الخصائص السيكومترية لمقياس التسويف الاكاديمي لدي طلاب الجامعة

إعـــــداد

أسماء شعبان رجب عبدالوهاب

إشـــــراف

أد. أنور رياض عبد الرحيم
أستاذ علم النفس التربوي
وعميد كليتي التربية والتربية النوعية الأسبق
جامعة المنيا

أد. هيبــة ممدوح محمــود
أستاذ علم النفس التربوي المساعد
كلية التربيـــة جامعة بني سويف

مستخلص البحث

يهدف هذا البحث لتوضيح الخصائص السيكومترية لمقياس التسويف الاكاديمي لطلاب الجامعة، حيث أن التسويف الاكاديمي هو تأجيل إكمال المهام التعليمية في الوقت المحدد لذلك، ويعود التسويف الاكاديمي لعدة أسباب هي الاهمال الأكاديمي، سوء إدارة الوقت، انخفاض دافعية الدراسة، الضغوط النفسية والاجتماعية، المخاطرة، ويُعد التسويف الأكاديمي من أخطر المشكلات السلوكية والتربوية التي يعاني منها الطلاب في حياتهم الدراسية، وتكمن خطورة التسويف في الاثار السلبية الناجمة عنه، والتي لا تقتصر فقط على الجانب الأكاديمي، إنما تمتد آثاره لتشمل جميع مناحي حياة الطالب الشخصية والاجتماعية والصحية والعقلية، بل تمتد الآثار السلبية للتسويف الأكاديمي على جودة مخرجات التعلم كما يؤدي التسويف الأكاديمي إلى عديد من التأثيرات السلبية منها انخفاض جودة أداء الطالب، إعاقة التعلم، الوقوع في أخطاء عديدة في كتابة الواجبات، وعدم الالتزام بالميعاد النهائي لتسليم الواجبات، وعدم إتمام بعض التكليفات، وقد تم التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس التسويف الاكاديمي لطلاب الجامعة علي عينة قوامها (١٠٠) مفردة وهم الطلاب والطالبات بالمرحلة الجامعة بالفرقة الثالثة قسم علم النفس بكلية التربية – جامعة بني سويف، حيث

أعتمدت الباحثة علي المنهج الوصفي، وأكدت النتائج انخفاض التسويف الأكاديمي لدى طلاب الجامعة، بالفرقة الثالثة – بكلية التربية – جامعة بني سويف .

الكلمات المفتاحية : الخصائص السيكومترية – مقياس التسويف الاكاديمي – طلاب الجامعة

Psychometric properties of the academic procrastination scale among university students

Abstract

This research aims to clarify the psychometric characteristics of the academic procrastination scale for university students, as academic procrastination is the delay in completing educational tasks at the specified time for that, and academic procrastination is due to several reasons: academic neglect, poor time management, low study motivation, psychological and social pressures, risk, and is considered Academic procrastination is one of the most serious behavioral and educational problems that students suffer from in their academic life, and the seriousness of procrastination lies in its negative effects, which are not only limited to the academic side, but its effects extend to all aspects of the student's personal, social, health and mental life. Rather, the negative effects of procrastination extend Academic procrastination also leads to many negative effects, including a decrease in the quality of student performance, learning impediment, many mistakes in writing assignments, non-compliance with the deadline for handing in assignments, and failure to complete some assignments. The psychometric properties of the scale have been verified. The academic procrastination of university students is based on a sample of (100) individuals, and they are male and female students in the university stage in the third year, Department of Psychology, Faculty of Education - Beni Suef University.

Keywords : psychometric characteristics - academic procrastination scale - university students

مقدمـــة

شَهِدَ العالم في الفترة الأخيرة تطوراً سريعاً وهائلاً في كم المعلومات والمعارف التي ينبغي على الطلاب فهمها وكيفية التعامل معها بشكل سليم، ومع تزايد الكم المعرفي يضطر بعض الطلاب وخاصة في مرحلة الدراسة الجامعية إلى ما يعرف بالمماطلة أو تأجيل المهام أو ما يسمى بالتسويف الأكاديمي Academic Procrastination.

لذا كان من الضروري على علماء النفس والباحثين المتخصصين مساعدة الطلاب في المرحلة الجامعية لتدريبهم على أهم الاستراتيجيات والعادات المستخدمة في عملية التعلم التي تساعدهم على التمكن من مواكبة هذا التطور المعرفي الكبير، وذلك لأن فئة كبيرة من طلاب المرحلة الجامعية يقعون فريسة للفشل والتسويف الأكاديمي.

ويوضح معاوية أبو غزالة " التسويف الأكاديمي بأنه تأجيل إكمال المهام التعليمية في الوقت المخصص لذلك، أو هو تأجيل البدء في المهام التي ينوي إنجازها، وينتج عن هذا التأجيل القلق والتوتر الانفعالي لعدم تأدية المهمة في وقتها (أبو غزاله، ٢٠١٣، صفحة ١٣١).

وأشار حيدر عبد الله (٢٠١٢) إلى أن التسويف الأكاديمي لدى الطلاب قد يعود للعديد من الأسباب تتمثل في قلق التقويم، صعوبة اتخاذ القرار، التمرد ضد التوجيه، النفور من المهام، الخوف من الفشل خصوصاً عندما يشعر الطالب بعدم قدرته على الوصول إلى توقعات الآخرين أو توقعاته الشخصية لذاته بسبب أدائه السيء (عبد الله، ٢٠١٢، صفحة ٢٣).

وأوضح Harris, Graham & Mason (2003, 41) أن الطالب المتفوق يؤجل إتمام المهام الدراسية، وذلك لوجود ضعف في بعض المهارات المرتبطة بتنظيم الذات وإدارة الوقت وعدم وضوح الأهداف لديه، وغير قادر على اتخاذ القرار المناسب المرتبط بالبدء في المهام في الوقت المناسب مما يؤدي في نهاية الأمر إلى التأخر الدراسي لديه (Harris , K, Graham , S , & Mason ,E, 2003, p. 2)، لذلك يتصف المتسوف أكاديمياً بأنه

يرجئ الاستعداد للاختبار، وتراوده أحلام اليقظة، ويقوم بأشياء غير ضرورية، ويتجنب الاستذكار، يواجه صعوبات في تنظيم وقته ويبالغ في ترتيب مكانه الشخصي، وتنخفض ثقته بنفسه ويشعر بالقلق والاكتئاب والنسيان وعدم التنظيم (على و ابراهيم، ٢٠١٧، صفحة ٢٢٧).

اولاً : مشكلة البحث

أن متغير التسويف الأكاديمي يؤثر بصورة سلبية على الطلاب معرفيا وسلوكيا وانفعاليا فمن الناحية المعرفية، حيث أظهرت بعض نتائج البحوث المتنوعة على أن الطلاب الذين لديهم نزعة قوية للتسويف الأكاديمي يحصلون على درجات منخفضة في الامتحانات مقارنة بالطلاب غير المسوفين، ويظهرون ضعفاً وإخفاقاً في مستوى التحصيل الأكاديمي، حيث يري تيكمان (Tuckman(١٩٩١، وأن من أسباب التسويف الاكاديمي تتمثل في عدم القدرة علي إنجاز المهام وتدني تقدير الذات وإنخفاض مستوي الفاعلية واليقظة وإرتفاع مستوي الضغوط والإكتئاب، وأيضا يذكر كانوس (Knaus(٢٠٠٠ أن سلوك التسويف الأكاديمي ينطوي علي إنهيار القدرة علي تنظيم الأفكار، أو النواتج طويلة المدي، ويبدأ هذا الإنهيار عند إدراك السلبية، أو الأحداث غير السارة في كل أو بعض الجوانب المتعلقة بالمهام حسب الأولوية، فيستبدل الفرد هذه المهام بنشاط أخر متوقعاً أنه سيؤدي هذه المهام بشكل أفضل في وقت لاحق، ويستمر هذا التوتر من التأجيل ثم المتابعة، حتي في حالة المعرفة بوجود مردود أفضل عند إنجاز المهام في حينها، وقد أشار Day, Mensink & O'Sullivan (2000) أن نسبة المتسوفين من طلاب الجامعة تصل إلى٥٠٪ وأكد أونويجلوزي (Onwuegbuzie, 2004)، وأن حوالي من ٤٠٪ إلى ٦٠٪ من طلبة الجامعة يتسوفون في كتابة الأبحاث، والاستعداد للامتحانات وإعداد التكليفات، ، وقد أشارت دراسة O'Brien (2000)، (Sirois 2004)، أن الطلاب المتسوفين أكاديمياً يعانون من القلق والتوتر وتدني مستوى فاعليتهم الذاتية، كما يُعد التسويف مشكلة شائعة بين طلاب الجامعة فيؤثر على العملية الأكاديمية بصورة عامة وعلى الطالب الجامعي بصورة خاصة إذ يؤدي هذا السلوك إلى تدني التحصيل الدراسي والابتعاد عن المحاضرات والتسرب منها، كما يؤدي إلى الإعاقة بين التوافق

