إدارة الذات كمحدد نفسي للتلكؤ الأكاديمي لطلاب الجامعة

إعداد ..

أ.د حمدي محمد ياسين أستاذ علم النفس – كلية البنات – جامعة عين شمس

الباحثة / رنا علي عاشور مدرس مساعد بقسم علم النفس – كلية البنات – جامعة عين شمس

مدخل الدراسة :

مع تزايد الرصيد المعرفي يلجأ بعض المتعلّمين وخاصة في المرحلة الجامعية إلى ما يسمى بالمماطلة أو التلكؤ، لذا وجب على علماء النفس مساعدة هؤلاء على تحررهم من مظاهر السلوك السلبي المؤثر في حياتهم الأكاديمية .

وتعد مهارات إدارة الذات لدى الفرد أساسًا مهمًا لتحديد مستوى دافعيته ، وقدرته على التحكم وتنظيم حياته بشكل عام ، كما أنه يؤثر على نوعية الأنشطة التي يؤديها الفرد ، وعلى إرادته وكمية الجهد الذي يبذله لإنجاز نشاط ما، بل وعلى طول مدة المقاومة التي يبديها الفرد أمام العقبات التي تعترض طريقه ، كما يعد التلكؤ أمرًا مضنيًا وله تأثير كبير في حياة طلاب الجامعة ، وغالبًا ما يمثّل حجر عثرة في إدارة الذات .

إن مفهوم التلكؤ من حيث كونه مفهومًا أساسيًا تستند عليه مهارة إدارة الطالب لذاته ، وكونه عائق يحول دون قدرة الطالب على السيطرة والتحكم في حياته اليومية ، فضلًا عن أنه مفهوم شائع بين الطلبة يتزامل معه آثار سلبية تلقي بظلالها على حياة الطلبة ، وهنا نطرح السؤال: إلى أي مدى يفتقر طالب المرحلة الجامعية إلى أساسيات التخلص من التلكؤ ، والتي تمكنه من إدارة ذاته بفاعلية ؟! وهذه هي مشكلة الدراسة التي تضطلع بها الباحثين :

أسئلة الدراسة : تتحدد مشكلة الدراسة بالسؤالين التاليين نوضحهما فيما يلي :

١- ما مدى اختلاف المتغيرات الدينامية (التلكؤ- إدارة الذات) بإختلاف المتغيرات الديموجرافية (النوع- التخصص الدراسي) ؟

٢- ما مدى إسهام إدارة الذات تسهم في التنبؤ بالتلكؤ لدى طلاب الجامعة ؟

ما تضيفه الدراسة الحالية : من مبررات هذه الدراسة أن الباحثة تزعم أنه لا توجد دراسة عربية – وذلك في حدود علم الباحثة – تناولت تشخيص التلكؤ وإدارة الذات لدى طلبة الجامعة ، وبالتالي تشكّل هذه الدراسة إثراء معرفي للدراسات النفسية العربية إضافة إلى ربط هذا المفهوم بعدد من المتغيرات الديموجرافية مما يوفر رؤية شاملة للعلاقات التي تربط مفهوم التلكؤ وإدارة الذات لدى طلبة الجامعة ، بالإضافة إلى بناء أدوات تشخيصية وطرحها في ساحة المكتبات العربية والتي يمكن استخدامها في تحديد مستوى كل من التلكؤ وإدارة الذات لدى الطلبة .

فروض الدراسة :وفي ضوء تحليل الأطر النظرية والدراسات السابقة وأهدافها نصوغ الفرضين التاليين :

1. تختلف المتغيرات الدينامية (التلكؤ- إدارة الذات) بإختلاف المتغيرات الدينامية (النوع- التخصص الدراسي) .

2. توجد للمتغير المستقل : (إدارة الذات) قدرة تنبئية دالة في تفسير نسبة التغير الحاصل في المتغير التابع: (التلكؤ) لدى طلبة الجامعة .

منهج الدراسة وإجراءاتها :

أ) منهج الدراسة : تعتمد هذه الدراسة على المنهج الوصفي الإرتباطي للإجابة عن أسئلة الدراسة والتحقق من فروضها ، سواء ما يتعلق منها في قياس التلكؤ وإدارة الذات لدى طلبة الجامعة، أو البحث في الإرتباطات بين المتغيرات الدينامية والديموجرافية التي تتناولها الدراسة.

ب) عينة الدراسة : يعتبر المجتمع الأصلي للدراسة هم طلبة الجامعة من الذكور والإناث ، داخل جامعة عين شمس. وانقسمت إلى :

١- **عينة استطلاعية :** تم استقطابها من جامعة عين شمس باختلاف التخصصات من كلا الجنسين (ن = 147) طالب وطالبة وذلك لحساب الكفاءة السيكومترية لمقاييس الدراسة.

٢- **عينة الأساسية :** شملت (ن= 147) طالب وطالبة من جامعة عين شمس ، والجدول التالي يبيّن تفصيل العيّنة :

جدول (١) تفصيل بيانات العينة (ن= 147)

الشعب الأدبية	ذكر	أنثى	الشعب العلمية	ذكر	أنثى
اللغة العربية	13	10	**رياضة**	7	8
اللغة الإنجليزية	5	8	**كيمياء**	7	13
اللغة الفرنسية	12	9	**علوم**	12	6
التاريخ	6	12	**تجارة**	8	11
المجموع	36	39		34	38

جـ) أدوات الدراسة : اعتمدت الدراسة على بناء المقياسين التاليين :

أولاً: مقياس التلكؤ : مر المقياس في بناءه بعدة مراحل يمكن إيضاحها فيما يلي :

دراسة وتحليل النظريات والمقاييس والدراسات السابقة : تتضمن الدراسة الإستطلاعية جمع مصادر المعرفة المرتبطة ، بالمقياس ، سواء كان ذلك تحليل للنظريات أو تفنيد للدراسات السابقة أو الوقوف على المقاييس المعدة سلفاً ؛ ويمكن الكشف عن ذلك فيما يلي

