرضية علي أنها فن الحصول علي أقصي أداء ممكن وبأقل جهد في إنجاز الأعمال وتنفيذها

وتم صياغة عبارات المقياس في ضوء الأبعاد في صورة عبارات تعكس جوانب الإرجاء الأكاديمي الفعال

ثانيا":- فاعلية الذات

تعرف الباحثة فاعلية الذات بأنها إدراك الفرد لقدرتة علي تنظيم وتنفيذ وإنجاز المهام لتحقيق الأهداف المرجوة والوصول للنتائج المطلوبة منه ومواجهة الضغوط التي قد تعترض مسيرتة الأكاديمية وتوقع النجاح فيما يقوم به من المهام الدراسية والذي يقاس بالدرجة التي يحصل عليها الطالب في الإختبار المعد خصيصا لذلك وقد توصلت الباحثة بعد الاطلاع علي الدراسات السابقة والمقاييس الي أن أبعاد مقياس فاعلية الذات هي مايلى:-

١- إدارة الضغوط:

وقد عرفت الباحثة إدارة الضغوط علي أنها مواجهة الفرد لأعباء الحياة اليومية بطريقة إيجابية تمكنة من النجاح في تحقيق أهدافه.

٢- الثقة بالنفس:

وقد عرفت الباحثة الثقة بالنفس علي أنها إيمان الفرد بنفسة ومهاراته وقدراته والإحساس بقيمة ذاته وتقديرها والتمتع بالحياة والشعور بالسعادة.

٣- تحديد الأهداف:

وقد عرفت الباحثة تحديد الأهداف علي أنها التركيز بشكل مباشر علي الأعمال والمهام التي يرغب القيام بها والوصول الي الشكل النهائي للنتيجة التي يسعي اليها.

٤- إنجاز المهام.

وقد عرفت الباحثة إنجاز المهام علي أنها قيام الفرد بتنفيذ الاعمال التي يقوم بها في الوقت المحدد لها علي أكمل وجه.

٥- توقع النجاح.

وقد عرفت الباحثة توقع النجاح علي أنه التنبؤ بالأحداث والإنجازات لتحقيق الأهداف والوصول الي النتائج المرغوبة.وتم صياغة عبارات المقياس في ضوء الأبعاد في صورة عبارات تعكس جوانب فاعلية الذات :-

إجراءات الدراسة

١-الاطلاع على أدبيات الدراسة التي تناولت متغيراته، والتي تمثلت في الارجاء الأكاديمي الفعال وفاعلية الذات، والتفكير التاملي، والتفكير الناقد، والتفاؤل الأكاديمي ؛ وذلك للاستفادة منها في إعداد الإطار النظري وتحليل الدراسات السابقة وبناء الأدوات بمساعدة الكتب المتخصصة في إعداد الاختبارات والمقاييس.

٢-صياغة فروض الدراسه في ضوء ما انتهت اليه الدراسات السابقه من النتائج

٣- اعداد ادوات الدراسه والتحقق من صدقها وثباتها وهي

*إعداد مقياس الارجاء الأكاديمي الفعال والتحقق من ثباته وصدقه واتساقه الداخلي.

*إعداد مقياس فاعلية الذات والتحقق من ثباته وصدقه واتساقه الداخلي.

*إعداد مقياس التفكير التاملي والتحقق من ثباته وصدقه واتساقه الداخلي.

*إعداد مقياس التفكير الناقد والتحقق من ثباته وصدقه واتساقه الداخلي.

*إعداد مقياس التفاؤل الاكاديمي والتحقق من ثباته وصدقه واتساقه الداخلي.

٤-عرض الأدوات في صورتها الأولية على مجموعة من المحكمين المتخصصين في علم النفس التربوي والصحة النفسية، وذلك للتحقق من صدق المحتوى ومدى مناسبته لطلاب المرحلة الجامعية

٥-تم تحديد عينة الخصائص السيكومترية من بين طلاب الفرقة الثانية بكلية التربية عشوائيًا.

٦-تم تطبيق الأدوات على عينة الخصائص السيكومترية ؛ للتأكد من الثبات والصدق والاتساق الداخلي وذلك باستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة.

٧-تم تحديد المشاركين في الدراسة النهائية عشوائيًا من بين طلاب الفرقة الثانية بكلية التربية.

٨- طُبقت أدوات الدراسة في صورتها النهائيه على عينه البحث

٩- تحليل البيانات احصائيا باستخدام الاساليب الاحصائيه المناسبه وتمت معالجة البيانات إحصائيًا عن طريق استخدام برنامج (SPSS).

للتحقق من صحة الفروض قامت الباحثة بمعالجة البيانات باستخدام الأساليب الإحصائية (SPSS) حزمة البرامج الإحصائية للعلوم الاجتماعية، وأهم الأساليب الإحصائية التي استخدمت في الدراسة الحالية هى:

- معامل ارتباط بيرسون لحساب العلاقة بين متغيرات الدراسة.
- تحليل الانحدار المتعدد لقياس التنبؤ بالارجاء الأكاديمي الفعال لدى طلاب كلية التربية من متغيرات الدراسة.
- معادله الفا كرونبات لحساب ثبات المقياس

١٠- مناقشة نتائج الدراسة وتفسيرها في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة.

١١- صياغه التوصيات والبحوث المقترحة

الدراسات السابقة والفروض

أولا:- دراسات سابقة متعلقة بالإرجاء الأكاديمي:-

هدفت دراسة (Haycock,١٩٩٣) لتحديد العلاقة بين الإرجاء الأكاديمي والقلق والكفاءة الذاتية وتكونت العينة من ١٤١ طالبا" جامعيا"، وأسفرت عن إسهام القلق والكفاءة الذاتية بصورة دالة في التنبؤ بالإرجاء الأكاديمي، أما الجنس والعمر وكم العمل الجامعي الذي تم الإنتهاء منه فلم تكن منبئا" دالا بالإرجاء الأكاديمي.

أجرى كل من ليكشميناربان وبوتدار وريدي(Lakshminarayan; Potdar and Reddy 2013,) درسة في الهند بعنوان: "Academic Procrastination and Relationship between Performance among a Group of Undergraduate Dental Students."in India، هدفت إلى كشف العالقة بين التسويف والأداء الأكاديمي لدى مجموعة من طبة الجامعة في الهند، على عينة مكونة من (٢٠٩) طلاب وطالبات من طلبة السنوات الثانية والثالثة والربعة من كلية طب الأسنان في كلية(Bapuji Dental College)، (Davangere)، إستخدم فيها مقياس التسويف الاكاديمي المكون من (١٧) سؤالأ. وقد أظهرت النننائج وجود علاقة سلبية ذات دلالة إحصائية(٠,٦٣) بين التسويف والأداء الأكاديمي. فضلأ عن ذلك وجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين عند مستوى(٠,٠٥) في التسويف الأكاديمي، إذ أظهر الطلبة الذين كان متوسط دداؤهم الاكاديمي عاليا تسويفا أكاديميا" أقل من الطلبة الذين كان مووسط دداؤهم الأكاديمي منخفضا والعكس بالعكس.

