

## اهمال‌کاری تحصیلی و عوامل پیش‌بینی‌کننده آن

فیروزه سپهریان\*

### چکیده

هدف از این پژوهش، بررسی ارتباط اضطراب و کمال‌گرایی با اهمال‌کاری تحصیلی و تعیین توان پیش‌بینی این دو متغیر در تعامل با متغیر جنسیت به منظور پیش‌بینی میزان اهمال‌کاری تحصیلی دانشجویان بود. همچنین مطالعه میزان اهمال‌کاری دانشجویان رشته‌های مختلف تحصیلی در سال‌های تحصیلی متفاوت از اهداف دیگر پژوهش بود. نمونه مورد مطالعه ۳۱۰ دانشجوی پسر (۱۵۷) و دختر (۱۵۳) دانشگاه آزاد اسلامی شهرستان مشهد را شامل بود که به شیوه تصادفی خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب شدند و به طور همزمان به آزمون‌های اهمال‌کاری لی، کمال‌گرایی اهواز و اضطراب نجاریان و همکاران پاسخ دادند. به منظور تحلیل داده‌ها از آزمون‌های آماری، میانگین، انحراف استاندارد، آزمون  $t$ ، تحلیل رگرسیون چند متغیری، تحلیل واریانس یک راهه استفاده شد. نتایج، نشان‌دهنده این واقعیت بود که اضطراب پیش‌بینی‌کننده معناداری برای اهمال‌کاری تحصیلی است. همچنین برطبق نتایج مشخص شد که کمال‌گرایی و سال تحصیلی دانشجویان پیش‌بینی‌کننده معنادار این متغیر به طور کلی نیست. به علاوه تفاوت‌های یافت شده بین میزان اهمال‌کاری تحصیلی دانشجویان پسر و دختر و گروه‌های مختلف بر اساس رشته تحصیلی آن‌ها معنادار نبود.

### کلید واژه‌ها

اهمال‌کاری تحصیلی، کمال‌گرایی، اضطراب، جنسیت، رشته تحصیلی.

## مقدمه

اهمال‌کاری<sup>۱</sup> میلیون‌ها نفر را تحت تأثیر قرار داده و از مشکلات گریبان‌گیری است که تقریباً همیشه بر بهره‌وری و بهزیستی افراد اثر سوء دارد. اهمال‌کاری در خصوص تکالیف تحصیلی یک مشکل رایج در میان دانشجویان است و از مهم‌ترین علل شکست یا فقدان موفقیت فراگیران در یادگیری و دست‌یابی به برنامه‌های پیشرفت تحصیلی است. تقریباً یک چهارم دانشجویان گزارش می‌دهند که مکرراً تا درجه‌ای اهمال‌کاری می‌کنند که برای آن‌ها ایجاد استرس کند، که این امر عملکرد آموزشی ضعیف آن‌ها را موجب می‌شود (بالکس و دورو<sup>۲</sup>، ۲۰۰۹).

واژه «اهمال‌کاری» را عده‌ای (الیس و نال<sup>۳</sup>، ۱۳۸۲) معادل «تعلل، تنبلی، سهل‌انگاری و به تعویق انداختن دانسته‌اند و برخی دیگر از پژوهشگران (وسلر<sup>۴</sup>، ۱۹۸۰؛ به نقل از نینان<sup>۵</sup>، ۲۰۰۸) بین اهمال‌کاری و تنبلی تمایز قائل شده و ذکر می‌کنند که فرد تنبل نسبت به انجام‌دادن کار بی‌میل است در حالی که اهمال‌کار، اغلب با مشغول‌نگه داشتن خود از انجام‌دادن تکلیفی اجتناب می‌ورزد که هم‌اکنون اولویت دارد.

این واژه از پسوند لاتین «pro» به معنی «به پیش»، «به جلو» و «crastinus» به معنی «فردا» تشکیل شده است. اهمال‌کاری تحصیلی یعنی تمایلی غیر منطقی برای به تعویق انداختن آغاز، یا کامل کردن یک تکلیف تحصیلی است، فراگیران ممکن است قصد انجام دادن فعالیت تحصیلی را در زمان مشخص شده یا مورد انتظار داشته باشند، ولی نمی‌توانند برای انجام دادن آن در خود انگیزه کافی ایجاد کنند (فراری، ۱۹۹۸؛ لی<sup>۶</sup>، ۱۹۸۶) در نتیجه، انجام دادن تکلیف در فاصله زمانی تعیین شده به دلیل انجام‌دادن کارهای غیرضروری و خوش‌گذرانی‌های زودگذر به شکست منتهی می‌شود (سنکال<sup>۷</sup> و همکاران، ۱۹۹۵).

- 
1. Procrastination
  2. Balkis & Duru
  3. Ellis & Knall
  4. Wessler
  5. Neenan
  6. Lay
  7. Senecal

این پدیده دو سطح شناختی و رفتاری را دربرمی‌گیرد. در سطح رفتاری فرد کاری را که قصد انجام‌دادن آن را داشته بدون هیچ دلیل خاصی و به طور کامل اختیاری در زمان تعیین شده انجام نمی‌دهد و در سطح شناختی فرد درگرفتن تصمیمات به موقع، تعلل می‌ورزد. در نتیجه، چنین افرادی آن چه را که برای رسیدن به اهداف خود باید انجام دهند به موقع انجام نمی‌دهند یا اصلاً انجام نمی‌دهند. پژوهش‌های اولیه‌ی اهمال‌کاری بیشتر بر ویژگی رفتاری آن متمرکز بودند (شونبرگ<sup>۱</sup>، ۲۰۰۵) و راه حل آن‌ها برای اجتناب از این رفتار بر مقیاس‌های تعیین رفتار، مانند بهبود مدیریت زمان و کاربرد عادت‌های خوب مطالعه، تمرکز داشت. برخی دیگر اشاره می‌کند اگر چه به طور واضح در طبقه بندی **DSM-IV-TR** مشخص نشده است، ولی اهمال‌کاری مزمن را می‌توان یک اختلال شخصیتی نامید که سطوح بسیار بالای صفت اهمال‌کاری و مسئولیت‌پذیری بسیار پایین را شامل است (شونبرگ، ۲۰۰۵).

