مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

التنبؤ بالتسويف الأكاديمى من خلال الطفو الأكاديمى والتجول العقلى لدى طلاب كلية التكنولوجيا والتعليم بجامعة سوهاج

إعداد

د/ هناء رفعت عبد اللطيف عليوه
قسم علم النفس التربوى كلية التربية – جامعة سوهاج

المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

الملخص:

استهدف البحث الحالي التعرف على مستوى التسويف الأكاديمى لدى طلاب كلية التكنولوجيا والتعليم بجامعة سوهاج. كما استهدف التعرف على الفروق بين الذكور والإناث فى التسويف الأكاديمى. كذلك استهدف البحث معرفة العلاقة بين التسويف الأكاديمى وكل من الطفو الأكاديمى والتجول العقلى. بالإضافة إلى ذلك، استهدف البحث التعرف على إمكانية التنبؤ بالتسويف الأكاديمى من خلال الطفو الأكاديمى والتجول العقلى. وقد استخدم البحث المنهج الوصفى الإرتباطى. تكونت عينة البحث من (٢٠٧) طالباً وطالبة من طلاب الفرقة الثانية بكلية التكنولوجيا والتعليم بجامعة سوهاج. وقد تراوحت أعمار العينة ما بين(19.10-26.6) بمتوسط عمرى مقداره (21.20)، وانحراف معيارى مقداره(1.40). وقد طبقت الباحثة أدوات االبحث المتمثلة فى مقياس التسويف الأكاديمى (إعداد/ أبوغزال، ٢٠١٢)، ومقياس الطفو الأكاديمى (إعداد/ على،٢٠٢٠)، ومقياس التجول العقلى (إعداد/ الفيل،٢٠١٨). أوضحت النتائج أن مستوى التسويف الأكاديمى جاء متوسطاً للطلاب. كما أشارت نتائج اختبار(ت) للعينات المستقلة إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث فى التسويف الأكاديمى. كذلك أظهرت نتائج البحث أن هناك علاقة سالبة ودالة إحصائياً بين التسويف الأكاديمى والطفو الأكاديمى، وعلاقة موجبة ودالة إحصائياً بين التسويف الأكاديمى والتجول العقلى. وأشارت نتائج تحليل الإنحدارالمتعدد أنه يمكن التنبؤ بالتسويف الأكاديمى من خلال متغيرى الطفو الأكاديمى والتجول العقلى.

الكلمات المفتاحية: التسويف الأكاديمى، الطفو الأكاديمى، التجول العقلى، طلاب كلية التكنولوجيا والتعليم.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

Predicting of Academic Procrastination through Academic Buoyancy and Mind Wandering for Students of Faculty of Technology and Education at Sohag University

Abstract:

The present study examined the level of academic procrastination for university Students. The study also examined the differences between males and females in academic procrastination. The study also examined the relationship between academic procrastination and both of academic buoyancy and mind wandering. In addition, the current study examined the possibility of predicting academic procrastination through academic buoyancy and mind wandering. The current study used a correlational descriptive design. The sample of this study consisted of (207) from students of faculty of technology and education at Sohag university.The age of participants ranged from 19.10-26.6 years with average (21.20) and standard deviation (1.40). Data was collected through academic procrastination scale, academic buoyancy scale and mind wandering scale after verifying their psychometric properties.

Findings of the current study showed that university Students have a mean level of academic procrastination. The results of t- test for independent samples indicated that there were no statistically significant differences between males and females in academic procrastination. Also, results of study showed that there was a significant negative correlation between academic procrastination and academic buoyancy, and a significant positive correlation between academic procrastination and mind wandering. In addition, the results of multiple linear regression showed that it is possible to predict Academic procrastination from academic buoyancy and mind wandering.

Keywords: Academic Procrastination, Academic Buoyancy, Mind wandering, Students of Faculty of Technology and Education.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

المقدمة:

يعتبر التسويف مشكلة عامة تصيب الكثير من الناس بمختلف فئاتهم وأوساطهم؛ حيث نجدهم يؤجلون الأعمال والأنشطة المختلفة بسبب أو دون سبب، وهذا يؤدى إلى تراكم هذه الأعمال وعدم انجازها فى الوقت المحدد لها، مما يكون له عواقب وآثار سلبية متعددة على حياة الفرد. فنجد التسويف يعيق الفرد نحو المضى قدماً نحو أهدافه وتحقيقها، وبالتالى يمنعه من تحقيق النجاح والتفوق. كما أنه يمكن أن يؤثرعلى الصحة النفسية للفرد، فيشعر الفرد بالذنب والندم والتوتر والقلق؛ نتيجة لهذا التأجيل.

وعلى الرغم من أن التسويف يحدث في مجالات متنوعة، إلا أنه غالباً يكون أكثرارتباطاً بالتعليم والعمل؛ وذلك بسبب الالتزام بالمواعيد المحددة لإنجاز مهمة أو وظيفة ما، ويكون أكثر إنتشاراً بين الطلاب(Kurtovic et al., 2019, 3). وتقريبًا كل ثانية يحدث تسويف لطالب ما (Lindblom-Ylänne et al., 2015, 48). . يعرف Steel (2007) التسويف بأنه تأخير في بدء أو إكمال السلوك المخطط له أوالتأجيل في اتخاذ القرار(Kurtovic et al., 2019, 3). ويعرف التسويف أيضاً بأنه ميل الفرد لتأجيل المهام، على الرغم من وعيه أن هذا التأجيل ربما يؤدى إلى عواقب سلبية (Wiwatowska et al., 2022).

أما التسويف الأكاديمى فيعرفه أبو غزال(٢٠١٢، ١٣٤) بأنه ميل الفرد لتأجيل البدء فى المهمات الأكاديمية أو إكمالها، ينتج عنه شعور الفرد بالتوتر الإنفعالى. ويعد التسويف الأكاديمى ظاهرة شائعة ومعروفة جداً بين طلاب الجامعة (Steel, 2007; Grunschel et al., 2013; Afzal & Jami, 2018)، فهو يؤثر على العملية الأكاديمية بصورة عامة وعلى الطالب بصورة خاصة، إذ يؤدى هذا السلوك إلى تدنى التحصيل الدراسى وثبوت العادات الدراسية السيئة فضلاً عن تأجيل الإمتحانات الدراسية وتراكم أعباء الدراسة (صالح، وصالح، ٢٠١٢، ٢٤٤).

ويبدو أن سبب إنتشار السلوك التسويفى بين الطلاب الجامعيين يرجع إلى طبيعة الأنشطة التي تنطوي عليها عملية التعلم الخاصة بهم، حيث يجب على الطالب الجامعي النموذجى مواجهة كثير من الأنشطة المرتبطة بتلبية الاحتياجات الأكاديمية أوالاجتماعية

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

أوالإنفعالية في الجامعة، كما أن حياة طلاب الجامعة تتميز بمواعيد نهائية متكررة، عادة ما يفرضها المحاضرون والإداريون، للقيام بمسؤوليات مختلفة مثل: التسجيل للمقررات، استكمال نماذج المقرر، وتقديم واجبات الفصل أوأبحاث الفصل الدراسي(Ajayi, 2020, 76).

ولذلك فقد درس الباحثون والتربويون معدل إنتشار التسويف الأكاديمى بين طلاب الجامعة، حيث أوضحت دراسة أبوغزال(٢٠١٢) أن ٢٥.٢% من الطلاب هم من ذوي التسويف المرتفع، و٥٧.٧% من ذوي التسويف المتوسط، و١٧.٢% من ذوي التسويف المتدنيّ، ودراسة ميسون وآخران (٢٠١٨) وجدت أن ٥٧ % من الطلاب لديهم تسويف أكاديمى، كما أظهرت نتائج دراسة زغيبى(٢٠٢٠) أن نسبة انتشار سلوك التسويف الأكاديمي بين طلبة الجامعة كانت مرتفعة، حيث بلغت (٥٦.٤%).

وقد بحثت الدراسات فى مجال التسويف الأكاديمى الأسباب التى قد تؤدى إلى هذه الظاهرة. فنجد أن دراسة Solomon & Rothblum (1984, 507) قد أشارت إلى أن للتسويف سببين رئيسيين هما: الخوف من الفشل وكره المهمة والنفور منها. كما وجدت دراسة Ozor and Ferrari (2009) أن الخوف من الفشل، المجازفة، التكاسل فى أداء المهمة، ومقاومة الضبط هم من عوامل التسويف الأكاديمى لطلاب الجامعة Ozor, (Ferrati, 2011, 33). وأوضح Noran (2000) أن من أسباب التسويف الأكاديمى: ضعف إدارة الوقت وتنظيمه، وعدم القدرة على التركيز أو المستويات المنخفضة من اليقظة عند أداء المهمات، والخوف والقلق المرتبط بالفشل (أبو غزال، ٢٠١٢، ١٣٢).

كما يعد التسويف أحد الظواهر التى من الممكن أن تكون عاملاً حاسماً فى تهديد سير العملية التعليمية فى الجامعة بشكل فعال، حيث أن طلاب الجامعة يتعمدون التأخر فى بدء أو استكمال المهام المطلوبة منهم (عطا،٢٠٢١، ٣٠٠). وقد أظهرت الدراسات أن هناك علاقة سلبية بين التسويف الأكاديمى والأداء الأكاديمى مثل دراسة Kim & Seo, 2015)، ودراسة (Balkis & Erdinç, 2017). كذلك وجد الباحثون أن التسويف الأكاديمى ليس فقط له آثار سلبية على النواحى الأكاديمية للطلاب، بل أيضاً على النواحى الإنفعالية والمعرفية والسلوكية، مثل تدنى التحصيل الدراسي أو ضعف

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

الصحة البدنية والعقلية أو مشكلات فى العلاقات الشخصية (Kurtovic et al., 2019, 3).

ونجد أن العوامل المعرفية والسلوكية التى تخدم أو تعوق أداء الطلاب فى أنشطتهم الأكاديمية وكيفية ارتباطها بالنجاح الأكاديمى قد أثارت الإهتمام فى علم النفس التربوى (Ashraf et al., 2013, 1). أحد هذه العوامل المعرفية هو الطفو الأكاديمى Academic buoyancy.

ويعد الطفو الأكاديمى أحد مفاهيم علم النفس الإيجابى التى ترتكز على كيفية مواجهة الطلاب للصعوبات الأكاديمية التى تواجههم أثناء مسيرتهم التعليمية، وهو مشتق من مفهوم المرونة (الصمود) الأكاديمي Academic resilience، ويذكر (Martin) 2013 أن المرونة الأكاديمية تركزعلى الشدائد الحادة والمزمنة التى ينظر إليها على أنها تمثل تهديداً كبيراً للتطور العلمى للطالب، بينما يركز الطفو الأكاديمى على مواجهة النكسات والتحديات والصعوبات التى تشكل جزءًا من الحياة الأكاديمية اليومية (أبو العزم، ٢٠٢٢، ٢٧٠) .

ويُعرف الطفو الأكاديمي بأنه قدرة الطلاب على التغلب بنجاح على النكسات والتحديات التي يمر بها الطلاب فى الحياة الأكاديمية اليومية مثل تدنى الأداء، مواجهة المواعيد النهائية للمهام، ضغط المهام، المهام الصعبة، ومن خلال هذا التعريف، فإن الطفو الأكاديمي يمثل عاملاً هاماً على الصعيد النفسى –التربوى فى مساعدة الطلاب على مواجهة الصعوبات في الحياة الأكاديمية (Martin, 2014, 87)

كما يعرفه على (2020, 58) على أنه مواجهة الضغوط الأكاديمية فى الحياة الأكاديمية، أى أن الطفو الأكاديمى هو صمود نفسى فى المجال الأكاديمى يمنع وقوع الطالب فى الفشل الدراسى، فيحدث لديه ما يشبه الطفو فى الطبيعة. وتشير دراسة (Kumar & Jayalakshmi, 2022, 516) أن الطلاب الذين لديهم معدل صمود أكاديمى مرتفع، لديهم ميل أقل للتسويف فى الأنشطة الأكاديمية، ومن المحتمل أن يساعد ذلك على تعزيز تحصيلهم الأكاديمى وتزيد من جودة الحياة لديهم، حيث وجدت هذه الدراسة أن هناك علاقة سالبة بين الصمود الأكاديمى والتسويف الأكاديمى. كما أن

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

الطفوالأكاديمى يؤدى إلى ثلاث نتائج تعليمية ونفسية هى متعة الدراسة والحضور إلى الصف، واحترام الذات بشكل عام (أبو العزم، ٢٠٢٢، ٢٦٣).

كذلك اوضحت الدراسات أنه من العوامل المسببة والتى تكمن وراء سلوك التسويف الأكاديمي: نوع المهام المطلوبة، وعدم وجود شعور بالسعادة والمتعة عند البدء فيها أو عند إتمامها، حيث يؤجل الأفراد المهام التى لا يحبونها والتى تحمل نوعاً من المشقة والجهد بالنسبة لهم (زغيبى، ٢٠٢٠، ١٧٠)،

فالطلاب قد يسوفون عندما تكون أنشطتهم صعبة (Kumar & Jayalakshmi, 2022, 516). ونظراً لأن الطفو الأكاديمى يساعد الطلاب على التغلب على المشكلات والصعوبات التى تواجههم فى الحياة الأكاديمية اليومية، ويؤدى أيضاً إلى متعة الدراسة والحضور إلى الفصل، واحترام الذات، كما أنه من المكن أن يمنع وقوع الطالب فى الفشل الدارسى، بالتالى فإن تعزيزهذا المتغير لدى الطالب، قد يؤدى إلى مساعدة الطالب على التغلب على ضعف الأداء، والموعد النهائى للمهام الدراسية، وضغوط المهام، والشعور بالسعادة والمتعة عند البدء بالمهام أو عند إتمامها، وبالتالى قد يؤدى إلى مستوى أقل للتسويف فى الأنشطة الأكاديمية.

وأحد المتغيرات المهمة التى استرعت انتباه علماء النفس والتربويين لدراسته لما له من تأثير سلبى على كثير من المتغيرات لدى طلاب الجامعة هو التجول العقلى، حيث يذكر الفيل(٢٠١٨) أن التجول العقلى يخفض من مستوى الرغبة فى التعلم، ويخفض من كفاءة التعلم لدى المتعلم، كما يخفض من مستوى الحماس والمشاركة الإيجابية فى بيئة التعلم، كما أنه يخفض من الفضول العلمى، كذلك يحد من مستوى التفاعل الصفى، ويزيد من السلوكيات المقاومة(عبد الفتاح وعبد الحليم، ٢٠٢١، ٢٧٣).

وتشير دراسة (Smallwood et al., 2007, 818-819) إلى أن التجول العقلى هو تحول انتباه الفرد من المهمة الأساسية نحو أفكاره ومشاعره الخاصة، كما تشير الدراسة أيضاً إلى أن التجول العقلى يتضمن انفصال العمليات التنفيذية لمعالجة المعلومات من المعلومات ذات الصلة إلى مشكلات شخصية أكثر عمومية، وبالتالى يؤدى إلى قصور وعجز فى أداء المهمة. لذلك تفترض الباحثة من خلال ما سبق، أن

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

التجول العقلى قد يضعف من تركيز الطالب على المهام التى يقوم بها، وربما يساهم فى ميل الطلاب إلى عدم بدء أى مهمة أو عدم اتمامها، أو تأجيلها، أى من الممكن أن يؤدى إلى تسويف الطالب أكاديمياً.

أما عن علاقة التسويف بالجنس، فقد تباينت نتائج الدراسات في هذا الموضوع، ففي حين أشار بعضها إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث فى التسويف: مثل دراسة حجازى، وآخران(٢٠١٣)، دراسة صميلى(٢٠٢٠)، دراسة(Ajayi, 2020)، ودراسة(Ashraf et al., 2023)، قد أشارت أخرى أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في التسويف ولصالح الذكور: مثل دراسة الأحمدي(٢٠١٨)، دراسة عبد الحميد(٢٠٢١)، ودراسة عطا(٢٠٢١). ونتيجة لتباين الدراسات فى هذا الموضوع، كان أحد أهداف الدراسة الحالية هو معرفة الفروق بين الذكور والإناث فى التسويف الأكاديمى.

