علاقة التسويف الأكاديمى بالكفاءة الذاتية الأكاديمية لدى طلاب الجامعة المتفوقين أكاديمياً

إعداد

ندا جمال محمود أحمد*

المستخلص: هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن العلاقة بين التسويف والكفاءة الذاتية الأكاديمية لدى طلاب الجامعة المتفوقين أكاديمياً بكلية التربية، جامعة السويس، وكان حجم عينة الدراسة (٧٠) من طلاب الجامعة تمتد أعمارهم من (١٩-٢٢)عاما، بمتوسط عمر زمنى قدره (١٩.٠٨) وانحراف معيارى قدره (١٠.١٢) واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي، وقد تم استخدام مقاييس التسويف الأكاديمي والكفاءة الذاتية الأكاديمية من إعداد الباحثة. وقد أسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين الدرجة الكلية للتسويف الأكاديمي والدرجة الكلية للكفاءة الذاتية الأكاديمية، كذلك أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين متوسطات درجات التسويف الأكاديمي لدى طلاب الجامعة المتفوقين تُعزى لمتغير التخصص الدراسى لصالح التخصص الأدبى، واتضح كذلك عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين متوسطات درجات الكفاءة الذاتية الأكاديمية لدى طلاب الجامعة المتفوقين تُعزى لمتغير التخصص الدراسى.

الكلمات المفتاحية: التسويف الأكاديمي –الكفاءة الذاتية الأكاديمية – المتفوقين.

مقـدمــة :

يُعتبر التسويف من المظاهر السلبية المنتشرة في الحياة العصرية يندر من لا يعانيه. ولا شك أن التسويف الأكاديمى يعد أخطر أنواع التسويف وأكثرها إنتشارا لدى الطلاب بصفة عامة والشباب الجامعي بصفة خاصة. فالتسويف هو ظاهرة معروفة وغالباً ما تستتبعها نتائج سلبية وذلك فيما يتعلق بالأداء والرفاهية الذاتية.

ولذلك تأتى خطورة سلوك التسويف من آثاره السلبية العديدة التى تنعكس على الفرد والمجتمع وتشير الدراسات المسحية إلى أن تلك المشكلة منتشرة منذ ألاف السنين فى كل

---

*بحث مشتق من رسالة ماجستير تحت اشراف:

أ.د/ عبد الحميد عبد العظيم رجيعة أستاذ الصحة النفسية المتفرغ – كلية التربية – جامعة السويس.

د/ أحمد سعيد زيدان أستاذ مساعد بقسم التربية الخاصة – كلية التربية – جامعة السويس.

المجتمعات، فعلى الرغم من التقدم العلمي وتطور وسائل الاتصال وظهور التسويف كمعوق حضاري إلا إنه لم يحظ بالقدر الكافي من الدراسة حتى الآن (klassen et. al.,2008,915).

ويرتبط التسويف الأكاديمي بعوامل شخصية لدى الطالب المسوف، ومن تلك العوامل الكفاءة الذاتية (Self-efficacy) والتي تتمثل فى قدرة الفرد على التخطيط لما يقوم به من سلوك ثم ممارسة السلوك الفعال الذي يحقق له النتائج المرجوة.

ومن المؤكد أن الشباب الجامعى أهم فئة من فئات المجتمع السنية؛ باعتبارهم مستقبل البلاد وهى الشريحة التى يرجو منها المجتمع نهضته. ويعد الطلاب المتفوقين خاصة والذين لا تتعدى نسبتهم فى أى مجتمع ما بين (٢-٥٪) كما جاء فى دراسة منى سلطان (٢٠١١، ١١) فهم ثروة البلاد الحقيقية التى لا تنضب، فالطلاب المتفوقون من الفئات الخاصة التى تحتاج الى عناية واهتمام لا يقل عن الاهتمام بالفئات الخاصة الاخرى وذلك بمساعدتهم فى التغلب على ما يواجههم من مشكلات. ومن هذا المنطلق كان من الضروري إلقاء الضوء على هذا السلوك لذلك تطرقت الباحثة إلى دراسة هذه الظاهرة وعلاقتها بالكفاءة الذاتية الأكاديمية مما قد يساعد فى فهم التسويف، ثم محاولة مستقبلية للحد من آثاره السلبية على حياة الطالب الجامعي المتفوق .