الشخصي والوظيفي وتكمن خطورة التسويف الأكاديمي في الآثار السلبية الناجمة عنه، والتي لا تقتصر فقط على الجانب الأكاديمي وإنما تمتد آثاره لتشمل جميع مناحي حياة الطالب الشخصية والاجتماعية والصحية والعقلية، بل تمتد الآثار السلبية للتسويف، على جودة مخرجات التعلم، كما أن التسويف من الناحية السلوكية وضحتة دراسة Diaz-Morales& Ferrari (2008) أن التسويف الأكاديمي يجعل الطالب يسيء استخدام وتنظيم الوقت ويؤدي لعدم المثابرة ومن الناحية الانفعالية، ووجد كلاسن وكوزوكو (Klassen & Kuzucu, 2009) أن ٨٣% من الطلبة يتسوفون في أداء مهام وتكليفات الدراسة، كما وجدت دراسة Sirine (2011)، أن معدل انتشار التسويف الأكاديمي لدى طلاب الجامعة يزداد بمرور الوقت، ويوضح سليمان (٢٠١١) أن بعض الطلاب يلجأون إلي التسويف لأنهم لا يشعرون بالثقة بأنفسهم، ولا يقدرون ذواتهم، ويقضون وقتاً طويلاً في التردد وإتخاذ القرار، فالمسوفون الذين يشككون سراً في تقدير لذاتهم يجدون أعذار لا حصر لها لعدم قيامهم بالمهام من أجل تجنب مشاعر القلق والفشل، ويذكر (٢٠١٢)Wilson أن أكثر سببين تكراراً للتسويف هما المهمة غير السارة، والمهمة المملة فالأفراد المسوفون يتجنبون العمل تحت الضغط، ويفضلون العمل بالمهام التي تجلب لهم المتعة، كما أن هؤلاء الأفراد ليس لديهم توجه مستقبلي، ونقص في تقدير الذات وفعالية الذات، ولحماية ذواتهم فإنهم يقومون بتأجيل الأعمال التي يعتقدون أنهم قد يفشلون فيها، وأضافت دراسة معاوية محمود أبو غزال (٢٠١٢) أسباب أخري للتسويف من أهمها: أسلوب المدرس ومقاومة السيطرة، وضغط الأقران، أن نسبة المتسوفين من طلبة الجامعة وصل إلى ٢٥%، ومن جهة أخري، أكدت العديد من الدراسات مثل دراسة (٢٠١٢) Wong علي أن وعي الطلاب بإستراتيجيات ماوراء المعرفة قد يسهم في مواجهة الكثير من المشكلات التي أصبحت منتشرة في نظمنا التعليمية مثل مشكلة التسويف الأكاديمي، وتوضح دراسة Balkis & Duru (2014) أن التسويف يؤدى إلى تراكم التكليفات وتأجيلها والحصول على درجات منخفضة .

وتتحدد مشكلة الدراسة في التساؤل التالي

- **ما الخصائص السيكومترية لمقياس التسويف الاكاديمي لدي طلاب الجامعة ؟**

- إلى أي مدى يتمتع مقياس التسويف الاكاديمي الذي تم تصميمه بالدراسة الحالية بالخصائص السيكومترية (الصدق و الثبات)؟

ثانياً : أهداف البحث

هدف مقياس التسويف الاكاديمي إلي التحقق من خصائصة السيكومترية حتي يتم تطبيقة علي طلاب الجامعة .

ثالثاً : أهمية البحث

يستمد أهميتة من ضرورة توافر أداة تتمتع بالخصائص السيكومترية الجيدة، وتسهم في زيادة الدقة في تحديد مرتفعي التسويف الأكاديمي لدي طلاب الجامعة بكلية التربية جامعة بني سويف، كما يعد هذا البحث إضافة للدراسات والبحوث في مقاييس التسويف الأكاديمي، ويوفر مقياس يمكن أن يستخدمة الباحثون في بحوثهم المرتبطة بالتسويف الأكاديمي.

أ- الأهمية النظرية:

١- تبرز أهمية الدراسة في الفئة التي يتعرض لها وهي طلاب الجامعة لأنها تمثل مرحلة التخطيط والإعداد للمستقبل.

٢- تفيد نتائج الدراسة الحالية في التعرف على العوامل التي تؤدي إلى التسويف الأكاديمي.

٣- أن التعرف على التسويف الأكاديمي وكيفية استعمال الوقت يساعد على توظيف الإمكانيات التربوية والتعليمية من أجل تحسين مستوى الطلاب وممارسة التعلم بصورة فعالة.

٤- تزويد المكتبة العربية بدراسة في أحد الموضوعات المتخصصة في علم النفس خاصة أن هناك ندرة في الدراسات العربية التي اهتمت بدراسة هذه المتغيرات.

ب- الأهمية التطبيقية:

١- إعداد مقياس للحد من التسويف الأكاديمي لدى طلاب الجامعة، قائم على عادات العقل المنتجة.

٢- وضع تصور لمقياس التسويف الاكاديمي خاص بطلاب الجامعة لتحسين عملية التعلم، وزيادة دافعيتهم للإنجاز.

٣- تفعيل دور المتعلم في العملية التعليمية وتقليص تأثير التسويف الأكاديمي على أداؤه.

٤- امكانية الاستفادة من مقياس التسويف الأكاديمي للحد من ظاهرة التسويف الأكاديمي من خلال عادات العقل المنتجة.

٥- يساعد المقياس في وضع أساليب وتوصيات تساعد الطلاب والأفراد بشكل عام الحد من ظاهرة التسويف الأكاديمي، لأنها مكلفة على الصعيد الفردي والجماعي.

رابعاً : مفاهيم البحث

١- مفهوم القياس Measurement

يعرف القياس النفسي بأنه وصف الخصائص او المعلومات وصفا كميا عن طريق الاعداد طبقا لقواعد محدده (قاسم و حسن ، ٢٠١٤، صفحة ٢٠) .

ويعرف القياس في العلم عامة وفي علم النفس خاصة بانة قواعد استخدام الاعداد بحيث تدل على الاشياء بطريقة تشير الى كميات من صفة او خاصية (ابو حطب، عثمان، و صادق، ٢٠٠٨، صفحة ٢٠) .

٢- الخصائص السيكومترية psychometric Characteristics :

أ – الإتساق الداخلي Internal Consistency:

يعرف الاتساق الداخلى أنه "مدى ارتباط الوحدات أو البنود مع بعضها البعض داخل المقياس، وكذلك ارتباط كل وحدة أوبند مع المقياس ككل " (عبد الرحمن، ٢٠٠٨، صفحة ١٨٤)

ب – صدق المقياس validity :

يمثل الدرجة التي يحقق عندها الاختبار الهدف أو الغرض الذي صمم من أجله، ويمكن تحديد صدق الاختبار من خلال صدق المحتوى أو صدق المحك (التلازمي) أو صدق المفهوم (البنائي) .

ج- ثبات المقياس Reliability

يعبر عن مدى استقرار نتائج الطلبة على اختبار أو مقياس على مدى أوفترات زمنية متباينة (إبراهيم ، ٢٠١٣، صفحة ١٥) .

٣- التسويف الأكاديمي:

ديوتي وسكونبرج Dewitte & schauwenburg, 2002: 47 فقد عرف التسويف الأكاديمي على أنه سلوك ينتج عن المهام الدراسية التي يتم تأخيرها أو تجنبها نتيجة التفاوت بين النية والسلوك الفعلي لدرجة أنه يؤثر سلباً في المماطل أو المسوف، فالتسويف يُعد سمة شخصية تتسم بمادة الميل إلى الإرجاء المتكرر لإنجاز الأعمال المطلوبة مع التبرير غير المنطقي لتأخيرها عن مواعيدها (Dewitte,S & Schouwenberg,H, 2002, p. 470)

.

ويرى كل من اليس ونيس Ellis & Knaus (2002) أن التسويف هو اختلال وظيفي تفاعلي وعمليات سلوك تجنبي يتصف بالرغبة لتجنب النشاط أو المهمة المطلوب إنجازها واستخدام الأعذار لخلق تبريرات عن التأخير إضافة إلى تجنب اللوم , Ellis. A & Knaus) .W, 2002)

ويعرف فريح العنري ومحمد الدغيم التسويف الأكاديمي بأنه تأخير مقصود في الابتداء أو الانتهاء من المهام أو الواجبات الدراسية، والتسويف سلوك أو نزعة لتأجيل الاشياء التي يجب أن تنفذ اليوم إلى وقت آخر (العنرى و الدغيم ، ٢٠٠٣، صفحة ١٠٥)

كما يعرفه حسن عمر بأنه الميل إلى سلوك التأجيل الدائم والتأخير الإرادي سواء في البدء أو الانتهاء من إنجاز جميع أو معظم المهام الدراسية المطلوبة وتأخيرها عن الموعد المحدد لها (علام، ٢٠٠٨، صفحة ٢٤٧).

ويرى أوزر وأخرون Ozer et al: 2009: 241 أنه بالرغم من عدم وجود إجماع بين الباحثين على تعريف التسويف، إلا أنه توجد خاصية مشتركة بينهم هي عامل التأجيل Delay component (Ozer, B , Demir, A, & Ferrari, J, 2009, p. 243)

وقد أكد بعض الباحثين أن تعمد التأجيل يمثل المكون الحاسم في التسويف .