وبناءً على ما تقدم، يتضح أن التسويف الأكاديمى يمثل مشكلة خطيرة ومعقدة، وله العديد من الآثار السلبية على العملية التعليمية بصفة عامة وعلى الطالب الجامعى بصفة خاصة، فهى تؤثر على أدائه الأكاديمى، وحالته النفسية، وتكيفه الجامعى، وقد تؤدى به إلى انسحابه من المقررات الدراسية والفشل الدراسى .

وهذا ما جعل الباحثة تقوم بالبحث الحالى من أجل تقصى هذه الظاهرة وعلاقتها ببعض المتغيرات التربوية (الطفو الأكاديمى والتجول العقلى) لدى طلاب الجامعة.

مشكلة البحث:

يشهد عالم اليوم العديد من التوترات والأزمات، والتطورات المتسارعة، التي أثرت على جميع مجالات الحياة، الأمر الذي أدى إلى زيادة الأعباء والصعوبات التي تواجه الفرد، مما دفع بهذا الفرد إلى أن يسوِّف في ادائه لبعض المهام، وهذا التسويف قد يكون مقبولاً عندما يكون رغم إرادته، أو لأمور تتطلبها المهمة، أما عندما يلجأ الفرد إلى التسويف في كافة أموره حتى اللحظة الأخيرة، عندها يصبح التسويف ظاهرة سلبية لارتباطه بالفشل وما يترتب على كل هذا من نتائج سلبية(حجازى، وآخران، ٢٠١٣، ٢٠٠).

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

وتعد ظاهرة التسويف الأكاديمى أحد الظواهر المنتشرة بين الطلاب الجامعيين، مما يؤثر على العملية الأكاديمية بصفة عامة وعلى الطالب بصفة خاصة، فالعديد من الطلاب الجامعيين غير مكترثين لقيمة الوقت المستقطع فى ممارسة سلوكيات وأنشطة غير ضرورية فى الحياة الجامعية مما يؤدى إلى تأخير المهام الدراسية دون سبب واضح (الأحمدى، ٢٠١٨، ٧١).

وقد لاحظت الباحثة من خلال عملها كعضو هيئة تدريس تأجيل الطلاب للمهام والأنشطة الدراسية المكلف بها حتى اللحظة الأخيرة من الزمن المقرر لها، كذلك كثرة غياب الطلاب أثناء المحاضرات والسكاشن، مما يترتب عليه تسويف أكاديمى لهذه المهام والأنشطة، وبالتالى تدنى مستوى الطلاب الأكاديمى وانخفاض درجاتهم.

كذلك ارتبط التسويف الأكاديمى بالعديد من المتغيرات النفسية والتربوية مثل القلق والأداء الأكاديمى واليقظة العقلية والتفكير الإيجابى والضغوط الحياتية والدافعية والمثابرة الأكاديمية والكمالية، وأنماط الشخصية. وقد أظهرت نتائج هذه الدراسات أن هناك متغيرات ترتبط سلبياً بالتسويف الأكاديمى، منها الأداء الأكاديمى، فقد أوضحت دراسة (Kim and Seo, 2015) أن التسويف ارتبط بالأداء الأكاديمى ارتباطا سلبياً. أما دراسة عبد الهادى (٢٠١٧) التى تناولت العلاقة بين كل من المثابرة الأكاديمية والمعتقدات المعرفية والتلكؤ الأكاديمى، توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية سلبية بين تلك المتغيرات. وأظهرت دراسة الأحمدى(٢٠١٨) أن هناك ارتباط سلبى بين كل من التفكير الإيجابى والدافعية والتسويف الأكاديمى لدى طلبة الجامعة، حيث أوضحت الدراسة أنه كلما زاد مستوى التفكير الإيجابى والدافعية لدى الطلاب، قل التلكؤ الأكاديمى لديهم. وقد وجدت دراسة عبد الحميد (٢٠٢١) أن هناك علاقة سالبة بين اليقظة العقلية والتسويف الأكاديمى.

كما أوضحت الدراسات أيضاً أن هناك عوامل ترتبط إيجابًيا بالتسويف الأكاديمى مثل الضغوط الحياتية، حيث أشارت دراسة صميلى(٢٠٢٠) إلى وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين التسويف الأكاديمى والضغوط الحياتية. كما وجدت دراسة عبد الله، وآخران (٢٠٢١) أن هناك علاقة موجبة ودالة إحصائية بين القلق والتسويف الأكاديمى. كذلك

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

أوضحت دراسة (Ocansey et al., 2022) أن التسويف الأكاديمى مرتبط بشكل إيجابي بالعصابية.

لذلك نجد أن ظاهرة التسويف الأكاديمى ظاهرة جديرة بالدراسة والبحث والتعمق فيها لمعرفة المزيد من العوامل التى لها علاقة بالتسويف الأكاديمى لطلبة الجامعة سواء بالسلب أو الإيجاب، مما قد يساعد على الحد من انتشار هذه الظاهرة بين طلاب الجامعة.

كما أنه بمراجعة الأدب السيكولوجى فى مجال التسويف الأكاديمى، لم تجد الباحثة – على حد علم الباحثة– دراسة عربية أو أجنبية تناولت علاقة التسويف الأكاديمى بكل من الطفو الأكاديمى والتجول العقلى، لذلك جاء اهتمام هذه الدراسة بمعرفة العلاقة بين التسويف الأكاديمى وكل من الطفو الأكاديمى والتجول لطلاب الجامعة.

وتتحدد مشكلة البحث فى الأسئلة الآتية:

١. ما مستوى التسويف الأكاديمى لدى طلاب كلية التكنولوجيا والتعليم بجامعة سوهاج؟
٢. هل يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطى درجات الذكور والإناث على مقياس التسويف الأكاديمى لدى طلاب كلية التكنولوجيا والتعليم بجامعة سوهاج ؟
٣. هل توجد علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة احصائية بين التسويف الأكاديمى وكل من الطفوالأكاديمى والتجول العقلى لدى طلاب كلية التكنولوجيا والتعليم بجامعة سوهاج ؟
٤. هل يمكن التنبؤ بالتسويف الأكاديمى بمعلومية كل من الطفو الأكاديمى والتجول العقلى لدى طلاب كلية التكنولوجيا والتعليم بجامعة سوهاج ؟

أهداف البحث: يهدف البحث إلى ما يلى:

١. التعرف على مستوى التسويف الأكاديمى لدى طلاب كلية التكنولوجيا والتعليم بجامعة سوهاج.
٢. التعرف على الفرق بين متوسطى درجات الذكور والإناث على مقياس التسويف الأكاديمى لدى طلاب كلية التكنولوجيا والتعليم بجامعة سوهاج.
٣. التعرف على العلاقة بين التسويف الأكاديمى وكل من الطفوالأكاديمى والتجول العقلى لدى طلاب كلية التكنولوجيا والتعليم بجامعة سوهاج.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

٤. اختبار التنبؤ بالتسويف الأكاديمى بمعلومية كل من الطفوالأكاديمى والتجول العقلى لدى طلاب كلية التكنولوجيا والتعليم بجامعة سوهاج.

أهمية البحث : تتحدد أهمية البحث فيما يلي:

أولاً: الأهمية النظرية:

١. تكمن أهمية البحث فى أنه يتناول ظاهرة شائعة وخطيرة ولها العديد من الآثار السلبية، وهى ظاهرة التسويف الأكاديمى. يعانى منها الطلاب بشكل عام، وطلاب الجامعة بشكل خاص، وتسبب لهم مشكلات متنوعة فى الحياة الأكاديمية، كما أنها تؤثرعلى شخصياتهم والحالة النفسية لهم.

٢. يمثل البحث محاولة علمية للكشف عن العوامل التى يمكنها التنبؤ بالتسويف الأكاديمى، لإتخاذ الإجراءات اللازمة التى تكفل معالجة هذه الظاهرة، أوالحد منها لدى الطلاب الجامعيين.

٣. تكمن أهمية البحث أيضاً فى أهمية المرحلة العمرية التى أجرى عليها البحث، وهى المرحلة الجامعية؛ حيث أن طلاب الجامعة هم أساس بناء مستقبل أى مجتمع وسبب تقدمه وتطوره، ولذلك أصبح من الضرورى معرفة العوامل التى يمكن أن تؤثرعلى التسويف الأكاديمى للطلاب، وذلك لوضع الخطط والبرامج لخفض هذه الظاهرة.

ثانياً: الأهمية العملية:

تكمن الأهمية العملية للدراسة الحالية فى مساعدة التربويين والمرشدين النفسيين على وضع وتصميم برامج تدريبية وإرشادية مناسبة لتعزيز الطفو الأكاديمى للطلاب، وتحسين التجول العقلى للطلاب، والتقليل قدر الإمكان من إنتشار التسويف الأكاديمى لدى طلاب الجامعة.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

المفاهيم الإجرائية لمتغيرات البحث:

أولاً: التسويف الأكاديمى: Acacdemic Procrastination

يعرف أبو غزال(٢٠١٢، ١٣٤) التسويف الأكاديمى بأنه ميل الفرد لتأجيل البدء فى المهمات الأكاديمية أو إكمالها، ينتج عنه شعور الفرد بالتوتر الإنفعالى.

ويعرف التسويف الأكاديمى اجرائياً فى الدراسة الحالية بأنه مجموع الدرجات التى يحصل عليها الطالب نتيجة استجابته على مقياس التسويف الأكاديمى من إعداد/ أبوغزال (٢٠١٢)، واعتمدته الباحثة فى هذا البحث.

ثانياً: الطفو الأكاديمى: Academic buoyancy

يعرف على (٢٠٢٠) الطفو الأكاديمى بأنه مواجهة الطالب للضغوط الأكاديمية بما يمنع حدوث الفشل الدراسى.

ويعرف الطفو الأكاديمى اجرائياً فى الدراسة الحالية بأنه مجموع الدرجات التى يحصل عليها الطالب نتيجة استجابته على مقياس الطفو الأكاديمى من إعداد/ على (٢٠٢٠)، واعتمدته الباحثة فى هذا البحث.

ثالثاً: التجول العقلى : Mind Wandering

يعرف الفيل (٢٠١٨) التجول العقلى بأنه تحول تلقائى فى الإنتباه من المهمة الأساسية إلى أفكار أخرى داخلية أو خارجية، وهذه الأفكار قد تكون مرتبطة بالمهمة الأساسية أو غير مرتبطة بها.

ويعرف التجول العقلى اجرائياً فى الدراسة الحالية بأنه مجموع الدرجات التى يحصل عليها الطالب نتيجة استجابته على مقياس التجول العقلى من إعداد/ الفيل (٢٠١٨)، واعتمدته الباحثة فى هذا البحث.

حدود البحث :

١. الحدود المتعلقة بموضوع الدراسة: اقتصرت الدراسة الحالية على المتغيرات الآتية: التسويف الأكاديمى ، الطفو الأكاديمى، والتجول العقلى.

٢. الحدود البشرية: اقتصرت الدراسة الحالية على طلاب الجامعة– كلية التكنولوجيا والتعليم– جامعة سوهاج، من الجنسين (ذكور/اناث) .

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

٣. الحدود المكانية: تم إجراء الدراسة الحالية فى كلية التكنولوجيا والتعليم، جامعة سوهاج.

٤. الحدود الزمانية: تم تطبيق أدوات الدراسة الحالية على طلاب كلية التكنولوجيا والتعليم – جامعة سوهاج فى الفصل الدراسى الثانى من العام الجامعى ٢٠٢٢– ٢٠٢٣م.

الإطار النظرى للبحث:

يتناول الإطار النظرى الخلفية النظرية لمتغيرات البحث الحالى، وقد تم تقسيم الإطار النظرى طبقاً لمتغيرات البحث إلى ثلاثة محاور؛ المحور الأول: يتناول متغير التسويف الأكاديمى من حيث تعريفه، أنواعه، أسبابه، آثاره السلبية، وطرق معالجته. ويتناول المحور الثانى: متغير الطفو الأكاديمى من حيث تعريفه، ومكوناته . أما المحور الثالث: فيتناول متغير التجول العقلى من حيث تعريفه، أنواعه، وآثاره السلبية، ثم يتم تعقيب على كل محور، ويتم تعقيب نهائى لتوضيح العلاقة بين التسويف الأكاديمى والطفو الأكاديمى، والتجول العقلى:

أولاً: المحور الأول: التسويف الأكاديمى Academic Procrastination :

تأتي كلمة التسويف من الفعل اللاتيني "procrastinare" الذي يعني التأجيل إلى الغد، عندما يقوم الفرد بالتسويف، يقضي وقتًا أطول في أنشطة لا قيمة لها بدلاً من الأنشطة المنتجة، فالتسويف مشكلة عامة تقلل من إنتاجية وفرص الملايين من الناس في مختلف مجالات الأنشطة(Kumar & Jayalakshmi , 2022, 514).

ويرى(2000) Noran أن الشخص المسوف هو الشخص الذى يعلم أنه يمكنه القيام بأى مهمة ويرغب فى القيام بها، ويخطط لها، ويحاول فيها، لكنه لا يكملها أو يؤجلها ويهدرالوقت بشكل مبالغ فيه فى أنشطة أقل أهمية أو أنشطة تجلب له المتعة والسرور (Afzal, S., & Jami, 2018, 52).

ويعرف(Wiwatowska et al., 2022) التسويف بأنه التأجيل غير العقلانى للمهام، بالرغم من وعى وإدراك الفرد بالمخرجات والنواتج السلبية المحتملة لهذا التأجيل والتى غالباً ما تثير لديه مشاعر الذنب والندم.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

أما التسويف الأكاديمى فيعرف على أنه التسويف الذى يختص بالمهمات والأنشطة المرتبطة بالتعلم والدراسة(Steel, 2007). كما يعتبر التسويف الأكاديمى شائع جداً بين طلاب الجامعة، وتقريبًا كل ثانية يحدث تسويف لطالب ما Lindblom-Ylänne et al., 2015, 48).

ويعرفه Steel (2007) بأنه تأجيل طوعى لمسار مقصود للنشاط المرتبط بالدراسة، على الرغم من توقع الأسوأ نتيجة هذا التأجيل (Steel & Klingsieck, 2016, 36).

كما يعرفه أبوغزال(2012، ١٣٤) بأنه ميل الفرد لتأجيل البدء فى المهمات الأكاديمية أو إكمالها، ينتج عنه شعور الفرد بالتوتر الإنفعالى.

وقد نظم Klingsieck (2013a) البحث فى التسويف في أربع وجهات نظر:

أولاً: وجهة نظرعلم النفس الفروق الفردية Individual Psychology Perspective:

والتى ترى أن التسويف هى سمة شخصية ترتبط بالسمات الشخصية الأخرى مثل الضمير والعصابية، ومتغيرات تشبه السمة مثل الكمالية وتقدير الذات والتفاؤل والذكاء.

ثانيًا: وجهة نظر علم نفس الإرادة والدافعية

The perspective of motivational and volitional psychology

حيث ترى وجهة نظر علم نفس الإرادة والدافعية التسويف كفشل في الدافعية و / أو الإرادة، حيث يتم ربط التسويف بسمات الدافعية مثل الدافعية الداخلية والدافعية الخارجية، تقريرالمصير self determination ، flow التدفق، توجه الهدف، مركز الضبط، فاعلية الذات، وكذلك يتم ربطها بالسمات الإرادية مثل ضبط الذات self-control، استراتيجيات التعلم، وإدارة الوقت.