مشكلة الدراسة:

فى ضوء اهتمام الباحثة ومن خلال الاطلاع على الدراسات السابقة فيما يتعلق بالتسويف الاكاديمى وعلاقته بالكفاءة الذاتية الأكاديمية، وما آلت إليه الكثير من الدراسات ومنها دراسة التسويف الاكاديمى وعلاقتة بالفاعلية الذاتية الأكاديمية ومركز الضبط لدى طلاب جامعة اليرموك خالد ذكى الربابعه(٢٠١٤), وكذلك دراسة المماطلون أكاديميا والميول الكمالية بين طلاب الدراسات العليا(onwuegbuzie,2000) حيث أسفرت نتائجها على أن (١٩.٤٪) من الطلبة اظهروا مستوى مرتفعا من التسويف و(٦٦.٦٪) اظهروا مستوى متوسطا.

ومن هذا المنطلق كان من الضروري إلقاء الضوء على هذا السلوك ودراسة المتغيرات المرتبطة به, وفضلاً عن ذلك –على حد علم الباحثة – فإن هناك ندرة فى الدراسات العربية التى تناولت مصطلح التسويف الاكاديمى حيث إنه من المصطلحات النفسية الجديدة, وكذلك استجابة لتوصيات العديد من الدراسات التى نادت بضرورة توجية المزيد من البحث والتقصى حول متغير التسويف الأكاديمى؛ مما يساعد فى فهمه ومن ثم التقليل من إثارة السلبية إلى أقصى درجة ممكنة وتقديم حلول إرشادية له. وبناءا على ماسبق يمكن صياغة مشكلة الدراسة فى التساؤل الرئيس الآتى:

- **ما العلاقة بين التسويف الأكاديمى والكفاءة الذاتية الأكاديمية لدى طلاب الجامعة (المتفوقين)؟**

وينبثق من هذا التساؤل التساؤلات الفرعية الآتية:

١- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى التسويف الأكاديمى لدى طلاب الجامعة المتفوقين تُعزى للتخصص الدراسى ؟

٢- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى الكفاءة الذاتية الأكاديمية لدى طلاب الجامعة المتفوقين تُعزى للتخصص الدراسى ؟

أهداف الدراسة:

١. الكشف عن العلاقة بين التسويف الأكاديمى والكفاءة الذاتية الأكاديمية لدى طلاب الجامعة المتفوقين.

٢. الكشف عن طبيعة الفروق فى التسويف الأكاديمى والكفاءة الذاتية الأكاديمية والتى تعزى للتخصص الدراسى.

أهمية الدراسة :

١- حداثه مفهوم التسويف الاكاديمى كمشكلة نفسية وتربوية، حيث أن آثاره السلبية لا تطال الافراد على المستوى الشخصي وحسب بل يمتد آثرها إلى المجتمع وتطوره أيضاً، وكذلك قلة الدراسات التى تناولت التسويف الاكاديمى سواء العربية أو الأجنبية – على حد علم الباحثة- مما دفع الباحثة لإجراء الدراسة الحالية.

٢- أهمية الشريحة العمرية التى تجرى عليها الدراسة وهى المرحلة الجامعية، فهي إحدى المراحل التعليمية وأهمها حيث تؤثر فى تنمية مدركات المتعلمين نحو أهدافهم، فالإبطاء والتأجيل فى أداء الواجبات سوف ينعكس سلباً فى حياتهم الأكاديمية والشخصية والاجتماعية والعملية.

٣- كما يظهر اهمية البحث الحالى فى تناوله أحد الفئات الخاصة، وهى المتفوقين وهم يعدون فاطرة نهضة الامم وحضارتها .