أما درسة مورت(Murat,٢٠١٣) في أمريكا بعنوان:Procrastination , Academic academic life" satisfaction and academic achievement: The mediation role."of rational beliefs about studying فقد هدفت إلى معرفة دور المعتقدات الفكرية كمتغير وسيط بين التسويف الأكاديمي والرضا عن الحياة الأكاديمية والتحصيل الدرسي، على عينة مكونة من (١٩٠) طالباً وطالبة من طلبة الجامعة. وقد أظهرت النتائج وجود علاقة سلبية بين المعتقدات الفكرية المتعلقة بالدرسة وبين التسويف الأكاديمي، كما وجدت علاقة إيجابية بين المعتقدات الفكرية المتعلقة بالدرسة وبين كل من الرضا عن الدرسة والتحصيل الدرسي. كما تؤدي المعتقدات الفكرية دور الوسيط بين التسويف الاكاديمي والرضا عن الحياة والتحصيل الدراسي، كعا يؤدي الرضا عن الحياة دور الوسيط وبين الشويف الأكاديمي وبين التحصيل الدرسي.

أجرى كلاسن وآخرون(Klassen, et al., ٢٠١٠) درسة في كندا وسنغافورة بعنوان:
Academic Procrastination in Two Settings: Motivation Correlates," Behavioral Patterns, and Negative Impact of Procrastination in Canada and."Singapore هدفت إلى إختبار دراستين لبيان علاقة التسويف الأكاديمي بكل من الدافعية، وأنماط السلوك، والتأثير السببي للتسويف في كندا وسنغافورة، إذ تكونت العينة من (١١٤٥) طالبا" وطالبة من طلبة جامعتي كندا وسنغافور. في الدرسة الأولى وجدت علاقة بين التسويف الأكاديمي وبين متغيرات الدافعية، وكانت مشقة مع الكفاءة الدانية للتعلم المنظم ذاتيا"، وترتبط بعلاقة قوية مع التسويف الأكاديمي لدى الطلبة في كل من الدولتين. وفي الدرسة الثانية، أختبرت العلاقة بين أنماط سلوك التسويف والتأثير السلبي للتسويف الأكاديمي لدى طلبة جامعتي كندا وسنغافور. فقد أظهر مشاركون كتابة أن الأداء الأكاديمي كان أكثر إذ أظهر الطلبة السنغافوريون تسويفاً أكاديميا" أكثر من الطلبة الكنديين، وقد ذكر السنغافوريون أن التسويف يؤثر سلباً في الأداء الأكاديمي. وفي كل من المجموعتين أنفق الطلاب المسوفون سلبياً وقتا أكثر في التسويف من المتسوفين الطبيعيين، وكفاءة ذاتية للتعلم أقل للتعلم المنظم.

ثانيا: دراسات تناولت فعالية الذات

أوضحت درسة سيلان(٢٠١١,) فاعلية الذات الأكاديمية وقلق المستقبل وجود علاقة سلبية بن التسويف الأكاديمي وفاعلية الذات، في حين أظهرت درسة دوستين (Dustine,٢٠٠٩) وجود علاقة موجبة بينهما. أما فيما يتعلق بتأثير قلق المستقبل في طلبة الجامعة، فإنه من المتوقع في ظل الظروف النفسية والدرسية والاجتماعية والمعيشية النبي يعيشها طلبة جامعة دمشق، ان تكون نظرتهم إلى مسنقبلهم ودراستهم نظر تشاؤمية، ممايجعل كثير منهم يسوفون في درستهم، وينشغلون بأعمال أخرى معيشية تعد بالنسبة إليهم أكثر أهمية، كما تجعل فاعلية الذات الاكاديمية عندهم منخفضة. نستنتج من ذلك أنه من المتوقع وجود

علاقه عكسية بين التسويف الأكاديمي وفاعلية الذات الأكاديمية، أي كلما زد التسويف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة، انخفضت فاعلية الذات الاكاديمية لديهم. وعلاقة طردية بين التسويف الأكاديمي وقلق المستقبل، أي كلما زد مستوى التسويف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة، زد قلق المستقبل لديهم. فالمستقبل مكوّن رئيس وأساسي في سلوك الإنسان، إذ ينعكس بآثار الإيجابية والسلبية على مستوى أداء الطلبة الأكاديمي، ومدى قدرت م على إنجاز أهداف م بك ا وفاعلة.

يمكن تقسيم الدراسات السابقة إلى ا. دراسات جمعت بين فاعلية الذات ووجهة الضبط:

تهدف دراسة الحربي وزهران (١٩٢١) إلى فحص علاقة فاعلية الذات بوجهة الضبط الداخلية والخارجية في ضوء متغيري المرحلة الدراسية والمستوى الاجتماعي

الذات والتحصيل الدراسي، وعلاقة سالبة بين وجهة الضبط والتحصيل الدراسي. كما – أوضح تحليل الانحدار أن لفعالية الذات دورا مهما في التحصيل الأكاديمي.. كما هدفت دراسة أوجوناماكن واكومولفي (Ogumakin & Akomolafe , ٢٠١٣) " إلى دراسة فعالية الذات وموضع الضبط لدى طلاب المرحلة الثانوية في ولاية أوندوفي نيجيريا. وقد تكونت عينة الدراسة من ٣٦٤ من طلبة المرحلة الثانوية اختيروا بطريقة عشوائية. وبعد تطبيق أدوات الدراسة اتضح في نتائج تحليل الانحدار آن فعالية الذات ووجهة الضبط يؤثران في التحصيل الدراسي، كما اتضح من النتائج أن فعالية الذات علامة منبئة قوية للتحصيل الدراسي، بينما وجهة الضبط لم يكن منبئا جيد للتحصيل الدراسي لطالبات المرحلة الثانوية.

دراسات تتعلق بفعالية الذات والتحصيل الأكاديمي:

هدفت دراسة باندورا وأخرين (Banduira et al., ١٩٩٢) إلى بحث العلاقة بين فاعلية الذات وكل من الدافعية الذاتية والإنجاز الأكاديمي، حيث تكونت عينة الدراسة من (١٠٢) من طلاب المدارس الثانوية، وتوصلت الدراسة إلى أن فاعلية الذات تؤثر تأثيرا دالا في

كل من الدافعية الذاتية والإنجاز الأكاديمي لدى الطلاب.

وهدفت دراسة الشعراوي (٢٠٠٠) إلى تعرف علاقة فعالية الذات ببعض المتغيرات الدافعية لدى الطلاب، وتكونت عينة الدراسة من (٤١٧) طلاب الصفين الأول والثاني الثانوي، وتم استخدام مقياس فعالية الذات ومقياس دافع الإنجاز الأكاديمي والتوجه

الشخصي. وأظهرت النتائج وجود علاقة موجبة دالة إحصائيا بين فعالية الذات وكل من الإنجاز الأكاديمي، والتوجه الشخصي وتحقيق الذات.