ثالثًا: وجهة نظر علم النفس الإكلينيكي: Clinical psychology Perspective

تدرس وجهة نظر علم النفس الإكلينيكي متغيرات مثل القلق والاكتئاب والتوتر واضطرابات الشخصية على أنها عوامل مساعدة على التسويف الأكاديمى.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

رابعاً: وجهة النظر الموقفية Situational Perspective:

هناك وجهة النظر الموقفية التى أصبحت أكثر شيوعًا حديثاً، حيث أنها تبحث فى السمات المرتبطة بالمهمة مثل جاذبية المهمة وأهميتها وصعوبتها، وتدرس أيضاً سمات المعلم(Steel & Klingsiek, 2016, 37)

أنواع المسوفين:

حدد Ferrari (2000) ثلاثة أنماط للمسوفين وهى:

١. المسوف الإستثارى (arousal) الذى يستمتع بتغلبه على المواعيد الأخيرة.

٢. المسوف التجنبى (avoider) الذى يؤجل إنجاز الأشياء التى ربما تجعل الآخرين يفكرون به بطريقة سلبية.

٣. المسوف القرارى (decisional) الذى يؤجل القرارات (أبوغزال، 2012، ١٣٢).

وقد ميز أيضاً Chun Chu & Choi (2005, 245, 247) بين نوعين من المسوفين:

١. المسوف السلبى Passive procrastinator: وهو المسوف بالمعنى التقليدى، بمعنى أنه لا ينوى التسويف، لكنه غالباً ما ينتهى به الأمر بتأجيل المهام بسبب عدم قدرته على اتخاذ القرارات، والتصرف بشأنها بسرعة؛ فالمسوف السلبى–عندما تقترب المواعيد النهائية للمهام – يشعر بالضغط ويصبح متشائماً فى نظرته، خاصة بشأن قدرته على تحقيق نتائج مرضية، كما أن أفكاره حول الشك فى ذاته، وعدم كفائته تزيد من فرصة الفشل وتحفز لديه الشعور بالذنب والإكتئاب.

٢. المسوف النشط Active procrastinator: وهو النوع الإيجابي من المسوفين، فالمسوف النشط يفضل العمل تحت ضغط، ويأخذ قرارالتأجيل عن عمد وقصد. بمعنى أنه عندما يواجه مهام اللحظة الأخيرة، فإنه يشعر بالتحدى والدافعية، وهذا الشعور يحصنه ضد المعاناة الشائعة لدى المسوف السلبى، كما نجد أن هناك مسارات معرفية مختلفة واستجابات انفعالية تتفاعل معاً؛ لتنتج أنماط سلوكية مختلفة بين المتسوفين: فالمسوف النشط مثابر وقادرعلى اتمام المهام فى اللحظة الأخيرة، بينما المسوف السلبى هو أكثر عرضة للإستسلام والفشل فى إكمال المهام.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

أسباب التسويف الأكاديمى:

١. يرى (Noran (2000 أنه من أسباب التسويف الأكاديمى: ضعف إدارة الوقت وتنظيمه، عدم القدرة على التركيز أو المستويات المنخفضة من اليقظة عند أداء المهمات، والخوف والقلق المرتبط بالفشل (أبوغزال، ٢٠١٢، ١٣٢).

٢. يوضح Solomon & Rothblum (1984, 503) أن التسويف ليس فقط نقص فى عادات الدراسة وإدارة الوقت، بل أيضاً يتضمن تفاعل معقد للمكونات السلوكية والمعرفية والإنفعالية.

٣. يذكر Solomon & Rothblum (1984, 503) أن من أسباب التسويف القلق، صعوبة اتخاذ القرارات، المقاومة ضد الضبط Rebellion against control، ضعف توكيد الذات Lack of assertion ، الخوف من عواقب النجاح ، النفور من المهمة Perceived of assertiveness of the task

٤. يرى Ozer and Ferrari (2009) أن الخوف من الفشل، المجازفة، التكاسل فى أداء المهمة، ومقاومة الضبط هم من عوامل التسويف الأكاديمى لطلاب الجامعة (Ozer & Ferrari, 2011, 33)

٥. أوضحت دراسة Afzal & Jami (2018, 51) أن كره المهمة بشكل عام، والخوف من الفشل، والتبعية، واتخاذ القرار والمجازفة من الأسباب الشائعة للانغماس في التسويف الأكاديمي.

٦. يرجع Joanna (2009) التسويف الأكاديمى إلى أسباب متنوعة يمكن تقسيمها إلى: أسباب شخصية وتحتوى على الفروق والإختلافات الفردية والسمات الشخصية مثل الخوف من الإخفاق، أو الرغبة فى تحقيق الكمال، وأسباب متعلقة بطبيعة المهام وترتبط بخصائص ونوعية المهام مثل: صعوبتها أو سهولتها وأخيرًا أسباب متعلقة برؤية الطالب لقدراته وتشمل انطباع الشخصى عن فعالية الذات واحترام وتقدير الذات ومفهوم الذات (صميلى، ٢٠٢٠، ١١٨)

٧. من العوامل المسببة التي تكمن وراء سلوك للتسويف الأكاديمي، هي نوع المهام المطلوبة، وعدم وجود شعور بالسعادة والمتعة عند البدء فيها أو عند إتمامها، حيث يؤجل

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

الأفراد المهام التى لا يحبونها والتى تحمل نوعًا من المشقة والجهد بالنسبة لهم، كما يرتبط التسويف الأكاديمى بمعتقدات الطلاب على قدرتهم على إكمال واجباتهم الدراسية بنجاح، فالطلبة منخفضى الثقة بذواتهم يؤجلون تلك المهام بشكل متكرر (زغيبى، ٢٠٢٠، ١٧٠)

٨. هناك عوامل نفسية مختلفة تدفع الطلاب إلى التسويف مثل مركز الضبط الخارجي حيث يعزو الطلاب نجاحهم إلى عوامل خارجية، ومستوى عالٍ من الكمال، مما يجعلهم يتأخرون في إكمال الأعمال(Kumar & Jayalakshmi, 2022, 514).

الآثار السلبية للتسويف الأكاديمى:

١. على الرغم من معرفة الطالب بضرورة تنفيذ المهام الموكلة إليه، إلا أنه ليس لديه الدافع للبدء فى التنفيذ خلال الفترة المحددة فى معظم الأوقات، نظراً لوجود العديد من المغريات، وقد يعانى الطلبة المسوفون من مشاكل داخلية وخارجية نتيجة لعدم قدرتهم على تحفيز أنفسهم لإستخدام قدرتهم بشكل جيد (عاشور وآخران، ٢٠٢٢، ١٩٣٠).

٢. يرى Steel (2009) أن التسويف له مضار سلبية مستقبلية، فأغلب الأشخاص الذين يقعون فى أخطاء العمل وتراكمه والذين يؤجلون اتخاذ قراراتهم الإدراية والسياسية، فضلا عن أن الأشخاص الذين لا يسددون ديونهم، أو يدفعون الضرائب والفواتير كانوا جميعهم من المتسوفين وبذلك ينعكس هذا النوع من السلوك على أبعاد الحياة الشخصية والإجتماعية بأجملها (صالح، وصالح، ٢٠١٢، ٢٤٤).

٣. للتسويف الأكاديمى آثار سلبية ليس فقط على النواحى الأكاديمية للطلاب، ولكن أيضاً على النواحى الإنفعالية والمعرفية والسلوكية، مثل تدنى التحصيل الدراسي أو ضعف الصحة البدنية والعقلية أو مشاكل في العلاقات الشخصية Kurtovic et al., 2019, (3).

طرق معالجة التسويف:

يذكر Davidson (2004) أنه من النصائح التى تساعد فى التخلص من سلوك التسويف هى التعامل مع المهام بشكل مختلف، بمعنى أن الأفراد يميلون إلى تأجيل المهام التى ينظرون إليها على أنها مهام صعبة ومملة، فإذا استطاع الفرد التغلب على

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

تلك المشاعر وبدأ يفكر بشكل إيجابى سيسهل عليه القيام بتنفيذ تلك المهام وتجنب التسويف (عاشور وآخران، ٢٠٢٢، ١٩٤٠).

أما تلاحمة (٢٠١٩،٥٧) فترى أن هناك علاقة سلبية بين مستوى مفهوم الذات ومستوى التسويف الأكاديمى، فالطالب الذى لديه مفهوم ذات إيجابى مرتفع، سيكون لديه دافعية نحو التعلم وسيقوم بإنجاز المهام الموكلة إليه فى أسرع وقت ممكن، دون أن يؤجل عمل المهام الموكلة إليه إلى أوقات لاحقة ، وبالتالى لن يكون لديه تسويف أكاديمى فى إنجاز المهام الموكلة إليه.

كذلك وجود مستوى مرتفع من الصمود الأكاديمى، يجعل الطلاب لديهم ميل أقل للتسويف فى الأنشطة الأكاديمية، ومن المحتمل أن يساعد ذلك على تعزيز تحصيليهم الأكاديمى وتزيد من جودة الحياة لديهم بشكل عام (Kumar & Jayalakshmi, 2022, 514, 516).

تعقيب:

مما سبق يتضح أن التسويف الأكاديمى هو تأجيل الطالب للمهام والأنشطة الدراسية، على الرغم من وعيه ومعرفته أن هذا التأخير قد يؤدى به إلى آثار سلبية، وهذا التسويف لا يؤثر فقط على حياة الطالب الأكاديمية ولكنه يؤثر أيضاً على حياته الشخصية والإجتماعية، كما أن أسباب التسويف الأكاديمى متنوعة: منها الأسباب الشخصية، الأسباب المعرفية، الأسباب النفسية والأسباب المتعلقة بالمهمة التى يقوم بها. لذلك، ووفقاً لنتائج الدراسات فى مجال التسويف الأكاديمى، فإن وجود ذات إيجابى مرتفع، ووجود دافعية وإرادة نحو التعلم، والتفكير بشكل إيجابى فى المهمة، ووجود مستوى عالى من الصمود الأكاديمى يمكن أن يساعد الطالب على تجنب التسويف فى حياته الأكاديمية أو حياته بشكل عام.

ثانياً: المحور الثانى: الطفو الأكاديمي: Academic Buoyancy

يعتبر الطفو الأكاديمى عنصراً مهماً فى مساعدة الطلاب على إدارة ومواجهة المخاطر الأكاديمية وخاصة تلك التى تحدث بشكل متكرر ومستمر فى الحياة اليومية، وتتضمن تلك المخاطر إمكانية الحصول على درجات سيئة أو متدنية فى التقييم، عدم تقديم المهام

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

والتكليفات فى الموعد المحدد، ضغوط الإختبارات، العمل الأكاديمى الصعب، والتركيز على دراسة الطفو الأكاديمى من شأنه مساعدة الطلاب على مواجهة الصعوبات الأكاديمية (عثمان، ٢٠٢٢، ١٠٣).

يرى Matrin and Marsh (2008) أن الطفو الأكاديمى هو قدرة الطلاب على التعامل بنجاح مع التحديات والصعوبات التى تشكل نموذجاً للحياة الأكاديمية اليومية، ويتضمن ذلك فاعلية الذات والقدرة على التخطيط والمثابرة وإنخفاض القلق والسيطرة(العظامات والمعلا، ٢٠٢٠، ٦٧٦).

كما يعرف(Martin (2014, 86 الطفوالأكاديمى بأنه قدرة الطلاب على التغلب بنجاح على الإنتكاسات والتحديات التى تواجه الطلاب فى الحياة الأكاديمية اليومية المعتادة.

ويعرفه على(٢٠٢٠، ٥٨) بأنه مواجهة الضغوط الأكاديمية فى الحياة الأكاديمية، أى أن الطفو الأكاديمى هو صمود نفسى فى المجال الأكاديمى يمنع وقوع الطالب فى الفشل الدراسى، فيحدث لديه ما يسمى بالطفو فى الطبيعة.

ويشير Ressy et al., (2014) إلى أن تعزيز الطفو الأكاديمى لدى الطلاب يعزز مناعتهم تجاه التأثيرات السلبية داخل البيئات الأكاديمية، ويساعد فى تحقيق النجاح الأكاديمى للمتعلمين (أبو العزم، ٢٠٢٢، ٢٦٣).

وقد تم التعامل مع مفهوم الطفو الأكاديمى من خلال ثلاث مكونات أساسية هى:

١. مكونات التوقع: والتى تتضمن فاعلية الذات والقدرة على التخطيط للأعمال والتحكم بالعمل ومجرياته

٢. مكونات قيمية: وهى قدرة الطالب على المثابرة والإستمرار بالعمل من أجل تحقيق الهدف الذى يسعى إليه

٣. مكونات انفعالية: وهى وجود حالة من القلق المنخفض تجعل الطالب قادرا على تحمل الصعاب وتجاوزها (العظامات والمعلا ، ٢٠٢٠، ٦٧٦).

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

وقد أوضح بهنساوى (2020, 32-33) أنه يمكن تحديد أبعاد الطفو الأكاديمى فى خمسة أبعاد هى:

١. الكفاءة الذاتية Self-efficacy: قدرة الفرد على ضبط سلوكه نتيجة ما يمتلكه من معتقدات شخصية من خلال الإدراك المعرفى لقدراته الشخصية، إذ تشكل هذه المعتقدات المفتاح الرئيس للقوى المحركة لسلوك الفرد؛ مما يجعله يبذل قصارى جهده، ويبرز أثر الكفاءة الذاتية لتحقيق النجاح.

٢. التحكم الذاتى Self-control: هو وعى الفرد بسلوكه الخاص، لأن الأفراد الذين لديهم وعى ذاتى يكونوا أكثر إدراكاً وشعوراً، فالشخص المتحكم ذاتياً يستطيع اتخاذ قراره بنفسه وذلك بصياغة أهدافه التى يرغب الوصول إليها والتغلب على الصعوبات التى تعترض تحقيق الأهداف.

٣. المثابرة الأكاديمية Academy Perseverance : تتمثل فى الإلتزام والمرونة اللازمة لتحقيق النتيجة المرجوة فى مواجهة التحديات أو النكسات، وتتعلق بمدوامة الطالب فى استكمال دراسته الأكاديمية، وعدم الإستسلام أو الإنسحاب منها، ومواصلة الدراسة بعناد وعزيمة رغم العوائق التى تعترض طريقه.

٤. القلق Anxiety : هو حالة انفعالية تلازم الفرد بصورة مستمرة أو شبه مستمرة من حالات الإنزعاج النفسى وعدم الإرتياح والضيق والتوتر تجاه الموضوعات والمواقف التى يدركها فى جميع المجالات.

٥. العلاقة بين الطالب والمعلم Teacher-student relationship: هو إدراك الطالب كيفية التواصل بينه وبين المعلم، فمن الضرورى تطوير علاقات إيجابية بينهما، بإعتبارها خطوة فعالة لإنشاء مناخ إنضباط إيجابى فى العملية التعليمية، فعندما يتعامل الطلاب بإحترام، فإنهم يميلون إلى تقدير المعلم، وعندما يقدرون المعلم، يكونون أكثر رغبة فى إرضائه مما يجعلهم أكثر عرضة للتصرف بشكل مناسب فى سلوكهم.

تعقيب:

مما سبق يتضح أن الطفو الأكاديمى هو قدرة الطالب على مواجهة وإدارة المشكلات والشدائد التى يتعرض لها فى حياته الأكاديمية اليومية، وهذه القدرة قد تعزز مناعة الطالب

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

تجاه التأثيرات السلبية داخل البيئات الأكاديمية، وتساعد فى تحقيق النجاح الأكاديمى للمتعلم، فهى تزيد من فاعلية الذات للفرد، وثقته فى نفسه وتساعده على المثابرة والإستمرار فى العمل وعدم الإستسلام والإنسحاب منها، وتقلل من الشعور بالضغط والتوتر، وتجعل التعلم أكثر متعة؛ ومن ثم يستطيع الطالب التغلب على ضغوط المهام الدراسية، والمهام الصعبة، وبالتالى يساعد على أدائها فى الوقت المناسب وعدم تأجيلها لوقت لاحق.