٤- يمكن الاستفادة من نتائج هذه الدراسة فى اعداد برامج لرعاية المتفوقين وكذلك بناء برامج إرشادية للحد من التسويف الاكاديمى من خلال التغلب على سلبيات التسويف.

٥- قد تفيد نتائج الدراسة الباحثين التربوين والنفسين فى تحسين كفاءة الذات الأكاديمية .

مصطلحات للدراسة الإجرائية:

١– التسويف الأكاديمى:" Academic procrastination"

تعرفه الباحثة إجرائياً بأنه " تأجيل أو إرجاء الإقدام فى إنجاز مهمة أكاديمية ضمن إطارها الزمنى المحدد أو تأجيلها إلى آخر لحظة دون مبرر، وهذا المهمة ضرورية بالنسبة للطالب، والتى تكون مصاحبة بمشاعر القلق وعدم الرضاء والخوف من الإخفاق؛ مما يدفعه للتسويف، كما يتضح من الدرجة التى يحصل عليها الطالب على مقياس التسويف الأكاديمى المستخدم بالدراسة.

٢– الكفاءة الذاتية الأكاديمية: "Academic self–efficacy ":

تُعرفه الباحثة إجرائياً بأنه" معتقدات الفرد عن ذاته والتي تظهر من خلال إدراكه مدى القدرة لديه لإنجاز مهامه الأكاديمية وتوقعه للنجاح فيما يقوم به، ومدى المثابرة على مواجهة الصعوبات وكذلك الضغوط التى تعترض مسيرته الأكاديمية، بالإضافة إلى إدراكه مدى القدرات المعرفية والعلمية لديه كما يتضح من الدرجة التى يحصل عليها الطالب على مقياس الكفاءة الذاتية الأكاديمية المستخدم بالدراسة الحالية.

محدادات الدراسة:

١. المحدادات المنهجية: تم استخدام المنهج الوصفى فى الدراسة الحالية.

٢. عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من عينة قوامها (٧٠) طالباً وطالبة من طلاب الفرقة الثانية المتفوقين بالشعب الأدبية وعددهم(٥٢) طالب والعلمية وعددهم(١٨) طالب بكلية التربية– جامعة السويس, امتدت أعمارهم الزمنية من(١٩) إلى(٢٢) بمتوسط عمر زمنى قدره (١٩.٠٨) وانحراف معيارى قدره (١٠.١٢)، وذلك طبقا لتقديرات الطلبة الأعلى تقديراً (جيد جداً ـــ ممتاز) للعام السابق.

٣. المحددات الزمانية: تم تطبيق الدراسة فى الفصل الدراسى الثانى من العام الدراسى (٢٠٢١) إلى (٢٠٢٢).

٤. المحددات المكانية: تم تطبيق الدراسة الحالية على طلاب الفرقة الثانية المتفوقين أكاديمياً بكلية التربية – جامعة السويس .

أدوات البحث:

أ– مقياس التسويف الاكاديمى (إعداد / الباحثة)

ب– مقياس الكفاءة الذاتية الأكاديمية (إعداد / الباحثة)

الأساليب الإحصائية المستخدمة فى البحث:

استخدمت الباحثة عدة أساليب إحصائية من خلال حزمة المعالجات الإحصائية (SPSS) للتحقق من ثبات وصدق أدوات الدراسة، ثم لتحليل النتائج التى تم التوصل إليها، والأساليب الاحصائية المستخدمة فى ذلك تمثلت فى:

١- معامل ارتباط بيرسون

٢- تحليل التباين

٣- اختبار t.test

الإطار النظرى للدراسة

المحور الأول: التسويف الأكاديمى:

أولاً: تعريف التسويف الأكاديمى Academic Procrastination:

يوجد العديد من التعريفات التي تناولت التسويف الأكاديمي في التراث النفسى، فيعرفه حسام حميد (٢٠١٧: ١٥, ١٦) بأنه التأجيل الإرادي أو التجنب الكامل للواجبات والمهام الأكاديمية وتأخيرها عن الوقت المحدد؛ بفعل ما يملكه من مدركات ومشاعر تنسحب على أدائه بطريقة سلبية عن أداء الواجبات الأكاديمية .