از آن جایی که اهمال‌کاری پیامدهای مهم عینی (مانند از دست دادن ضرب الاجل‌ها، فرصت‌ها، درآمد، زمان) و عاطفی (مانند تضعیف روحیه، افزایش استرس و اضطراب، ترس و عصبانیت و انگیزه‌ی پایین) در فراگیران به وجود می‌آورد (مانچیک<sup>۲</sup> و همکاران ۱۹۸۸؛ به نقل از ون ویک، ۲۰۰۴) توانسته فضای جدیدی را برای انجام‌دادن پژوهش‌ها ایجاد کند (تایس و بامیستر<sup>۳</sup>، ۱۹۹۷؛ آکینسولا<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۰۷؛ فلت<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۰۴؛ ایسائو و همکاران، ۲۰۰۴؛ فراری و دیازمورالز<sup>۶</sup>، ۲۰۰۷؛ بورکا و یوئن، ۲۰۰۸؛ مرفورد<sup>۷</sup>، ۲۰۰۸؛ هالو وی<sup>۸</sup>، ۲۰۰۹). بسیاری از محققان به دنبال بررسی تفاوت‌های فردی درخصوص اهمال‌کاری از دیدگاه‌های مختلف بوده‌اند (فراری، ۱۹۹۲؛ فلت و همکاران<sup>۹</sup>، ۱۹۹۲؛ سدلر و ساکس<sup>۱۰</sup>، ۱۹۹۳؛ پچیل و

- 
1. Schouwenburg
  2. Munchik
  3. Tice & Baumeister
  4. Akinsola
  5. Flett
  6. Diaz-Morales
  7. Morford
  8. Holloway
  9. Flett
  10. Saddler & Sacks

همکاران، ۲۰۰۲؛ ون ارد، ۲۰۰۲؛ واسکانسلوس، ۲۰۰۶؛ اونبیگبوزی<sup>۱</sup>، ۲۰۰۴) و نشان داده‌اند که اهمال‌کاری با برخی خصوصیات فردی ارتباط دارد.

بر اساس نظریه روان‌کاوی فروید<sup>۲</sup> اهمال‌کاری اساساً در نتیجه اضطراب به وجود می‌آید (فروید ۱۹۵۳؛ به نقل از جارادت<sup>۳</sup>، ۲۰۰۴). اضطراب علامتی هشداردهنده برای خواسته‌های ناهشیار سرکوب<sup>۴</sup> شده «خود»<sup>۵</sup> است، به محض این که «خود» اضطراب را تشخیص می‌دهد، برای دفاع آماده می‌شود. بر اساس مکانیسم‌های دفاعی پویا<sup>۶</sup> و اجتناب از تکلیف، تکالیفی که به اتمام نمی‌رسند در درجه اول به این دلیل کنار گذاشته شده‌اند که تهدیدی برای «خود» محسوب می‌شدند.

رفتارگراها<sup>۷</sup> رفتار اهمال‌کارانه را بر اساس محیط و تجربه‌های قبلی فرد تبیین می‌کنند. فراگیران اهمال‌کار آموخته‌اند که تکمیل کردن تکالیف آموزشی خود را به تعویق اندازند (به ویژه اگر تکالیف ناخوشایند باشند) و توجه خود را به فعالیت‌های دیگری معطوف کنند که برای آن‌ها جذاب است (جارادت، ۲۰۰۴).

طرفداران نظریه شناختی<sup>۸</sup> اساس رفتار اهمال‌کارانه را باورهای غیر منطقی می‌دانند. برخی از فراگیران وقتی که ارزش خود<sup>۹</sup> را فقط بر اساس توانایی خود در انجام دادن تکالیف می‌سنجند، به طور غیر منطقی عمل می‌کنند و از به اتمام رساندن تکالیف اجتناب می‌کنند تا از این طریق دیگران نتوانند توانایی واقعی آن‌ها را در انجام دادن تکالیف ارزیابی کنند (جارادت، ۲۰۰۴). بسیاری از ویژگی‌های شناختی مانند انتظار موفقیت قطعی (برکا و یوئن، ۱۹۸۳؛ به نقل از بایندر، ۲۰۰۰)، باورهای غیرمنطقی (فلت و همکاران، ۱۹۹۲)، ترس از شکست (سولومون و راثیلوم، ۱۹۸۴) در افراد کمال‌گرا و اهمال‌کار دیده می‌شود.

- 
1. Onwuegbuzie
  2. Freud
  3. Jaradat
  4. Repressed unconscious material
  5. Ego
  6. Dynamic defenses
  7. Behaviorist
  8. Cognitive
  9. Self-worth

فرد کمال‌گرا وقتی بیش از اندازه تلاش می‌کند تا کار را به نحو عالی انجام دهد، تحت فشار روانی قرار می‌گیرد، لذا تن به وقت کشی می‌دهد. کمال‌گراها به اندازه‌ای نگران اشتباه کردن هستند که در برابر مسائل، رویکردی خشک از خود نشان می‌دهند. آن‌ها به جای تمام کردن کار، تعلل می‌ورزند و این افراد به این دلیل که انتظارات آنها به گونه نامعقولی بالاست، اضطراب زیادی دارند و بیش از اندازه نگران شکست‌های کوچک و اشتباهات جزئی هستند (کلی اینک<sup>۱</sup>، ۱۹۹۸؛ به نقل از مهرابی زاده هنرمند و وردی، ۱۳۸۲).