ثالثاً: المحور الثالث: التجول العقلى: Mind wandering

لقد تمت دراسة التجول العقلى أو أحلام اليقظة Mind wandering or daydreamingمنذ أكثر من ثلاثين عامًا (Smallwood et al., 2007, 818-819). كما أنه من المشكلات التى ستحظى على اهتمام الباحثين التربويين والنفسيين فى السنوات القادمة، نظراً لانعكاساتها السلبية على العديد من المتغيرات لدى الطلاب مثل مهارات حل المشكلات، ومهارات الفهم القرائى، والإندماج النفسى والمعرفى، والعبء المعرفى، والأداء الأكاديمى للطلاب وذلك على الرغم من ارتباطها الإيجابى ببعض المتغيرات مثل مهارات التفكير الإبداعى والتخطيط للمستقبل(محمد، 2021، ٢٩).

ويلاحظ أن التجول العقلى تم تعريفه بعدة طرق، على سبيل المثال: التفكير غير المرتبط بالمهمة task unrelated thought، أو التفكير والصور العقلية غير المرتبطة بالمهمة task unrelated images، أو التفكير المستقل عن المثيرات الموجودة فى البيئة stimulus independent thought، والمصطلحات الثلاثة تجمع خصائص وسمات معالجة المعلومات الأساسية للتجول العقلى: وهى تحول في تركيز أو انتباه الفرد بعيدًا عن المهمة الحالية نحو أفكاره ومشاعره الخاصة، ويعد التجول العقلى من أكثر العمليات المعرفية تعقيداً، فنجد أنه عندما يتجول العقل، يتم فصل العمليات التنفيذية عن سياق المهمة الحالية، ويتم توجيهها – بدلاً من ذلك – إلى أفكار ومشاعر الفرد الخاصة به، وبالتالى يؤدى التجول العقلى إلى قصور فى أداء المهمة (Smallwood et al., 2007, 818-819).

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

ويعرف Londerée (2015) التجول العقلى بأنه تحول انتباه الفرد من المهمة التى يقوم بتنفيذها إلى أفكار مولدة داخلياً.

كما يعرف Randall (2015) التجول العقلى بأنه الفشل فى الإحتفاظ بالتركيز على الأفكاروالأنشطة الخاصة بالمهمة الحالية بسبب بعض المثيرات الداخلية والخارجية التى تتدخل لجذب الإنتباه بعيداً عن المهمة الأساسية(عبد الرحيم، وآخرون، ٢٠٢١، ٥٩).

كما يعرفه الفيل (٢٠١٨) بأنه تحول تلقائى فى الإنتباه من المهمة الأساسية إلى أفكار أخرى داخلية أو خارجية، وهذه الأفكار قد تكون مرتبطة بالمهمة الأساسية أو غير مرتبطة بها.

ويشير الفيل (٢٠١٨،ب) إلى الآثار السلبية للتجول العقلى فى بيئة التعلم كالتالى:

- يخفض من مستوى الرغبة فى التعلم
- يخفض من كفاءة التعلم لدى المتعلم
- يخفض من مستوى الحماس والمشاركة الإيجابية فى بيئة التعلم
- يخفض من مستوى الإندماج النفسى والمعرفى فى بيئة التعلم
- يخفض من الفضول العملى وحب الإستطلاع المعرفى
- يخفض من الإتجاه الإيجابى نحو المدرسة ونحو المقررات الدراسية.
- يقلل من مستوى التفاعل الصفى
- يزد من السلوكيات المقاومة للتعلم (محمد، ٢٠٢١، ٣٢).

أنواع التجول العقلى:

يذكرالفيل (٢٠١٨، ٢١) أن هناك نوعين للتجول العقلى:

١- التجول العقلى المرتبط بالمادة الدراسية: هو انقطاع إجبارى فى الإنتباه إلى أفكار غير مرتبطة بالمهمة الحالية ولكنها مرتبطة بموضوعات المادة الدراسية، والتى تحدث بشكل تلقائى.

٢- التجول العقلى غير المرتبط بالمادة الدراسية: هو انقطاع إجبارى فى الإنتباه إلى أفكار غير مرتبطة بالمهمة الحالية، كما أنها غير مرتبطة بموضوعات المادة الدراسية والتى تحدث بشكل تلقائى.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

كما تصنف دراسة عبد الرحيم وآخرون (٢٠٢١، ٦١-٦١) التجول العقلى إلى ثلاثة أنواع:

١. التجول العقلى المنتج: وهو قدرة الطالب على أن يجول بذهنه وينتج أفكارًا جديدة ومفيدة ومبدعة وهذه الأفكار تكون مرتبطة بالمهمة التى يقوم بتنفيذها الطالب.

٢. التجول العقلى غير المنتج: وهو قدرة الطالب على أن يجول بذهنه حول المهمة التى يقوم بها ولكن يصل إلى أفكار غير مبدعة ولها ارتباط ضعيف بالمهمة التى بقوم بتنفيذها الطالب.

٣. التجول العقلى المشتت: وهو قدرة الطالب على أن يجول بذهنه حول المهمة التى يقوم بها ويفكر فى أشياء بعيدة عن المهمة وذلك قد يكون نتيجة تعرض الطالب للقلق أو الإحباط.

تعقيب:

مما سبق، نجد أن التجول العقلى هو تحول انتباه الطالب من المهمة الحالية التى يقوم بها إلى أشياء قد تكون مرتبطة بالمهمة الحالية أو قد تكون غير مرتبطة بها، وقد يخفض ذلك من كفاءة مستوى التعلم عند المتعلم ورغبته فى التعلم، وبالتالى قد يؤدى ذلك إلى القصور أو تعطيل فى أداء المهمة التى يقوم بها الفرد.

تعقيب عام:

مما تقدم يتضح أن التسويف الأكاديمى ظاهرة منتشرة بين طلاب الجامعة، وتتمثل فى إرجاء أو تجنب بدء الأعمال أو إنهاؤها فى الموعد المحدد له، ويصاحب ذلك الشعور بالخوف والإكتئاب والقلق ونقص الدافعية والثقة بالذات، وقد يترتب على هذا تدنى فى الأداء الأكاديمى أو قد يصل إلى الإنسحاب من المقررات الدراسية والفشل الدراسى. وفى نفس الوقت، نجد أن هناك متغيرات يمكن أن تسهم فى الحد من هذه الظاهرة، منها متغير الطفو الأكاديمى، لما يحمله من قدرة على مواجهة المشكلات والشدائد ويزيد من فاعلية الذات للطالب وثقته بذاته، ويقلل من الشعور التوتر والقلق، وهذا بدروه يمكن أن يقلل من التسويف الأكاديمى. وهناك متغير آخر يمكن أن يؤثر على التسويف الأكاديمى للطالب وهو التجول العقلى، حيث أن الطالب عندما يفقد تركيزه وانتباه على المهمة التى يقوم بها

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

نتيجة لمثيرات داخلية أوخارجية، يمكن أن يؤدى ذلك إلى فقدان الرغبة فى التعلم أو عدم تكملة المهمة أو تأجيلها إلى وقت لاحق، أى يؤدى إلى التسويف الأكاديمى.

الدراسات السابقة:

اقتصرت الباحثة على الدراسات السابقة التى لها علاقة مباشرة بموضوع البحث الحالى ومتغيراته وفيما يلى عرض لهذه الدراسات:

دراسة أبو غزال (٢٠١٢).

هدفت الدراسة إلى التعرف على مدى انتشار التسويف الأكاديمي وأسبابه من وجهة نظر الطلبة الجامعيين، وفيما إذا كان مدى الانتشار وأسبابه يختلفان باختلاف جنس الطالب ومستواه الدراسي وتخصصه الأكاديمي. تكونت عينة الدراسة من ٧٥١ طالبًا وطالبة، ٢٢٢ ذكوراً و٥٢٩ إناثاً من جميع كليات جامعة اليرموك. كشفت نتائج الدراسة أن ٢٥.٢% من الطلبة هم من ذوي التسويف المرتفع، و٥٧.٧% من ذوي التسويف المتوسط، و١٧.٢% من ذوي التسويف المتدنيّ. وتم اختيار العينة بالطريقة العشوائية الطبقية. وقد استخدمت الدراسة المنهج الوصفى. وكشفت نتائج الدراسة عن فروق دالة إحصائيًا في انتشار التسويف الأكاديمي تعزى لمتغير المستوى الدراسي، إذ كانت نسبة التسويف أعلى لدى طلبة السنة الرابعة منه لدى طلبة السنوات الأخرى، ولم تكشف نتائج الدراسة عن فروق دالة إحصائياً تعزى لمتغيري الجنس والتخصص الأكاديمي.

دراسة الأحمد وياسين(٢٠١٨).

هدفت الدراسة التعرف على طبيعة العلاقة الإرتباطية بين التسويف الأكاديمى والثقة بالنفس، بالإضافة إلى التعرف على الفروق وفقاً لمتغيرى السنة الدراسية والجنس. تكونت عينة الدراسة من ١١٨ طالباً وطالبة من طلبة الجامعة. واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفى التحليلى. أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى التسويف الأكاديمى لدى أفراد العينة متوسط. وقد أشارت نتائج الدراسة أيضاً أن هناك علاقة ارتباطية سالبة بين التسويف الأكاديمى والثقة بالنفس. كما أوضحت الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية لمتغير الجنس لصالح الذكور.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

دراسة الأحمدى (٢٠١٨).

هدف الدراسة إلى التعرف على علاقة التلكؤ الأكاديمي ببعض المتغيرات النفسية (التفكير الايجابي ودافعية التعلم)، كذلك معرفة الفروق بين الذكور والإناث فى التلكؤ الأكاديمى، تحددت عينة الدراسة من طلاب وطالبات السنة التحضيرية جامعة حائل بالمملكة العربية السعودية وكان عددهم ٧٤٠ طالب وطالبة حيث تم اختيارهم بصورة عشوائية تم اختيار منهم ٢٠٠ كعينة استطلاعية، لذلك تصبح العينة الأساسية ٥٤٠ طالبة منهم ٣١٠ طالبا و ٢٣٠ طالبة. واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفى وقد أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في التلكؤ الأكاديمي، وتعزى هذه الفروق لصالح المجموعة الأعلى في المتوسط الحسابي وهي مجموعة الذكور، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في التفكير الإيجابي ترجع إلى متغير مستوى التلكؤ الأكاديمي (منخفض – مرتفع) وتعزى هذه الفروق لصالح المجموعة الأعلى في المتوسط الحسابي وهي مجموعة المنخفضين. وجود فروق ذات دلالة إحصائية في دافعية التعلم ترجع إلى متغير مستوى التلكؤ الأكاديمي (منخفض – مرتفع) وتعزى هذه الفروق لصالح المجموعة الأعلى في المتوسط الحسابي وهي مجموعة المنخفضين. الدافعية للتعلم هي أكثر المتغيرات المدروسة إسهاماً في التنبؤ بالتلكؤ الأكاديمي، ويأتي التفكير الايجابي في المرتبة الثانية.

دراسة ميسون، وآخران (٢٠١٨).

هدفت الدراسة إلى التعرف على مدى انتشار التلكؤ الأكاديمي لدى الطلبة الجامعيين وفيما إذا كان مدى هذا الانتشار يختلف باختلاف جنس الطالب وحالته الاجتماعية والرغبة من عدمها في الالتحاق بالتخصص، تكونت عينة الدراسة من (١٠٠) طالب وطالبة من قسم علم النفس وعلوم التربية بجامعة قاصدي مرباح ورقلة، تم اختيارها بالطريقة العشوائية الطبقية. وقد استخدمت الدراسة المنهج الوصفى. وطبقت الباحثات عليها مقياس التلكؤ الأكاديمي لمعاوية أبو غزال، وقد كشفت نتائج الدراسة عن ارتفاع نسبة انتشار التلكؤ الأكاديمي لدى عينة الدراسة، كما أظهرت النتائج أنّه لا توجد فروق

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

في مستوى التلكؤ الأكاديمي باختلاف الجنس، الحالة الاجتماعية، الرغبة في الالتحاق بالتخصص من عدمها.

دراسة أحمد، وعبد التواب(٢٠٢٠).

هدفت الدراسة إلى تحديد مدى اختلاف مستوى التلكؤ الأكاديمي بسبب جنس الطلاب ومستوياتهم التعليمية، وكذلك تحديد علاقة التلكؤ الأكاديمي بكل من الطموح الأكاديمي، والعزو السببي الأكاديمي، وجودة الحياة الأكاديمية، وتحديد إمكانية التنبؤ بالتلكؤ الأكاديمي بمعلومية كل من الطموح الأكاديمي، والعزو السببي الأكاديمي، وجودة الحياة الأكاديمية. تكونت عينة الدراسة من (٢٦٦) طالبا وطالبة؛ (١٣٥ ذكرا، و١٣١ أنثي) من طلاب وطالبات كلية التربية (بنين وبنات)، جامعة الأزهر. استخدمت الدراسة المنهج الوصفى متمثلا فى المنهج الإرتباطى. أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى التلكؤ الأكاديمي لدى الطلاب والطالبات متوسط، ولم تظهر النتائج فروقًا دلالة إحصائيًا بين الطلاب والطالبات في مستوى التلكؤ الأكاديمي، ولم تظهر وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المشاركين في التلكؤ الأكاديمي تعزي إلى المستوى التعليمي. بينما أظهرت النتائج وجود علاقة سالبة بين التلكؤ الأكاديمي وكل من الطموح الأكاديمي وجودة الحياة الأكاديمية؛ كما وجدت علاقة موجبة بين التلكؤ الأكاديمي والعزو السببي الأكاديمي لدى أفراد العينة الكلية للدراسة. وأشارت النتائج إلى إمكانية التنبؤ بالتلكؤ الأكاديمي بمعلومية كل من الطموح الأكاديمي، والعزو السببي الأكاديمي، وجودة الحياة الأكاديمية لدى أفراد العينة الكلية للدراسة.

دراسة زغيبى(٢٠٢٠)

هدفت الدراسة التعرف على مدى انتشار سلوك التسويف الأكاديمي بين طلبة الكلية الجامعية بحقل، والفروق في درجة هذا السلوك تبعاً لاختلاف متغيرات الجنس، التخصص، والسنة الدراسية. تكونت عينة الدراسة من (٢٢٧) طالب وطالبة من طلبة الكلية الجامعية بحقل. وقد استخدم الباحث المنهج الوصفى. وقد أظهرت نتائج الدراسة أن نسبة انتشار سلوك التسويف الأكاديمي بين طلبة الكلية الجامعية بحقل قد بلغت (٥٦.٤%) وهي نسبة مرتفعة مقارنة بالنسب العالمية. كما بينت نتائج الدراسة أن هناك

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

فروق دالة احصائياً في التسويف الأكاديمي تعزى لمتغير الجنس، ولصالح الذكور، بينما لم تجد النتائج فروق دالة احصائياً في التسويف الأكاديمي تعزى لمتغيري التخصص، والسنة الدراسية.

دراسة Ajayi (2020) .

هدفت الدراسة إلى اكتشاف نسبة انتشار التسويف الأكاديمى لدى طلبة الجامعة، كما هدفت الدراسة أيضاً معرفة النمط التسويفى السائد لديهم (المسوف النشط والمسوف السلبى)، بالإضافة إلى ذلك هدفت الدراسة إلى معرفة الفروق بين المسوف السلبى والمسوف النشط فى فعالية الذات الأكاديمية، والفروق بين الذكور والإناث فى التسويف الأكاديمى.تكونت عينة الدراسة من ٢٠٠ طالب وطالبة من طلاب الجامعة. وقد تبنت الدراسة المنهج المسحى الوصفى a descriptive survey design. أظهرت نتائج الدراسة أن ٢٩% من طلبة الجامعة هم مسوفون؛ منهم 51.7% من النمط السلبى، 48.3% من النمط النشط. كما أوضحت الدراسة أنه لا يوجد فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث فى التسويف الأكاديمى بنوعيه، وأيضاً لا يوجد فروق ذات دلالة احصائية فى فعالية الذات الأكاديمية بين المسوفين النشطين والمسوفين السلبيين.

دراسة شوشان، وبروال(٢٠٢٢).