ويُعرف اجرائياً: بأنه تأجيل الطالب الجامعي القيام بالأعمال والمهام الأكاديمية إلى وقت لاحق، قبيل الامتحان بلحظات أو عدم الانتهاء من انجازها في الوقت المناسب مع تقديم الأعذار والمبررات لذلك، بالرغم من توقعه للنتائج السلبية المترتبة على ذلك، ويتحدد بالدرجة التي يحصل عليها طلاب الجامعة في المقياس المستخدم بالدراسة الحالية.

٤- **طلاب الجامعة: يُعرف طلاب الجامعة إجرائياً:** هم طلاب الفرقة الثالثة قسم علم النفس بكلية التربية جامعة بني سويف، ويتسمون بارتفاع درجة التسويف الأكاديمي وفقاً لخصائص المقياس المُستخدم بالدراسة الحالية.

خامساً : الاطار النظري

تاريخ دراسة التسويف:

قامت البشرية منذ بدايتها على العمل الذي يعتمد على الثواب والعقاب على المدى القصير ولكن مع تطور الحياة من مرحلة الجمع والالتقاط والصيد التي كان هدف الفرد فيها الحصول على الطعام والشراب (هدف قصير المدى) إلى مرحلة الثورة الصناعية التي أخذت فيها الأهداف أشكال مختلفة وجديدة (أهداف طويلة المدى) فلم يصبح الآن الحصول على الطعام الهدف الرئيسي للأشخاص بسبب التقدم والسهولة في الحصول عليه ولكن مع تطور العمل والمهام والسرعة خاصة بعد الثورة الصناعية والتي أصبح فيها استخدام الكمبيوتر والانترنت أمر حتمياً جعل من التسويف أمراً مغرياً (Balkis, M & Duru, E, 2009, p. 19) والتسويف ليس ظاهرة جديدة على المجتمع الإنساني فهو سلوك قديم قدم الإنسان ويتزامن مع تطور الحضارة البشرية وربما قد نشأ عندما تجمعت أسلافنا أول مرة في عشائر صغيرة وكلما تطورت الحضارات زادت المطالب وظهرت الجداول الزمنية وبالتالي تزداد فرص التسويف Knaus, 2000, 135 وقد تتبع ستيل، (Steel 2007:67) تاريخ التسويف ووجد كتابات عنه حتى سنة ٨٠٠ ق م وذكر كالانو Calano 2005 أن للتسويف عديد من المشاكل منذ العصور القديمة حيث أشار إلى أنه وجد كلمتين في كتابات المصريين القدماء وكلاهما يعني البقاء ، وتشير الأخرى إلى العادات الضارة من التكاسل في إتمام المهمة الملحة والتي تعتبر مهمة بالنسبة لإثبات الكيان والذات ومنها الفشل أو التأخر عن حرث الأرض خاصة عند الاستعداد لموسم الفيضان ويرجع بداية الاهتمام الجاد بدراسة موضوع التسويف إلى التسعينات من القرن الماضي، إلا أنه قد سبقها محاولات قليلة في صورة أبحاث وكتب ركزت على موضوع التسويف، حيث نشر أول كتاب عام ١٩٧٧ بعنوان التسويف من تأليف اليس ونيس ونشر كتاب آخر عام(١٩٨٣) لبوركاويون Burka& Yuen, 1983

وعلى الرغم من أن التسويف لفت انتباه علماء النفس منذ زمن بعيد ، إلا أن التناولات النظرية والإمبريقية للتسويف تعد قليلة للغاية إذا ما قورنت بتلك التي تتعلق بالظواهر النفسية الأخرى ، ففي المسح الذي أجراه فيراري وجونسون وماكون Ferrari & Johnson & MCown , 1995 واللذان يعدان من أبرز من تناولوا ظاهرة التسويف ، تبين أن ما كتب عن التسويف مقارنة بما كتب عن الاكتئاب يمثل نسبة ١ : ١٠ ورغم تقلص هذه النسبة في الآونة الأخيرة وفقاً للمسح الذي أجراه كلاسن وآخرون Klassen et al, 2008 ، لقاعدة البيانات النفسية psychinfo خلال الفترة من عام ٢٠٠٠ . ٢٠٠٧ لبحوث التسويف مقارنة ببحوث الأكتئاب لتصبح ١ : ٢٧٤ وهو ما يشير إلى زيادة مساحة بحوث التسويف ، إلا أن الأساس النفسي لسلوك التسويف لم يتضح بصورة كاملة بعد .

وبالرجوع إلى التأصيل النظري للمصطلح Procrastination في القواميس ، يعرفه هاني لبادة (١٩٩٣: ٧٣٥) روحي البعلبكي ومنير البعلبكي (٢٠٠٩: ٣٧٢) بأن Procrastination تعرف : يسوف ، يؤجل، يماطل، Procrastination تعرف بتسويف تأجيل مماطلة، ولا يختلف معنى التسويف في القواميس اللغوية العربية كثيراً عن المعاجم الأجنبية، فيقال سوف فلان : أي ماطل والسوف هو المُطل، وسوفته إذا قلت له مرة بعد مرة سوف أفعل كذا بغرض التأخير والتسويف بمعني التأخير من قولك سوف أفعل .

سادساً : الدراسات السابقة

تُعد ظاهرة التسويف عموماً من الظواهر واسعة الانتشار في الحياة اليومية .

فالتسويف مشكلة مؤرقة تواجه الأفراد والمجتمعات نتيجة تأجيل الأعمال والمهام ، إلى أوقات لاحقة .

فهو لا يقتصر على فئة بعينها ، بل أصبح شائعاً لدى الذكور والأناث ، والصغار والكبار والمتعلمين وغير المتعلمين في مختلف جوانب حياتهم .

ومن هؤلاء فئة طلاب الجامعة الذين يميلون إلى تسويف وتأجيل المهام الأكاديمية إلى وقت لاحق، وهذا النوع من التسويف يعرف بالتسويف الأكاديمي.

حيث هدفت دراسة (Timothy etal, 2002): إن الهدف من هذه الدراسة هو الكشف عن تأثير التفاعلات الجنسين وأسلوب المعاملة الوالدية (التسلط) وتقدير الذات في التنبؤ بسلوك التسويف، تكونت عينة الدراسة من (١٠٥) طالب من طلاب المدارس المتوسطة والثانوية (٤٥ ذكور، ٦٠ إناث) تراوحت أعمارهم ما بين (١٣ – ١٥)عاماً، كشفت نتائج الدراسة عن وجود علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية بين أسلوب المعاملة الوالدية المتسلط والتسويف، وعدم وجود علاقة بين الأسلوب المتساهل والتسويف.

كما هدفت دراسة بفستر (Pfister, 2002): هدفت الدراسة إلى مدى إمكانية خفض التسويف الأكاديمي من خلال استخدام استراتيجية المراقبة الذاتية، والتنفيذ، وقامت هذه الدراسة على فرض مؤداه " أن تعلم المراقبة الذاتية لذوي التسويف الأكاديمي يرفع من الفاعلية الذاتية كوسيط سلوكي لتحسين الإنجاز من خلال خفض سلوك التسويف الأكاديمي وأشتملت عينة الدراسة على (٢٠٦) طالبة وتم تصنيفهم إلى ثلاثة مستويات (عالي . متوسط . منخفض) طبقاً لدرجاتهم على قائمة التسويف الأكاديمي واستبعد المستوى المتوسط من التحليل بغية مقارنة المستوى الأعلى والأدنى، وقد استخدام الباحث مقياس التسويف الأكاديمي (PAS) وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبه بين الحد من التسويف والمراقبة الذاتية الموجبه حيث يظهر ذلك من خلال انخفاض مستوى الاتجاه نحو التسويف الأكاديمي نتيجة تعلم مراقبة الذات لدى مجموعة المعالجة التجريبية .

وايضاً دراسة جروبل وستيل Gropel & Steel, 2008 هدفت الدراسة إلى التعرف على العوامل الديموجرافية المؤثرة في التسويف الأكاديمي كمشكلة سلوكية تعوق تحقيق الأهداف وتبدد الطاقات واشتملت عينة الدراسة على (٩٣٥٢) طالباً من الجنسين بالمراحل الدراسية المختلفة (الابتدائية/ الثانوية/ الجامعية) توصلت الدراسة إلى أن الجنس والعمر الزمني كان منبئين دالين بالتسويف الأكاديمي المتمثل في الفروق عن الاستذكار والخوف من الفشل بينما لم يكن التخصص الأكاديمي منبئاً دالاً بالدرجة الكلية للتسويف .