فلت و هویت (۱۹۹۲) نشان دادند که کمال‌گرایی از سه بعد جداگانه کمال‌گرایی خود محور<sup>۲</sup>، کمال‌گرایی دیگر محور<sup>۳</sup> و کمال‌گرایی القاء شده اجتماعی<sup>۴</sup> تشکیل شده است. کمال‌گرای خود محور دارای انگیزه قوی برای کمال، معیارهای شخصی غیر واقعی و دارای تفکر همه یا هیچ در رابطه با نتایج به گونه موفقیت‌های تام است. کمال‌گرایی دیگر محور یک بعد میان فردی است که در برگیرنده گرایش به داشتن معیارهای کمال‌گرایانه برای اشخاصی است که برای فرد اهمیت بسیار دارند. کمال‌گرایی القاء شده اجتماعی عقیده‌ای است که دیگران انتظارات اغراق آمیز و غیر واقعی را برای شخص اعمال می‌کنند که برآوردن آن‌ها دشوار است، ولی شخص باید به این استانداردها دست یابد تا دیگران او را تأیید کنند و او را بپذیرند.

ولوشین<sup>۵</sup> (۲۰۰۷) بین اهمال‌کاری افراد کمال‌گرا و غیر کمال‌گرا تفاوت قائل شد و اشاره کرد که کمال‌گراها به علت غیر ممکن بودن انجام‌دادن یک تکلیف به صورت عالی و اضطراب همراه آن، از انجام‌دادن کار اجتناب می‌کنند.

در مکتب روان تحلیل‌گری هر اختلال روانی با مکانیزم‌های دفاعی مشخصی همراه است. بنابراین، اهمال‌کاری یک مکانیزم برای کاهش ناراحتی‌های ناشی از اضطراب است. به گفته ایس و کانوس (۱۹۷۷) افراد مضطرب، تفسیرهای فاجعه باری از رویدادهای عادی دارند و این باورهای غیر منطقی اضطراب را موجب شده و تکالیف خاصی بسیار ناخوشایند به نظر می‌رسد که خود اهمال‌کاری را موجب می‌شود. سولومون و راثلوم، (۱۹۸۴) بیان کردند که

- 
1. Kleinke
  2. self- oriented perfectionism
  3. other - oriented perfectionism
  4. socially - prescribed perfectionism
  5. Woloshyn

دانشجویان به دو دلیل اساسی مکرراً به اهمال‌کاری اقدام می‌کنند: ترس از شکست و بی‌زاری از تکلیف. هم‌چنین آن‌ها دریافته‌اند که تفاوت دانشجویانی که به دلیل بی‌زاری از تکلیف به اهمال‌کاری اقدام می‌کنند با آن‌هایی که به دلیل ترس از شکست اهمال‌کاری می‌کردند؛ این بود که گروه دوم اضطراب بالا و عزت‌نفس پایین گزارش کردند. از طرف دیگر برخی از محققان اهمال‌کاری را منبع استرس و اضطراب می‌دانند. عده‌ای نیز معتقد هستند دلایلی که باعث می‌شوند افراد انجام‌دادن یک تکلیف مهم ولی ناخوشایند را به تعویق بیندازند از فردی به فرد دیگر و حتی از تکلیفی به تکلیف دیگر برای یک فرد نیز متفاوت است (تاکن<sup>۱</sup>، ۱۹۹۶؛ به نقل از ورتچکو<sup>۲</sup>، ۲۰۰۶).

با وجود پیامدهای اهمال‌کاری، پژوهش‌های انگشت‌شماری در این خصوص در داخل کشور انجام شده است. مهرابی زاده هنرمند و همکاران (۱۳۸۷) در پژوهش خود در میان ۲۰۰ نفر دانش‌آموز دختر شهرستان اهواز روابط عملکرد تحصیلی، اضطراب اجتماعی، کمال‌گرایی و اهمال‌کاری را بررسی کرده و نشان دادند که بین متغیرهای مورد بررسی آن‌ها با عملکرد تحصیلی رابطه منفی و با اضطراب امتحان رابطه مثبت وجود دارد.

با توجه به ارزش زمان و اهمیت آن در دنیای رقابتی امروزی بررسی عوامل زمینه‌ساز این مشکل از اهمیت خاصی برخوردار است.

هدف مطالعه حاضر تعیین رابطه کمال‌گرایی و اضطراب با اهمال‌کاری تحصیلی دانشجویان پسر و دختر است.

بررسی میزان اهمال‌کاری تحصیلی در دانشجویان با سال تحصیلی و رشته تحصیلی متفاوت از اهداف دیگر این بررسی است.

به طور کلی اهمیت کاربردی پژوهش حاضر در این است که چنانچه مشخص شود که عوامل مرتبط با اهمال‌کاری تحصیلی کدام موارد است، آن‌گاه می‌توان در جهت رفع آن عوامل به دانشجویان اهمال‌کار کمک کرد.

### فرضیه‌های پژوهش

۱. اضطراب و کمال‌گرایی دانشجویان پیش‌بینی کننده معناداری برای اهمال‌کاری تحصیلی آن‌ها است.
۲. بین میزان اهمال‌کاری دانشجویان در سال تحصیلی اول، دوم، سوم و آخر تفاوت معنا داری وجود دارد.
۳. بین میزان اهمال‌کاری دانشجویان رشته‌های تحصیلی فنی، معماری، حقوق و ادبیات تفاوت معنا داری وجود دارد.

### روش پژوهش

طرح کلی این پژوهش از نظر شیوه گرد آوری داده‌ها جزء مطالعات توصیفی و از نوع همبستگی است. جامعه آماری این پژوهش کلیه دانشجویان کارشناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد مشهد، در سال تحصیلی ۸۷-۸۸، بودند. در این پژوهش روش نمونه‌گیری، از نوع تصادفی خوشه‌ای چند مرحله‌ای بوده است. ابتدا از بین دانشکده‌های دانشگاه آزاد واحد مشهد چهار دانشکده و از هر دانشکده یک رشته انتخاب شد. در مجموع ۳۲۹ نفر بر اساس جدول مورگان انتخاب شدند و به آزمون‌های مورد استفاده پاسخ دادند. به علت ناقص بودن، ۱۹ پرسش‌نامه کنار گذاشته شد و در نهایت ۳۱۰ نفر از دانشجویان دختر (۱۵۳) و پسر (۱۵۷) رشته‌های تحصیلی فنی، معماری، ادبیات، حقوق نمونه مورد مطالعه را تشکیل دادند. ابزار اندازه‌گیری در این مطالعه مقیاس اهمال‌کاری تحصیلی لی، مقیاس کمال‌گرایی اهواز، پرسش‌نامه اضطراب نجاریان و همکاران است.