كما هدفت دراسة الحربي (٢٠٠٩) إلى تعرف علاقة التحصيل الدراسي بكل من فعالية الذات العامة والأكاديمية واتجاه الضبط. وتكونت عينة الدراسة من (٤٩٧) طالب وطالبة في جامعة أم القرى، تم إستخدام مقياس فعالية الذات العامة لشين وآخرين (Chen et al) ومقياس إتجاه الضبط لروتر Rotter،

حيث بينت نتائج الدراسة وجود علاقة موجبة دالة إحصائيا" بين التحصيل الدراسي وكل من فعالية الذات العامة والأكاديمية، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلاب والطالبات في فعالية الذات العامة والأكاديمية لصالح الطلاب.

كما هدفت دراسة النور (٢٠١٣) إلى تعرف فعالية الذات لدى طلاب وطالبات الجامعة وعلاقتها بالسعادة والتحصيل الأكاديمي. وتكونت عينة الدراسة من (٥٤٧) طالب وطالبة من الكليات العليمة والأدبية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا، وجامعة الخرطوم، وجامعة النيلين، ولتحصيص أهداف الدراسة تم تطبيق مقياس أكسفورد للسعادة، ترجمة وتعريب عبد الخالق (٢٠٠٣). وكشفت نتائج الدراسة وجود ارتباط موجب ذي دلالة إحصائية بين فعالية الذات والسعادة لدى طلبة الجامعة، كما كشفت النتائج وجود علاقة موجبة دالة بين فعالية الذات والتحصيل الأكاديمي، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلبة التخصصات العلمية والأدبية على مقياس فعالية الذات لصالح طلاب التخصصات العلمية. ومن خلال العرض السابق للدراسات السابقة يتضح إختلاف أهدافها، حيث إن بعضها ركز على دراسة فعالية الذات ووجهة الضبط ومتغيرات أخرى، مثل دراسة الحربي وزهران (١٩٣١)، ودراسة ألياس وآخرين (Alias, ٢٠١٢)، ودراسة أوجونماكن وأكومولفي (Ogunakin & Akomolafe ,٢٠١٣). وهناك دراسات جمعت بين وجهة الضبط والتحصيل الدراسي: مثل دراسة شيفرد وآخرين (Shepherl, ٢٠٠٩). ودراسة دروزة (٢٠٠٧)ودراسة بني خالد (٢٠٠٩).

منهجية البحث

أدوات الدراسة: وتشمل الأدوات التالية:-

١- مقياس الارجاء الأكاديمي الفعال لطلاب ال (إعداد/ الباحثة)

قياس الارجاء الأكاديمي الفعال من المتطلبات الأساسية التي تقتضيها الدراسة الحالية؛ حيث إنه لابد من تحديد أبعاد الارجاء الأكاديمي الفعال من الطلاب المشاركين في الدراسة الحالية؛ ونظراً لندرة المقاييس العربية المصممة والمقننة على عينات عربية أومصرية في حدود علم الباحثة والتي تقيس الارجاء الأكاديمي الفعال من الجوانب التي يقيسها المقياس المعد في الدراسة الحالية وهى (التخطيط للمهام- الوفاء بالمواعيد- تقدير الذات- تنفيذ المهام- تحقيق النتائج)، وتشبع المقاييس الأجنبية بعوامل ثقافية تختلف عن ثقافة البيئة المصرية

لذا عرفت الباحثة الارجاء الاكاديمي الفعال بأنه تأجيل متعمد لإنجاذ المهام المكلف بها حتي يتم التخطيط الجيد لها والاستعداد التام لإنجازها علي أكمل وجه والحصول علي نتائج مرضية في الميعاد المحدد والذي يقاس بالدرجة التي يحصل عليها الطالب في الاختبار المعد خصيصا لذلك.

وقد توصلت الباحثة بعد الاطلاع علي الدراسات السابقة والمقاييس الى إعداد مقياس الارجاء الأكاديمي الفعال وفقًا للخطوات التالية:-

أ- **الهدف من المقياس:** قامت الباحثة بإعداد هذا المقياس ليقيس أبعاد الارجاء الأكاديمي الفعال (التخطيط للمهام- الوفاء بالمواعيد- تقدير الذات- تنفيذ المهام- تحقيق النتائج) لدى طلاب كلية التربية.

ب- **تحديد مصادر مفردات المقياس:** تم إشتقاق مفردات المقياس من خلال المصادر التالية:

- الاطلاع على التراث النظري وثيق الصلة بمفهوم الارجاء الأكاديمي الفعال وأهم مكوناته وذلك من خلال الإطار النظري للدراسة.
- الاطلاع على بعض المقاييس التي تناولت الارجاء الأكاديمي الفعال وقد وجدت الباحثة تنوعًا في هذه المقاييس، ومن المقاييس التي تم الرجوع إليها:
- مقياس التلكؤ ألأكاديمي من إعداد(نادية الحسيني وعبد الرحمن مصيلحي٢٠٠٤).

التعريف الإجرائي للارجاء الاكاديمي الفعال ؛ حيث ترى الباحثة أن الارجاء الأكاديمي الفعال: بأنه تأجيل متعمد لإنجاذ المهام المكلف بها حتي يتم التخطيط الجيد لها والاستعداد التام لإنجازها علي أكمل وجه والحصول علي نتائج مرضية في الميعاد المحدد والذي يقاس بالدرجة التي يحصل عليها الطالب في الإختبار المعد خصيصا لذلك.

- عرض المقياس في صورته الأولية (٣٠) مفردة على (١٠) من المتخصصين في الصحة النفسية وعلم النفس، وقدمت الباحثة المقياس لهم بأبعاده الخمسة وتعليماته وطلبت منهم إبداء الرأي في المقياس وأبعاده ومدى ملائمة مفردات المقياس ومدى تمثيل المفردات لكل بعد من الأبعاد الخمسة وإبداء الرأي في الصياغة اللغوية وأي حذف أوتعديل أوإضافات في صياغة مفردات المقياس وحددت الباحثة نسبة اتفاق (٨٠٪) فأعلى كأساس لصلاحية هذا المقاس، وتبين أن نسب اتفاق المحكمين على مقياس الارجاء الأكاديمي الفعال، تتراوح ما بين (٨٠٪ - ١٠٠٪)، ولقد قامت الباحثة بإجراء التعديلات اللازمة والإضافات والصياغات الجديدة والتي أشار إليها السادة المتخصصين على المقياس.

ومن خلال الإستفادة من الإستجابات التي ذكرها الطلاب، والاطلاع على المقاييس والأدوات المتاحة التي إهتمت بقياس الارجاء الأكاديمي الفعال، وأهم ما خلصت إليه البحوث والدراسات السابقة والتوصيات التي أدلى بها المتخصصين في علم النفس صاغت الباحثة عدد من المفردات التي رأى أنها ترتبط بالارجاء

الأكاديمي الفعال، وكان عدد المفردات (٣٠) مفردة، تمثل مفردات مقياس الارجاء الأكاديمي الفعال لدى طلاب كلية التربية.