نظريات تفسّره ، وبحوث ميدانية تختبر صلاحيته ، ويعد تحليل الأطر النظرية والدراسات السابقة خطوة أساسية لبناء المقياس وتحديد مكوناته . تحددت مكونات المقياس الحالي للتلكؤ من خلال دراسة : (Wolters, C A, 2003 ، Dietz et al,2007، Lee, Eunju, 2005 ، O'Brien, William- ، Farran, Brian, 2004 ، Pfister, Tammy- Lodge 2002 Chu & Choi, ، Hofer & ManfredDietz, Franziska, 2007 ،Kirkman, 2000 (Prohaska, V, Morrill, P, Atiles, I & Perez, A 2000 ، 2005

من المسلّم به أن القياس النفسي يعتمد على :

١-**تكوين المفردات :**تم تحديد كل مكون من مكونات التلكؤ وفقا للتعريف الإجرائي- كما سبق الإشارة إليه - المستخلص بعد مسح الدراسات السابقة المتعلقة بالمفهوم ، وذلك على النحو التالي :

المكون الأول : المكون المعرفي : ويتضمن معلومات الفرد الذاتية وأفكاره اللاعقلانية عن خوفه من الفشل والكمالية المفرطة ، وعدم القدرة على إدارة الوقت وتنظيمه ، وتأجيل الأعمال الى الوقت الأخير ، وعدم المعرفة بالإستراتيجيات المناسبة لأداء المهام .

المكون الثاني : البعد الوجداني : يتضمن الإنفعالات المرتبطة بالتلكؤ مثل : الشعور بالقلق ، عدم الارتياح نتيجة لتأخر أداء المهام ، والشعور بعدم تقدير الذات والإثم والتقصير والألم النفسي والإحباط والعجز والفشل وخيبة الأمل.

المكون الثالث : البعد الدافعي : ويشير إلى الأسباب التي تدفع الفرد إلى تجنب إتمام المهام والإحجام عنها ، ويرتبط بقيمة المهمة وما تحدثه لدى المتعلّم من إدراكات وتوقعات لفاعليته الذاتية.

المكون الرابع : البعد السلوكي : ويتضمن إحجام الفرد وتجنّبه أداء المهمّات مبالغة منه في تقدير الوقت ، والهروب من الأعمال التي تتطلّب المثابرة وبذل الجهد وتحمل الصعاب .

جدول (٢) مكونات المقياس وعدد العبارات لكل مجال في الصورة النهائية لمقياس الوعي الصحي

مكونات المقياس	أرقام العبارات	المجموع
المكون : المعرفي	1-3-7*-11-13-17-21*-22-36-40*	10
المكون : الوجداني	5-8-14*-18-26-28-29-31*-33-39	10
المكون : الدافعي	2-4-6*-10-12-16*-20-23-24*-30	10
المكون : السلوكي	9-15*-19-25-27-32-34*-35-37-38	10

٨-تصحيح المقياس : يتكون المقياس في صورته النهائية من 40 عبارة موزعة على أربعة مكونات فرعية تتعلق بالتلكؤ ، العبارات الموجبة تقابلها خيارات ثلاثة وهي (نعم - أحيانًا – لا) تحصل الإجابات الإيجابية منها على درجات (3-2-1) ، أما العبارات السالبة فتتبع عكس الترتيب (1-2-3)، وبالتالي تتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين (40- 120) ، بحيث تدل الدرجة المرتفعة على ارتفاع التلكؤ لدى الطلبة والعكس صحيح ، لا يوجد وقت محدد للإجابة كما أن العبارات تنطبق على العينة .

٩-ثبات المقياس : تمّ حساب الكفاءة السيكومترية للمقياس على عينة مكونة من (ن= 147) من طلاب من الجنسين ، وقد تبين أن المقياس يتمتع بمعدلات مرتفعة من الثبات ، حيث تم حساب الثبات باستخدام طريقة التجزئة النصفية (0.811) .

وتم حساب الثبات أيضًا بطريقة الإتساق الداخلي بهدف التأكد من تجانس الإختبار من خلال حساب معاملات إرتباط كل مكون والمقياس ككل كما في الجدول التالي :

جدول (٣) معاملات الإرتباط بين مكونات مقياس إدارة الذات والدرجة الكلية للمقياس :

المكونات	معامل الإرتباط (ر)
المعرفي	0.875 **
الوجداني	0.622 **
الدافعي	0.501 *
السلوكي	0.876 **

١٠ـ**صدق المقياس :** تم حساب صدق المقياس بالطرق الآتية :

أ. **صدق المحكمين :** حيث تم عرض المقياس على (ن=3) من الإختصاصين في علم النفس وقد أخذت آرائهم بعين الإعتبار ، وقد سبق الإشارة لذلك .

ب. **صدق البناء والتكوين :** تم بناء المقياس في ضوء تحليل محتوى المقاييس السابقة والنظريات المفسرة له ، وكذلك التعريفات الإجرائية وقد سبق إيضاح ذلك .

جـ.الصدق العاملي : ويعني التفاف مكونات المقياس حول عوامل قوية تفسّر نسبة كبيرة من تباين الإستجابات وتحديد العوامل والإرتباط بين العوامل وتحديد المتغيرات التي تندرج تحت عامل أو عدد من العوامل . وقد تم استخراج دلالات الصدق العاملي للمقياس من خلال التحليل العاملي للمفردات باستخدام التحليل العاملي الإستكشافي باستخدام طريقة "هوتيلنج" : المكونات الرئيسية Principle Components ، واستخدام محك "جتمان" Kaiser الحدود الدنيا لتحديد عدد العوامل ، بحيث يعد العامل جوهريًا إذا كانت قيمة الجذر الكامن Eigen Value ≤ 1.0 الواحد الصحيح ، ثم أديرت العوامل المستخرجة تدويرًا متعامدًا - بافتراض استقلالية العوامل – Orthogonal Rotation بطريقة Varimax ، وأخيراً تحديد التشبع الجوهري للبند بالعامل بأنه ≤ 0.3 .