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على درجة التلكؤ الأكاديمي لدى عينة من طلبة العلوم الاجتماعية من مختلف التخصصات (علم النفس –علم الاجتماع –علوم التربية – الارطفونيا –الفلسفة –الديموغرافيا) ومن كلا المرحلتين التعليميتين (ليسانس وماستر باستثناء طلبة السنة أولى جذع مشترك) بجامعة باتنة ١، وفيما إذا كانت هناك فروق فيه تعزى لكل من الجنس والمستوى الدراسي. قدرت العينة بـ ١٧٣ طالباً من الجنسين اختيروا بطريقة عرضية اعتماداً على المنهج الوصفي وباستخدام مقياس التلكؤ الأكاديمي الذي أعده كل من عبد الرحمن مصيلحي ونادية الحسيني ٢٠٠٤. أشارت النتائج أن درجة التلكؤ الأكاديمي لدى الطلبة الجامعيين مرتفعة، ولا توجد فروق دالة في مستوى التلكؤ الأكاديمي لديهم تعزى للجنس، في حين توجد فروق دالة تعزى للمستوى الدراسي.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

دراسة عاشور وآخران (٢٠٢٢).

هدفت الدراسة إلى تعرف الاختلاف في التسويف الأكاديمي لدى طلبة جامعة الفيوم في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية المتمثلة في النوع (ذكور – إناث)، والتخصص الدراسي (علمي– أدبي)، والفرقة الدراسية (الفرقة الأولى– الفرقة الثانية– الفرقة الثالثة– الفرقة الرابعة)، تكونت عينة الدراسة من (٢٨٠) طالب وطالبة من طلبة كلية التربية وطلبة كلية التمريض وطلبة كلية الآداب بجامعة الفيوم، استخدمت الدراسة المنهج الوصفى. وتوصلت النتائج إلى وجود اختلافاً دالاً إحصائياً بين متوسطي درجات الذكور والإناث في التسويف الأكاديمي لصالح الذكور، كما وجد اختلافاً دالاً إحصائياً بين متوسطي درجات طلبة التخصصات العلمية و طلبة التخصصات الأدبية في التسويف الأكاديمي لصالح التخصصات الأدبية، كما أسفرت النتائج عن عدم وجود اختلافًا دالاً إحصائيًا في التسويف الأكاديمي وفقاً للفرقة الدراسية (الفرقة: الأولى– الثانية– الثالثة– الرابعة).

دراسة Kumar and Jayalakshmi (2022)

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين التسويف الأكاديمى والصمود، تكونت عينة الدراسة من (٨٠) من طلاب الجامعة. وقد استخدمت الدراسة المنهج الإرتباطى. تم تطبيق مقياس التسويف الأكاديمى(الشكل المختصر) من إعداد: (Yockey, 2016)، ومقياس الصمود المختصر من إعداد: (Smith, et al., 2008). وقد أوضحت نتائج الدراسة أن هناك إرتباط سالب ودال إحصائياً بين التسويف الأكاديمى والصمود.

دراسة Ashraf et al., (2023)

هدفت الدراسة إلى فحص تأثير كل من الكمالية وفعالية الذات على التسويف الأكاديمى لطلبة الجامعة فى باكستان، تكونت عينة الدراسة من ٤٠٥ من طلاب الجامعة (١٠٤ من الذكور، ٣٠١ من الإناث)، وقد استخدمت الدراسة المنهج المسحى الإرتباطى a correlational survey research design. وأشارت نتائج الدراسة أن هناك تأثير دال للكمالية على التسويف الأكاديمى، ولكن ليس هناك تأثير دال لفعالية الذات على التسويف الأكاديمى، كما أظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق بين الطلاب والطالبات على مقياس التسويف الأكاديمى.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

تعقيب على الدراسات السابقة: من خلال عرض الدراسات السابقة، نلاحظ ما يلى:

١. اهتمت العديد من الدراسات السابقة بدراسة التسويف الأكاديمى فى علاقته بعدد كبير من المتغيرات النفسية والمعرفية منها اليقظة العقلية، الدافعية، فعالية الذات، المثابرة الأكاديمية، القلق، الثقة بالنفس، توجه الهدف، الأداء الأكاديمى، الكمالية، المعتقدات المعرفية، إدارة الوقت وتنظيمه، والضغوط الحياتية.

٢. كذلك اهتمت الدراسات بمعرفة علاقة التسويف الأكاديمى بالجنس، ونجد أن هناك اختلاف فى نتائج هذه الدراسات، فالبعض يرى أنه لا يوجد فروق بين الذكور والإناث فى التسويف الأكاديمى، مثل مثل: دراسة حجازى، وآخران(٢٠١٣)، ودراسة صميلى(٢٠٢٠)، فى حين أشارت أخرى أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية في التسويف لصالح الذكور، مثل: دراسة الأحمدى(٢٠١٨)، ودراسة عبد الحميد(٢٠٢١).

٣. لا توجد دراسات –على حد علم الباحثة – تناولت العلاقة بين التسويف الأكاديمى وكل من الطفو الأكاديمى والتجول العقلى لدى طلاب الجامعة.

فروض البحث:

١. يوجد مستوى متوسط للتسويف الأكاديمى لدى طلاب كلية التكنولوجيا والتعليم بجامعة سوهاج.

٢. لا يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطى درجات الذكور والإناث على مقياس التسويف الأكاديمى لدى طلاب كلية التكنولوجيا والتعليم بجامعة سوهاج.

٣. توجد علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة احصائية بين التسويف الأكاديمى وكل من الطفو الأكاديمى والتجول العقلى لدى طلاب كلية التكنولوجيا والتعليم بجامعة سوهاج.

٤. يمكن التنبؤ بالتسويف الأكاديمى بمعلومية كل من الطفو الأكاديمى والتجول العقلى لدى طلاب كلية التكنولوجيا والتعليم بجامعة سوهاج.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

منهج البحث و اجراءاته :

فيما يلى وصف لمنهج البحث وعينة البحث وأدوات البحث والأساليب الإحصائية المستخدمة لاثبات صحة الفروض.

أولاً: منهج البحث :

استخدمت البحث الحالي المنهج الوصفي الإرتباطى لأنه الأنسب لأهداف البحث وفروضه حيث يتم دراسة العلاقة الارتباطية بين التسويف الأكاديمى وكل من الطفو الأكاديمى والتجول العقلى لدى طلاب الجامعة.

ثانياً : عينة البحث :

١. **عينة التحقق من الخصائص السيكومترية:** تكونت عينة التحقق من الخصائص السيكومترية من(70) طالباً وطالبة من طلبة الفرقة الثانية بكلية التكنولوجيا والتعليم بجامعة سوهاج، وقد تراوحت أعمارهم بين (19–26.60) بمتوسط عمرى قدره (21.60) سنة، وانحراف معيارى قدره (1.43)، وذلك بهدف التحقق من ثبات وصدق أدوات البحث الحالي.

٢. **العينة الأساسية:** تكونت عينة البحث الأساسي من(207) طالباً وطالبة (54 طالباً، 153 طالبة) من طلاب الفرقة الثانية بكلية التكنولوجيا والتعليم بسوهاج، فى الفصل الدراسى الثانى لعام ٢٠٢٢–2023 م، وقد تراوحت اعمارهم ما بين(19.10–26.60) بمتوسط عمرى مقداره (21.20)، وانحراف معيارى مقداره (1.40).

ثالثاً: مجتمع البحث:

تكونت عينة البحث الحالي من طلاب الفرقة الثانية بكلية التكنولوجيا والتعليم بسوهاج من التخصصات المختلفة: كهرباء، انشاءات مدنية ومعمارية، تبريد وتكييف، وشعبة محركات ومركبات، المسجلين فى الفصل الدراسى الثانى لعام ٢٠٢٢–٢٠٢٣م، والبالغ عددهم (٢٨٣) طالب وطالبة، حيث تم اختيار(٧٠) منهم بالطريقة العشوائية كعينة التحقق من الخصائص السيكومترية لمقاييس البحث، واختيار (٢٠٧) كعينة أساسية للدراسة.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

رابعاً: أدوات البحث:

١. مقياس التسويف الأكاديمي: إعداد/ أبو غزال (٢٠١٢).

الهدف من المقياس هو معرفة نسبة انتشار التسويف الأكاديمى لدى طلبة الجامعة. تكون المقياس من (٢١) فقرة، وقد صيغت بعض عبارات المقياس بطريقة سلبية، والبعض الآخر بطريقة ايجابية(١، ٣، ٥، ٦، ١٠، ١٢، ١٧)، ويتم الاستجابة على المقياس من خلال مقياس ليكرت ذى التدريج الخماسى بحيث تمثل الدرجة (١) تنطبق على بدرجة منخفضة جداً، وتمثل الدرجة (٢) تنطبق على بدرجة منخفضة، بينما تمثل الدرجة (٣) تنطبق على بدرجة متوسطة، وتمثل الدرجة (٤) تنطبق على بدرجة كبيرة، وتمثل الدرجة (٥) تنطبق بدرجة كبيرة جداً، وتدل الدرجة المرتفعة على ارتفاع التسويف الأكاديمي، في حين تدل الدرجة المنخفضة على انخفاض التسويف الأكاديمي. وتتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين(١٠٥، ٢١).

الخصائص السيكومترية للمقياس فى البحث الأصلى:

قام معد المقياس بالتحقق من صدق المقياس بطريقتين: طريقة الصدق الظاهرى (صدق المحكمين)، والطريقة الثانية باستخدام معامل ارتباط بيرسون بين الفقرة والأداة ككل، وقد تراوحت معاملات الإرتباط ما بين (.36) إلى (.73). كما قام معد المقياس بإيجاد معامل الثبات بطريقة ألفا، حيث بلغ معامل الإتساق الداخلى للمقياس (.٩٠).

الخصائص السيكومترية للمقياس فى البحث الحالى:

أ- صدق المقارنة الطرفية (الصدق التمييزي) :

تم حساب صدق المقارنة الطرفية (الصدق التمييزى) لمقياس التسويف الأكاديمى من خلال دراسة دلالة الفروق بين متوسطات درجات المجموعات الطرفية (٢٧% من الدرجات العليا و٢٧% من الدرجات الدنيا) للمقياس، والجدول رقم (١) يبين النتائج التى تم التوصل إليها.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

جدول (١) يبين نتائج اختبار (ت) لدراسة دلالة الفروق بين متوسطات المجموعات الطرفية لمقياس التسويف الأكاديمى

المستوى	27 % (الحد الأدنى) على المقياس			27 % (الحد الأعلى) على المقياس			قيمة "ت"	مستوى الدلالة
	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري		
	١٩	35.84	4.99	١٩	68	5.34	19.17	.000

قيمة (ت) الجدولية عند .05 = 1.688 قيمة (ت) الجدولية عند .01 = 2.434

من خلال النتائج الموضحة فى جدول رقم (١)، تبين أن هناك فرق دال إحصائياً عند مستوى دلالة أقل من (٠.٠١)، بين متوسطى المجموعتين المتطرفتين، ومن ثم؛ فإن للمقياس قدرة تمييزية واضحة بين المستويات المتباينة (المرتفعة والمنخفضة)، مما يمثل جانباً من جوانب صدق المقياس ويضمن صلاحيته للاستخدام.

ب- الإتساق الداخلى:

للتعرف على الإتساق الداخلى لمقياس التسويف الأكاديمى، تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس، والجدول رقم (٢) يبين النتائج التى تم التوصل إليها:

جدول (٢): قيم معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لمقياس التسويف الأكاديمى (ن = ٧٠)

الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط
١	0.444**	١٢	0.628**
٢	0.503**	١٣	0.576**
٣	0.154	١٤	0.413**
٤	0.005	١٥	0.753**
٥	0.542**	١٦	0.757**
٦	0.555**	١٧	0.456**
٧	0.383**	١٨	0.374**
٨	0.742**	١٩	0.525**
٩	0.708**	٢٠	0.565**
١٠	0.627**	٢١	0.653**
١١	0.388**		

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

قيمة (ر) الجدولية عند .05 = 0. 250، قيمة (ر) الجدولية عند .01 = 0.325

****دال عند مستوى دلالة 0.01**

قد كشفت نتائج جدول رقم (٢) أن هناك ارتباط دال احصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس، ما عدا فقرتى رقم ٣، ورقم ٤ لم تكن دالة إحصائياً، لذا تم حذفهما من المقياس، وبذلك يصبح المقياس فى صورته النهائية يتكون من (١٩) فقرة فقط.

ج- الثبات:

للتعرف على ثبات مقياس التسويف الأكاديمى فى البحث الحالى. قامت الباحثة فى البحث الحالي بحساب ثبات المقياس بإستخدام طريقة ألفا -كرونباخ ، والجدول رقم (٣) يبين النتائج التى تم التوصل إليها.

جدول (٣): قيم معاملات ارتباط ألفا-كرونباخ فى حالة حذف المفردة لمقياس التسويف الأكاديمى (ن = ٧٠)

الفقرة	فى حالة حذف معامل الارتباط المفردة	الفقرة	معامل الارتباط فى حالة حذف المفردة
١	.875	١٤	.877
٢	.875	١٥	.864
٥	.872	١٦	.865
٦	.872	١٧	.876
٧	.878	١٨	.878
٨	.864	١٩	.873
٩	.865	٢٠	.872
١٠	.869	٢١	.868
١١	.877		
١٢	.869		
١٣	.871		

أشارت نتائج جدول رقم (٣) أن قيمة ألفا-كرونباخ الكلية للمقياس(٠.٨٧٨)، كما أظهرت النتائج أن قيم معاملات الإرتباط للفقرات فى حالة حذف الفقرة تراوحت ما بين ٨٦٤. إلى ٨٧٨. وهى مؤشرات مرتفعة للثبات.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

٢. مقياس الطفو الأكاديمى: إعداد/ على (٢٠٢٠)

الهدف من المقياس هو قياس الطفو الأكاديمى لطلاب الجامعة. يتكون المقياس من ٢٤ عبارة تتوزع على ثلاثة أبعاد (الكفاءة الذاتية، المرونة الأكاديمية، حل المشكلات الأكاديمية)، ويصحح المقياس بحيث يعطى خمس درجات للإستجابة (موافق بدرجة كبيرة) ثم تتدرج على مقياس ليكرت الخماسى، حتى درجة واحدة للإستجابة (غير موافق بدرجة كبيرة)، وتتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين(٢٤-١٢٠) درجة.

الخصائص السيكومترية للمقياس فى البحث الأصلى:

استخدم معد المقياس التحليل العاملى التوكيدى لأبعاد مقياس الطفو الأكاديمى، وتم تأكيد الصدق العاملى للمقياس، كما قام بحساب ثبات الأبعاد والمقياس ككل، حيث قام بحساب معامل ألفا، لكل بعد من أبعاد مقياس الطفو الأكاديمى ودرجته الكلية، وجاءت قيم ألفا جيدة، مما يدل على ثبات المقياس وأبعاده. كذلك قام معد المقياس بحساب ثبات الإتساق الداخلى للمقياس بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والبعد الذى يندرج تحته هذه العبارة، وانحصرت معاملات الإرتباط بين (0.25)، (.69)، وجميعها جاءت دالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0.01 ، مما يدل على ثبات مفردات مقياس الطفو الأكاديمى، كما قام معد المقياس أيضاً بحساب معاملات الإرتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس، ووجد أن جميع معاملات الإرتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائياً عند مستوى دلالة
(0.01)، مما يدل على ثبات المقياس.