**مقیاس اهمال‌کاری تحصیلی لی:** یک مقیاس خود گزارش دهی مداد و کاغذی است. که ۲۰ سؤال را در مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت (از هرگز تا اغلب اوقات) شامل است. این آزمون زیر مقیاس ندارد و حاصل جمع نمرات میزان اهمال‌کاری تحصیلی فرد را نشان می‌دهد. نمرات زیاد در مقیاس نشانه اهمال‌کاری تحصیلی بیشتر و نمره کم نشانه اهمال‌کاری تحصیلی کمتر است. لی همسانی درونی این مقیاس را  $0.82/0.1986$ ؛ به نقل از سایروس<sup>۱</sup>، (۲۰۰۷) و

سایروس (۲۰۰۷) نیز در یک نمونه ۲۵۴ نفری ۰/۹۰ گزارش کرده است. اطلاعات مربوط به مطالعه آزمون در جامعه ایرانی در قسمت روش اجرای پژوهش آمده است.

**مقیاس کمال‌گرایی اهواز:** یک مقیاس خودگزارشی ۲۷ ماده‌ای است که نجاریان و همکاران (۱۳۸۰) آن را ساخته‌اند و ماده‌ها در مقیاس چهار درجه لیکرت (از هرگز، تا اغلب اوقات) است. نجاریان و همکاران ضرایب آلفای آزمون را به ترتیب برای کل نمونه، دختر و پسر (۰/۹۰، ۰/۹۰ و ۰/۸۹) و ضریب پایایی بازآزمایی را با چهار هفته فاصله زمانی (۰/۶۸، ۰/۶۹ و ۰/۶۷) گزارش کردند.

**پرسش‌نامه اضطراب:** یک مقیاس خودگزارش دهی است که نجاریان و همکاران (۱۳۷۳) به نقل از ابولقاسمی و نریمانی، (۱۳۸۴) ساخته‌اند این مقیاس ۲۷ ماده را در مقیاس چهار درجه ای لیکرت (از اغلب اوقات تا هرگز) شامل است. ضرایب بازآزمایی و آلفای کرانباخ این مقیاس از ۰/۵۴ تا ۰/۹۰ متغیر بوده است (نجاریان و همکاران، ۱۳۷۵؛ به نقل از ابولقاسمی و نریمانی، ۱۳۸۴). ضرایب آلفای کرانباخ برای کل آزمودنی‌ها، آزمودنی‌های دختر و پسر به ترتیب ۰/۹۰، ۰/۹۱ و ۰/۸۸ و ضرایب پایایی بازآزمایی به همان ترتیب ۰/۷۹، ۰/۹۱ و ۰/۶۷ گزارش شده است.

#### شیوه اجرا

ابتدا مقیاس اهمال‌کاری تحصیلی لی از انگلیسی به فارسی برگردانده شد و سپس با بهره‌گیری از روش ترجمه معکوس، متن فارسی دوباره به انگلیسی برگردانده شد. در نهایت با مقایسه دو متن پرسش‌نامه، اصلاحات لازم انجام و فرم نهایی تهیه شد. سپس در بررسی مقدماتی به منظور تعیین میزان پایایی مقیاس اهمال‌کاری در میان دانشجویان ایرانی، این پرسش‌نامه با ذکر توضیحات لازم در میان ۳۵ نفر از دانشجویان نمونه مورد مطالعه توزیع و از آن‌ها خواسته شد تا به سؤالات آن به دقت پاسخ دهند و علاوه بر آن توضیحات لازم در برگه پرسش‌نامه نیز نوشته شده بود. تکمیل پرسش‌نامه برای هر فرد در حدود ۵ الی ۱۰ دقیقه ادامه یافت.

در بررسی مقدماتی ضریب پایایی مقیاس لی با روش آلفای کرانباخ (۰/۶۹) محاسبه شد. مجدداً ضریب پایایی این مقیاس با استفاده از روش آلفای کرانباخ در کل نمونه مورد مطالعه



(۳۱۰ نفر) محاسبه شد که به ترتیب برای کل آزمودنی‌ها، آزمودنی‌های دختر و پسر ۰/۷۳۴، ۰/۷۴۹ و ۰/۷۱۸ است.

در نهایت بعد از تحلیل ویژگی‌های آزمون اهمال کاری لی و به دست آوردن آلفای کرانباخ مقبول، این آزمون به همراه آزمون‌های کمال‌گرایی و اضطراب به طور هم زمان در میان نمونه مورد مطالعه اجرا شد. قبل از اجرا ابتدا در خصوص هدف پژوهش و ترتیب سؤال‌ها به دانشجویان مورد مطالعه توضیحات لازم داده شد. تکمیل پرسش‌نامه‌ها برای هر فرد بین ۲۵ الی ۴۵ دقیقه طول کشید. برای تحلیل داده‌های به دست آمده از شاخص‌ها و روش‌های آماری، فراوانی، درصد، میانگین، انحراف معیار، آزمون تی، ضریب همبستگی، تحلیل رگرسیون چند متغیری، واریانس یک راهه استفاده شد. پرسش‌نامه‌های ناقص از نظر آماری تحلیل نشدند.

#### یافته‌های پژوهش

جدول ۱ شاخص‌های مرکزی آزمودنی‌های دختر و پسر را درباره نمره‌های اهمال کاری تحصیلی، کمال‌گرایی، اضطراب نشان می‌دهد.