ج- **تحديد أبعاد الارجاء الأكاديمي الفعال وتحليلها:** تم تحديد أبعاد الارجاء الأكاديمي الفعال من خلال الأدبيات التي أوضحتها الباحثة في الإطار النظري، والدراسات السابقة في الأبعاد التالية:-

- **البُعد الأول: التخطيط الجيد للمهام:** عرفت الباحثة التخطيط الجيد للمهام علي أنه الاستغلال الأمثل للوقت وتحديد الأولويات والأعمال التي يجب القيام بها وما الذي يمكن تأجيله للغد حتي يتم الإنجاز للمهام علي أكمل وجه، ويُقاس هذا البُعد بالمفردات التالية: (٢، ٦، ٨، ١٠، ١٥، ٢٧) المجموع (٦) مفردة.
- **البُعد الثاني: الوفاء بالمواعيد:** عرفت الباحثة الوفاء بالمواعيد علي أنها قدرة الفرد علي الالتزام بالمواعيد للوصل الي الهدف في الوقت المحدد، ويُقاس هذا البُعد بالمفردات التالية: (١، ٩، ١٦، ١٧، ٢١، ٢٣) المجموع (٦) مفردة.
- **البُعد الثالث: تقدير الذات:** عرفت الباحثة تقدير الذات علي أنه تقييم الفرد لنفسة ومهاراته وتقييم لذاته وقدرته علي تحقيق أهدافة بكفائة للوصول الي أفضل النتائج، ويُقاس هذا البُعد بالمفردات التالية: (٧، ١١، ١٢، ٢٤، ٢٥، ٣٠) المجموع (٦) مفردة.
- **البُعد الرابع: تنفيذ المهام:**عرفت الباحثة تنفيذ المهام علي أكمل وجه علي أنها قيام الفرد بانجاز الأعمال التي يقوم بها في الوقت المحدد علي أكمل وجه بطريقة منظمة ودقيقة، ويُقاس هذا البُعد بالمفردات التالية: (٣، ٤، ١٣، ١٤، ٢٠، ٢٦) المجموع (٦) مفردة.
- **البُعد الخامس: تحقيق النتائج:** عرفت الباحثة تحقيق النتائج المرضية علي أنها فن الحصول علي أقصي أداء ممكن وبأقل جهد في انجاز الأعمال وتنفيذها، ويُقاس هذا البُعد بالمفردات التالية: (٥، ١٨، ١٩، ٢٢، ٢٨، ٢٩) المجموع (٦) مفردة.

هـ- **تعليمات المقياس:** صاغت الباحثة تعليمات الاستجابة للمقياس متضمنة: الهدف منه، وكيفية الاستجابة لمفرداته، وشملت التعليمات مثالًا توضيحيًّا لكيفية الاستجابة لمفرداته.

و- **الخصائص السيكومترية للمقياس:** قامت الباحثة في الدراسة الحالية بالتحقق من صلاحية المقياس للاستخدام في ضوء ثباته وصدقه واتساقه الداخلي وذلك كما يلي:

أولاً: صدق المقياس: إعتمدت الباحثة في حساب صدق المقياس على التحليل العاملي وصدق المحك الخارجي ويمكن تناوله فيما يلي:

- الصدق العاملي: تم إجراء تحليل عاملي استكشافي لبيانات المشاركين في الدراسة البالغ عددهم (١٠٠) على مفردات المقياس البالغ عددها (٣٠) مفردة بطريقة المكونات الرئيسية Principal components مع التدوير المائل بطريقة الفاريماكس Varimax باستخدام محك كايزر وقد أسفرت نتائج التحليل العاملي عن ثلاثة عوامل فسرت (٥٠.٥٨٠٪) من التباين الكلي كما هو موضح بالجدول(١)التالي:

جدول (١)

تشبعات المفردات على العوامل لمقياس الارجاء الأكاديمي الفعال (ن= ١٠٠)

المفردة	العامل الأول	العامل الثانى	العامل الثالث	العامل الرابع	العامل الخامس
٢	٠.٧٤١				
٦	٠.٤٨٩				
٨	٠.٦٣٦				
١٠	٠.٨٥١				
١٥	٠.٤٩٧				
٢٧	٠.٧٨٨				
١		٠.٤٧١			
٩		٠.٧٩٩			
١٦		٠.٤٥١			
١٧		٠.٦٠٣			
٢١		٠.٨٣٥			
٢٣		٠.٦٩١			
٧			٠.٧٢٧		
١١			٠.٤٩٤		
١٢			٠.٨٤٢		
٢٤			٠.٧٠١		

٢٥			٠.٧٢٤		
٣٠			٠.٥٧٣		
٣				٠.٣٩٤	
٤				٠.٧٣٤	
١٣				٠.٦٤٨	
٢٠				٠.٦٧٩	
٢٦				٠.٨٠٨	
٥					٠.٦٩٧
١٨					٠.٨١٩
١٩					٠.٣٩٢
٢٢					٠.٦٣٢
٢٨					٠.٨٠٧
٢٩					٠.٦٦٧
نسبة التباين	١٠.٧١٣	١٠.٦٤٧	١٠.٢٧٣	٩.٦٤	٩.٣٠٧
الجذر الكامن	٣.٢١٤	٣.١٩٤	٣.٠٨٢	٢.٨٩٢	٢.٧٩٢

- العامل الأول: تشبع عليه المفردات (٢، ٦، ٨، ١٠، ١٥، ٢٧)يفسر (١٦.٤٤٩٪) من التباين الكلي وتم تسميته التخطيط للمهام.
- العامل الثاني: تشبع عليه المفردات (١، ٩، ١٦، ١٧، ٢١، ٢٣) يفسر (٢٠.٢٪) من التباين الكلي وتم تسميته الوفاء بالمواعيد.
- العامل الثالث: تشبع عليه المفردات (٧، ١١، ١٢، ٢٤، ٢٥، ٣٠) يفسر (١٤.٨٣٤٪) من التباين الكلي وتم تسميته تقدير الذات.
- العامل الرابع: تشبع عليه المفردات (٣، ٤، ١٣، ١٤، ٢٠، ٢٦) يفسر (٢٠.٣٢٣٪) من التباين الكلي وتم تسميته تنفيذ المهام.
- العامل الخامس: تشبع عليه المفردات (٥، ١٨، ١٩، ٢٢، ٢٨، ٢٩) يفسر (١٤.٨٣٤٪) من التباين الكلي وتم تسميته تحقيق النتائج.

-صدق المحك الخارجى: قامت الباحثة بالتحقق من صدق المقياس عن طريق صدق المحك الخارجي حيث قامت بتطبيق مقياس التلكؤ ألكاديمي من إعداد نادية الحسيني وعبد الرحمن مصيلحي)٢٠٠٤ باعتباره محكا لمقياس الارجاء الأكاديمي الفعال المعد للدراسة الحالية على المشاركين في التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس من طلاب كلية التربية بلغ عددهم (١٠٠) طالب، تتراوح أعمارهم ما بين (١٩.١-٢٢.٧) سنة بمتوسط عمري قدره (٢١.٩) عام وإنحراف معياري قدره (١٠) شهور، فبلغ معامل الارتباط (٠.٨٤٤) بما يشير إلى صدق المقياس.