بالقراءة الكمية لمصفوفة الإرتباطات البينية بين المتغيرات الداخلة في التحليل العاملي Correlation Matrix نجد أنه لا يوجد ارتباط أعلى من 90% ، ولذلك لم يتم حذف أي متغيرات ، كما أن قيمة KMO (0.513) وهي نسبة > (0.50) وبذلك تعتبر مؤشر نطمئن به لمدى كفاية عدد أفراد العينة ، وبالنظر لقيمة اختبار Bartlett للدائرية مؤشر للعلاقة بين المتغيرات ، نجد أن مستوى الدلالة = (0.000) وبما أنه أقل من (0.05) إذا فهو دال ومقبول احصائيًا . وبناء على المحكات السابقة تم استخلاص أربعة عوامل بالفعل لمقياس التلكؤ

مستخلص العوامل : ويلاحظ أن نتائج التحليل العاملي أسفرت عن أن مكونات التلكؤ والتي بلغ قوام مدخلاتها (40) متغيراً قد أسفرت عن أن التلكؤ يدور حول أربعة عوامل رئيسية وهي : العامل الأول : **المعرفي** (10) بنود ، العامل الثاني : **الوجداني** (10) بنود ، العامل الثالث : **الدافعي** (10) بنود ، العامل الرابع : السلوكي (10) ويلاحظ أن هنالك تداخلا وترابطا بين مكونات المقياس ، بحيث يدل على أنها تقيس ظاهرة واحدة أي أن جميع العوامل تندرج تحت مظلة عامل عام في المجمل يمكن تسميتها التلكؤ .

د. قدرة المقياس على التمييز كمؤشر صدق : يعتبر مؤشر قوي على صدق المقياس ، ونعني به التأكد من قدرة المقياس على التمييز بين الأشخاص ذوي الدرجات المرتفعة والأشخاص ذوي الدرجات المنخفضة. تم حساب القدرة على التمييز بالنسبة للمقياس ككل ومكوناته الفرعية باستخدام إختبار (ت) للعينات المستقلة كما هو موضح في الجدول التالي :

جدول (٤) قيمة (ت) لدلالة الفروق بين ذوي الدرجات المرتفعة والمنخفضة (ن= 147)

القيم الإحصائية / المتغير	مرتفعو الدرجة		منخفضو الدرجة		اختبار (ت)	
	م	ع	م	ع	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
التلكؤ	23.0128	3.277	17.333	2.795	11.228	0.000**

(**) دال ومقبول إحصائيا عند مستوى دلالة (0.01) ، والتوزيع ذو النهايتين two-tailed

تكشف نتائج الجدول السابق عن القدرة التمييزية للمقياس ، حيث توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01)

ثانيًا:مقياس إدارة الذات: مر المقياس بنفس مراحل إعداد المقياس السابق ، يمكن إيضاحها فيما يلي :

دراسة وتحليل النظريات والمقاييس والدراسات السابقة : مر المقياس بنفس مراحل إعداد المقياس السابق ، كما سبق الإشارة لذلك.

١- تكوين المفردات :تم تحديد كل مكون من مكونات إدارة الذات وفقا للتعريف الإجرائي المستخلص بعد مسح الدراسات السابقة المتعلقة بالمفهوم ، وذلك على النحو التالي :

إدارة الذات "مجموعة الأنشطة التي يمارسها الفرد بهدف توجيه ذاته ومراقبتها وتقويمها والعمل على تدعيمها ويظهر ذلك من خلال الدرجة التي يحصل عليها المفحوص على المقياس المعد لذلك "

المكون الأول : **توجيه الذات** Self-Instructing (تلقين الشخص لذاته بعض التعليمات بغرض ضبط سلوكه ، وتقليل الإعتماد على الآخرين في بعض المواقف التي تم التدريب عليها أو في مواقف مشابهة لها) .

المكون الثاني : **مراقبة الذات** Self- Monitoring (ملاحظة الشخص لسلوكه عبر المواقف ، مع تقصي الأسباب المرتبطة بذلك وإدراكه لنتائج هذا السلوك) .

المكون الثالث : **تقويم الذات** Self- Assessment (تقدير الفرد لأدائه بغرض تحديد ما حققه من أهداف) .

المكون الرابع : **تدعيم الذات** Self- Reinforcement (إدراك الفرد لسلوكه وإثابته في حالة النجاح وعقابه في حالة الفشل).

جدول (٥) المكونات الرئيسية وعدد العبارات لكل بعد في الصورة النهائية لمقياس إدارة الذات

مكونات المقياس	أرقام العبارات	المجموع
توجيه الذات	1-8-13-14-22-27-30*	7
مراقبة الذات	2*-4-9-10*-15-23-24-25-28	9
تقويم الذات	3-5-6-16*-19-20-21	7
تدعيم الذات	7-11-12-17-18-26-29	7

(*) عبارة سالبة

٨-تصحيح المقياس : يتكون المقياس في صورته النهائية من 30 عبارة موزعة على أربعة مكونات فرعية تتعلق بإدارة الذات ، العبارات الموجبة تقابلها خيارات ثلاثة وهي (نعم - أحيانا – لا) تحصل الإجابات الإيجابية منها على درجات (3-2-1) ، أما العبارات السالبة فتتبع عكس الترتيب (1-2-3)، وبالتالي تتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين (30- 90) ، بحيث تدل الدرجة المرتفعة على ارتفاع إدارة مريض السكري لذاته والعكس صحيح، لا يوجد وقت محدد للإجابة كما أن العبارات تنطبق على العينة .