جدول ۱: میانگین و انحراف معیار نمره‌های اهمال کاری تحصیلی، کمال‌گرایی و اضطراب دانشجویان

گروه و شاخص	دانشجویان دختر	دانشجویان پسر	کل دانشجویان
مقیاس	(انحراف معیار) میانگین	(انحراف معیار) میانگین	(انحراف معیار) میانگین
اهمال کاری	۵۹/۰۵ (۱۱/۱۸۷)	۵۹/۸۷ (۱۰/۵۲)	۵۹/۴۷ (۱۰/۸۴)
کمال‌گرایی	۷۰/۹۷ (۱۲/۳۱۳)	۶۹/۷۳ (۱۱/۴۵)	۷۰/۳۴ (۱۱/۸۸)
اضطراب	۳۷/۷۷ (۱۶/۷۳۰)	۳۴/۸۰ (۱۵/۹۹۲)	۳۶/۳۲ (۱۶/۴۷)

جدول ۲: ضرایب همبستگی پیرسون بین متغیرهای مورد مطالعه با متغیر اهمال کاری

متغیر	تعداد	ضریب همبستگی	ضریب تعیین
اضطراب	۳۱۰	۰/۲۶۷	۰/۰۷۱
کمال‌گرایی	۳۱۰	۰/۲۳۳	۰/۰۵۴

جدول ۲ میزان ضریب همبستگی متغیرهای مورد مطالعه با اهمال‌کاری تحصیلی را نشان می‌دهد. با توجه به ضرایب تبیین به دست آمده این میزان همبستگی فقط بیان‌کننده جامعه مورد نظر در این پژوهش بوده و تعمیم‌پذیر نیست.

برای تحلیل داده‌ها و آزمون فرضیه اول پژوهش، مبنی بر بررسی توان پیش‌بینی اهمال‌کاری توسط متغیرهای پیش‌بینی کننده اهمال‌کاری از آزمون رگرسیون چند متغیره با روش هم‌زمان استفاده شد (جدول ۳) و (جدول ۴).

جدول ۳: جدول رگرسیون اهمال‌کاری از روی مؤلفه‌های اضطراب، کمال‌گرایی و جنسیت با روش هم‌زمان

متغیر پیش‌بینی	B	SE	Beta	T	P	F	P	R	مجذور R	SE
نمره اضطراب	۰/۱۳۸	۰/۰۵۰	۰/۲۰۹	۲/۷۴	۰/۰۰۵	۸/۸۲۷	۰/۰۰۰	۰/۳۱	۰/۰۹۶	۱۰/۴۵۵
نمره کمال‌گرایی	۰/۰۸۵	۰/۰۶۹	۰/۰۹۲	۱/۲۱	۰/۲۲۹					
جنس	۱/۳۵	۱/۱۹	۰/۰۶۲	۱/۱۳	۰/۲۵۸					

از آنجایی که تمامی متغیرهای پیش بین با متغیر ملاک ارتباط دارد و با توجه به نتایج جدول (۰/۰۰۰ = P,  $F(۴ و ۳۰۶) = ۸/۸۳$ ) ترکیب خطی به طور معناداری با اهمال‌کاری مرتبط بود. ضریب همبستگی چندگانه نمونه تقریباً برابر با ۰/۳۰۹ نشان می‌دهد که تقریباً ۱/۱۰ از واریانس اهمال‌کاری با ترکیب خطی متغیرهای پیش بین توضیح داده می‌شود، ( $R = ۰/۳۰۹$ ) و ( $R = ۰/۱$  = مجذور R). جدول ۳ نشان می‌دهد در گروه نمونه، از بین متغیرهای پیش گفته، اضطراب تنها متغیر پیش‌بینی کننده معنادار برای اهمال‌کاری تحصیلی در معادله است. تبیین ۱۰ درصد واریانس اهمال‌کاری توسط اضطراب نشان‌دهنده آن است که عوامل دیگری نیز در پیش‌بینی اهمال‌کاری نقش دارند که در این مطالعه بررسی نشده است. شایان ذکر است که به دلیل اسمی بودن متغیر جنسیت، متغیر نام برده از طریق کد گذاری ساختگی (مرد=۱، زن = صفر) وارد تحلیل رگرسیون شد.

جدول ۴: جدول رگرسیون اهمال کاری از روی مؤلفه های اضطراب، کمال گرایی و رشته تحصیلی با

روش همزمان

متغیر پیش بینی	B	SE	Beta	T	P	F	P	R	مجذور R	SE
نمره کمال گرایی	۰/۰۸۷	۰/۰	۰/۰۹۵	۱/۲۵	۰/۲۱۱					
نمره اضطراب	۰/۱۳۷	۰/۰۵	۰/۲۰۸	۲/۷۳	۰/۰۰۵	۸/۹۲	۰/۰۰۰	۰/۳۳	۰/۱۰۹	۱۰/۴۵
رشته تحصیلی	-۰/۶۵۱	۰/۵۳	-۰/۰۶۸	-۱/۲۴	۰/۲۱۷					

از آنجایی که تمامی متغیرهای پیش بین با متغیر ملاک ارتباط دارد و با توجه به نتایج جدول (  $F(۴ و ۳۰۶) = ۸/۹۲, P = ۰/۰۰۰$  ) ترکیب خطی به طور معناداری با اهمال کاری مرتبط بود. ضریب همبستگی چندگانه نمونه تقریباً برابر با ۰/۳۳ نشان می دهد که تقریباً ۱۱٪ از واریانس اهمال کاری با ترکیب خطی متغیرهای پیش بین توضیح داده می شود. جدول ۴ نشان می دهد در نمونه مورد مطالعه، از بین متغیرهای پیش گفته اضطراب تنها متغیر پیش بینی کننده معنادار برای اهمال کاری تحصیلی در معادله است. تبیین ۱۱ درصد واریانس اهمال کاری توسط اضطراب نشان دهنده آن است که عوامل دیگری نیز در پیش بینی اهمال کاری نقش دارند که در این مطالعه بررسی نشده است.

توان پیش بین متغیرهای مورد مطالعه در تعامل با متغیر جنسیت به منظور پیش بینی میزان اهمال کاری تحصیلی دانشجویان بررسی شد (جدول ۵).