ثانياً: ثبات المقياس: إعتمدت الباحثة فى حساب ثبات المقياس على نوعين من الثبات هما: الثبات باستخدام طريقة الفا كرونباخ والثبات باستخدام إعادة تطبيق المقياس ويمكن تناولهما فيما يلى:

جدول (٢)

معاملات ثبات مقياس الارجاء الاكاديمي الفعال بطريقتي ألفا-كرونباخ وإعادة تطبيق المقياس لدى طلاب كلية التربية

المقياس	ألفا-كرونباخ	إعادة تطبيق المقياس
التخطيط للمهام	٠.٨٠١	٠.٧٩٤
الوفاء بالمواعيد	٠.٨٢٩	٠.٨١٣
تقدير الذات	٠.٧٩٥	٠.٦٩٧
تنفيذ المهام	٠.٧٨٧	٠.٧٥٢
تحقيق النتائج	٠.٨١٣	٠.٨٤١
الدرجة الكلية للمقياس	٠.٨٠٥	٠.٧٦٨

يتضح من جدول (٢) تمتع مقياس الارجاء الاكاديمي الفعال بمعاملات ثبات تتراوح بين المقبولة والمرتفعة سواء بطريقة ألفا-كرونباخ أوبالقسمة النصفية لدى المجموعتين.

ثالثاً: الاتساق الداخلي: إعتمدت الباحثة فى حساب الاتساق الداخلى للمقياس على حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والبعد الذى تنتمى إليه ودرجة كل بُعد والدرجة الكلية ؛ والجداول (١)، و(٢) التاليين يبينا ذلك:

مقياس فاعلية الذات (إعداد/ الباحثة)

قياس فاعلية الذات من المتطلبات الأساسية التي تقتضيها الدراسة الحالية؛ حيث إنه لابد من تحديد أبعاد فاعلية الذات من الطلاب المشاركين في الدراسة الحالية؛ ونظراً لندرة المقاييس العربية المصممة والمقننة على عينات عربية أومصرية – في حدود علم الباحثة – والتي تقيس فاعلية الذات من الجوانب التي يقيسها المقياس المعد في الدراسة الحالية وهى (إدارة الضغوط- الثقة بالنفس- تحديد الأهداف- إنجاز

المهام– توقع النتائج)، وتشبع المقاييس الأجنبية بعوامل ثقافية تختلف عن ثقافة البيئة المصرية لذا عرفت الباحثة فاعلية الذات بأنها ادراك الفرد لقدرتة علي تنظيم وتنفيذ وإنجاز المهام لتحقيق الأهداف المرجوه والوصول للنتائج المطلوبة منه ومواجهة الضغوط التي قد تعترض مسيرتة الأكاديمية وتوقع النجاح فيما يقوم به من المهام الدراسية والذي يقاس بالدرجة التي يحصل عليها الطالب في الإختبار المعد خصيصا لذلك

وقد توصلت الباحثة بعد الاطلاع علي الدراسات السابقة والمقاييس الى إعداد مقياس فاعلية الذات وفقًا للخطوات التالية:

أ- **الهدف من المقياس:** قامت الباحثة بإعداد هذا المقياس ليقيس أبعاد فاعلية الذات (إدارة الضغوط– الثقة بالنفس– تحديد الأهداف– إنجاز المهام– توقع النتائج) لدى طلاب كلية التربية.

ب-**تحديد مصادر مفردات المقياس:** تم إشتقاق مفردات المقياس من خلال المصادر التالية:

- الاطلاع على التراث النظري وثيق الصلة بمفهوم فاعلية الذات وأهم مكوناته وذلك من خلال الإطار النظري للدراسة.
- الاطلاع على بعض المقاييس التي تناولت فاعلية الذات وقد وجدت الباحثة تنوعًا في هذه المقاييس، ومن المقاييس التي تم الرجوع إليها: مقياس فاعلية الذات (للعدل ٢٠٠١)
- **التعريف الاجرائي لفاعلية الذات؛** حيث ترى الباحثة أن فاعلية الذات:- هى إدراك الفرد لقدرتة علي تنظيم وتنفيذ وإنجاز المهام لتحقيق الأهداف المرجوه والوصول للنتائج المطلوبة منه ومواجهة الضغوط التي قد تعترض مسيرتة الأكاديمية وتوقع النجاح فيما يقوم به من المهام الدراسية والذي يقاس بالدرجة التي يحصل عليها الطالب في الإختبار المعد خصيصا لذلك
- عرض المقياس في صورته الأولية (٣٠) مفردة على (١٠) من المتخصصين في الصحة النفسية وعلم النفس، وقدمت الباحثة المقياس لهم بأبعاده الخمسة وتعليماته وطلبت منهم إبداء الرأي في المقياس وأبعاده ومدى ملائمة مفردات المقياس ومدى تمثيل المفردات لكل بعد من الأبعاد الخمسة وإبداء الرأي في الصياغة اللغوية وأي حذف أوتعديل أوإضافات في صياغة مفردات المقياس وحددت الباحثة نسبة إتفاق (٨٠٪) فأعلى كأساس لصلاحية هذا المقاس، وتبين أن نسب إتفاق المحكمين على مقياس فاعلية الذات، تتراوح ما بين (٨٠٪ – ١٠٠٪)، ولقد قامت الباحثة بإجراء التعديلات اللازمة والإضافات والصياغات الجديدة والتي أشار إليها السادة المتخصصين على المقياس.

ومن خلال الاستفادة من الاستجابات التي ذكرها الطلاب، والاطلاع على المقاييس والأدوات المتاحة التي إهتمت بقياس فاعلية الذات، وأهم ما خلصت إليه البحوث والدراسات السابقة، والتوصيات التي أدلى بها المتخصصين في علم النفس صاغت الباحثة عدد من المفردات التي رأى أنها ترتبط بفاعلية الذات، وكان عدد المفردات (٣٠) مفردة، تمثل مفردات مقياس فاعلية الذات لدى طلاب كلية التربية.

ج- **تحديد أبعاد فاعلية الذات وتحليلها:** تم تحديد أبعاد فاعلية الذات من خلال الأدبيات التي أوضحتها الباحثة في الإطار النظري، والدراسات السابقة في الأبعاد التالية:

- **البعد الأول إدارة الضغوط:** عرفت الباحثة ادارة الضغوط علي أنها مواجهة الفرد لأعباء الحياة اليومية بطريقة إيجابية تمكنة من النجاح في تحقيق أهدافه، ويُقاس هذا البُعد بالمفردات التالية: (٢، ١٢، ١٣، ١٥، ١٦، ١٧) المجموع (٦) مفردة.
- **البُعد الثاني:** الثقة بالنفس: عرفت الباحثة الثقة بالنفس علي أنها إيمان الفرد بنفسة ومهاراته وقدراته والإحساس بقيمة ذاته وتقديرها والتمتع بالحياة والشعور بالسعادة، ويُقاس هذا البُعد بالمفردات التالية: (١، ٣، ٧، ١٤، ١٨، ٢٠) المجموع (٦) مفردة.
- **البُعد الثالث:** تحديد الأهداف: عرفت الباحثة تحديد الأهداف علي أنها التركيز بشكل مباشر علي الأعمال والمهام التي يرغب القيام بها والوصول الي الشكل النهائي للنتيجة التي يسعي اليها ويُقاس هذا البُعد بالمفردات التالية: (٥، ٦، ٢٢، ٢٧، ٢٩، ٣٠) المجموع (٦) مفردة.
- **البُعد الرابع:** إنجاز المهام:عرفت الباحثة إنجاز المهام علي أنها قيام الفرد بتنفيذ الاعمال التي يقوم بها في الوقت المحدد لها علي أكمل وجه، ويُقاس هذا البُعد بالمفردات التالية: (٤، ٨، ١٩، ٢١، ٢٣، ٢٤) المجموع (٦) مفردة.
- **البُعد الخامس:** توقع النجاح: عرفت الباحثة توقع النجاح علي أنه التنبؤ بالأحداث والإنجازات لتحقيق الأهداف والوصول الي النتائج المرغوبة، ويُقاس هذا البُعد بالمفردات التالية: (٤، ٨، ١٩، ٢١، ٢٣، ٢٤) المجموع (٦) مفردة.