٩-ثبات المقياس :تمّ حساب الكفاءة السيكومترية للمقياس على عينة مكونة من (ن= 147) من طلبة الجامعة من الجنسين ، وقد تبين أن المقياس يتمتع بمعدلات مرتفعة من الثبات ، حيث بلغ معامل الثبات بطريقة ألفا كرومباخ = (0.587) وبطريقة التجزئة النصفية = (0.658)

كما تم حساب الثبات أيضا بطريقة الإتساق الداخلي بهدف التأكد من تجانس الإختبار من خلال حساب معاملات إرتباط كل مكون والمقياس ككل كما في الجدول التالي :

جدول (٦) معاملات الإرتباط بين مكونات مقياس إدارة الذات والدرجة الكلية للمقياس :

المكونات	معامل الإرتباط (ر)
توجيه الذات	0.706**
مراقبة الذات	0.768**
تقويم الذات	0.709**
تدعيم الذات	0.487**

تعتبر معاملات الثبات السابقة معاملات ثبات داخلية مقبولة ودالة احصائيًا عند مستوى دلالة (0.01) أي (99 % ثقة و1 % شك) بين مكونات مقياس إدارة الذات والدرجة الكلية للمقياس . تتراوح قيمة (ر) بين (0.487 : 0.768) ، وهذا يشير إلى التماسك الداخلي للمقياس ويدل على أن المقياس في صورته النهائية يتميز بثبات وكفاءة عالية تمكّن من تطبيقه على العينة .

١٠-**صدق المقياس :** تم حساب صدق المقياس بثلاث طرق ، كالتالي :

أ. **صدق المحكمين :** حيث تم عرض المقياس على (ن=3) من المختصين والخبراء في علم النفس وقد أخذت أرائهم بعين الإعتبار ، حيث بلغ المقياس في صورته النهائية من (38) .

ب. **صدق البناء والتكوين :** تم بناء المقياس في ضوء تحليل محتوى المقاييس السابقة والنظريات المفسرة له ، وكذلك التعريفات الإجرائية وقد سبق إيضاح ذلك .

جـ.الصدق العاملي : ويعني التفاف مكونات المقياس حول عوامل قوية تفسّر نسبة كبيرة من تباين الإستجابات، وتحديد العوامل والإرتباط بين العوامل وتحديد المتغيرات التي تندرج تحت عامل أو عدد من العوامل . وقد تم استخراج دلالات الصدق العاملي للمقياس من خلال التحليل العاملي للمفردات باستخدام التحليل العاملي الإستكشافي باستخدام طريقة "هوتيلنج" : المكونات الرئيسية Principle Components ، واستخدام محك "جتمان" Kaiser الحدود الدنيا لتحديد عدد العوامل ، بحيث يعد العامل جوهريًا إذا كانت قيمتة الجذر الكامن Eigen Value $\geq$ 1.0 الواحد الصحيح ، ثم أديرت العوامل المستخرجة تدويرًا متعامدًا - بافتراض استقلالية العوامل – Orthogonal Rotation بطريقة Varimax ، وأخيرا تحديد التشبع الجوهري للبند بالعامل بأنه $\geq$ 0.3 .

بالقراءة الكمية لمصفوفة الإرتباطات البينية بين المتغيرات الداخلة في التحليل العاملي Correlation Matrix نجد أنه لا يوجد ارتباط أعلى من 90% ، ولذلك لم يتم حذف أي متغيرات ، كما أن قيمة KMO (0.648) وهي نسبة > (0.50) وبذلك تعتبر مؤشر نطمئن به لمدى كفاية عدد أفراد العينة ، وبالنظر لقيمة اختبار Bartilett للدائرية مؤشر للعلاقة بين المتغيرات ، نجد أن مستوى الدلالة = (0.000) وبما أنه أقل من (0.05) إذا فهو دال ومقبول احصائيًا . وبناء على المحكات السابقة تم استخلاص أربعة عوامل بالفعل لمقياس إدارة الذات، ويمكن تفسير هذه العوامل على النحو التالي :

مستخلص العوامل : يلاحظ أن نتائج التحليل العاملي أسفرت عن أن مكونات إدارة الذات والتي بلغ قوام مدخلاتها (30) متغيراً قد أسفرت عن أن إدارة الذات تدور حول أربعة عوامل رئيسية وهي : العامل الأول : **توجيه الذات** (7) بنود ، العامل الثاني : **مراقبة الذات** (9) بنود ، العامل الثالث : **تقويم الذات** (7) بنود ، **العامل الرابع** : **تدعيم الذات** (7) بنود ، ويلاحظ أن هنالك تداخل وترابط بين مكونات المقياس بحيث يدل على أنها تقيس ظاهرة واحدة أي أن جميع العوامل تندرج تحت مظلة عامل عام في المجمل بحيث يدفعنا ذلك إلى تسميتها إدارة الذات .

د. قدرة المقياس على التمييز كمؤشر للصدق : ، ونعني به التأكد من قدرة المقياس على التمييز بين الأشخاص ذوي الدرجات المرتفعة والأشخاص ذوي الدرجات المنخفضة. تم حساب القدرة على التمييز بالنسبة للمقياس ككل ومكوناته الفرعية باستخدام إختبار (ت) للعينات المستقة كما هو موضح في الجدول التالي :

جدول (٧) قيمة (ت) لدلالة الفروق بين ذوي الدرجات المرتفعة والمنخفضة (ن= 147)

المتغير	منخفضو الدرجة		مرتفعو الدرجة		اختبار (ت)	
	م	ع	م	ع	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
إدارة الذات	69.88	3.974	64.50	6.085	6.485	0.000**

(**) دال ومقبول إحصائيا عند مستوى دلالة (0.01) ، والتوزيع ذو النهايتين لأن الفرض غير موجه

تكشف نتائج الجدول السابق عن القدرة التمييزية للمقياس ، حيث توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) والتوزيع ذو النهايتين بين مرتفعي الدرجة ومنخفضي الدرجة على مقياس إدارة الذات .