جدول ۵: تحلیل رگرسیون برای متغیرهای پیش بینی کننده اهمال کاری در دختران و پسران

گروه	اضطراب	ضریب استاندارد		F	R	مجذور R
		کمال گرایی	سال تحصیلی			
دختر	۰/۱۶۱	۰/۱۸۹	-۰/۰۲۷	**۵/۶۵۵	۰/۳۲۰	۰/۱۰۲
پسر	x۰/۲۱۷	۰/۰۴۴	-۲/۰۶۳	**۶/۷۹۲	۰/۳۴۳	۰/۱۱۸

\*  $P < ۰/۰۰۵$  \*\*  $P < ۰/۰۰۱$

با توجه به یافته های جدول ۵ مشاهده می شود که اضطراب بیشتر از سایر متغیرها می تواند اهمال کاری تحصیلی پسران را پیش بینی کند، ولی در پیش بینی اهمال کاری تحصیلی دختران تأثیر معناداری ندارد.

فرضیه دوم پژوهش بر این بود که اهمال کاری تحصیلی در دانشجویان سال اول، دوم،

سوم و چهارم تحصیلی یکسان نیست. برای آزمون این فرض از آزمون آماری تحلیل واریانس یک‌راهه استفاده شد (جدول ۶).

جدول ۶: تحلیل واریانس برای بررسی معناداری میزان اهمال‌کاری در چهار گروه دانشجویان سال ۱ و ۲ و ۳ و ۴

P	F	میانگین مجموع مجذورات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	شاخص
					گروه‌ها
۰/۲۱۷	۱/۴۹۱	۱۷۴/۵۱۰	۵۲۳/۵۳۰	۳	بین گروه‌ها
		۱۱۷/۰۴۵	۳۵۸۱۶/۶۴۷	۳۰۶	درون گروه‌ها
			۳۶۳۳۹/۱۷۷	۳۰۹	کل

نتایج نشان داد که بین چهار گروه با سال تحصیلی متفاوت از لحاظ اهمال‌کاری تفاوت معناداری ( $F(۳,۳۰۶)=۱/۴۹۱$  و  $p=۰/۲۱۷$ ) وجود ندارد. بنابراین، سال تحصیلی در عادت به اهمال‌کاری تأثیر ندارد.

برای آزمون فرضیه سوم پژوهش حاضر مبنی بر مقایسه میانگین‌های اهمال‌کاری دانشجویان رشته‌های مختلف، از آزمون تحلیل واریانس یک‌راهه استفاده شد (جدول ۷).

جدول ۷: تحلیل واریانس برای بررسی معناداری میزان اهمال‌کاری در دانشجویان با رشته‌های تحصیلی متفاوت

P	F	MS	SS	Df	گروه‌ها
۰/۶۷۲	۰/۵۱۵	۶۰/۸۴۰	۱۸۲/۵۱۹	۳	بین گروه‌ها
		۱۱۸/۱۵۹	۳۶۱۵۶/۶۵۸	۳۰۶	درون گروه‌ها
			۳۶۳۳۹/۱۷۷	۳۰۹	کل

یافته‌های حاصل از آزمون ( $F=۰/۵۱۵$ ،  $P=۰/۶۷۲$ ) نشان می‌دهد که بین میانگین نمرات اهمال‌کاری در دانشجویان رشته‌های مختلف تحصیلی تفاوت معناداری وجود ندارد. بنابراین، رشته تحصیلی در عادت به اهمال‌کاری تأثیر ندارد. چنان که ملاحظه می‌شود، اهمال‌کاری تحصیلی می‌تواند در میان دانشجویان در رشته تحصیلی متفاوت و دانشجویان در سال‌های مختلف تحصیلی دیده شود.

### بحث و نتیجه‌گیری

داده‌های پژوهش و نتایج حاصل از رگرسیون روشن کرد که کمال‌گرایی پیش‌بینی‌کننده معناداری برای اهمال‌کاری تحصیلی نبود. نتایج حاصل از پژوهش حاضر یافته‌های ون‌ارده، (۲۰۰۳) را تأیید می‌کند، آن‌ها میانگین همبستگی اهمال‌کاری با کمال‌گرایی را ۰/۱۲٪ گزارش کردند، ولی با نتایج برخی از پژوهش‌ها که نشان می‌دهد، کمال‌گرایی با اهمال‌کاری تحصیلی رابطه منفی دارد (مهرابی زاده هنرمند و همکاران، ۱۳۸۶)، مطابقت ندارد. همچنین نتایج حاصل از این مطالعه نتایج برخی از مطالعات را تأیید نکرد از قبیل مطالعه فراری (۱۹۹۲) که رابطه کمال‌گرایی و اهمال‌کاری را مثبت به دست آورد و نیز مطالعه سولومون و راتبلوم (۱۹۸۴) که اظهار کردند، افراد اهمال‌کار دارای ترس از شکست بسیار بالا، اعتماد به نفس پایین و کمال‌گرایی زیاد هستند. بررسی‌های فلت و همکاران (۱۹۹۲) بین کمال‌گرایی القاء شده اجتماعی و اهمال‌کاری عمومی ( $r=0/30$ ) و هم‌چنین اهمال‌کاری تحصیلی ( $r=0/21$ ) همبستگی مثبت نشان داد. این نتایج متناقض را چنین می‌توان توضیح داد که، اهمال‌کاری با کمال‌گرایی القاء شده اجتماعی همبستگی معنادار مثبت و با بعد کمال‌گرایی خود مدار همبستگی معنادار منفی دارد. کمال‌گرایی القاء شده اجتماعی به خواسته‌ها و انتظارات اغراق آمیز و غیرواقعی اشاره دارد که دیگران از شخص دارند. چون این معیارهای افراطی از طرف دیگران به فرد تحمیل می‌شوند و فرد کنترلی بر آن‌ها ندارد معمولاً به ترس از شکست، اضطراب و نگرانی از انجام دادن تکالیف منجر می‌شوند که در نهایت به اهمال‌کاری منتهی می‌شود (هالوی، ۲۰۰۹). این افراد به طور دائم نگران این هستند که دیگران چه فکری درباره آن‌ها می‌کنند و از طریق اهمال‌کاری از خود در برابر شکست واقعی حفاظت می‌کنند. در حالی که افراد با کمال‌گرایی خودمدار برای رسیدن به اهداف غیرمعقول خود بسیار تلاش می‌کنند (فلت و همکاران، ۱۹۹۲)، بنابراین، کمتر اتفاق می‌افتد که چنین افرادی به اهمال‌کاری اقدام کنند آن‌ها یا انجام‌دادن کاری را به کلی کنار می‌گذارند یا برای انجام‌دادن آن بسیار تلاش می‌کنند.