د- **تعليمات المقياس:** صاغت الباحثة تعليمات الاستجابة للمقياس متضمنة: الهدف منه، وكيفية الاستجابة لمفرداته، وشملت التعليمات مثالًا توضيحيًا لكيفية الاستجابة لمفرداته.

هـ- **الخصائص السيكومترية للمقياس:** قامت الباحثة في الدراسة الحالية بالتحقق من صلاحية المقياس للاستخدام في ضوء ثباته وصدقه واتساقه الداخلي ؛ وذلك كما يلي:

أولاً: صدق المقياس: إعتمدت الباحثة في حساب صدق المقياس على التحليل العاملي وصدق المحك الخارجي ويمكن تناوله فيما يلي:

- الصدق العاملي: تم إجراء تحليل عاملي استكشافي لبيانات المشاركين في الدراسة البالغ عددهم (١٠٠) على مفردات المقياس البالغ عددها (٣٠) مفردة بطريقة المكونات الرئيسية Principal components مع التدوير المائل بطريقة الفاريماكس Varimax باستخدام محك كايزر وقد أسفرت نتائج التحليل العاملي عن خمسة عوامل فسرت (٤٦.٥٨٨٪) من التباين الكلي

صدق المحك الخارجي: قامت الباحثة بالتحقق من صدق المقياس عن طريق صدق المحك الخارجي حيث قامت بتطبيق مقياس فاعلية الذات للعدل ٢٠٠١باعتباره محكا لمقياس فاعلية الذات المعد للدراسة الحالية على المشاركين في التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس من طلاب كلية التربية بدولة الكويت بلغ عددهم (١٠٠) طالب، تتراوح أعمارهم ما بين (٢١.٧:١٩.١٠) سنة بمتوسط عمري قدره (٢١.٩) عام وانحراف معياري قدره (١٠) شهور، فبلغ معامل الارتباط (٠.٨٤٤) بما يشير إلى صدق المقياس.

ثانياً: ثبات المقياس: اعتمدت الباحثة فى حساب ثبات المقياس على نوعين من الثبات هما: الثبات باستخدام طريقة الفا كرونباخ والثبات باستخدام إعادة تطبيق المقياس ويمكن تناولهما فيما يلى:

جدول (٦)

معاملات ثبات مقياس فاعلية الذات بطريقتي ألفا–كرونباخ وإعادة تطبيق المقياس لدى طلاب كلية التربية

المقياس	ألفا–كرونباخ	إعادة تطبيق المقياس
إدارة الضغوط	٠.٨٥٤	٠.٧٦٩
الثقة بالنفس	٠.٨٢٩	٠.٨٠١
تحديد الأهداف	٠.٧٩٨	٠.٦٩٨
انجاز المهام	٠.٨٤٣	٠.٨٢٧
توقع النتائج	٠.٨٥٠	٠.٨٤١
الدرجة الكلية للمقياس	٠.٨٠٥	٠.٧٦٨

يتضح من جدول (٦) تمتع مقياس فاعلية الذات بمعاملات ثبات تتراوح بين المقبولة والمرتفعة سواء بطريقة ألفا–كرونباخ أوبالقسمة النصفية لدى طلاب كلية التربية

ثالثاً: الاتساق الداخلي: إعتمدت الباحثة فى حساب الاتساق الداخلى للمقياس على حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والبعد الذى تنتمى إليه ودرجة كل بُعد والدرجة الكلية ؛ والجداول (٧)، و(٨) التاليين يبينا ذلك:

جدول (٧)

الاتساق الداخلي لمقياس فاعلية الذات لطلاب كلية التربية (ن=١٠٠)

البعد الأول	معامل الارتباط	البعد الثانى	معاملات الارتباط	البعد الثالث	معاملات الارتباط	البعد الرابع	معاملات الارتباط	البعد الخامس	معاملات الارتباط
٢	٠.٧٧٧	١	٠.٧٢٢	٥	٠.٨٧٨	٤	٠.٨٦٧	٩	٠.٧٧٨
١٢	٠.٧٠٨	٣	٠.٨٩٨	٦	٠.٧٠٦	٨	٠.٨٧٨	١٠	٠.٧٦١
١٣	٠.٧٧١	٧	٠.٧٠٧	٢٢	٠.٨٢٩	١٩	٠.٧٢١	١١	٠.٧٨٧
١٥	٠.٧٧٢	١٤	٠.٧٧٨	٢٧	٠.٨٨١	٢١	٠.٨٢٨	٢٥	٠.٧٧١
١٦	٠.٧٠٨	١٨	٠.٧٨٨	٢٩	٠.٧٩٨	٢٣	٠.٧٠٠	٢٦	٠.٨٧٢
١٧	٠.٧٧١	٢٠	٠.٧٨١	٣٠	٠.٨٢٨	٢٤	٠.٨٩٢	٢٨	٠.٨٨٠

يتبين من جدول(٧) السابق أن جميع معاملات الارتباط سواء بين درجات المفردات والأبعاد التي تنتمي إليها والأبعاد والدرجة الكلية ذات دلالة إحصائية، مما يُشير إلى إرتباط مفردات المقياس بأبعاده وإرتباط الأبعاد بالدرجة الكلية، وعلى الرغم من إنخفاض بعض قيم معامل الارتباط، إلا أنها دالة، مما يُشير إلى أن المقياس يتمتع باتساق داخلى مناسب.

أولاً: نتائج الدراسة وتفسيرها:

❖ نتائج الفرض الأول ومناقشتها:

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات الطلاب في مقياس الإرجاء الاكاديمي الفعال ودرجاتهم في مقياس التفكير التأملي، وجدول (٢٢) يوضح نتيجة هذا الاجراء:

جدول (٢٢)

معامل ارتباط بيرسون بين درجات طلاب كلية التربية مقياس الإرجاء الاكاديمي الفعال ودرجات مقياس التفكير التأملي

التفكير التأملي / الإرجاء الاكاديمي الفعال	القدرة على التعامل مع الاحداث	القدرة على التعامل مع المواقف والمشكلات	القدرة على مواجهة المشكلات عقليا	القدرة على الوصول للاستنتاجات	الدرجة الكلية للمقياس
التخطيط للمهام	**٠.٥١٩	**٠.٤١١	**٠.٤٩٧	**٠.٥٣٢	**٠.٤٦٩
الوفاء بالمواعيد	**٠.٢٨٤	**٠.٢٩٦	**٠.٢٧٤	**٠.٢٩١	**٠.٢٧٤
تقدير الذات	**٠.٢٩٨	**٠.٣١٤	**٠.٣٥٢	**٠.٣٠٨	**٠.٣٢٣
تنفيذ المهام	**٠.٤١٧	**٠.٣٩٦	**٠.٤٢٩	**٠.٣٧٤	**٠.٤٠٠
تحقيق النتائج	**٠.٣٨٤	**٠.٣٥٤	**٠.٣٧١	**٠.٤٠١	**٠.٣٥٩
الدرجة الكلية	**٠.٣٨٣	**٠.٣٠٧	**٠.٤١٥	**٠.٣٦٨	**٠.٤٢٧

** دالة عند ٠.٠١

– إختلفت الدراسة الحالية مع دراسة الأندونوسي (١٩٩٧) في وجود علاقة طردية بين التفكير الناقد والتحصيل الدراسي.