ويعرفه كذلك فيرارى (٢٠١٨, ٤٢٦) : بأنها تأخير معتاد أو متعمد لبدء مهمة أو إنهائها، على الرغم من معرفة أنها قد يكون لها عواقب سلبية.

ويُضيف عبد المهدي صوالحة وأحمد محمد صوالحة(٢٠١٨ ,٦٢) أن التسويف الأكاديمى يظهر من خلال تأجيل السلوك المرغوب فيه إلى وقت لاحق, مما يُضعف تحقيق أهداف الفرد, وقد يأخذ شكلاً من أشكال المقاومة أو وسيلة لتجنب المهام.

ثانيا: أسباب التسويف الأكاديمى:

هناك العديد من وجهات النظر المختلفة حول أسباب التسويف ومنها دراسة Sultan& Hussai (1898p, 2010)أن عوامل عديدة تسهم في ظهور سلوك التسويف لدى طلاب الجامعة منها *نقص مهارات تنظيم الوقت

* نقص التوجيه والإرشاد
* الضغوط الانفعالية
* المشكلات الاجتماعية والبدنية
* التعرض للمرض

* والثقة الزائدة

* عدم وجود الحافز (Saini & Hooda, 2016).

* الخوف من الفشل وأسلوب المعلم أو المحاضر أبو غزال (٢٠١٢).

ثالثا : عواقب التسويف الأكاديمي:

إن التسويف يؤثر في الأداء العام للفرد، علاوة على ذلك العواقب المتعلقة بالصحة كالإجهاد العقلي, والإجهاد الجسدي، والمشاكل المتعلقة بالنوم، والإرهاق والمرض، وهناك عواقب وجدانية وتشمل: القلق، والغضب، والعار، وعدم الرضا، والحزن، والشعور بالضغط، والشعور بالذنب، وكذلك الشعور بعدم الإرتياح (Grunchel et al., 2013;Pakrzek et al.,;Glick et al., 2014).

وفي دراسة كاستر (٢٠١٨, ٣٥) تشمل أعراض التسويف الأكاديمى قله النوم، مستويات مرتفعة في الإجهاد، تأخير المهمة أو الواجب المكلف به، الإرتباك، لوم الذات، الشعور بالذنب وعدم الكفاءة، وتدني إحترام الذات والقلق والاكتئاب.

رابعاً: أنواع التسويف الأكاديمى :

لاحظت الباحثة إتفاق كل من (عطيه محمد،٢٠٠٨, ١٢؛ احمد ثابت،٢٠١٤, ٢٨٨) على أن للتسويف أربعة أنواع :

أ- النوع الأول: التسويف الأكاديمي: وهو سلوك يتمثل في تأخير المتعلم للواجبات والمهمات الأكاديمية حتى أخر لحظة متبقية .

ب- النوع الثاني : التسويف العام: يتمثل في روتين وأنشطة الحياة اليومية التي يصعُب جدولتها أو إنجازها أو إتمامها .

ج- النوع الثالث : التسويف فى إتحاذ القرار : يتمثل فى عدم القدرة على إتخاذ القرار فى وقته المناسب سواء كان خاص بموقف أو موضوع أساسي أو ثانوي مُتعلق بأمور الحياة العامة مثل شراء شئ ما أو الإتجاه نحو دراسة معينة .

د – النوع الرابع : التسويف القهري أو غير الوظيفي: وفي هذا النوع يشعر الفرد وكأنه مصاباً بالشلل عند محأولته التعايش في حياته اليومية مما يؤدي إلى عواقب وخيمة مع الشعور بالتوتر وعدم الارتياح.