الخصائص السيكومترية للمقياس فى البحث الحالى:

أ- صدق المقارنة الطرفية (الصدق التمييزي) :

تم حساب صدق المقارنة الطرفية (الصدق التمييزى) لمقياس الطفو الأكاديمى من خلال دراسة دلالة الفروق بين متوسطات درجات المجموعات الطرفية (٢٧% من الدرجات العليا و٢٧% من الدرجات الدنيا) للمقياس، والجدول رقم (٤) يبين النتائج التى تم التوصل إليها.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

جدول (٤) يبين نتائج اختبار (ت) لدراسة الفروق بين متوسطات المجموعات الطرفية لمقياس الطفو الأكاديمى

المستوى	27 % (الحد الأدنى) على المقياس			27 % (الحد الأعلى) على المقياس			قيمة "ت"	مستوى الدلالة
	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري		
	١٩	82.16	5.96	19	105.42	3.24	14.96	.000

قيمة (ت) الجدولية عند .05 = 1.688 قيمة (ت) الجدولية عند .01 = 2.434

من خلال النتائج الموضحة فى جدول رقم (٤)، تبين أن هناك فرق دال إحصائياً عند مستوى دلالة أقل من (٠.٠١)، بين متوسطى المجموعتين المتطرفتين للمقياس، ومن ثم؛ فإن للمقياس قدرة تمييزية واضحة بين المستويات المتباينة (المرتفعة والمنخفضة)، مما يمثل جانباً من جوانب صدق المقياس ويضمن صلاحيته للاستخدام.

ب- الإتساق الداخلى:

للتعرف على الإتساق الداخلى لمقياس الطفو الأكاديمى، تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس، والجدول رقم (٥) يبين النتائج التى تم التوصل إليها:

جدول (٥): قيم معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لمقياس الطفو الأكاديمى (ن = ٧٠)

الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط
١	0.123	١٣	0.390**
٢	0.318**	١٤	0.324**
٣	0.585**	١٥	0.381**
٤	0.518**	١٦	0.631**
٥	0.431**	١٧	0.622**
٦	0.365**	١٨	0.450**
٧	0.503**	١٩	0.391**
٨	0.310**	٢٠	0.571**
٩	0.431**	٢١	0.488**
١٠	0.502**	٢٢	0.402**
١١	0.273*	٢٣	0.497**
١٢	0.418**	٢٤	0.451**

***دال عند مستوى دلالة (0.05) ، **دال عند مستوى دلالة (0.01)**

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

قيمة (ر) الجدولية عند .05 = 0. 250، قيمة (ر) الجدولية عند .01 = 0.325

يتضح من الجدول السابق أن هناك ارتباط دال إحصائياً بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس ما عدا فقرة رقم (٥) فى المقياس لم تكن دالة احصائياً، ولذلك تم حذفها من المقياس ليصبح عدد فقرات المقياس(٢٣) فقرة، وباقى فقرات المقياس جاءت دالة احصائياً عند مستوى دلالة (.01)،(.05).

كما تم حساب معامل الإرتباط بين درجة كل فقرة والبعد الذى تندرج تحته هذه الفقرة. وانحصرت معاملات الارتباط بين (0.360، 0.705)، وجميعها دالة احصائياً عند مستوى دلالة (0.01)، مما يدل على الاتساق الداخلى لمقياس الطفو الأكاديمى.

كذلك تم حساب معامل الارتباط بيبن الدرجة الكلية ودرجة كل بعد من أبعاد المقياس كما فى جدول(٦)

جدول (٦): قيم معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لمقياس الطفو الأكاديمى ودرجة كل بعد من أبعاد المقياس (ن = ٧٠)

م	أبعاد المقياس	معامل الارتباط
١	الكفاية الأكاديمية	0.779**
٢	المرونة الأكاديمية	0.794**
٣	حل المشكلات الأكاديمية	0.880**

قيمة (ر) الجدولية عند .05 = 0. 250، قيمة (ر) الجدولية عند .01 = 0.325

يتضح من جدول رقم (٦) أن جميع قيم معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية ودرجة كل بعد دالة احصائياً عند مستوى دلالة (.01)، الأمر الذى يدل على الاتساق الداخلى للمقياس.

ج- **الثبات:**

للتعرف على ثبات مقياس الطفو الأكاديمى فى البحث الحالى، قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس عن طريق حساب معامل ألفا –كرونباخ للدرجة الكلية لمقياس الطفو الأكاديمى وأبعاده. والجدول رقم (٧) يبين النتائج التى تم التوصل إليها.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

جدول (٧): قيم معاملات معاملات ألفا– كرونباخ للدرجة الكلية لمقياس الطفو الأكاديمى وأبعاده (ن = ٧٠)

م	أبعاد المقياس	ألفا-كرونباخ
١	الكفاية الأكاديمية	0.618
٢	المرونة الأكاديمية	0.640
٣	حل المشكلات الأكاديمية	.0746
٤	الدرجة الكلية للمقياس	0.815

وقد اظهرت النتائج عن معاملات ثبات مقبولة نسبياً كما موضح بجدول رقم (٧)

مقياس التجول العقلى: إعداد/ الفيل (٢٠١٨).

الهدف من المقياس هو قياس مقدار التجول العقلى للطالب الجامعى. يتكون المقياس من(٢٦) مفردة موزعة على بعدين: البعد الأول: التجول العقلى المرتبط بالموضوع، والبعد الثانى: التجول العقلى غير المرتبط بالموضوع، بواقع(١٢) مفردة للبعد الأول و (١٤) مفردة للبعد الثانى، ويجيب الطلاب عليه وفقاً لتدريج ليكرت الثلاثى ((أبداً) ١، (أحياناً)٢، ٣(دائماً))، بإجمالى(٧٨) درجة.

الخصائص السيكومترية للمقياس فى البحث الأصلى:

قام معد المقياس من التحقق من صدق المقياس باستخدام التحليل العاملى، واتضح من نتائج التحليل العاملى، وجود عامل واحد فقط يفسر التباين الكلى، ويطلق عليه التجول العقلى، وكانت تشبعات بعدى مقياس التجول العقلى على العامل الوحيد الناتج من التحليل العاملى كالتالى: التجول العقلى المرتبط بالموضوع = (٠.582) ، التجول العقلى غير المرتبط بالموضوع = (٠.591) ،وهى تشبعات دالة إحصائياً، كذلك قام معد المقياس بحساب ثبات الإختبار باستخدام معامل ألفا والتجزئة النصفية، وأظهرت النتائج أن المقياس يتمتع بمعاملات ثبات مقبولة ودالة إحصائياً، كما تم حساب معامل الإرتباط بين درجة كل مفردة وبين الدرجة الكلية للمقياس وكلها جاءت دالة إحصائيًا، وأيضاً حساب معامل الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد وجاءت دالة إحصائياً، وأيضاً تم حساب معامل الإرتباط بين الدرجة الكلية للبعد والدرجة الكلية للمقياس، وجاءت دالة إحصائيًا.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

الخصائص السيكومترية للمقياس فى البحث الحالى:

أ- صدق المقارنة الطرفية (الصدق التمييزي) :

تم حساب صدق المقارنة الطرفية (الصدق التمييزى) لمقياس التجول العقلى من خلال دراسة دلالة الفروق بين متوسطات درجات المجموعات الطرفية (٢٧% من الدرجات العليا و٢٧% من الدرجات الدنيا) فى الدرجة للمقياس، والجدول رقم (٨) يبين النتائج التى تم التوصل إليها.

جدول (٨) يبين نتائج اختبار (ت) لدراسة الفروق بين متوسطات المجموعات الطرفية لمقياس التجول العقلى

المستوى	27 % (الحد الأدنى) على المقياس			27 % (الحد الأعلى) على المقياس			قيمة "ت"	مستوى الدلالة
	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري		
	١٩	34.84	3.47	19	53.11	3.56	16.02	.000

قيمة (ت) الجدولية عند .05 = 1.688 قيمة (ت) الجدولية عند .01 = 2.434

من خلال النتائج الموضحة فى جدول رقم (٨). تبين أن هناك فرق دال إحصائياً عند مستوى دلالة أقل من (٠.٠١)، بين متوسطى درجات المجموعتين المتطرفتين للمقياس. ومن ثم؛ فإن للمقياس قدرة تمييزية واضحة بين المستويات المتباينة (المرتفعة والمنخفضة)، مما يمثل جانباً من جوانب صدق المقياس ويضمن صلاحيته للاستخدام.

ب- الإتساق الداخلى:

للتعرف على الإتساق الداخلى لمقياس التجول العقلى، تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس، والجدول رقم (٩) يبين النتائج التى تم التوصل إليها:

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

جدول (٩): قيم معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لمقياس التجول العقلى (ن = ٧٠)

الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط
١	0.650**	١٤	0.476**
٢	0.651**	١٥	0.588**
٣	0.359**	١٦	0.403**
٤	0.032	١٧	0.214
٥	0.359**	١٨	0.376**
٦	0.358**	١٩	0.354**
٧	0.650**	٢٠	0.610**
٨	0.810**	٢١	0.479**
٩	0.650**	٢٢	0.555**
١٠	0.172	٢٣	0.196
١١	0.205	٢٤	0.551**
١٢	0.410**	٢٥	0.300*
١٣	0.550**	٢٦	0.389**

***دال عند ٠.٠٥ ، **دال عند ٠.٠١**

قيمة (ر) الجدولية عند .05 = 0. 250، قيمة (ر) الجدولية عند .01 = 0.325

أظهرت النتائج الموضحة فى جدول (٩) أن هناك خمس فقرات أرقام: (٤ ، ١٠، ١١، ١٧، ٢٣) فى المقياس لم تكن دالة احصائياً، ولذلك تم حذفها من المقياس ليصبح عدد فقرات المقياس(٢١) فقرة، أما باقى فقرات المقياس فكانت دالة عند مستوى دلالة (.05)، (.01).

كما تم حساب معامل الإرتباط بين درجة كل فقرة والبعد الذى تندرج تحته هذه الفقرة. وانحصرت معاملات الارتباط بين (0.482)، (0.857)، وجميعها دالة احصائياً عند مستوى دلالة (0.01)، مما يدل على الاتساق الداخلى لمقياس التجول العقلى.

كما تم حساب معامل الارتباط بين الدرجة الكلية ودرجة كل بعد من أبعاد المقياس. والجدول رقم (١٠) يبين النتائج التى تم التوصل إليها.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

جدول (١٠): قيم معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لمقياس التجول العقلى ودرجة كل بعد من أبعاد المقياس (ن = ٧٠)

م	أبعاد المقياس	معامل الارتباط
١	التجول العقلى المرتبط بالموضوع	0.767**
٢	التجول العقلى غير المرتبط بالموضوع	0.816**

قيمة (ر) الجدولية عند .05 = 0. 250، قيمة (ر) الجدولية عند .01 = 0.325

يتضح من جدول رقم (10) أن جميع قيم معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية ودرجة كل بعد دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (.01)، الأمر الذى يدل على الاتساق الداخلى للمقياس.

ج- الثبات:

للتعرف على ثبات مقياس التجول العقلى فى البحث الحالى. قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس عن طريق حساب معامل ألفا -كرونباخ للدرجة الكلية لمقياس التجول العقلى وأبعاده. والجدول رقم (١١) يبين النتائج التى تم التوصل إليها.

جدول (١١): قيم معاملات معاملات ألفا- كرونباخ للدرجة الكلية لمقياس التجول العقلى وأبعاده (ن = ٧٠)

م	أبعاد المقياس	ألفا- كرونباخ
١	التجول العقلى المرتبط بالموضوع	0.859
٢	التجول العقلى غير المرتبط بالموضوع	0.814
٤	الدرجة الكلية للمقياس	0.844

وقد اظهرت النتائج عن معاملات ثبات جيدة كما موضح بجدول (١١)

رابعاً: اجراءات البحث: قامت الباحثة باتباع الخطوات الآتية فى إجراء البحث:

١. إعداد الاطار النظرى للبحث من خلال جمع المعلومات المتعلقة بمتغيرات البحث من أدبيات البحث، والدراسات السابقة المتعلقة بمتغيرات البحث.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

٢. تحديد أدوات البحث وهم: مقياس التسويف الأكاديمى (إعداد: أبوغزال، ٢٠١٢)، مقياس الطفو الأكاديمى (إعداد: على، ٢٠٢٠)، مقياس التجول العقلى (إعداد: الفيل، ٢٠١٨).

٣. تطبيق أدوات البحث على عينة استطلاعية من طلاب الفرقة الثانية، كلية التكنولوجيا والتعليم بسوهاج عددها (٧٠) طالب وطالبة، للتحقق من ثبات وصدق مقاييس البحث.

٤. تطبيق أدوات البحث على العينة الأساسية من الفرقة الثانية، كلية التكنولوجيا والتعليم بسوهاج وعددها (٢٠٧) طالب وطالبة.

٥. تصحيح درجات الطلاب باستخدام البرنامج الاحصائى SPSS الإصدار ١٩ والوصول إلى نتائج البحث.

٦. مناقشة نتائج البحث الحالي وتفسير النتائج فى ضوء أدبيات البحث والدراسات السابقة المتعلقة بالبحث .

خامساً: أساليب معالجة بيانات الفروض:

تم ادخال البيانات ومعالجتها باستخدام البرنامج الاحصائي SPSS الإصدار ١٩ باستخدام الأساليب الإحصائية التالية:

١. المتوسط
٢. الانحراف المعياري
٣. معامل ارتباط بيرسون
٤. اختبار (ت) للعينات المستقلة
٥. تحليل الإنحدار المتعدد

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

سادساً: نتائج البحث ومناقشتها:

أولاً: نتائج الفرض الأول :

وينص على أنه : "يوجد مستوى متوسط للتسويف الأكاديمى لدى طلاب كلية التكنولوجيا والتعليم بجامعة سوهاج ".

لمعالجة هذا الفرض إحصائياً، تم حساب مستوى التسويف الأكاديمى باستخدام المعادلة الآتية:

الحد الأعلى لمقياس ليكرت (وهو ٥)–الحد الأدنى لمقياس ليكرت (وهو ١)

عدد المستويات (تم تحديد ٣ مستويات)

$$= \frac{٥-١}{٣} = \frac{٤}{٣} = ١.٣٣$$

١+ ١.٣٣ = ٢.٣٣ وبذلك يمكن تقسيم مستويات التسويف الأكاديمى إلى ثلاثة مستويات كما يلى:

المستوى المنخفض = ١_____ ٢.٣٣

المستوى المتوسط = ٢.٣٤_____٣.٦٧

المستوى المرتفع = ٣.٦٨_____٥

ويتم الحكم على كل مستوى بالإعتماد على المعيار السابق:

وقد تم حساب المتوسط والإنحراف المعياري لمقياس التسويف الأكاديمى، وجاءت النتائج كما يلى:

المتوسط = 2.723 والإنحراف المعيارى = 0.31

يتضح من قيمة المتوسط لعبارات مقياس التسويف الأكاديمى أنها تقع فى المستوى المتوسط. لذلك يمكن القول أن طلاب الجامعة لديهم مستوى متوسط من التسويف الأكاديمى. وبالتالى يتم قبول الفرض الأول بأنه "يوجد مستوى متوسط للتسويف الأكاديمى لدى طلاب كلية التكنولوجيا والتعليم بجامعة سوهاج ".

وقد يعزى السبب فى هذه النتيجة إلى زيادة المقررات الدراسية المقدمة للطلاب الجامعيين، وضغط الواجبات والأنشطة والتكليفات وتسليمها فى مواعيد محددة، مما يزيد

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

مما يزيد من التوتر والقلق للطلاب، ويضعف من أدائهم الأكاديمى، وبالتالى يزداد اللجوء إلى التسويف الأكاديمى.

وربما تعزى هذه النتيجة أيضاً إلى طبيعة العصر الحالى وما يتضمنه من وسائل الإتصال الحديثة وبرامج التواصل الإجتماعى التى شغلت الطلاب وأخذت الكثير من وقتهم، وعطلتهم عن المهام والواجبات الأكاديمية والإجتماعية والأسرية، وأصبح كثير من الطلاب فريسة للتقنية الحديثة تتحكم فيهم وتسيطرعليهم، وتوجههم بعيداً عن المهام المنوط بهم(أحمد، وعبد التواب، ٢٠٢٠، ١٥٠).