– كما إتفقت الدراسة الحالية مع دراسة فاشون في وجود إرتباط إيجابي بين التفكير الناقد والتحصيل الدراسي.

– وإتفقت مع دراسة الخراشي (١٩٨٧) في وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إختبار التفكير الناقد

– وإتفقت مع دراسة لافى (٢٠٠٠) حيث توصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إختبار التفكير الناقد وساهم البرنامج في رفع مستوى التحصيل الدراسي.

نتائج الفرض الثاني ومناقشتها:

يتضح من الجدول رقم (٢١) تحقق الفرض الأول للدراسة حيث كشفت النتائج في الجدول رقم (٢١) أنه توجد علاقة إرتباطية موجبة دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) من الدرجة الكلية لمقياس الإرجاء الأكاديمي الفعال وكلاً من إدارة الضغوط والثقة بالنفس وتحديد الأهداف وإنجاز المهام وتوقع النتائج والدرجة الكلية لمقياس فعالية الذات وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع دراسة كلا من Chaycock 1993 حيث أكدت هذه الدراسة على إمكانية التنبؤ بالإرجاء الأكاديمي الفعال ودراسة. Reasimger & Browmnow) حيث كشفت النتائج عن إمكانية التنبؤ بالإرجاء الأكاديمي الفعال.

– كما أكدت دراسة فؤاد النعيم (١٩٩٦) العلاقة بين الإرجاء الأكاديمي الفعال وبعض المتغيرات النفسية من حيث أنها إختلفت مع الدراسة الحالية في أنها أسفرت نتائج الدراسة عن الطالبات مرتفعي الإرجاء الأكاديمي أقل دافعية للإنجاز من الطالبات منخفضي الإرجاء الأكاديمي.

– كما إتفقت الدراسة الحالية مع دراسة عبد الرحمن مصيلحي ونادية الحسيني (٢٠٠٤) في وجود علاقة بين الإرجاء الأكاديمي الفعال وبعض المتغيرات حيث أسفرت النتائج عن وجود علاقة بين الإرجاء الأكاديمي وبعض متغيرات الدراسة.

– كما إتفقت الدراسة الحالية مع دراسة Balkis & duru في وجود علاقة بين الإرجاء الأكاديمي الفعال وبعض المتغيرات النفسية حيث تكونت العينة من (٥٨٠) من طلبة كلية التربية كما توصلت الدراسة إلى أن (٢٣٩) من الطلبة كان إرجاؤهم الأكاديمي مرتفع و(٢٧٩) كان إرجاؤهم الأكاديمي متوسط وباقي العينة كان إرجاؤهم منخفضاً.

– كما أسفرت النتائج عن وجود فروق بين الذكور والإناث لصالح الذكور.

– وإختلفت الدراسة الحالية مع دراسة كلاً من Mong 2012 ودراسة داليا عبد الهادي حيث أسفرت نتائج دراسة Mong 2012 عن وجود إرتباط سالب بين الإرجاء الأكاديمي والوعي وما وراء المعرفة.

– وأسفرت نتائج داليا عبد الهادي عن وجود علاقة سالبة بين أبعاد الإرجاء الأكاديمي الفعال وأبعاد التعليم الذاتي

ينص الفرض الثاني للدراسة على أنه: " توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الإرجاء الاكاديمي الفعال والتفكير التأملي لدى طلاب كلية التربية".

ثانيا: أهم نتائج الدراسة: وتتضمن الاتى:

- **ملخص نتائج الدراسة الحالية:**

توصلت الدراسة الحالية إلى النتائج التالية:

١. توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين الارجاء الأكاديمي الفعال عند مستوى (٠.٠١) وفاعلية الذات لدى طلاب كلية التربية.

٢. توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين الارجاء الأكاديمي الفعال عند مستوى (٠.٠١) والتفكير التأملي لدى طلاب كلية التربية.

٣. توجد علاقة إرتباطية موجبة دالة احصائيا بين الارجاء الأكاديمي الفعال عند مستوى (٠.٠١) والتفكير الناقد لدى طلاب كلية التربية.

٤. توجد علاقة إرتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الارجاء الأكاديمي الفعال عند مستوى (٠.٠١) والتفاؤل الأكاديمي لدى طلاب كلية التربية.

٥. يمكن التنبؤ بالإرجاء الاكاديمي الفعال من خلال فاعلية الذات والتفكير التأملي والتفكير الناقد والتفاؤل الأكاديمي لدى طلاب كلية التربية.

ثالثا: التوصيات والدراسات المقترحة:

وفى ضوء ما إسفرت عنه الدراسة من نتائج يعرض الباحثة لعدة توصيات هى:

- **توصيات الدراسة:**

١. الاهتمام بالنموالعقلي للطلاب فى جميع المراحل العمرية والتعليمية , لا سيما فى مرحلة التعليم الجامعي, والتى تعد من أهم المراحل العمرية التى تبنى فيها شخصية الفرد وخاصة أن جميع الدراسات الحديثة التى أجريت فى هذا الشأن أوصت بضرورة تضمين المسائل المرتبطة بفاعلية الذات والتفكير التأملي والتفكير الناقد والتفاؤل الأكاديمي فى سياق العملية التعليمية.

٢. الاهتمام بالنموالعقلي منذ الصغر من خلال التنشئة الاجتماعية حيث تؤثر التنشئة الاجتماعية فى النموالعقلي بدرجة كبيرة.

٣. العمل على تنمية الجانب العقلى المعرفى للطلاب , وتربيتهم على النقد , وإعمال العقل , من خلال تقديم البرامج التربوية التفاعلية , والتى تقوم على الحوار, وإحترام وجهات النظر الأخرى.

٤. تصميم برامج تهدف لرفع مستوى فاعلية الذات والتفكير التأملي والتفكير الناقد والتفاؤل الأكاديمي لدى الطلاب ودمج هذه البرامج فى المناهج الدراسية.