خامساً : نسبة انتشار التسويف الأكاديمى:

ينتشر التسويف الأكاديمي بين طلاب الجامعة بصورة تستدعى القلق، إذ تزداد معدلات التسويف الأكاديمى لدى طلاب السنوات العليا مقارنة بالطلاب الجدد في التعليم الجامعي (Gendron, 2011)

وأشارت دراسة عفراء ابراهيم (٢٠١٣) أن ٦٢٪ من طلبة وطالبات الجامعة يلجؤون إلى التسويف غير الوظيفى وهو تعطيل القيام بالمهام اليومية للدراسة مما يؤدى إلى الشعور بعدم الراحة النفسية والجسدية.

وتوصلت دراسة بلقيس ودورو (٢٠١٦) أن ٨٠-٩٠٪ من طلاب الجامعات يؤجلون واجباتهم الأكاديمية.

بينما أوضحت دراسة هيي (٢٠١٧) أن نسبة انتشار التسويف الأكاديمى بين طلاب الجامعة قد بلغت٩٧٪.

سادساً: النظريات المفسرة للتسويف الأكاديمي :

١- نظرية التحليل النفسى psychoanalytic Theory :

توضح دراسة فرويد أن التسويف سلوك مضطرب يرجع إلى أسباب كامنة وصادمة فى مرحلة الطفولة المبكرة؛ تُعزى إلى خبرات هى التى تُشكل العمليات المعرفية للبالغين. وتؤكد سامية محمد (٢٠١٣, ٣٠٥) على دور الوالدين فى تطوير هذا التسويف لدى البالغين من حيث وضع أهداف عالية وغير واقعية لأطفالهم، فيربطون تحقيق هذه الأهداف بحبهم وتقبلهم للطفل؛ مما يجعل هذا الطفل ينشأ فى هذه البيئة قلقا وبذلك يرتبط القلق بسلوك التجنب والابتعاد؛ ما يجعل الطفل يفقد الشعور بالاحترام وتقدير الذات بمجرد فشله فى إتمام أو تحقيق تلك الأهداف المطلوبة منه، حيث يجد نفسه غير قادر على إتمام المهام فيلجأ إلى المماطلة والتسويف .

٢- النظرية المعرفية :

أما أصحاب النظرية المعرفية فيروا أن سلوك التسويف مرتبط بما يحمله الفرد من أفكار ومعتقدات غير عقلانية، ولهذا فمعظم الطلبة يتصرفون بأسلوب غير عقلانى إذ يعكس صورتهم الذاتية، حيث يتصرفون بطريقة تتسق مع ما يحملوه من أفكار ومعتقدات تظهر من خلال القدرة على إنهاء المهام أو عدم إنهائها جردات (٢٠٠٤). وفى الغالب تظهر الأفكار غير العقلانية لدى من يلجأ إلى سلوك التسويف الأكاديمى؛ بسبب خوفه من الفشل أو ضعف قدراته فى إنجاز المهام المطلوبة منه، أو إعتقاده أنه لا يملك المهارات المطلوبة لإنجاز مهامه المكلف بها أو

أنها من المحتمل لا تتناسب مع ميوله وقدراته واهتماماته فيلجأ الطالب إلى التسويف الأكاديمى لتجنب هذا القلق الناتج عن التقييم السلبى من الذات أو الآخرين هانوك(٢٠١١ ,٨).

٣– النظرية السلوكية :

وفقا لأنصار النظرية السلوكية أن سلوك التسويف مرتبط بمفهوم البيئة المحيطة والأحداث التى مر بها الفرد سابقا فى ضوء خبرات ومواقف سابقة. ففى ضوء مبادئ النظرية السلوكية يعتبر التسويف عادة مكتسبة أو متعلمة تنشأ من استجابة الفرد للأنشطة السارة والأكثر متعة بدل من الأنشطة غير المرغوب فيها مع وجود تعزيز يقوي هذه الإستجابة لديه حيث يكون تأثير تأجيل المهمة أكبر من تأثير إنجازها (ماكوون وبيتزل وروبر,١٩٨٧) . ويتفق السلوكيون فى أنه يشترط وجود تحفيز يقوى هذه الاستجابة لدى الفرد ولعل التحفيز لسلوك التسويف الأكاديمى يتمثل فيما يلقاه الطالب من شعور النجاح فى الأنشطة غير الضرورية وأقل أهمية فى المهام الأكاديمية المكلف بها كممارسة الهوايات أو مشاهدة التلفاز أو تكوين صداقات أو استخدام الإنترنت (إركام، ٢٠١١). وبالتالى عدم المقدرة على تحقيق اية نتائج مرضية تحت ضغط الوقت أو ظروف الحياة الصعبة .