ودراسة Vahedi, PhD. 2009 : هدفت للكشف عن العلاقة بين التنظيم الذاتي وأبعاد أساليب المعاملة الوالدية (الرفض، الفوضى، السيطرة) مقابل (الدفء، التنظيم،

الاستقلال والتسويف الأكاديمي، تكونت عينة الدراسة من ٢٤٩ من طلبة جامعة تبريز ١٧٤ إناث، ٧٥ ذكور، تراوحت أعمارهم بين ١٩ – ٢١ سنة واستخدمت الدراسة استبيان (SRQ) للتنظيم ومقياس (ASRI) للتسويف الأكاديمي، كشفت نتائج الدراسة عن وجود علاقة سلبية بين الأساليب الوالدية الداعمة (الدفء، التنظيم، الاستقلال) والتسويف الأكاديمي، كما دلت النتائج عن وجود علاقة إيجابية بين الأساليب غير الداعمة (الرفض، الفوضى، السيطرة) والتسويف الأكاديمي .

وايضاً دراسة معطى وآخرون (Motie et al&2012) فقد أجروا دراسة هدفت إلى فحص دور إستراتيجيات التعلم الذاتى والفروق بين الجنسين فى التسويف الأكاديمى وتكونت عينة الدراسة من ٢٥٠ من طلبة الصف الأول الثانوى فى إيران وأظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق بين الجنسين فى التسويف الأكاديمى

كما أن دراسة سكنت وبوث (2014) Scent &Boes هدفت الدراسة إلى استخدام تدريبات القبول والالتزام كتدخل مختصر للحد من التسويف الأكاديمى لدى طلاب الجامعة ؛ وذلك من خلال ورشتى عمل بمعدل ورشة عمل أسبوعياً وزمن كل ورشة (٩٠ دقيقة) وكان عدد المشاركين (٨ طلاب) ، وكانت تدريبات القبول والالتزام تسير وفق ثلاث خطوات هى :١- تدريبات اليقظة العقلية والقبول لتقبل المشاعر والخبرات خاصة غير المرغوب فيها،٢- الفصل المعرفى من خلال الانفصال عن الأفكار بوصفها أحداث عقلية بدلاً من كونها حقيقة واقعية، ٣-اختيار توجهات ذات قيمة لحياته والالتزام بالسلوك والفعل الذى يحقق التوجهات والأهداف ؛ وأسفرت تدريبات القبول والالتزام قدرتها على مساعدة الطلاب فى خفض سلوك التسويف الأكاديمى ، وليس ذلك فحسب بل أن العمل على تعزيز المرونة النفسية من خلال الوعى الكامل بالأحداث والخبرات وتقبلها كما هى يؤدى إلى تحسين جودة الحياة

كما أجرت وداد محمد الكفيرى (٢٠١٦) دراسة هدفت الى الكشف عن نسبة انتشار التسويف الأكاديمى لدى طالبات كلية التربية بجامعة حائل . .تكونت العينة الدراسة من ٣٦٠ طالبة من طالبات كلية التربية فى الفصل الدراسى التانى من العام الجامعى ١٤٣٥/١٤٣٠

وتم اختيارهن بالطريقة العشوائية ، وقام الباحث بتطوير مقياس للتسويف الأكاديمى ، أظهرت نتائج الدراسة عن مستوى متوسط لانتشار التسويف بين الطالبات.

وأكدت دراسة(2017) Bendicho&Moro&Anorbe&Diaz على أهمية دراسة التسويف الأكاديمى لدى طلاب المرحلة الجامعية نظراً لما تشهده الظاهرة من تزايد مستمر حيث ينزع ٩٥%من الطلاب للتسويف فى بعض الوقت بينما يقوم ٥٠%منهم بالتسويف بالفعل أغلب الوقت حيث يتخطى الأثر السلبى للتسويف مستوى الأداء الاكاديمى للطلاب إلى التأثير السلبى على الأداء المهنى مستقبلاً وعلى صحتهم النفسية والجسدية.

وايضاً دراسة عبد المهدى محمد (٢٠١٨) هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى كل من التسويف الأكاديمى ومفهوم الذات الأكاديمى لدى عينة من طلبة جامعة إربد الأهلية فى ضوء بعض المتغيرات ، وتكونت عينة الدراسة من ٢٨٦ طالبا وطالبة . أظهرت النتائج أن مستوى كل من التسويف الأكاديمى ومفهوم الذات الأكاديمى جاء بمستوى متوسط ، وبينت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية فى مستوى التسويف الأكاديمى تعزى لمتغيرات: الجنس لصالح الذكور، والمعدل التراكمى لصالح المعدل (٥٠-٦٠) ؛ وعدم وجود فروق فى التسويف الأكاديمى تبعاً لمتغير التخصص.كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية فى مستوى مفهوم الذات الأكاديمى تعزى لمتغيرات : الجنس، التخصص، المعدل التراكمى، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة أرتباطية موجبة بين التسويف الأكاديمى ومفهوم الذات الأكاديمى ككل .

وان دراسة عبد العزيز محمد حسب الله (٢٠١٩) هدفت هذه الدراسة إلي الكشف عن تأثير كل من إدارة الوقت، وحكمة الاختبار، والنوع، والفرقة الدراسية، والتخصص الدراسي في التسويف الأكاديمي لدي طلاب كلية التربية بالمنيا، ولتحقيق هذا الهدف تم إعداد مقياس لإدارة الوقت، ومقياس لحكمة الاختبار، ومقياس للتسويف الأكاديمي، وبعد تطبيق الأدوات علي عينة بناء قوامها ٣٠٠ طالب وطالبة من طلاب التخصصين العلمي والأدبي بالفرقتين الأولي والرابعة بكلية التربية. أسفرت النتائج عن (١) وجود مستوي منخفض من التسويف الأكاديمي لدي عينة البحث (٢) وجود مستوي مرتفع من إدارة الوقت لدي عينة البحث (٣)

وجو مستوي مرتفع من حكمة الاختبار لدي عينة البحث (٤) وجود ارتباط سالب دال إحصائياً بين جميع مهارات إدارة الوقت والتسويف الأكاديمي (٥) وجود ارتباط سالب دال إحصائياً بين مهارات الحكمة الاختبارية والتسويف الأكاديمي فيما عدا مهارة التخمين فكان ارتباطها بالتسويف الأكاديمي موجباً دالاً إحصائياً.

كما ان دراسة هانى سعيد محمد (٢٠١٩) بعنوان التسويف الأكاديمى وعلاقته بالتعلم المنظم ذاتياً والمعتقدات المعرفية لدى طلبه المرحلة الجامعية . هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى التسويف الاكاديمى واستراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً والمعتقدات المعرفية لدى طلبة جامعة أم القرى، الكشف عن العلاقة بينهم والتعرف على الفروق فى متغيرات الدراسة حسب اختلاف النوع، التخصصات الاكاديمية، تكونت عينة الدراسة من ٦٣٤ طالبا وطالبة ، استخدم الباحث مقياس التسويف الاكاديمى إعداد ابو غزال ٢٠١٢ ومقياس التعلم المنظم ذاتياً إعداد الباحث، ومقياس المعتقدات المعرفية إعداد السيد ٢٠١٤ وقد توصلت نتائج الدراسه إلى أن مستوى التسويف الاكاديمى لدى طلبة جامعة أم القرى كان متوسطا، ولا توجد فروق داله احصائياً بين الطلاب والطالبات فى متغيرات التسويف الاكاديمى .

كما أن دراسة محمد أحمد زغيبي (٢٠٢٠) هدفت الدراسة التعرف علي مدي انتشار سلوك التسويف الأكاديمي بين طلبة الكلية الجامعة بحقل، والفروق في درجة هذا السلوك تبعاً لاختلاف متغيرات الجنس والتخصص، والسنة الدراسية. ولتحقيق هدف الدراسة، قام الباحث بإعداد مقياس التسويف الأكاديمي وتم تطبيقه علي عينة مكونة من (٢٢٧) طالب وطالبة وقد أظهرت نتائج الدراسة أن نسبة انتشار سلوك التسويف الأكاديمي بين طلبة الكلية الجامعية بحقل قد بلغت (٤٥٦%) وهي نسبة مرتفعة مقارنة بالنسب العالمية. كما بينت نتائج الدراسة أن هناك فروق دالة إحصائياً في التسويف الأكاديمي تعزي لمتغير الجنس، ولصالح الذكور. بينما لم تجد النتائج فروق دالة إحصائياً في التسويف الأكاديمي تعزي لمتغيري التخصص، والسنة الدراسية.

كما أن **دراسة اسماء عطا الله محمود، دعاء محمد عبد العزيز عبد المنعم احمد محمود الدردير ٢٠٢١)** تحققت هذه الدراسة من الخصائص السيكومترية لمقياس التسويف

الاكاديمي لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية وبلغت العينة (٢٠٠) تلميذ من تلاميذ المرحلة الاعدادية واظهرت نتائج الدراسة على وجود دلالات صدق وثبات للمقياس تؤهله للتطبيق على تلاميذ المرحلة الإعدادية.

وايضاً دراسة حافظ عبد الستار ورياض سليمان وهدير سامي اسماعيل العبد ٢٠٢١ تحققت هذه الدراسة من الخصائص السيكومترية لمقياس التسويف الأكاديمي لدى طلاب الجامعة وبلغت العينة من (١٩٣) طالبا وطالبة بكلية التربية جامعة عين شمس وتوصلت النتائج الى ان المقياس يتمتع بخصائص سيكومترية جيدة تجعله صالحا للاستخدام في البيئة العربية .