نتائج الدراسة : ويتضمن معالجة الفروض ومناقشة نتائجها في ضوء طرح الدراسات السابقة وأوجه التلاقي والإختلاف مع النتائج ، وذلك على النحو التالي :

١- **الفرض الأول ونصه** : توجد للمتغير المستقل : (**إدارة الذات**) قدرة تنبئية في تفسير نسبة التغير الحاصل في المتغير التابع : (**التلكؤ**) لدى طلبة الجامعة .

وللتحقق من صحة هذا الفرض عولجت استجابات عينة الدراسة (ن=147) على مقياسي (التلكؤ ، إدارة الذات) باستخدام اختبار (ت) للعينات المستقلة ، ومعادلة معامل الإنحدارالبسيط Simple Linear Regression،وكانت النتيجة كالتالي :

جدول (٨) قيمة (ت) لدلالة الفروق بين الذكور والإناث بصدد متغيرات الدراسة

القيم الإحصائية / المتغير	النوع	العدد (ن)	المتوسط (Mean)	الإنحراف المعياري (SD)	قيمة (ت)	دلالة (ت) (Sig.)
التلكؤ	ذكور	70	20.1	4.3	0.533	0.595
	إناث	77	20.5	4.1		
إدارة الذات	ذكور	70	64.96	3.69	5.091	0.000**
	إناث	77	69.42	5.83		

(**) دال إحصائيًا عند مستوى دلالة (0.01) والتوزيع ذو النهايتين two-tailed

بالقراءة الكمية للجدول السابق يتضح أن قيمة (ت) لدلالة الفروق بين متوسط أداء الذكور والإناث من طلبة الجامعة على مقياس التلكؤ بلغت (0.533) بمستوى دلالة (0.595) وهو أكبر من (0.05) أي (95 % ثقة ، و5 % شك) ، إذا فهو غير دال احصائيًا عند التوزيع ذو النهايتين ، ويمكن رفض الفرض البديل القائل : يختلف التلكؤ باختلاف النوع ، وقبول الفرض الصفري : لا توجد فروق دالة احصائيًا عند مستوى دلالة (0.01) بين الذكور والإناث من طلبة الجامعة في التلكؤ .

في حين بلغت قيمة (ت) لدلالة الفروق بين متوسط أداء الذكور والإناث من طلبة الجامعة على مقياس إدارة الذات (5.091) بمستوى دلالة (0.000) وهو أقل من (0.05) أي (95 % ثقة ، و5 % شك) إذا فهو دال احصائيًا ، ويمكن قبول الفرض البديل القائل :تختلف إدارة الذات باختلاف النوع ، ورفض الفرض الصفري ، أي أنه توجد فروق دالة احصائيًا عند مستوى دلالة (0.01) بين الذكور والإناث من طلبة الجامعة في إدارة الذات .

جدول (٩) قيمة (ت) لدلالة الفروق بين التخصص (طلاب الشعب الأدبية والشعب العلمية) بصدد متغيرات الدراسة

المتغير	التخصص	العدد (ن)	المتوسط (Mean)	الإنحراف المعياري (SD)	قيمة (ت)	دلالة (ت) (Sig.)
التلكؤ	علمي	74	20.5	4.16	0.607	0.545
	أدبي	73	20.1	4.19		
إدارة الذات	علمي	74	69.14	5.53	3.74	0.000**
	أدبي	73	65.80	5.02		

(**) دال إحصائيًا عند مستوى دلالة (0.01) والتوزيع ذو النهايتين two-tailed

بقراءة القيم الواردة في الجدول السابق يتضح أن قيمة (ت) لدلالة الفروق بين متوسط أداء طلبة الجامعة باختلاف التخصص على مقياس التلكؤ بلغت (0.607) بمستوى دلالة (0.545) وهو أكبر من (0.05) أي (95 % ثقة ، و5 % شك) ، إذا فهو غير دال احصائياً عند التوزيع ذو النهايتين ، ويمكن رفض الفرض البديل ونصه : يختلف التلكؤ باختلاف التخصص الدراسي ، وقبول الفرض الصفري : لا توجد فروق دالة احصائيًا عند مستوى دلالة (0.01) بين طلبة الشعب العلمية وطلبة الشعب الأدبية في التلكؤ .

في حين بلغت قيمة (ت) لدلالة الفروق بين متوسط طلبة الجامعة باختلاف التخصص على مقياس إدارة الذات (3.74) بمستوى دلالة (0.000) وهو أقل من (0.05) أي (95 % ثقة ، و5 % شك) إذا فهو دال احصائيًا، ويمكن قبول الفرض البديل القائل :تختلف إدارة الذات باختلاف التخصص ، ورفض الفرض الصفري ، أي أنه توجد فروق دالة احصائياً عند مستوى دلالة (0.01) بين طلبة الشعب العلمية وطلبة الشعب الأدبية في إدارة الذات.

مناقشة النتائج : فيما يتعلق بعلاقة التلكؤ بالنوع ، فإن هذه العلاقة لا زالت جدلية ولم تحسم ، فقد تباينت نتائج الدراسات ، ففي حين أشار بعضها إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث (Alexander and Onwuegbuzie, 2007; Kachgal, Hansen, and Nutter, 2001; Watson, 2001)، أشارت دراسات أخرى أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية في التلكؤ في اتجاه الإناث (Doyle, and Paludi ; 1998). وثمة دراسات أخرى كانت لصالح الذكور (Akinsola, Tella, and Tella, 2007; Balkis, 2006; Balkis and Duru, 2009; Else- Quest, Hyde, Goldsmith, and Van Hulle, 2006).