وتتفق نتيجة البحث الحالي مع دراسة كل من أحمد وعبد التواب(٢٠٢٠)، و دراسة صميلى (٢٠٢٠)، حيث أظهرت نتائج هذه الدراسات أن مستوى التسويف الأكاديمى لطلبة الجامعة جاء متوسطاً.

إلا أن هذه نتيجة البحث الحالى لم تتفق مع دراسة شوشان، وبروال(٢٠٢٢)، حيث أشارت النتائج إلى أن درجة التلكؤ أو التسويف الأكاديمي لدى الطلاب الجامعيين مرتفعة. ولم تتفق هذه النتيجة أيضاً مع دراسة زغيبى(٢٠٢٠)، حيث بلغت نسبة انتشار سلوك التسويف الأكاديمي بين طلاب الكلية الجامعية(٥٦.٤%) وهي نسبة مرتفعة.

ثانياً: نتائج الفرض الثانى:

وينص على أنه : لا يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطى درجات الذكور والإناث على مقياس التسويف الأكاديمى لدى طلاب كلية التكنولوجيا والتعليم بجامعة سوهاج ".

ولمعالجة هذا الفرض إحصائياً، تم استخدام اختبار (ت) للعينات المستقلة. والجدول رقم (١٢) يبين النتائج التى تم التوصل إليها.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

جدول(١٢): اختبار (ت) للعينات المستقلة للفروق بين الذكور والإناث على مقياس التسويف الأكاديمى. (ن = ٢٠٧)

المتغير	النوع						قيمة"ت"	مستوى الدلالة
	ذكور			إناث				
	العدد	المتوسط	الإنحراف المعيارى	العدد	المتوسط	الإنحراف المعيارى		
التسويف الأكاديمى	54	49.94	11.93	153	52.37	14.63	-1.097	غير دالة

قيمة (ت) الجدولية عند 05.= 1.645 قيمة (ت) الجدولية عند 01. = 2.326

أشارت النتائج فى جدول رقم (١٢) إلى عدم وجود فروق دالة احصائياً بين الذكور والإناث فى التسويف الأكاديمى. وبالتالى يتم قبول الفرض الثانى بأنه لا يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطى درجات الذكور والإناث على مقياس التسويف الأكاديمى لدى طلاب كلية التكنولوجيا والتعليم بجامعة سوهاج.

ويمكن تفسير هذه النتيجة أن كل من الطلاب والطالبات يدرسون في نفس الظروف وينتمون الى نفس البيئة ولديهم نفس الأسباب التي تدفعهم الى المماطلة والتسويف (شوشان وبروال،2022، ٩٧٤). كذلك نجد أن كل من الذكور والإناث يمرون بمرحلة نضج عقلى متقاربة، ويتعرضون لأساليب تنشئة متشابهة ولمقررات وطرائق تدريس ونظم تقويم واحدة، كما يتعرضون لخبرات ومواقف تعليمية واحدة (الأحمد، وياسين، ٢٠١٨، ٥٠).

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كل من أحمد وعبد التواب(٢٠٢٠)، ودراسة صميلى (٢٠٢٠)، ودراسة شوشان وبروال(2022)، حيث توصلت هذه الدراسات إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً تعزى لمتغير الجنس فى التسويف الأكاديمى.

إلا أن نتيجة البحث الحالى لم تتفق مع دراسة الأحمدى(٢٠١٨)، ودراسة الأحمد وياسين(٢٠١٨)، ودراسة عبد الحميد(٢٠٢١)، حيث وجدت هذه الدراسات أن هناك فروق دالة إحصائياً تعزى لمتغير الجنس فى التسويف الأكاديمى ولصالح الذكور.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

ثالثاً: نتائج الفرض الثالث :

وينص على أنه : " توجد علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة احصائية بين التسويف الأكاديمى وكل من الطفو الأكاديمى والتجول العقلى لدى طلاب كلية التكنولوجيا والتعليم بجامعة سوهاج ".

ولمعالجة هذا الفرض إحصائياً، تم استخدام معامل ارتباط بيرسون، والجدول رقم (١٣) يبين النتائج التى تم التوصل إليها.

وجاءت قيمة معامل الإرتباط بين التسويف الأكاديمى والطفو الأكاديمى تساوى – (0.477) ، وهى علاقة سالبة ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة أقل من (0.01). بينما جاءت قيمة معامل الإرتباط بين التسويف الأكاديمى والتجول العقلى تساوى (0.273) وهى علاقة موجبة ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة أقل من (0.01). وبالتالى يتم قبول الفرض الثالث جزئياً، حيث وجدت الدراسة الحالية بأنه يوجد علاقة ارتباطية سالبة ودالة احصائياً بين التسويف الأكاديمى والطفو الأكاديمى، وعلاقة ارتباطية موجبة ودالة احصائيا بين التسويف الأكاديمى والتجول العقلى.

جدول (١٣). نتائج معامل ارتباط بيرسون بين التسويف الأكاديمى وكل من الطفو الأكاديمى والتجول العقلى لدى عينة الدراسة (ن = ٢٠٧)

المتغيرات	معامل الإرتباط	مستوى الدلالة
التسويف الأكاديمى الطفو الأكاديمى	-0.477	0.000
التسويف الأكاديمى التجول العقلى	0.273	0.000

قيمة (ر) الجدولية عند .05 = 0.159، قيمة (ر) الجدولية عند .01 = 0.208

يتضح من نتائج جدول رقم (13) أن هناك علاقة ارتباطية سالبة ودالة احصائياً بين التسويف الأكاديمى والطفو الأكاديمى لدى طلبة كلية التكنولوجيا والتعليم جامعة سوهاج، حيث بلغت قيمة معامل الإرتباط بيرسون بين المتغيرين (0.477–) عند مستوى دلالة أقل من (0.01)، وهذا يعنى أنه كلما ارتفع مستوى الطفو الأكاديمى عند الطلاب، كلما انخفض مستوى التسويف الأكاديمى لديهم.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

ويمكن تفسير هذه النتيجة من خلال النظر إلى مفهوم الطفو الأكاديمى ومكوناته: فالطفو الأكاديمى كما يرى Matrin and Marsh (2008) أنه قدرة الطلاب على التعامل بنجاح مع التحديات والصعوبات التى تشكل نموذجاً للحياة الأكاديمية اليومية، ويتضمن ذلك فاعلية الذات والقدرة على التخطيط والمثابرة وإنخفاض القلق والسيطرة (العظامات والمعلا، ٢٠٢٠، ٦٧٦). أما مكوناته فتتضمن فاعلية الذات وقدرة الطلاب على المثابرة الأكاديمية، والإستمرار بالعمل من أجل تحقيق الهدف الذى يسعى إليه (العظامات والمعلا ٢٠٢٠، ٦٧٦، وبهنساوى، ٢٠٢٠، ٣٢). ومن المعروف أن من أسباب التسويف الأكاديمى أسباب متعلقة برؤية الطلاب لأنفسهم وتشمل الإنطباع الشخصى عن فعالية الذات وتقدير الذات ومفهوم الذات(صميلى، ٢٠٢٠،١٨)، فالطلاب منخفضى الثقة بذواتهم يؤجلون المهام بشكل متكرر (زغيبى، ٢٠٢٠، ١٧٠)، كذلك يعتبر القلق والإكتئاب من العوامل المساعدة على التسويف(Steel & Klingsiek,2016,57). كذلك يرى Ressy et al., (2014) أن تعزيز الطفوالأكاديمى لدى الطلاب يعزز مناعتهم تجاه التأثيرات السلبية داخل البيئات الأكاديمية، ويساعد فى تحقيق النجاح الأكاديمى للمتعلمين (أبو العزم، ٢٠٢٢، ٢٦٣). ويعتبر التسويف الأكاديمى من التأثيرات السلبية فى البيئة الجامعية، فهو سلوك سلبى غير تكيفى يؤثرعلى الأداء الأكاديمى للطلاب، وصحتهم النفسية وعلاقاتهم الشخصية.

وبناء على ذلك، فإن وجود الطفوالأكاديمى عند الطلاب يزيد من فاعلية الذات للطلاب وثقتهم بأنفسهم، ويقلل من التوتر والقلق لديهم، ويمكنهم من الإستمرار ومواصلة الدراسة، والتغلب على ضعف الأداء الأكاديمى، وضغوط المهام، ويمنع حدوث الفشل الدارسى، ومن ثم يمكن القول أن الطفو الأكاديمى يؤدى إلى الحد من التسويف الأكاديمى للطلاب.

كما يتضح أيضاً من نتائج جدول رقم (١٣) أن هناك علاقة ارتباطية موجبة ودالة احصائياً بين التسويف الأكاديمى والتجول العقلى لدى طلبة كلية التكنولوجيا والتعليم جامعة سوهاج، وقد بلغت قيمة معامل الإرتباط بيرسون بين المتغيرين (0.273)، وهى دالة إحصائياً عند مستوى دلالة أقل من (0.01)، وهذا يعنى أنه كلما ارتفع مستوى

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

التجول العقلى عند الطلاب، كلما ارتفع مستوى التسويف الأكاديمى لديهم. ويمكن تفسير هذه النتيجة أن تشتت انتباه الطلاب وضعف التركيز على المهام الأكاديمية التى يكلفون بها يؤدى بهم إلى عدم البدء فى المهام أو تأجيلها وعدم القيام بها، وبالتالى يؤدى إلى التسويف الأكاديمى، وهذا ما يؤكده (Noran, 2000) أن من اسباب التسويف عدم القدرة على التركيز عند أداء المهام (أبوغزال، ٢٠١٢، ١٣٢). وقد يعزو ذلك إلى أن التجول العقلى يخفض من مستوى الرغبة فى التعلم، ويخفض من كفاءة التعلم لدى المتعلم، كما يخفض من مستوى الحماس والمشاركة الإيجابية فى بيئة التعلم، كما أنه يخفض من الفضول العلمى، كذلك يحد من مستوى التفاعل الصفى، ويزيد من السلوكيات المقاومة (عبد الفتاح، وعبد الحليم، ٢٠٢١، ٢٧٣). فالتجول العقلى هو تحول إنتباه الفرد من المهمة الأساسية نحو أفكاره ومشاعره الخاصة، وكذلك أن التجول العقلى يتضمن انفصال العمليات التنفيذية لمعالجة المعلومات من المعلومات ذات الصلة إلى مشكلات شخصية أكثر عمومية، وبالتالى يؤدى إلى قصور وعجز فى أداء المهمة التى يقوم بها الفرد(Smallwood et al., 2007, 818-819). وقد يؤدى ذلك إلى عدم البدء فى المهمة أو عدم إنجازها أو تأجيلها، ومن ثم يمكن استنتاج أن التجول العقلى يمكن أنُ يعد عاملاً مساهماً فى ارتفاع التسويف الأكاديمى عند طلاب الجامعة.

رابعاً: نتائج الفرض الرابع:

وينص على أنه: "يمكن التنبؤ بالتسويف الأكاديمى بمعلومية كل من الطفو الأكاديمى والتجول العقلى لدى طلاب كلية التكنولوجيا والتعليم بجامعة سوهاج ".

للتحقق من صحة هذا الفرض، تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد (enter) للمتغيرات المستقلة (التجول العقلى والطفو الأكاديمى) لمعرفة إسهامه فى التنبؤ بالتسويف الأكاديمى كمتغير تابع. والجدول رقم (١٤) يبين النتائج التى تم التوصل إليها.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

جدول (١٤). تحليل الإنحدار المتعدد ودلالته الإحصائية للتنبؤ بالتسويف الأكاديمى بمعلومية كل من الطفو الأكاديمى والتجول العقلى (ن = ٢٠٧)

المتغيرات التابعة	المتغيرات المستقلة	معامل B(بيتا)	B معامل الانحدار	R معامل الارتباط المتعدد	R2 نسبة المساهمة	الثابت	قيمة F	الدلالة	قيمة "t"	الدلالة
التسويف الأكاديمى	الطفو الأكاديمى	-0.477	-0.597	0.477-	0.228	109.705	60.455	0.000	14.619	0.000
	التجول العقلى	0.273	0.566	0.273	0.075	27.198	16.525	.0000	4.065	0.000

قيمة (F) الجدولية عند .05 = 3.94 ، قيمة (F) الجدولية عند .01 = 6.89

يوضح الجدول رقم (١٤) نتائج تحليل الانحدار للتسويف الأكاديمى كمتغير تابع فى ضوء الطفوالأكاديمى والتجول العقلى كمتغيرات مستقلة، حيث أظهرت نتائج نموذج الانحدار لمتغيرى الطفوالأكاديمى والتجول العقلى أن نموذج الانحدار معنوى وبالتالى يتم قبول الفرض الرابع بأنه يمكن التنبؤ بالتسويف الأكاديمى بمعلومية كل من الطفو الأكاديمى والتجول العقلى لدى طلاب كلية التكنولوجيا والتعليم بجامعة سوهاج.

فقد أشارت نتائج نموذج الانحدار لمتغير الطفو الأكاديمى أن نموذج الانحدار معنوى وذلك من خلال قيمة "ف" البالغة 60.455 بدلالة أقل من مستوى الدلالة (0.01)، وتشير النتائج أن متغير الطفو الأكاديمى يفسر 22.8% من التباين الحاصل فى التسويف الأكاديمى وذلك بالنظر إلى معامل التحديد (نسبة المساهمة) (R^2) . كما جاءت قيمة بيتا التى توضح العلاقة بين متغيرالتسويف الأكاديمى ومتغير الطفو الأكاديمى تساوى = 0.477- ، حيث يمكن استنتاج من قيمة (ت) أن متغير الطفو الأكاديمى ذات دلالة احصائية، مما يدل على أن هذا المتغير يصلح كمتنبئ للتسويف الأكاديمى. كما نستطيع كتابة معادلة الانحدار كالتالى:

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

التسويف الأكاديمى = 109.705 + (−0.597) الطفو الأكاديمى

ويمكن تفسير هذه النتيجة على أساس أن الطفو الأكاديمى يعد عنصراً مهماً فى مساعدة الطلاب على إدارة ومواجهة المخاطر الأكاديمية وخاصة تلك التى تحدث بشكل متكرر ومستمر فى الحياة اليومية، وتتضمن تلك المخاطر إمكانية الحصول على درجات سيئة أو متدنية فى التقييم، عدم تقديم المهام والتكليفات فى الموعد المحدد، ضغوط الإختبارات، العمل الأكاديمى الصعب (عثمان، ٢٠٢٢، ١٠٣)، كما يرى (Smith 2016) أن الطفو الأكاديمى يتمثل فى قدرة الطلاب على الرجوع إلى حالة الثبات والإتزان الإنفعالى بعد تأثره ببعض المتغيرات السلبية التى مر بها سواء الحصول على درجات تحصيل منخفضة أو انخفاض فى القدرة على إتمام المهام الأكاديمية المطلوبة منه، ويشير سيد (٢٠٢٠) إلى أن الطفو الأكايدمى يركز على النواحى الإيجابية فى شخصية الطلاب، ليساعدهم على التغلب على التوتر والقلق والخوف من الفشل (سيد، ٢٠٢٠، ٢٨٣).

وبناء على ما سبق، يمكن أن نستنتج أن وجود وتعزيز الطفو الأكاديمى لدى الطلاب يساعدهم على التغلب على ضغوط المهام، والعمل الأكاديمى الصعب، وبالتالى أداءها فى وقتها، وعدم تجنبها وإرجاءها لوقت لآخر؛ ومن ثم فإن الطفو الأكاديمى يعتبر عاملاً مساهماً فى الحد من التسويف الأكاديمى.