كما وضحت دراسة مها بلال (٢٠٢٢) هدف البحث الحالى إلى التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس التسويف الأكاديمى لدى طلبة المرحلة الثانوية (العامة / الففية)؛ لذا طبق المقياس على عينة قوامها (٢٥٥) من طلبة المرحلة الثانوية (العامة / الفنية) لبعض مدارس الثانوية بمحافظة الفيوم للعام الدراسى ٢٠١٨/٢٠١٩م؛ تراوحت اعمارهم ما بين (١٨-١٥) بمتوسط عمرى (١٥.٩١) عاما ؛ وإنحراف معيارى (٦.٩٩)، وقد استخدمت الباحثة الأساليب الإحصائية التالية : الإتساق الداخلى، وصدق المحكمين، وصدق العاملى، وصدق المحك لحساب صدق المقياس وكل من ألفاكرونباخ، وإعادة التطبيق لحساب قيمة معامل الثبات، وقد توصلت نتائج التحليل العاملى الاستكشافى إلى تشبع البنية العاملية للتسويف الأكاديمى على ثلاثة عوامل؛ وتمتع المقياس بدرجة عالية من الأتساق الداخلى، وصدق المحكمين، وصدق المحك، كما حقق المقياس درجة عالية من الثبات، مما يؤكد كفاءته فى قياس التسويف الأكاديمى لدى طلبة المرحلة الثانوية العامة والفنية، والثقة فى النتائج المترتبة على أستخدامه.

سابعاً : تساؤلات البحث

١- ما الخصائص السيكومترية لمقياس التسويف الاكاديمي لدي طلاب الجامعة ؟

٢- ما مدى تحقيق مقياس التسويف الاكاديمي الذي تم تصميمه بالدراسة الحالية للخصائص السيكومترية (الصدق والثبات)؟

ثامناً : منهج البحث وإجراءاته

أ) منهج البحث

تستند الدراسة إلى المنهج الوصفي لملائمتة لطبيعة وأهداف البحث

ب) عينة البحث

يتكون مجتمع الدراسة من جميع طلاب الفرقة الثالثة قسم علم النفس بكلية التربية جامعة بني سويف، وبناء على ذلك تم تحديد عينة حساب الخصائص السيكومترية، والعينة الأساسية، ويمكن توضيح ذلك فيما يلي:

وتكونت عينة الدراسة لحساب الخصائص السيكومترية من (١٠٠) طالب وطالبة بالمرحلة الجامعة بالفرقة الثالثة قسم علم النفس، وتراوحت أعمارهم الزمنية ما بين (٢٠,٣-٢١,٥) سنة، بمتوسط عمري قدره (٢٠,٩) شهراً، وانحراف معياري قدره (٠,٩٢٤)، من الملتحقين بكلية التربية الفرقة الثالثة قسم علم النفس، بهدف التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة.

ج) أداة البحث

إعداد الصورة الأولية للمقياس الخاص بالتسويف الاكاديمي :

لإعداد الصورة الأولية للمقياس إعتمدت الباحثة على ما يلي:

أ- الاطلاع على ما توفر للباحثة من الكتابات النظرية "أدبيات البحث" المتمثلة في الإطار النظري للدراسة الحالية وما تتضمنه من تعريفات تناولت التسويف الأكاديمي وأهم أبعاده، ومراحل عادات العقل، وطرق تنميتها.

ب- الاطلاع على العديد من الدراسات والبحوث العربية والاجنبية التي اهتمت بالتسويف الأكاديمي وعلاقته بمتغيرات الدراسة ومنها دراسة: : Johnson & Bloom (1995) ؛ Tice & Baumeister (1997) ؛ Haycook (1998) ؛ Fleet et al. (1992) ؛ Onwuebuzie (2000) ؛ Chemers (2001) ؛ Timothyetal (2002) ؛ Pfister (2002)؛ فريح العنزي ومحمد الدغيم (٢٠٠٣) ؛ Todd Jackson et al. (2003) ؛ Jackson et al. (2005) ؛ Siroris (2004) ؛ Gendron (2005) ؛ Mirala &)

Gropel & ؛ Steel (2007) ؛ Howell & Watson (2007) ؛ Kenneth (2006 ؛ Ferrar (2009) ؛ Deniz et al. (2009) ؛ Vahedi (2009) ؛ Steel, 2008 (2009) Murat & Erdinc ؛ CaPan (2010)؛ أشرف عبد الحافظ (٢٠١١) ؛ Motie et al. (2012) ، سامية عبد النبي (٢٠١٣)، Scent & Boes (2014)؛ مروة بغدادي (٢٠١٥)؛ محمد أحمد (٢٠٢٠)؛ هيثم أحمد (٢٠٢١)؛

جـ- الاطلاع على العديد من الادوات والاختبارات والمقاييس التي تم تصميمها لقياس التسويف الأكاديمي، حتى يمكن الاسترشاد بها في إعداد المقياس الحالي للدراسة، ومن أهم هذه المقاييس والأدوات التي تم الاطلاع عليها ما يلي:

- مقياس تقييم التسويف الاكاديمي إعداد/ Solomon & Rothblum (1984)
- مقياس التسويف الأكاديمي إعداد / Tuckman (1991)
- مقياس تقييم التسويف الأكاديمي للطلاب إعداد/ Özer & Ferrari (2011)
- مقياس التسويف الأكاديمي إعداد/ McCloskey (2011)
- مقياس التسويف الأكاديمي إعداد/ محمد أبو ازريق (٢٠١٢)
- مقياس التسويف الأكاديمي إعداد/ فيصل الربيع، وعمر شواشرة، وتغريد حجازي (٢٠١٣)
- مقياس التسويف الأكاديمي إعداد/ محمد أبو ازريق، وعبد الكريم جرادات (٢٠١٣)
- استبيان التسويف الأكاديمي إعداد/ وليد سحلول (٢٠١٤)
- مقياس التسويف الأكاديمي إعداد/ أسامة فوزي الزينات (٢٠١٥)
- مقياس انتشار التسويف الأكاديمي إعداد/ هناء شبيب (٢٠١٥)
- مقياس التسويف الاكاديمي المطور إعداد/ McCloskey & Scielzo (2015)
- مقياس التسويف الأكاديمي إعداد/ وداد الكفيري (٢٠١٦)
- مقياس التسويف الاكاديمي لطلاب الجامعة (النسخة القصيرة) إعداد/ Yockey (2016)
- مقياس التسويف الأكاديمي إعداد/ حسين سلمان (٢٠١٦)
- مقياس التسويف الأكاديمي إعداد / عدي نصار (٢٠١٨)

- مقياس التسويف الأكاديمي لتلاميذ المرحلة الاعدادية إعداد / أسماء إبراهيم، عبد المنعم الدردير، دعاء عبد العزيز (٢٠٢١)

وبعد الاطلاع على المقاييس وجمع المادة العلمية حول التسويف الأكاديمي، صاغت الباحثة مفردات المقياس في صورته الأولية لقياس التسويف الأكاديمي لدى طلاب الجامعة وتتضمن الصورة الأولية (٤٦) مفردة موزعة على (٥) أبعاد.

د) المعالجة الإحصائية

- المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية.
- معامل الارتباط ومعادلة ألفا كرونباخ لحساب الثبات.
- التحليل العاملي

هـ) حدود البحث

- **الحدود المكانية:** تم اختيار عينة الدراسة من طلاب الجامعة بالفرقة الثالثة قسم علم النفس، كلية التربية جامعة بني سويف.
- **الحدود الزمنية:** استغرق تطبيق المقياس على عينة الدراسة مدة شهرين تقريباً ، في الفترة من ٣/ ١٢/ ٢٠٢٢ إلى ٢٠٢٣/٢/٢م.

تاسعاً : إجراءات إعداد المقياس

مقياس التسويف الأكاديمي (إعداد: الباحثة)

١-الهدف من المقياس:

الهدف من المقياس: هدف هذا المقياس إلى التعرف على درجة التسويف الأكاديمي لدى طلاب الجامعة.

٢- خطوات إعداد المقياس:

أ- مبررات بناء المقياس: تم بناء مقياس التسويف الأكاديمي ليناسب طبيعة العينة من طلاب الجامعة، والذي يهدف إلى قياس مجموعة من الأبعاد -موضع الدراسة الحالية- والتي تُشكل التسويف الأكاديمي ليناسب طلاب الجامعة والتي لم تتوفر -في حدود علم الباحثة- في المقاييس التي تم الاطلاع عليها.

د- استطلاع رأي السادة المحكمين:

تم اختبار مدى استجابة طلاب الجامعة لفقرات المقياس، من خلال توزيعه على عينة من طلاب الجامعة للتعرف على مدى سهولة العبارات من حيث صياغتها اللغوية، ومناسبتها، ومدى فهمهم لمضمون كل عبارة، من عبارات مقياس التسويف الأكاديمي، وقد تم الاستفادة من أراء الطلاب واستفساراتهم.