یافته‌های پژوهش همچنین نشان داد که بین اهمال‌کاری تحصیلی و اضطراب دانشجویان همبستگی مثبت (۰/۲۷) وجود دارد، لازم به توضیح است که این میزان ضریب همبستگی فقط

بیان‌کننده جامعه مورد نظر در این پژوهش است و تعمیم‌پذیر نیست. هم‌چنین با توجه به ضریب تعیین به‌دست آمده مشخص شد که ۰/۰۷ درصد اضطراب را اهمال‌کاری تعیین می‌کند. نتایج نشان داد که اضطراب بیشتر از سایر متغیرها می‌تواند اهمال‌کاری تحصیلی پسران را پیش‌بینی کند، ولی پیش‌بینی‌کننده معناداری برای اهمال‌کاری تحصیلی دختران نبود. این یافته با نتایج به‌دست آمده از مطالعه بورکا و یوئن (۲۰۰۸)، که ترس را اساس اهمال‌کاری معرفی و رابطه اضطراب و اهمال‌کاری را ۰/۵۰ گزارش کردند، ون‌ارده، (۲۰۰۳) میانگین همبستگی اهمال‌کاری با صفت اضطراب را در ۱۰ پژوهش ۰/۲۴ و ایس‌ا و همکاران (۲۰۰۴) همسواست که میزان ارتباط این دو متغیر را  $r=0/16$  گزارش کرد. همچنین با یافته‌های سولومون و رابلسوم (۱۹۸۴)؛ رابلسوم و همکاران، (۱۹۸۶)؛ بسویک و همکاران (۱۹۸۸) اونیگبوزی (۲۰۰۴) همخوانی دارد که رابطه مثبت معناداری بین اضطراب و اهمال‌کاری تحصیلی به دست آوردند. نتایج حاصل با یافته‌های بالیکس و دورو (۲۰۰۹) که میزان اهمال‌کاری را در مردان زیاد گزارش کرده بود و هالووی (۲۰۰۹) که همبستگی این دو متغیر را در دانشجویان دختر مثبت گزارش کرده، همسو نیست.

در انتها لازم است که به محدودیت‌های پژوهش حاضر اشاره شود. شرکت‌کنندگان در این پژوهش، دانشجویان دانشگاه آزاد شهر مشهد بوده‌اند. لذا تعمیم‌ناپذیری نتایج حاصله به کل دانشجویان از محدودیت‌های این پژوهش است. به علاوه مشکلات احتمالی مربوط به مقیاس کمال‌گرایی که امکان تفکیک ابعاد کمال‌گرایی و مقیاس لی که امکان تفکیک اهمال‌کاری شناختی و رفتاری را به دست نمی‌دهند، نباید از نظر دور داشت. با وجود پیامدهای منفی اهمال‌کاری در خصوص زندگی تحصیلی و اجتماعی دانشجویان و این حقیقت که بسیاری از دانشجویان تا حدی به دلیل افکار و رفتارهای مربوط به اهمال‌کاری متضرر می‌شوند، پژوهش‌های اندکی در رابطه با این موضوع در ایران انجام شده است و بررسی اهمال‌کاری تحصیلی در دانشجویان رشته‌های تحصیلی متفاوت در سال‌های تحصیلی مختلف از نخستین مطالعاتی است که در ایران انجام می‌شود، بنابراین، فقدان امکان مقایسه یافته حاصل با نتایج مطالعات دیگر از جمله محدودیت‌های دیگر مطالعه حاضر است. به رغم محدودیت‌های ذکر شده، با عنایت به نتایج پژوهش، پیشنهاد می‌شود که در پژوهش‌های آینده رابطه خصوصیات دیگر فردی از جمله تیپ‌های شخصیتی با اهمال‌کاری تحصیلی بررسی

شود. پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آتی رابطه ابعاد کمال‌گرایی (کمال‌گرایی القاء شده اجتماعی و اهمال‌کاری عمومی) با اهمال‌کاری را بررسی کنند. از آنجایی که اضطراب می‌تواند در اهمال‌کاری تحصیلی دخالت داشته باشد، لذا پیشنهاد می‌شود که کلاس‌هایی برای آموزش کنترل اضطراب برای دانشجویان برگزار شود.

## منابع

- ابوالقاسمی، عباس و نریمانی، محمد، (۱۳۸۴). *آزمون‌های روانشناختی*. تهران: رشد.
- الیس، آلبرت و ویلیام، جیمز، (۱۳۸۲). *روانشناسی اهمال‌کاری - غلبه بر تعلل ورزیدن*. ترجمه محمد علی فرجاد. تهران: رشد.
- مهرابی زاده هنرمند، مهناز و وردی، مینا، (۱۳۸۷). *کمال‌گرایی مثبت، کمال‌گرایی منفی*. اهواز: ریش.
- مهرابی زاده هنرمند، مهناز؛ علامه، عاطفه و شهنی بیلاق، منیژه، (۱۳۸۶). *رابطه حرمت خود، اضطراب اجتماعی، کمال‌گرایی و تعلق با عملکرد تحصیلی و اضطراب امتحان*. مجله روانشناسی، شماره ۱۱ (۳)، ۲۴۲-۲۵۵.
- نجاریان، بهمن؛ عطاری، یوسف علی و زرگر، یدالله، (۱۳۸۰). *ساخت و اعتباریابی مقیاس کمال‌گرایی اهواز*. مجله علوم تربیتی و روان‌شناسی، دوره سوم، شماره ۳.