كما أن بعض الطلاب قد يميلون إلى تأجيل المهام لأنهم يشعرون أنها مهام صعبة ومملة، ولذلك يذكر Davidson (2004) أنه من النصائح التى تساعد الأفراد فى التخلص من سلوك التسويف هى التعامل مع المهام بشكل مختلف، بمعنى أن الأفراد يميلون إلى تأجيل المهام التى ينظرون إليها على أنها مهام صعبة ومملة، فإذا استطاع الفرد التغلب على تلك المشاعر وبدأ يفكر بشكل إيجابى سيسهل عليه القيام بتنفيذ تلك المهام وتجنب التسويف (عاشور وآخران، ٢٠٢٢، ١٩٤٠). والطفو الأكاديمى يعتبر العامل الإيجابى الذى يمكن أن يساعد الطلاب على التفكير بشكل إيجابى، والتعامل مع المهام الأكاديمية بمتعة والنظر إليها على أنها مهام ليست صعبة ويمكن إنجازها، وبالتالى يمكن أن يساعد متغير الطفو الأكاديمى على تجنب الطالب للتسويف.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

كما أظهرت نتائج نموذج الانحدار فى جدول (١٤) لمتغير التجول العقلى أن نموذج الانحدار معنوى وذلك من خلال قيمة "ف" البالغة ١٦.٥٢٥ بدلالة أقل من مستوى الدلالة (0.01)، وتشير النتائج أن متغير التجول العقلى يفسر 7.5 % من التباين الحاصل فى التسويف الأكاديمى وذلك بالنظر إلى معامل التحديد (R^2) . كما جاءت قيمة بيتا التى توضح العلاقة بين متغير التسويف الأكاديمى ومتغير التجول العقلى تساوى = ٠.٢٧٣، حيث يمكن استنتاج من قيمة (ت) أن متغيرالتجول العقلى ذات دلالة احصائية، مما يدل على أن هذا المتغير يصلح كمتنبئ للتسويف الأكاديمى. كما نستطيع كتابة معادلة الانحدار كالتالى

التسويف الأكاديمى = 27.198 + (0.566) التجول العقلى

ويمكن أن تعزو هذه النتيجة إلى وجود مثيرات فى البيئة الخارجية تكون قريبة إلى اهتمام الطلاب أكثر من الإستماع والتركيز فى المحاضرة فى ظل التطور التكنولوجى الذى نشهده وانتشار وسائل التواصل الإجتماعى وهو ما نتج عنه كم هائل من المثيرات المشتتة التى جذبت انتباه وتركيز الطلبة إليها بكونها أكثر جاذبية ومتعة مقارنة بمثيرات التعلم (الهزلى، والحربى، ٢٠٢٣، ١٢٩)، وبالتالى يلجأ الطلاب إلى عدم البدء فى المهام والأنشطة الأكاديمية أو تأجيلها. وبالتالى يعتبر التجول العقلى من العوامل المسهمة فى ارتفاع التسويف الأكايدمى للطلاب.

التوصيات والبحوث المقترحة فى ضوء نتائج البحث:

١. تصميم وبناء برامج ارشادية لصالح الطلاب المسوفين للحد أو التقليل من ظاهرة التسويف الأكاديمى فى البيئة الجامعية.

٢. إجراء دراسات تتناول التسويف الأكاديمى وعلاقته بمتغيرات أخرى مثل الصمود الأكاديمى، والمرونة المعرفية.

٣. دراسة العلاقة بين متغيرات البحث، التسويف الأكاديمى والطفو الأكاديمى والتجول العقلى فى مراحل تعليمية أخرى.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣م

٤. توفير مراكز ارشادية للطلاب داخل الجامعة لمساعدتهم على مواجهة الضغوط الأكاديمية اليومية (تدعيم الطفو الأكاديمى) لأنه يساعد على الحد من التسويف الأكاديمى كما أظهرت نتائج البحث.

٥. عمل ندوات لطلاب الجامعة وأعضاء هيئة التدريس لمناقشة ظاهرة التسويف الأكاديمى وتوضيح آثارها السلبية على العملية التعليمية بصفة عامة وعلى الطالب الجامعى بصفة خاصة، وكيفية التغلب عليها.

٦. توجيه العاملين فى المؤسسات التربوية المختلفة وخصوصاً الجامعات للإهتمام بظاهرة التسويف الأكاديمى، لوضع الخطط واتخاذ الإجراءات الملائمة للحد منها.

المراجع:

أولاً: المراجع العربية:

-أبوالعزم، هدى محمد السيد. (٢٠٢٢). نمذجة العلاقة بين اليقظة الذهنية والطفو الأكاديمي والتجول الذهني لدى طلاب الصف الأول الثانوي بمحافظة الإسكندرية. *مجلة البحث العلمي في التربية*، ع٢٣، ج٤، 297 - 261.

-أبوغزال، معاوية محمود. (٢٠١٢). التسويف الأكاديمي: انتشاره وأسبابه من وجهة نظر الطلبة الجامعيين، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، ٨(٢)، ١٣١-١٤٩.

-أحمد، عبدالعاطي عبدالكريم محمد، وعبدالتواب، شيماء محمد محمود. (٢٠٢٠). دراسة تنبؤية للعوامل المساهمة في التلكؤ الأكاديمي لدي طلاب الجامعة .*مجلة التربية، ع١٨٥، ج٣* ، 172 - 111.

-الأحمد، أمل، وياسين، فداء.(٢٠١٨). التسويف الأكاديمي وعلاقته بالثقة بالنفس لدى عينة من طلبة قسم علم النفس في كلية التربية بجامعة دمشق .*مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس*، مج١٦، ع١، 56 - 13.

-الأحمدي، سحر السيد.(٢٠١٨). التلكؤ الأكاديمي وعلاقته بالتفكير الإيجابي ودافعية التعلم لدى طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية، مج٧٢، ع٤، ٦٧ - ١١٨.

-العظامات، عمر عطا الله علي، والمعلا، نظمي حسين. (٢٠٢٠). الطفو الأكاديمي وعلاقته بالدافعية الداخلية والخارجية لدى طلبة الصف العاشر الأساسي .*مجلة دراسات وأبحاث، مج١٢، ع١*، 674 - 691

-الفيل، حلمي محمد حلمي. (٢٠١٨). برنامج مقترح لتوظيف أنموذج التعلم القائم على السيناريو LBS فى التدريس وتأثيره فى تنمية مستويات عمق المعرفة وخفض التجول العقلى لدى طلاب كلية التربية النوعية جامعة الإسكندرية. *مجلة كلية التربية*، مج٣٣، ع٢، ٢-٦٦.

-الفيل، حلمى محمد حلمى (٢٠١٩). مقياس التجول العقلى: متاح على.

-https://www.researchgate.net/publication/350567905_mqyas_altjwl_alqly_kamlaa

-الهذلي، تغريد ضيف الله، والحربي، نوار محمد سعد. (٢٠٢٣).التجول العقلي وعلاقته بالاندماج الأكاديمي لدى طلبة جامعة أم القرى. مجلة العلوم التربوية و النفسية, ٧(٧), ١١٣-١٣٤.

-بهنساوى، أحمد فكرى.(٢٠٢٠). اليقظة العقلية وعلاقتها بالنهوض الأكاديمي لدى طلاب الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية. *المجلة التربوية، ج٧٨*، 73 - 11

-تلاحمة، اجبارة عبد اجبارة.(٢٠١٩). التسويف الأكاديمي وعلاقته بمفهوم الذات لدي عينة من طلبة جامعة الخليل. *مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، مج١٠، ع٢٨*، 50 - 58.

-حجازى، تغريد، الربيـع، فيصل، و شواشـرة، عمـر.(٢٠١٣). التسويف الأكاديمي وعلاقته بأساليب التفكير لدى الطلبة الجامعيين في الأردن. *مجلة المناره للبحوث والدراسات*، المجلد ٢٠، العدد ١/ب ، ١٩٩- ٢٣٤.

-زغيبى، محمد أحمد.(٢٠٢٠). التسويف الأكاديمي لدى طلبة الكلية الجامعية بحقل وعلاقته ببعض المتغيرات .*المجلة التربوية الدولية المتخصصة، مج٩, ع١* ، 103 - 88.

-سيد، رمضان علي حسن. (٢٠٢٠) الدافعية العقلية وعلاقتها بالطفو الأكايدمى لدى طلاب الثانوية. مجلة كلية التربية. مج٣١، ع١٢١، ٢٨٠-٣٢٢.

-شوشان، عمار، وبروال، مختار. (٢٠٢٢). التلكؤ الأكاديمي لدى طلبة العلوم الاجتماعية: دراسة بجامعة باتنة ١ .*مجلة المقدمة للدراسات الإنسانية والاجتماعية، مج٧، ع١* ، 963 - 976.

-صالح، علي عبد الرحيم، وصالح، زينة علي.(٢٠١٢). التسويف الاكاديمي وعلاقته بإدارة الوقت لدى طلبة كلية التربية .*دراسات عربية في التربية وعلم النفس، ع ٣٢، ج ٣* ، 271 - 241.

-صميلي، حسن بن إدريس عبده. (٢٠٢٠). التسويف الأكاديمي وعلاقته بالضغوط الحياتية لدى الشباب الجامعي. مجلة جامعة جازان للعلوم الإنسانية، مج ٩، ع ١، ١١٢-١٤٨.

-عاشور، ولاء محمود إسماعيل محمد، خليل، زينب محمد أمين، وعطية، عائشة علي رف الله. (٢٠٢٢). التسويف الأكاديمي في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية لدى طلبة الجامعة. *مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية، ع١٦، ج٩*، 1973 - 1928.

-عبد الحميد، ميرفت حسن فتحي.(٢٠٢١). اليقظة العقلية وعلاقتها بالتسويف الأكاديمي لدى طلاب كلية التربية في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية .*دراسات عربية في التربية وعلم النفس، ع١٣٠*، 129 - 174.

-عبد الرحيم، مرفت عبدالعظيم، واعر، نجوى أحمد عبدالله، إبراهيم، هبة زيدان سيد، وفراج، حمودة

-عبدالواحد حمودة. (٢٠٢١). التجول العقلي وعلاقته بالحل الإبداعي للمشكلات لدى طلاب المرحلة الثانوية بالوادي الجديد .*المجلة العلمية لكلية التربية، ع٣٦*، 76 - 55.

-عبدالفتاح، يسرا محمد سيد، و عبدالحليم، رضا ربيع. (٢٠٢١). فاعلية نظام البلاك بورد Black Board

-في خفض التجول العقلي والتسويف الأكاديمي لدى طالبات كليات التربية .*دراسات في التعليم الجامعي، ع٥١*، 329 - 269.

-عبدالله، ريحانة علي، خليل، سناء محمد محمد، والمستكاوي، طه أحمد حسانين. (٢٠٢١). إسهام القلق والدافعية للإنجاز في التنبؤ بالتسويف الأكاديمي لدى طلاب الجامعة .*المجلة العلمية لكلية الآداب*، مج٢٤، ملحق ، 270 - 231.

-عبد الهادي، إبراهيم أحمد محمد.(٢٠١٧). الإسهام النسبي للمثابرة الأكاديمية والمعتقدات المعرفية في التنبؤ بالتلكؤ الأكاديمي لدى طلاب كلية التربية بجامعة الإسكندرية. *مجلة الدراسات التربوية والإنسانية*، مج٩، ع٣، 238 - 121.

-عثمان، عفاف عبدالله (٢٠٢٢). النمذجة البنائية بين الطفو الأكاديمي والرفاهية النفسية والكفاءة الذاتية لدى طالبات الجامعة .*مجلة العلوم الإنسانية والإدارية*، ع٢٦ ، 125 - 102.

-عطا، سالي نبيل. (٢٠٢١). الإسهام النسبي لليقظة العقلية والعبء المعرفي وبعض المتغيرات الديموغرافية في التنبؤ بالتسويف الأكاديمي لدى الطلاب المعلمين. مجلة البحث العلمي في التربية، ع٢٢، ج٦ ٢٩٩ - ٣٧١.

-على، أحمد رمضان محمد.(٢٠٢٠). الطفو الأكاديمى كمتغير وسيط بين ضغط الصدمة الثانوى الأسرى والإزدهار المعرفى لدى طلاب الجامعة. مجلة جامعة تبوك للعلوم الإنسانية والإجتماعية، ع٨، ٥٧-٩٢.

-محمد، هاله عمر النجار.(٢٠٢١). التجول العقلي وعلاقته بالسعادة النفسية لدى طلاب الجامعة. *مجلة الإستواء*، ع٢١ ، 60 - 24.

-ميسون، سميرة، قبائلي، رحيمة، و خويلد، أسماء. (٢٠١٨). التلكؤ الأكاديمي لدى الطلبة الجامعيين: دراسة استكشافية لدى عينة من الطلبة بجامعة ورقلة .*مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية*، ع٣٣ ، 726 - 713.

ثانياً : المراجع الأجنبية:

- Ajayi, O. S. (2020). Academic self-efficacy, gender and academic procrastination. Epiphany. *Journal of Transdisciplinary Studies*, 13(1)75-84.
- Afzal, S., & Jami, H. (2018). Prevalence of academic procrastination and reasons for academic procrastination in university students. *Journal of Behavioural Sciences*, *28*(1), 51-69.
- Ashraf, M. A., Sahar, N. E., Kamran, M., & Alam, J. (2023). Impact of self-efficacy and perfectionism on academic procrastination among University students in Pakistan. *Behavioral Sciences*, *13*(7), 537.
- Balkis, M., & Erdinç, D. U. R. U. (2017). Gender differences in the relationship between academic procrastination, satifaction with academic life and academic performance. *Electronic journal of research in educational psychology*, *15*(1), 105-125.

- Chun Chu, A. H., & Choi, J. N. (2005). Rethinking procrastination: Positive effects of" active" procrastination behavior on attitudes and performance. *The Journal of social psychology*, *145*(3), 245-264.
- Kim, K. R., & Seo, E. H. (2015). The relationship between procrastination and academic performance: A meta-analysis. *Personality and Individual Differences*, *82*, 26-33.
- Kumar, A. A., & Jayalakshmi, R. J. Academic procrastination and resilience among college students (2022*). International Journal of Engineering Technology and Management Sciences*. Issue: 6, Volume No.6, 514-516.
- Kurtovic, A., Vrdoljak, G., & Idzanovic, A. (2019). Predicting procrastination: The role of academic achievement, self-efficacy and perfectionism. *International Journal of Educational Psychology: Ijep*, *8*(1), 1-26.
- Lindblom-Ylänne, S. A., Saariaho-Räsänen, E. J., Inkinen, M. S., Haarala-
- Muhonen, A. E., & Hailikari, T. K. (2015). Academic procrastinators, strategic delayers and something betwixt and between: An interview study. *Frontline Learning Research.*
- Londerée, A. (2015). *Mindfulness and Mind-Wandering in Older Adults:*
- *Implications for Behavioral Performance* (Doctoral dissertation, The Ohio State University).
- Grunschel, C., Patrzek, J., & Fries, S. (2013). Exploring reasons and consequences of academic procrastination: An interview study. *European Journal of Psychology of Education*, *28*, 841-861.
- Martin, A. J. (2014). Academic buoyancy and academic outcomes: Towards a further understanding of students with attention-deficit/hyperactivity disorder (ADHD), students without ADHD, and academic buoyancy itself. *British Journal of Educational Psychology*, *84*(1), 86-107.
- Ocansey, G., Addo, C., Onyeaka, H. K., Andoh-Arthur, J., & Oppong Asante, K.
- (2022).The influence of personality types on academic procrastination among undergraduate students. *International Journal of School & Educational Psychology*, *10*(3), 360-367.
- Ozer, B. U., & Ferrari, J. R. (2011). Gender orientation and academic procrastination: Exploring Turkish high school students. *Individual Differences Research*, *9*(1), 33-40.
- Smallwood, J., O'Connor, R. C., Sudbery, M. V., & Obonsawin, M. (2007).
- mind-wandering and dysphoria. *Cognition and Emotion*, *21*(4), 816- 842.

- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of counseling psychology*, *31*(4), 503.
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: a meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological bulletin*, *133*(1), 65.
- Steel, P., & Klingsieck, K. B. (2016). Academic procrastination: Psychological antecedents revisited. *Australian Psychologist*, *51*(1), 36-46.
- Wiwatowska, E., Pietruch, M., Katafoni, P., & Michałowski, J. M. (2022). "I can't focus now, I will study tomorrow"-The link between academic procrastination and resistance to distraction.