وللتأكد من صدق المقياس وصلاحيته لقياس ما وضع لقياسه تم عرض الصورة الأولية للمقياس على عدد (١٠) من السادة الأساتذة المتخصصين في مجال علم النفس والصحة النفسية، وذلك للحكم على مدى دقة صياغة بنود المقياس، وصحة اللغة وملائمتها لطلاب الجامعة، ومدى سلامة ووضوح تعليمات المقياس، وصلاحية العبارات ومدى انتمائها للبعد أو عدم انتمائها، وتعديل وحذف واضافة أي مقترحات اخرى.

وقد روعي حذف أو تعديل العبارات التي لم يتم يتفق عليها من قبل المحكمين وعلى عدم مناسبتها، وقد تم الابقاء على العبارات التي بلغت نسبة الاتفاق عليها من قبل المحكمين ما بين ٨٠٪ إلى ١٠٠٪ لكل مفردة على حدة، وقد تكون المقياس في صورته النهائية من (٤٣) عبارة موزعة على (٥) أبعاد ملحق رقم (٢)، ويوضح الجدول التالي نسب اتفاق السادة المحكمين على فقرات المقياس:

جدول (١) نسب اتفاق المحكمين على عبارات مقياس التسويف الأكاديمي لطلاب الجامعة:

البعد	رقم العبارة	نسبة الاتفاق	البعد	رقم العبارة	نسبة الاتفاق
الاهمال الأكاديمي	١	١٠٠٪	سوء إدارة الوقت	١١	١٠٠٪
	٢	١٠٠٪		١٢	١٠٠٪
	٣	٩٠٪		١٣	١٠٠٪
	٤	١٠٠٪		١٤	١٠٠٪
	٥	١٠٠٪		١٥	١٠٠٪
	٦	١٠٠٪		١٦	١٠٠٪
	٧	٨٠٪		١٧	٩٠٪

	٨	٪١٠٠		١٨	٪١٠٠
	٩	٪١٠٠		١٩	٪١٠٠
	١٠	٪٦٠		٢٠	٪٧٠
انخفاض دافعية الدراسة	٢١	٪١٠٠	الضغوط النفسية والاجتماعية	٣١	٪١٠٠
	٢٢	٪٦٠		٣٢	٪١٠٠
	٢٣	٪١٠٠		٣٣	٪١٠٠
	٢٤	٪٩٠		٣٤	٪١٠٠
	٢٥	٪١٠٠		٣٥	٪١٠٠
	٢٦	٪١٠٠		٣٦	٪١٠٠
	٢٧	٪١٠٠		٣٧	٪٩٠
	٢٨	٪١٠٠		٣٨	٪١٠٠
	٢٩	٪١٠٠			
	٣٠	٪٩٠			
المخاطرة	٣٩	٪١٠٠		٤٣	٪١٠٠
	٤٠	٪١٠٠		٤٤	٪٨٠
	٤١	٪١٠٠		٤٥	٪١٠٠
	٤٢	٪٩٠		٤٦	٪١٠٠

يتضح من الجدول السابق رقم (١) انه تم حذف ثلاث عبارات وهم العبارة رقم (١٠) من بعد الاهمال الاكاديمي، والعبارة رقم (٢٢) من بعد انخفاض دافعية الدراسة، والعبارة رقم (٢٠) من بعد سوء إدارة الوقت، حيث كانت نسبة الاتفاق عليها أقل من ٨٠٪ من قِبل السادة المُحكمين.

- الصورة النهائية للمقياس:

• **وصف المقياس:** يتكون المقياس في صورته النهائية بعد التعديل من (٤٣) عبارة موزعة على (٥) أبعاد وهي:

البعد الأول: الاهمال الأكاديمي: ويشير إلى عدم اهتمام الطالب الجامعي بمهام التعليم فلا تكون في أولويات اهتمامه مما يترتب عليه تأجيل المهام الأكاديمية أو الاستذكار، ويشمل (٩) عبارات.

البعد الثاني: سوء إدارة الوقت: ويشير إلى صعوبة تنظيم الوقت وإدارته لدى الطالب الجامعي مما يدفعه إلى تسويف مهامه الأكاديمية المتعددة، ويشمل (٩) عبارات.

البعد الثالث: انخفاض دافعية الدراسة: ويشير إلى عدم اقبال الطالب الجامعي على التعليم وضعف حماسه تجاهه مما يؤدي إلى عدم الاهتمام أو تأجيل المهام الأكاديمية أو الاستذكار، ويشمل (٩) عبارات.

البعد الرابع: الضغوط النفسية والاجتماعية: ويشير إلى تأثير الزملاء أو الأصدقاء لتخفيف ضغوط الدراسة الاكاديمية مما يترتب عليه ضياع الوقت وتأجيل المهام الاكاديمية، ويشمل (٨) عبارات.

البعد الخامس: المخاطرة: ويشير إلى اتجاه الطالب نحو تأجيل المهام، التكليفات، الأبحاث، الاستذكار إلى الأوقات الاخيرة، ويشمل (٨) عبارات.

• **طريقة تقدير درجات المقياس:** قامت الباحثة بتحديد أسلوب الاستجابة على مفردات المقياس وكذلك مفتاح التصحيح، حيث صاغت الباحثة لكل مفردة ثلاثة بدائل للاختيار وهم (دائماً، احياناً، أبداً) وتم توزيع درجات المقياس على النحو التالي: العبارات الايجابية (دائماً=٣، احياناً=٢، أبداً=١)، أما العبارات السالبة فتقدير الدرجات يكون كتالي (دائماً=١، احياناً=٢، أبداً=٣)

جدول (٢) الفقرات (الموجبة – السالبة) لمقياس التسويف الأكاديمي:

م	البعد	الفقرات	
		الموجبة	السالبة
١	الاهمال الأكاديمي	٤ ، ٧	١ ،٢ ، ٣، ٥، ٦، ٨، ٩
٢	سوء إدارة الوقت	١٤، ١٦	١٠، ١١، ١٢، ١٣، ١٥، ١٦، ١٨
٣	انخفاض دافعية الدراسة	٢١، ٢٦	١٩، ٢٠، ٢٢، ٢٣، ٢٤، ٢٥، ٢٧
٤	الضغوط النفسية والاجتماعية	–	٢٨، ٢٩، ٣٠، ٣١، ٣٢، ٣٣، ٣٤، ٣٥
٥	المخاطرة	–	٣٦، ٣٧، ٣٨، ٣٩، ٤٠، ٤١، ٤٢، ٤٣

الخصائص السيكومترية لمقياس التسويف الأكاديمي:

أولاً: حساب الاتساق الداخلي:

١- اتساق درجة المفردة مع الدرجة الكلية للمقياس:

قامت الباحثة بالتحقق من الاتساق الداخلي للمقياس بحساب معاملات الارتباط لدرجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي اليه العبارة، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (٣) معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس التسويف الأكاديمي والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي اليه (ن=١٠٠)

البعد	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
الاهمال الأكاديمي	١	٠,٧٢١ **	٦	٠,٧٦٤ **
	٢	٠,٥٣٨ **	٧	٠,٥٦١ **
	٣	٠,٦٣١ **	٨	٠,٧١٦ **
	٤	٠,٧٢٢ **	٩	٠,٧٩٢ **
	٥	٠,٧٥٤ **		
سوء إدارة الوقت	١٠	٠,٨٠٢ **	١٥	٠,٥٩٧ **
	١١	٠,٥٥٥ **	١٦	٠,٦٨٨ **

	١٢	٠,٦٤٩ **	١٧	٠,٧٥٨ **
	١٣	٠,٧٤٢ **	١٨	٠,٤٨٩ **
	١٤	٠,٦٣٤ **		
انخفاض دافعية الدراسة	١٩	٠,٦٦١ **	٢٤	٠,٦٥٠ **
	٢٠	٠,٧٧٤ **	٢٥	٠,٧٨٢ **
	٢١	٠,٧٢٨ **	٢٦	٠,٥٢٤ **
	٢٢	٠,٧٧٠ **	٢٧	٠,٦١٨ **
	٢٣	٠,٧٤٤ **		
الضغوط النفسية والاجتماعية	٢٨	٠,٧٥٢ **	٣٢	٠,٧٠٥ **
	٢٩	٠,٦٢٤ **	٣٣	٠,٦١٨ **
	٣٠	٠,٧١١ **	٣٤	٠,٧٥٢ **
	٣١	٠,٦٢١ **	٣٥	٠,٦٤٠ **
المخاطرة	٣٦	٠,٥٤٨ **	٤٠	٠,٦٨٤ **
	٣٧	٠,٧٢٢ **	٤١	٠,٥٥٩ **
	٣٨	٠,٧٣٩ **	٤٢	٠,٧٤٧ **
	٣٩	٠,٥٧٨ **	٤٣	٠,٦٩٣ **

يتضح من الجدول السابق أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة احصائياً، مما يدل على أن المقياس يتمتع بقوة ارتباط بين مفردات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، وقد تحققت في معدلات اتساق موجبة ودالة احصائياً عند مستوى (٠,٠١) و (٠,٠٥)، مما يؤكد الاتساق الداخلي للمقياس وتمتعه بقدر كافٍ من الصدق والصلاحية.