كشفت نتائج هذه الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التلكؤ لدى طلبة الجامعة تعزى إلى النوع. وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة كل من : (Farran, Brian,2000) (pfister, T. L, 2002) ، (حسن علام ،٢٠٠٣)، (Brien, W- K,2004) ، (Erkan, 2011) ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء أن مغريات الحياة (كالإنترنت، وأجهزة الخلوي، والفضائيات، ومواقع التواصل الاجتماعي) من الممكن أن تلعب دورًا في جعل الطلاب يسوفون هي واحدة، ومتوافرة بكل سهولة ويسر، ومتاحة للجميع متى شاء، ويتعرض لها الجميع ذكورا وإناثا. كما يمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء ما أشار إليه فيراي وبيك (Fereai , Bek, 1998) في أن التلكؤ متغير مستقل لاعلاقة له بالنوع ، وهذا يعني أن الذكور والإناث يسوّفون بشكل عام. كما أكد توكمان (Tukman, 1991) أن عملية التسويف قاسم مشترك بين الذكور والإناث .

ويمكن تفسير سبب الإفتراض بعدم وجود فروق جوهرية بين الجنسين في التلكؤ الى عدم تساوي بعض المتغيرات الديموجرافية عند أفراد العينة ، نظراً لأن طريقة السحب كانت عشوائية من مختلف الطبقات مثل : (المستوى الإقتصادي والإجتماعي ، نمط الحياة، الحالة النفسية والصحية للفرد). الأمر الذي افترضناعلى أساسه قلة نسبة إحتمال وجود تباين بين الذكور والإناث في التلكؤ.

كما أن الفروق بين طلاب التخصص العلمي وطلاب التخصص الأدبي في التلكؤ جاءت غير دالة إحصائيا، ودالة احصائيا في متغير إدارة الذات . وهذه النتائج مقبولة في ضوء خصائص الطلاب في كل تخصص ، إذ أن طلاب التخصص الأدبي يميلون إلى تبني استراتيجية التكرار في الدراسة، والاستذكار بما يمكنهم من تحصيل عدد كبير من المعارف والمعلومات التي تتطلبها الدراسة ذات الطابع النظري، في حين يفضل أقرانهم من طلاب التخصص العلمي الاستراتيجيات التي يغلب عليها التنظيم والتفكير، وحسن إدارة الذات واستخدام العمليات فوق المعرفية، وغيرها من استراتيجيات تتفق مع الدراسة ذات الطابع العلمي، لذا لا غرابة أن نراهم يناضلون من أجل تحقيق أهدافهم، لذلك نجدهم أكثر قلقا من أقرانهم طلاب التخصص الأدبي، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة حسن علام 2003 .

ويمكن تفسير وجود اختلاف بين طلاب التخصصات الأدبية والتخصصات العلمية في إدارة الذات ذلك لأن مواد الشعب العلمية تتطلب العديد من استراتيجات الإدارة الذاتية مثل : التفصيل ، والتوسيع ، والتنظيم ، والتخطيط ، والمراقبة الذاتية ، والتقويم الذاتي ، وبذل الجهد ، والاستغلال الأمثل للوقت . بخلاف طبيعة المواد الأدبية التي يلجأ الطلاب لاستخدام استراتيجيات الحفظ والتلقين والاستماع غالبية الوقت ، مما جعلهم يفتقرون لاستراتيجيات الإدارة الذاتية وتتفق نتيجة الفرض مع نتيجة (إبراهيم الحسينان ، 2010) ، (خولة الدباس ، 2010) .

وقد اتفقت العديد من الدراسات مع النتائج التي خلصت إليها الدراسة في فرضية اختلاف إدارة الذات باختلاف النوع، فقد وجد (عبد المنعم الحمراني ،2002) أن الإناث أقل إدارة لذواتهم من

الذكور ، وجاءت الدراسات لتبرر كون الإناث أقل في مهارات الإدارة الذاتية في أن معدلات انتشار التلكؤ لدى الإناث أعلى منها لدى الذكور: (Legato et al,2006) (Gaillard et al ,2008) (Gucciardi,et al 2008) ومن ثم أقل إدارة لذواتهن مقارنة بالذكور . وجاءت دراسة (إيناس خريبة ، 2004) ، (خولة الدباس ، 2010) ، (Babakhani,2014) بنتائج في اتجاه الذكور إذ أن الطالبات لديهن الوقت الكافي لممارسة وإتقان استراتيجيات الإدارة الذاتية نظرً لأن المتفوقين والمتقدّمين دراسيّا كانوا من الإناث وفقًا لهذه الدراسات .

الفرض الثاني ونصه : توجد للمتغير المستقل (إدارة الذات) قيمة تنبؤية دالة احصائياً باستجابات أفراد العينة على المتغير التابع (التلكؤ) .

وللتحقق من صحة هذا الفرض تمت معالجة استجابات عينة الدراسة (ن= 147) على مقياسي الدراسة (إدارة الذات والتلكؤ) ، بإستخدام معادلة معامل الإنحدارالبسيط Simple Linear Regression، والذي يستند على افتراض وجود علاقة خطية بين متغير تابع ومتغير مستقل.

كما قد تم التأكد من إعتدالية التوزيع وخطية العلاقة وتجانس التباين وإستقلالية البواقي Residuals، حيث أن شكل تخطيط الإحتمال الطبيعي Normal P-P of Regression قطري ، وتخطيط الإنتشار Scatter Plot شبه مستطيل تجمعت معظم النقاط في المنتصف حول الصفر ، لذلك فإن البيانات توزعت حسب التوزيع الطبيعي كما يوضح شكل المنحنى الإعتدالي .