الدراسات والبحوث المقترحة:

على الرغم من هذه النتائج الأولية, فإن هذه الدراسة تظل تمهيدية, تفتح المجال لمزيد من الدراسات فى مجال الإرجاء الاكاديمي الفعال وعلاقتها بفاعلية الذات والتفكير التأملي والتفكير الناقد والتفكير الناقد والتفاؤل الأكاديمي بالدارسة فى بيئتنا العربية لذلك توصى الدراسة بإجراء العديد من الدراسات منها:

١. إجراء دراسة مشابهة للدراسة الحالية على الإرجاء الاكاديمي الفعال وفاعلية الذات والتفكير التأملي والتفكير الناقد والتفاؤل الأكاديمي لدى عينات مختلفة من طلاب مراحل التعليم العام (إبتدائى, إعدادي، ثانوى) " دراسة مقارنة ".

٢. إجراء دراسة عن أثر برامج تربوية تستند إلى إستراتيجيات متنوعة فى تحسين الإرجاء الاكاديمي الفعال والتفكير التأملي والتفكير الناقد والتفاؤل الأكاديمي خلال المراحل العمرية المختلفة .

٣. إجراء دراسة مقارنة بين الذكور والإناث فى الإرجاء الاكاديمي الفعال وفاعلية الذات والتفكير التأملي والتفكير الناقد والتفاؤل الأكاديمي وتحديد أسباب الفروق بينهما .

٤. إجراء دراسة حول فاعلية برنامج قائم على مهارات الذكاء الناجح في تحسين التفكير التأملي والتفكير الناقد والتفاؤل الأكاديمي.

٥. إجراء دراسة حول أساليب التنشئة الاجتماعية وعلاقتها بالتفكير التأملي وفاعلية الذات والتفكير الناقد والتفاؤل الأكاديمي.

٦. إجراء دراسة لفحص مفهوم فاعلية الذات والتفكير التأملي والتفكير الناقد وتحديد العوامل المؤثرة فيه مثل النواحى الإنفعالية وبعض سمات الشخصية .

٧. إجراء دراسة عن الإرجاء الاكاديمي الفعال وعلاقتها بالتوجه نحومواد دراسية مختلفة.

المراجع

اولا":- المراجع العربية

- أبوبشير، أسماء (٢٠١٢) "" أثر استخدام إستراتيجيات ماوا رء المعرفة في تنمية مهارات التفكير التأملي في منهاج التكنولوجيا لدى طلبة الصف التاسع الأساسي بمحافظة الوسطى". رسالة دكتوارة غير منشورة. جامعة الأزهر – غزة.
- أبوزرق، محعد؛ جرادات، عبد الكرم.(٢٠١٣). "أثر تعديل العبارت الذاتية الملبية في تخفيض التسويف الأكاديمي وتحسين الفاعلية الذاتية الأكاديمية". لمج١ ة ١ألرلية قدالعوم صة"، ٩(١)، ص ١٥– ٢٧.
- أبوغزال، معاوية٢٠١٢) ("التسويف الأكاديمي: إنتشاره وأسبابه من وجهة نظر الطلبة الجامعة،)المجلة الأردنية في العلوم التَبوية(–.١٤٩ ١٣١:)٢(.) الربيع وآخرون) ٢٠١٤ التسويف الأكاديمي وعلاقته بأساليب التفكير لدى الطلبة الجامعة، الأردن.
- أبوغزل، معاوية.(٢٠١٢). الشويف الأكاديمي:انتشار وأسبابه من وجهة نظر الطلبة لآحبيبن.'المجلة الأردنيدقي الغوم التريوية"، ٢, (١٢، ١٣١–١٠٩.

- أبوغزل، معاوية؛ علاونة، شفيق.(٢٠١٠). العدالة المدرسية وعلاقتها بالفاعلية الذالآبة المدركة لدى عينة من تلاميذ المدارس الأساسية في محافظة إربدم (جامعة دهدة شقلل علوم التريوية، والنفسية"، ٢٠(٠)،ص ,٢٢- ٣١١.
- أبوحطب، فواد (١٩٩٦).القدرات العقلية. القاهرة: مكتبة الانجلوالمصرية.
- أحمد، عطية.(٢٠٠٨). التلكؤ الأكاديمي وعلاقته يالدافعية للإلجاز والرضا عن الدرسة لدى طلاب جامعة الملك خالد. بالمملكة العربية السعودية..www.gulfkids.com
- الاندونوسي، نعيمة (١٩٩٧).أثر إستخدام التعليم المبرمج في تدريس مقرر الاحياء على تنمية التفكير الناقد والتحصيل الدراسي لدى طالبات الصف الاول الثانوي بمكة المكرمة. رسالة ماجستير غير منشورة. مكة المكرمة:جامعة ام القرى. لتعليم Master Thinker
- بخيت، خديجة(٢٠٠٠).فعالية برنامج مقترح في تعلم الاقتصاد المنزلي في تنمية التفكير الناقد والتحصيل الدراسي لدى تلميذات المرحلة الاعدادية. المؤتمر العلمي الثاني عشر بعنوان مناهج.١٥٥- التعليم وتنمية التفكير. الجمعية المصرية للمناهج وطرق التدريس،المجلد الاول: ١٣٣
- بروكفيلد، ستيفن (١٩٩٣).تنمية التفكير النقدي.(ترجمة سمير هوانة). الكويت. الجمعية الكويتية لتقدم الطفولة العربية، العدد العشرين.

بول، رتشارد(١٩٩٧).تنمية التفكير الناقد عند اعضاء الهئية: استراتيجية اعادة صياغة الاسئلة. ترجمه علاء الدين كفافي في.منهاج مدرسي للتفكير.القاهرة: دار النهضه العربية. **ثانيأ- المراجع الأجنبية:**

- Abdel-Khalek, A. M., & Snyder, C. R. (2007). Correlates and predictors of an Arabic translation of the Snyder Hope Scale. The Journal of Positive Psychology, 2, .٢٣٥-٢٢٨
- Ahmad, I.,Rana,S.(2012). Affectivity, achievement motivation, and academic procrastination in coliege student.. Pakistan Journalo.(Psychological Research, 27(1). 107-120.
- Aka, F. (2012). An investigation into the Self-handicapping behaviors of undergraduates in terms of academic procrastination, the locus of control and academic success. Journal ofEducation and Learning, 1(2),288-297.

- Albert Bandura: Perceived self-efficacy in cognitive development and functioning. Educational psychologist , 28(2) , 1993.
- Albert Bandura: Self-efficacy in ramachaudran (ed) ,Encyclopedia of human behavior , Vol 4 , pp 71-81 , New york , 1994
- Albert Bandura: self-efficacy Mechanism in human agency , American psychologist, vol 37, N2 , 1982
- Albert Bandura: Self-efficacy toward A unifying theory of behavioral change , psychological review , 84-2 , pp 191-215 , 1977.
- Albert Bandura:: Regulation of cognitive processes through perceived self-efficacy , developmental psychology , 1989.
- Alexander, E. S. & Onwuegbuzie, A. J. (2007). Academic procrastination and the role of hope as a copying strategy. Personality and Individual Differences, 42, 1301-1310.
- Alexander,S and Fred,L(1998) Self-efficacy and work Related performance 28 AMeta-anlysis ,Journal of applied Pychlology-124,2,240.
- AQudah, M., F., Alsubhin, A., M. & AL Heilat, M., Q. (2014). The Relationship between the Academic Procrastination and Self-Efficacy among Sample of King Saud University Students. Journal of Education and Practice,5(16),101- 111.