٢- اتساق درجة البعد مع الدرجة الكلية للمقياس:

جدول (٤) معاملات ارتباط الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس التسويف الأكاديمي (ن = ١٠٠)

** دال عند ٠,٠١ * دال عند ٠,٠٥

م	الأبعاد	١	٢	٣	٤	٥
١	الاهمال الأكاديمي	-				

٢	سوء إدارة الوقت	٠,٧٩٠ **	–			
٣	انخفاض دافعية الدراسة	٠,٧٤٥ **	٠,٧٧٧ **	–		
٤	الضغوط النفسية والاجتماعية	٠,٧٧٢ **	٠,٧٠٥ **	٠,٧٩٢ **	–	
٥	المخاطرة	٠,٦٨٩ **	٠,٧٧٨ **	٠,٧٦٤ **	٠,٧٨٠ **	–
الدرجة الكلية		٠,٨٢١ **	٠,٨١٨ **	٠,٨٤١ **	٠,٨١١ **	٠,٧٧٢ **

** دال عند مستوى (٠,٠١)

ويتضح من الجدول السابق أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة احصائياً، مما يدل على أن المقياس يتمتع بقوة ارتباط بين أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس، وقد تحققت في معدلات اتساق موجبة ودالة احصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١) ، مما يؤكد الاتساق الداخلي للمقياس.

ثانياً: صدق المقياس: Scale Validity

١) صدق المحك الخارجي:

تعتمد تلك الطريقة على مدى الارتباط بين درجات المقياس بدرجات مقياس آخر تم استخدامه كمحك خارجي، حيث تم حساب معامل الارتباط بطريقة بيرسون (Pearson) بين درجات عينة التحقق من الكفاءة السيكومترية على المقياس الحالي (إعداد الباحثة) ودرجاتهم على مقياس التسويف الأكاديمي (إعداد: وليد سحلول، ٢٠١٤)، كمحك خارجي، وكانت قيمة معامل ارتباط (٠,٨١١) وهو معامل ارتباط قوي دال عند مستوى (٠,٠١)؛ مما يدل على صدق المقياس الحالي.

٢) صدق التحليل العاملي:

قامت الباحثة بحساب التحليل العاملي الاستكشافي للمقياس وذلك بطريقة المكونات الأساسية **Principal Component** وتدوير المحاور المتعامد بطريقة **Varimax** لكايزر **Kaizer** للتشبع علي العوامل وفقاً لمحك جيلفورد وهي (٠,٣) علي الأقل بحيث يعد التشبع

الذي يبلغ هذه القيمة أو يزيد عنها دالاً، ومعرفة تشبعات العوامل المشتركة على أبعاد مقياس التسويف الأكاديمي لدى طلاب الجامعة، على عينة التحقق من الخصائص السيكومترية والتي اشتملت (١٠٠) طالب وطالبة بكلية التربية، جامعة بني سويف، وقد أسفر التحليل عن ظهور(٥) عوامل، جذرها الكامن أكبر من الواحد الصحيح، ويمكن عرض نتائج التحليل العاملي كما يلي:

جدول (٥) تشبعات مفردات مقياس التسويف الأكاديمي بعد التدوير، باستخدام التحليل العاملي

العامل / المفردة	الأول	الثاني	الثالث	الرابع	الخامس
٤	٠,٧٠٥				
١٤	٠,٧٢١				
٨	٠,٦٢٨				
٢١	٠,٥٥٥				
٢٧	٠,٧٥٠				
٤٠	٠,٨٠٩				
٣٠	٠,٦٥٩				
٤٢	٠,٧١٢				
٣	٠,٦٨٥				
٣٥		٠,٧٥٥			
١١		٠,٥٢٠			
٢٦		٠,٦٥٤			
٣٩		٠,٥٠٢			
٤١		٠,٧٦٠			
٣٤		٠,٥٢٤			
٥		٠,٦٨٠			
٢٢		٠,٧٤٤			

العامل / المفردة	الأول	الثاني	الثالث	الرابع	الخامس
١٧		٠,٧٣٠			
٤٣			٠,٧١٠		
١٠			٠,٦٥٤		
٢٠			٠,٥٢٠		
٣١			٠,٦٠٠		
٢٨			٠,٤٨٦		
٣٣			٠,٥٩٣		
١٥			٠,٧٤٠		
٢٤			٠,٧٥٠		
٣٦			٠,٧٢٣		
١				٠,٧٠٠	
١٢				٠,٤٨٩	
١٨				٠,٦٤٢	
٩				٠,٧١٠	
٣٨				٠,٥٥٩	
٢٥				٠,٥٣١	
٦				٠,٥٤٣	
٢٩				٠,٧٤١	
٣٢					٠,٣٨٨
٣٧					٠,٧١٠
٢٣					٠,٥٩٦
٢					٠,٤٦٠
١٩					٠,٦٢٠
١٦					٠,٤٦٢
١٣					٠,٤٤١

العامل / المفردة	الأول	الثاني	الثالث	الرابع	الخامس
٧					٠,٥٠٢
قيمة الجذر الكامن	١٠,٥٧٧	٢,٩٥٨	٢,٢٦١	١,٨١٥	١,٤٠٢
التباين المفسر لكل عامل ٪	١٥,٥٩٧	١٤,٢٥٥	١٣,٦٧٩	٨,٢٦٤	٣,٢٦٤
قيمة التباين المفسر للمقياس ككل	٥٥,٠٥٩				

يتضح من الجدول السابق ظهور خمسة عوامل:

الأول: كان عدد المفردات التي تشبعت عليه (٩) مفردات، وامتدت تشبعاتها من (٠,٥٥٥ إلى ٠,٨٠٩)، وفسر هذا العامل (١٥,٥٩٧٪) من التباين الكلي المفسر بواسطة المقياس، وبلغت قيمة الجذر الكامن (١٠,٥٧٧) ، وفي ضوء أعلى تشبعات يمكن تسمية هذا العامل " **الاهمال الأكاديمي**".

الثاني: كان عدد المفردات التي تشبعت عليه (٩) مفردات، وامتدت تشبعاتها من (٠,٥٠٢ إلى ٠,٧٦٠)، وفسر هذا العامل (١٤,٢٥٥ ٪) من التباين الكلي المفسر بواسطة المقياس، وبلغت قيمة الجذر الكامن (٢,٩٥٨)، وفي ضوء أعلى تشبعات يمكن تسمية هذا العامل " **سوء إدارة الوقت**".

الثالث: كان عدد المفردات التي تشبعت عليه (٩) مفردات، وامتدت تشبعاتها من (٠,٤٨٦ إلى ٠,٧٥٠) ، وفسر هذا العامل (١٣,٦٧٩ ٪) من التباين الكلي المفسر بواسطة المقياس، وبلغت قيمة الجذر الكامن (٢,٢٦١)، ووفقاً لأعلى التشبعات يمكن تسمية هذا العامل " **انخفاض دافعية الدراسة**".

الرابع: كان عدد المفردات التي تشبعت عليه (٨) مفردات، وامتدت تشبعاتها من (٠,٤٨٩ إلى ٠,٧٤١)، وفسر هذا العامل (٨,٢٦٤ ٪) من التباين الكلي المفسر بواسطة المقياس، وبلغت قيمة الجذر الكامن (١,٨١٥) ، وفي ضوء أعلى تشبعات يمكن تسمية هذا العامل " **الضغوط النفسية والاجتماعية**".

الخامس: كان عدد المفردات التي تشبعت عليه (٨) مفردات، وامتدت تشبعاتها من (٠,٣٨٨ إلى ٠,٧١٠)، وفسر هذا العامل (٣,٢٦٤ ٪) من التباين الكلي المفسر بواسطة المقياس، وبلغت قيمة الجذر الكامن (١,٤٠٢) ، وفي ضوء أعلى تشبعات يمكن تسمية هذا العامل "**المخاطرة**".

ثانياً: ثبات المقياس:

١) الثبات بطريقة إعادة الاختبار: قامت الباحثة بحساب الثبات للمقياس بواسطة إعادة تطبيق المقياس على عينة تقنين الأدوات، والتي اشتملت (٥٠) طالب وطالبة بكلية التربية، جامعة بني سويف، بفاصل زمني قدرة (١٥) يوماً من التطبيق الاول، ثم حساب معاملات الارتباط بطريقة بيرسون بين درجات التطبيقين الأول والثاني، وتتضح معاملات الثبات لمقياس التسويف الأكاديمي من خلال الجدول التالي:

جدول (٦) معاملات الثبات لمقياس التسويف الأكاديمي بطريقة إعادة الاختبار

م	أبعاد المقياس	معامل الثبات
١	الاهمال الأكاديمي	٠,٨١٢
٢	سوء إدارة الوقت	٠,٧٨٩
٣	انخفاض دافعية الدراسة	٠,٨٠٤
٤	الضغوط النفسية والاجتماعية	٠,٧٩٠
٥	المخاطرة	٠,٧٥٨
	الدرجة الكلية	٠,٨٧٢

يتضح من الجدول السابق أن قيم معاملات الارتباط تراوحت بين (٠,٧٥٨ ، ٠,٨٧٢)؛ مما يدل على تمتع المقياس وأبعاده بدرجة ثبات مقبولة، مما يؤكد على ثبات المقياس وصلاحيته للاستخدام.