جدول (١٠) يوضح معامل الإرتباط الخطي بين المتغيرين

معامل الإرتباط (R)	معامل التحديد (R^2)	معامل التحديد المعدل (Adjusted-R^2)
0.509	**0.44**	**0.37**

يكشف جدول (١٠) - المعنوية الإجمالية لنموذج الإنحدار- نتيجة حساب معامل الإرتباط الكلي للنموذج وقد بلغ (0.509) ، كما بلغ معامل التنبؤ (قوة التنبؤ للنموذج ككل) (0.44) ، أما بالنسبة لمعامل التحديد المعدل أو المصحح فقد بلغت نسبته (0.37) ، أي أن المتغير المستقل (التفسيري) إستطاع أن يفسّر 37% من التغير الحاصل في المتغير التابع وباقي النسبة وتعزى لعوامل نفسية أخرى، نوضحها فيما يلي :

جدول (١١) قيمة (ت) للتنبؤ بالتلكؤ من خلال إدارة الذات

المتغيرات	معامل الإنحدار (B)	معامل الإنحدار المعياري (بيتا)	الخطأ المعياري (SE)	قيمة((F)	دلالة (F) (Sig.)	قيمة (ت)	دلالة (ت)
(C الثابت)	83.38	0.509	6.099	26.59	0.011	3.671	0.000**
متغيرات الدراسة	0.520		0.202			.569	0.011**

(**) دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01) والتوزيع ذو النهايتين two-tailed

نستدل من الجدول السابق على القوة التفسيرية للنموذج ككل من خلال قيمة (F) = (26.59) ، بمستوى دلالة = (0.011) وهي نسبة أقل من > (0.05) مما يجعلنا نثق بأن النموذج دال ومقبول إحصائياً ،ويمكن تعميم النتيجة على باقي مجتمع العينة . وبالنظر لقيمة (ت) لمعرفة مدى دلالة المتغير المستقل وإسهامه في التنبؤ بالمتغير التابع ، نجد أن دلالة (ت) = (0.011) وهي نسبة أقل من > (0.05) ، إذًا فالمتغير المستقل دال وله قدرة على التنبؤ بالمتغير التابع ؛ ولمعرفة مدى قوة المتغيرالمستقل وإسهامه في المتغير التابع نجد أن قيمة (Beta) = (0.509) وهو ما يفيد بأن المتغير المستقل دال وقادر على التنبؤ بالمتغير التابع ويثبت صحة الفرض وتحققه.

وتتفق هذه النتيجة مع ما خلصت إليه دراسات متعددة وجدت أن إدارة الذات لدى الطلبة ترتبط مع تقلّص التلكؤ، فقد خلصت دراسة كل من **(Burnam,et al.2014)** أن الطلاب الذين يتمتعون بإذدارة الذاتية وضبط ذات عالي يكون هنالك احتمال أقل لأن يكونوا متلكئين عند أدائهم للمهام الأكاديمية .وقد أشارت نتائج دراسة **(Kahn et al,2014)** أن التلكؤ يزداد بازدياد العمر، ودراسة **(Klassen,et al ,2008)** والتي أشارت إلى أن هنالك علاقة ارتباطية بين المستويات المنخفضة من التنظيم الذاتي للتعلّم والمستوى المرتفع من التلكؤ، كما تبيّن أن الطلاب المتلكئين كانت الفعالية الذاتية لإدارة الذات لديهم منخفضة . وعن نتائج دراسة (**Dunn and Rakes ,2010)** فقد تبيّن أن انخفاض مستوى إدارة الذات يؤدي إلى زيادة مستوى التلكؤ لدى الطالب وبالتالي يمكن التنبؤ بالتلكؤ عن طريق إدارة الذات .كما اتفقت نتيجة الدراسة مع ما خلصت إليه دراسة**(Sperling & Park,2012)** في إمكانية التنبؤ بالتلكؤ بواسطة إدارة الذات حيث أن ضعف الإدارة الذاتية للتعلم تؤثر على التلكؤ بطريقة سلبية ، أي تؤدي إلى ارتفاع مستوى التلكؤ لدى طلاب عينة الدراسة .كما أشارت نتائج دراسة **(Behrozi,et al .2013)** إلى أنه يمكن التنبؤ بمستوى التلكؤ من خلال استراتيجيات إدارة الذات . أم عن دراسة **(Koushki,et al .2014)** التي استهدفت التعرف على العلاقة بين إدارة الذات والتلكؤ وأشارت النتائج إلى أن هنالك علاقة دالة إحصائيا بين إدارة الذات والمستوى المنخفض من التلكؤ ، كما أن إدارة الذات بإمكانها تفسير 34% من التلكؤ الأكاديمي. **(Mizani,et al ,2015)** وأشارت النتائج إلى أن هنالك علاقة بين إدارة الذات والتلكؤ لدى طلاب الجامعة . كذلك الأمر بالنسبة لدراسة **(Shakoorzadeh and Ebadi,2015)** والتي تؤكد على وجود علاقة بين التلكؤ واستراتيجيات إدارة الذات .

توصيات الدراسة : في ضوء نتائج الدراسة والمعايشة الميدانية للطلاب يمكن أن نصيغ عدة توصيات بشكل إجرائي على النحو التالي :

١. عقد ورش عمل لتنمية استراتيجيات الإدارة الذاتية لطلاب الجامعة .
٢. عقد دورات تدريبية لتنمية استراتيجيات تعليمية حديثة تتمركز حول المتعلّم وتساعده على المشاركة الجادة الفعالة ، مما يقلل من نسب التلكؤ لديهم .
٣. عقد دورات تدريبية لكل من المعلم والطالب توجيه الأنظار نحو أهمية ودور الإدارة الذاتية في تحقيق التفوق الدراسي وضمان استمرارية التعلم .

البحوث المقترحة : من خلال رحلة الدراسة في ميدان إدارة الذات والتلكؤ لدى طلاب الجامعة، نقترح الدراسات التالية :

١. فاعلية برنامج معرفي سلوكي لتنمية إدارة الذات لدى طلاب الجامعة .
٢. تنمية مهارات مواجهة الضغوط لدى طلاب الجامعة.
٣. تنمية الوعي بالذات لإثراء الإدارة الذاتية لدى طلاب الجامعة .
٤. دراسة تأثير برنامج توعوي حول متطلبات الحياة الجامعية على إدارة الذات لدى طلاب الجامعة.

المـــراجـع

أولاً : المـراجع العـربية :

أبو حطب، فؤاد (١٩٨٧) . **التقويم النفسي** . قسم علم النفس .كلية التربية . جامعة عين شمس . القاهرة.