- Akinsola MK, Tella AD, & Tella AY ,(2007).** Correlates of Academic Procrastination and Mathematics Achievement of University Undergraduate Students. *EURASIA Journal of Mathematics, Science and Technology Education, 3*, 363-370.
- Balkis M & Duru E ,(2009).** Prevalence of academic procrastination behavior among pre- service teachers, and it's relationship with demographics and individual preferences. *Journal of Theory and Practice in Education, 5*, 18-32.
- Beswick, G& Rothblum, E, (1988).** Psychological antecedents of student procrastination. *Australian Psychologist, 23*, 207-217.
- Binder K ,(2000).** *The Effects of an Academic Procrastination Treatment on Student Procrastination and Subjective Well-Being (MA Thesis)*. Ottawa, Ontario: Carleton University.
- Burka JB & Yuen LM ,(2008).** *Procrastination: why you do it, what to do about it*. Da Capo Press.
- Ellis A & Knaus WJ ,(1977).** *Overcoming Procrastination*. New York: Signet.
- Essau CA, Ederer Fick E, O'Callaghan J, & Aschemann B. ,(2004).** Doing it now or later? Correlates, predictors and prevention of academic, decisional and general procrastination among students in Austria. Presented at the 8th Alps-Adria Psychology Conference, October 2-4, Ljubljana, Slovenia. Ref Type: Generic.
- Ferrari, J. R, (1992).** Procrastinators and perfect behavior: An exploratory factor analysis of self-presentation, self-awareness, and self-handicapping components. *Journal of Research in Personality, 26*, 75-84.



- Ferrari JR. ,(1998).** Procrastination. Encyclopedia of mental health.1-5.
- Ferrari JR & Diaz-Morales JF, (2007).** Perceptions of Self-concept and Self-presentation by Procrastinators: Further Evidence. *The Spanish Journal of Psychology, 10*, 91-96.
- Flett GL, Blankstein KR, Hewitt PL, & Koledin S ,(1992).** Components of procrastination In college students. *Journal of social behavior and personality, 20*, 85-94.
- Flett GL, Greene A, & Hewitt PL ,(2004).** Dimensions of perfectionism and anxiety sensitivity. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy, 22*, 39-57.
- Flett. G.L& Hewitt. P.L, (1992).** *The Child-Adolescent Perfectionism Scale:Development and association with measures of adjustment.* Paper presented at the24" annual meeting of the Association for the Advancement of Behavior therapy. San Francisco.
- Flett GL & Hewitt PL. ,(1992).** *The Child-Adolescent Perfectionism Scale: Development and association with measures of adjustment.* Paper presented at the 24" annual meeting of the Association for the Advancement of Behavior therapy. San Francisco. Ref Type: Generic
- Holloway BE. ,(2009).** Does procrastination and stress have an affect on your health? Missouri western state university. Available at: <http://clearinghouse.missouriwestern.edu/manuscripts/431.php>.
- Jaradat AM ,(2004).** *Test anxiety in Jordanian students: Measurement, correlates and treatment.* Philips: University of Marburg.
- Lay C ,(1986).** At last, my research article on procrastination. *Journal of research in personality, 20*, 474-495.
- Morford ZH ,(2008).** *Procrastination and goal-setting behaviors in the college population: an exploratory study. (BS Thesis) .* Georgia: Georgia Institute of technology.
- Neenan M ,(2008).** Tackling Procrastination: An REBT Perspective for Coaches. *J Rat-Emo Cognitive- Behavior, 26*, 53-62.
- Onwuegbuzie AJ, (2004).** Academic procrastination and statistic Anxiety. *Journal ofassessment & evaluation in higher education, 29*, 65-74.
- Pychyl TA, oplan RJ, & eid PA ,(2002).** Parenting and procrastination: Gender differences in the relations between procrastination, parenting style and self-worth in early adolescence. *Personality and individual differences, 33*, 271-285.
- Schouwenburg H. ,(2005).** On counseling the procrastinator in academic setting. Presented at the Fedora psyches conference.
- Senécal C, Koestner R, & Vallerand RJ,(1995).** Self-regulation and academic procrastination. *Journalof Social Psychology, 135*, 607-619.
- Sirois FM,(2007).** "I'll look after my health, later": A replication and extension of the procrastination- health model with community- dwelling adults. *Journal of Personality and individualdifferences, 43*, 15-26.
- Solomon LJ & Rothblum ED,(1984).** Academic procrastination: Frequency and cognitivebehavioral correlates. *Journal of counseling psychology, 31*, 503-509.

- Tice DM & Baumeister RF,(1997).** Longitudinal study of procrastination, performance, stress, and health: The costs and benefits of dawdling. *Psychological Science*, 8, 454-458.
- Van Eerde W,(2002).** *Procrastination: self- regulation in initiating aversive goals.faculty of technology management.* The Netherlands: Eindhoven university of technology.
- Van Eerde W,(2003).** 'A meta-analytically derived nomological network of procrastination'. *Personality and individual differences*, 35, 1401-1418.
- Van Wyk L.,(2004).** The relationship between procrastination and stress in the life of the high school teacher. A Thesis for partial fulfillment of the requirements for the degree of human resource management. The University of Pretoria.
- Vasconcelos F,(2006).** *Perfectionism and Self-Esteem Underlying Procrastination Flavia .* Michigan : Eastern Michigan University.
- Woloshyn W,(2007).** *More perfect towards a phenomenology of perfectionism. (MA Thesis).* Burnaby, Canada: Simon Fraser University.
- Wretschko G,(2006).** *Problematic internet use, flow and procrastination in the workplace. (MA Thesis).* The university of the Witwatersrand.