الثبات بطريقة (الفا كرونباخ): تم حساب معامل الثبات باستخدام معادلة الفا كرونباخ، والتي تعتمد على التباينات بين درجات العبارات بالمقياس كلاً على حدة وكذلك كل بعد على حدة، ويوضح ذلك الجدول التالي:

جدول (٧) يوضح معاملات الثبات لمقياس التسويف الأكاديمي بطريقة الفا كرونباخ

م	أبعاد المقياس	معامل الثبات
١	الاهمال الأكاديمي	٠,٧٩٥
٢	سوء إدارة الوقت	٠,٧٥٠
٣	انخفاض دافعية الدراسة	٠,٧٨٩
٤	الضغوط النفسية والاجتماعية	٠,٧٦٣
٥	المخاطرة	٠,٧٣٥
	الدرجة الكلية	٠,٨٢١

يتضح من الجدول السابق أن قيم معامل الثبات بطريقة **(الفا كرونباخ)** تراوحت بين (٠,٧٣٥ ، ٠,٨٢١) وهي دالة احصائياً عند مستوى (٠,٠١) ، مما يدل على تمتع المقياس وأبعاده بدرجة ثبات مقبولة ومُرْضِية، مما يؤكد على ثبات المقياس وصلاحيته للاستخدام في الدراسة الحالية.

عاشراً : النتائج العامة للبحث

يُعد التسويف الأكاديمي من أخطر المشكلات السلوكية والتربوية التي يعاني منها الطلاب في حياتهم الدراسية، وتكمن خطورة التسويف في الاثار السلبية الناجمة عنه والتي لا تقتصر فقط على الجانب الأكاديمي، إنما تمتد آثاره لتشمل جميع مناحي حياة الطالب الشخصية والاجتماعية والصحية والعقلية، بل تمتد الآثار السلبية للتسويف الأكاديمي على جودة مخرجات التعلم كما يؤدي التسويف الأكاديمي إلى عديد من التأثيرات السلبية منها

انخفاض جودة أداء الطالب، إعاقة التعلم، الوقوع في أخطاء عديدة في كتابة الواجبات، وعدم الالتزام بالميعاد النهائي لتسليم الواجبات، وعدم إتمام بعض التكليفات .

توصلت نتائج الدراسة العامة إلى وجود قصور فى أبعاد الاهمال الأكاديمى نتيجة عدم الأكتراث والأهتمام بالطلاب بالإستذكار ومراجعة الدروس أو القراءة والأطلاع لتنمية المهارات الفكرية والمعرفية لديهم ، وجود ضعف وأهمال لدى وعى الطلاب بأهمية إدارة الوقت حيث أن الطلاب يقضون أوقات طويلة فى أستخدام الأنترنت والالعاب الالكترونية ولا يكترثون لأهمية الوقت ولا يستفيدون منه فى الأستذكار نظرا لعدم الوعى الكافى لديهم بأهمية إدارة الوقت

اظهرت النتائج أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة احصائياً، مما يدل على أن المقياس يتمتع بقوة ارتباط بين مفردات المقياس وأبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس، وقد تحققت في معدلات اتساق موجبة ودالة احصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١) ، مما يؤكد الاتساق الداخلي للمقياس.

اظهرت النتائج تمتع المقياس وأبعاده بدرجة ثبات مقبولة ومُرْضِية، مما يؤكد على ثبات المقياس وصلاحيته للاستخدام في الدراسة الحالية.

أحدي عشر : توصيات الدراسة

١- ضرورة توعية أولياء أمور الطلاب بخطورة التسويف الأكاديمي وآثاره السلبية على الطالب، وتأثير ذلك على الجانب الأكاديمي وما يترتب عليه من مشكلات مختلفة.

٢- اجراء البرامج التوجيهية والارشادية في الجامعات المتضمنة لطبيعة التسويف الأكاديمي وآثاره على الطلاب.

٣- عقد ندوات دورات تدريبية لتوعية طلاب الجامعة بأهمية خصائص التسويف الاكاديمي وكيفية استخدامها بشكل أمثل للقيام بالمهام والتكليفات الدراسية للحد من التسويف الأكاديمي لديهم.

٤- إعداد برنامج قائم علي مهارات إدارة الوقت في التسويف الأكاديمي لطلاب الجامعة .

٥- إعداد برنامج قائم علي مواجهة المخاطر في التسويف الأكاديمي لطلاب الجامعة .

المراجع العربية

اسماء عطا الله محمود إبراهيم، وعبد المنعم احمد عبد العزيز الدردير، ودعاء محمد (٢٠٢١). الخصائص السيكومترية لمقياس التسويف الاكاديمى لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية . مجلة سوهاج لشباب الباحثين .كلية التربية جامعة سوهاج.

حافظ عبد الستار حافظ محمد، رياض سليمان السيد طه، هدير سامى اسماعيل العبد.(٢٠٢١) . الخصائص السيكومترية لمقياس التسويف الاكاديمى لدى طلاب الجامعة، مجلة الارشاد النفسى . كلية التربية جامعة عين شمس.

حسن عمر علام. (٢٠٠٨). محددات التسويف الأكاديمي وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية والدراسية لدى عينة من طلبة الجامعة. *مجلة كلية التربية بأسيوط*، ٢٤٥-٣٠٦.

حيدر خلف عبد الله. (٢٠١٢). التلكؤ الأكاديمي وعلاقته بحيويه الضمير (رؤيه نظريه). *مجله الفلسفة، الجامعة المستنصرية*، ٢٣-٧٢

سعد عبد الرحمن. (٢٠٠٨). القياس النفسى (النظرة والتطبيق) . الجيزة : هبة النيل العربية للنشر والتوزيع.

عبدالعزيز محمد حسب الله (٢٠١٩) . إدارة الوقت وحكمة الاختبار وبعض المتغيرات الديموجرافية كمنبئات بالتسويف الأكاديمي لدي طلاب كلية التربية، مجلة كلية التربية، جامعة أسيوط، ٣٥(٩)

عبدالمنعم احمد على، و خالد ابراهيم. (٢٠١٧). فعاليه برنامج تدريبي قائم على استراتيجيات التنظيم الذاتي للتعلم في خفض مستوى التسويف الأكاديمي لدى المتأخرين دراسيا من طلاب الجامعة. ٣٣ (١٠) ، ٢٢٣. *المجلة العلمية لكلية التربية ، جامعة أسيوط*،

فريح العنزى، ومحمد الدغيم (٢٠٠٣). سلوك التسويف الدراسي وعلاقته ببعض المتغيرات الشخصية لدى طلاب كليه التربية الاساسية بالكويت، *مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة*،

فؤاد ابو حطب، سيد احمد عثمان، و آمال صادق. (٢٠٠٨). التقويم النفسي. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.

محمد أحمد زغيبي (٢٠٢٠) التسويف الأكاديمي لدي طلبة الكلية الجامعية بحقل وعلاقته ببعض المتغيرات. المجلة التربوية الدولية المتخصصة، دار سمات للدراسات والأبحاث، ٩(١)

مريم عبد الرحيم إبراهيم . (٢٠١٣). تقييم الخصائص السيكومترية لمقياس تقدير الخصائص السلوكية للكشف عن الطلبة الموهوبين في المرحلة الابتدائية بدولة الكويت. رسالة ماجستير غير منشورة. البحرين، المنامة، جامعة الخليج العربي: كلية الدراسات العليا.

معاويه محمود أبو غزاله. (٢٠١٣). التسويف الأكاديمي : انتشاره وأسبابه من وجهه نظر الطلبة الجامعيين. *المجله الاردنية في العلوم التربوية*، ١٣١ –١٤٩.

مها بلال كردى (٢٠٢٢) . الخصائص السيكومترية لمقياس التسويف الأكاديمى لدى طلبة المرحلة الثانوية (العامه / الفنية) . مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية ، ١٦ (١٠) ، ٢٠٥-٢٢٨

المراجع الأجنبية

Balkis, M & Duru ,E (2014) . The roles of academic procrastination tendency on the relationships amang selfdoubt , self esteem and academic achievement , Education and Science , 39 (173) , 274 – 287

Balkis, M, & Duru, E. (2009). Prevalence of academic procrastination behavior among pre-service teachers , and its relationship with demographics and individual preferences. *Journal of Theory and Practice in Education*, 18-32.

Dewitte,S, & Schouwenberg,H. (2002). procrastination ,Temptations and incentives: the struggle between the present and the future in procrastinators and the punctual. *European Journal of personality*, 469-489

Ellis. A, & Knaus , W. (2002). Overcoming procrastination ،New York Rational living.

Harris , K, Graham , S , & Mason ,E. (2003). (2003) Self -Regulated Strategy Development IN The Classroom part of a Bart of a Balanced Approach to Writing Striation for Students With Disabilities. *Focus on exceptional children*, 1-16.

Ozer, B , Demir, A, & Ferrari, J. (2009). Exploring academic procrastination among Turkish students: Possible gender differences in prevalence and reasons. *Journal of Social Psychology*, , 241-257..