أبو يوسف، محمد (١٩٨٩) .**الإحصاء في البحوث العلمية** . قسم الرياضيات . كلية التربية . جامعة عين شمس . القاهرة .

إبراهيم عبد الله الحسينان (٢٠١٠) : **استراتيجيات التعلم المنظم ذاتيّا في ضوء نموذج بينتريش وعلاقتهما بالتحصيل والتخصص والمستوى الدراسي والأسلوب المفضل للتعلم ،** رسالة دكتوراه ، كلية العلوم الإجتماعية، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية .

إيناس محمد صفوت خريبة (٢٠٠٤) : **ما وراء المعرفة واستراتيجيات التنظيم الذاتي للتعلم لدى طلاب جامعة الزقازيق ،** رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة الزقازيق .

الشافعي أحمد حسين (١٩٩٨).**التحليل الإحصائي للبيانات النفسية** . قسم علم النفس . كلية الآداب . جامعة حلوان. القاهرة .

حيدر ثابت خلف عبد الله (٢٠١٢) **: التلكؤ الأكاديمي وعلاقته بحيوية الضمير (رؤية نظرية) مجلة الفلسفة،** الجامعة المستنصرة ، العدد (٨) ، ص ٢٣-٥٦

خولة عبد الحليم الدباس (٢٠١٠): **الفروق في مهارات التنظيم الذاتي للتعلم بين طلبة الجامعة وطلبة المرحلة الثانوية في تخصصات علمية وأدبية** . مجلة كلية التربية ، جامعة الأزهر ، العدد ١٤٤ ، الجزء السادس ، ص ٤٣-٧٢

ربيع عبده رشوان (٢٠٠٦) : **التنظيم الذاتي للتعلم وتوجهات أهداف الإنجاز : نماذج ودراسات معاصرة** . القاهرة ، عالم الكتب .

فرج، صفوت أونست (١٩٩١).**التحليل العاملي في العلوم السلوكية** .ط٢ .القاهرة.دار الفكر العربي .

عبد الرحمن مصلحي ، نادية الحسيني (٢٠٠٤) : **التلكؤ الأكاديمي لدى الطلبة وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية،** مجلة كلية التربية ، جامعة الأزهر ، العدد ١٢٦ ، الجزء الأول ، القاهرة – ص ١٤٣ .

عطية عطية محمد سيد أحمد (٢٠٠٨) : **التلكؤ الأكاديمي وعلاقته بالدافعية للإنجاز والرضا عن الدراسة لدى طلاب جامعة الملك خالد بالمملكة العربية السعودية ،** ص.ص ١٠-٧٩

معاوية أبو غزالة (٢٠١٢) : التسويف الأكاديمي : **انتشاره وأسبابه من وجهة نظر الطلبة الجامعيين ،** المجلة الأردنية في العلوم التربوية مجلد ٨، العدد ٢ ، ص : ١٣١-١٤٩

ثانياً: المــراجع الأجنــبية :

Anderson E (2001) : **The Relationship among Task Characterestic ,Self-Regulation and Procrastenation** .PHD Loyola university of Chicago .

Behrozi.N et al (2013) **: The Relashionship between Self Regulated Learning Strategies ,Motivational Learning Strategies ,Procrastination and Academic Performance among the First Grade of High School Male Students in Boushehr** . Journal of Life Science and Biomedric Vol.3 no (4) p; 277-284.

Burnman ,A et al (2014) **;Do Adaptive Perfectionionism and Self – Determined Motivation Reduce Academic Procrastination ? Learning and Individual Differences** Vol.36,p165-172.

Chen ,C (2002) : **Self –Regulated Learning Strategies and Achievment in an Introduction to an Introduction to Information Systems Course Information Technology** ,Learning Journal vol . 20,p 11-25.

Dietz, Franziska ; Hofer, Manfred and Fries, Stefan (2007) **: Individual values,**

learning routines and academic Procrastination, British Journal of

Educational Psychology (2007), 77, 893-906.

Brownlow, S., & Reasinger, R.D (2000**): Putting off until tomorrow what is better done today: academic procrastination as a function of motivation toward college work.** Journal of Social Behavior and Personality, 15(5), 15-34

Busko, DA (1998): **Causes And Consequences Of Perfectionism And**

Procrastination: A Structural Equation Model, Dissertation Abstracts

IntemationaLp. 704.

Chu, H. C., &Choi, J. N. (2005): **Rethinking Procrastination: Positive Effects Of**

"Active" Procrastination Behavior On Attitudes And Performance. The

Journal of Social psychology, 145, 245-264.

Farran,B (2004): **Predictors of Academic procrastination in college**

StudentS.Diss.Abs.Int, 65(3)B,1545.

Ferrari, J. R. (2001). **Procrastination as self-regulation failure of performance:**

Effects of cognitive load, self-awareness, and time limits on "working best under pressure". European Journal of Personality, 15391—406 .

Ferrari, J.R; Johnson, j j & McCown,W,C (1995): **Procrastination and task**

avoidance : Theory, research and treatment . New York: plenum

Klassen, R.M. Krawchuk, Lindsey L and Rajani, Sukaina (2008**): Procrastination**

and Motivation of Undergraduates with Learning Disabilities: A Mixed-

Methods Inquiry, Learning Disabilities Research & Practice, 23(3), 137-147

Kachgal, M. M; Hansen,-L-S; Nutter, K. J. (2001): **Academic Procrastination**

Prevention/intervention: Strategies and Recommendations. Journal of

Developmental Education. v25 n ip 14-2*4*

Lee, E. G (2005): **The relationship of motivation and flow experience to academic procrastination in university students. Journal of genetic psychology. 166,5-14.**

Wolters, C. A. (2003): Understanding procrastination from a selfregulated learning perspective. Journal of Educational Psychology, 95, 179-187**.**