المحور الثانى: الكفاءة الذاتية الأكاديمية:

اولاً: تعريف الكفاءة الذاتية:

تعرفها ياسمين يونس (٢٠١٨, ٥٦٨) على أنها قدرات ومعارف الفرد التي يستخدمها في إنجاز ما يوكل إليه من مهام، وشعوره الداخلي بقدرته على حل ما يعترضه من مشكلات ومواجهتها بتخطيط سليم وسلوك سليم، وهى فكرة وصورة الفرد عن نفسه وشخصيته، فلو كانت صورته عن ذاته إيجابية، سوف يكون قادر على تحقيق أهدافه والوصول لطموحاته، وتخطي الصعوبات ومواجهة المشكلات، وإن كانت صورته عن نفسه سلبية، فسوف يتعرض للكثير من المشكلات ولن تسعفه قدراته في مواجهتها.

كما عرفها فاطمة الجهورية وسعيد الظفرى (٢٠١٨, ١٦٤) بأنها مركب مهم جدا من جميع حالات النجاح والفشل التى يتم عزوها للذات, وهى تمثل سمة الفرد، وتتميز أنها مستقرة نسبيًا ومتغيرة عبر الزمن بتراكم خبرات وتجارب النجاح والفشل والتى يمر بها للفرد.

وترى زاهرة سليمان (٢٠٢١ ,١١) أن الكفاءة الذاتية تشير إلى معتقدات الطالب الذاتية التى تمكنه من التحكم فى المشاعر والأفكار، والتى تُمكنه من تحديد مستوى قدراته فى المهام الأكاديمية.

ثانياً: مصادر الكفاءة الذاتية الأكاديمية :

فيرى نافز أحمد (٢٠١٦, ٥٢-٦٧) إن تطور وتنمية الكفاءة الذاتية يتم من خلال أربعة مصادر رئيسة:

١- خبرات متُقنة Mastery Experiences

إذ تُمثل المصدر الأكثر تأثيرا على كفاءة الأفراد حيث تُشير إلى نجاح الطالب فى إنجازات سابقة فى المواقف المختلفة التى يواجهها؛ مما تؤثر على توقعاته بالنجاح فى المستقبل، فتكرار نجاح الفرد فى أعمال معينة تُزيد شعوره بالكفاءة الذاتية، فى حين أن الفشل المتكرر يقلل من شعوره بكفاءته الذاتية ومن ثم الإخفاق والفشل .

٢- الخبرات غير المباشر أو البديلة Vicarious Experience:

هو سلوك يكتسبه الطالب من خلال النماذج الاجتماعية المحيطة به, فعادة ما يميل الأفراد إلى ملاحظة ومراقبة الآخرين وأنشتطهم لكى يستفيدوا من خبراتهم وإنجازاتهم, فتسمى التعلم بالنموذج. وبالتالى يُعنى هذا المصدر التعلم "بالملاحظة" أو مراقبة الآخرين وهى ايضا الخبرات غير المباشرة .

٣- الإقناع اللفظى Verbal Persuasion:

تتأثر الكفاءة الذاتية للطالب بما يتلقاه من عبارات الحماس والتشجيع والدعم من الآخرين، فعندما يتم إقناع الأفراد شفهيا بأنهم يستطيعون تحقيق أهداف معينة، فمن المرجح أن يؤثر إيجابيا بسلوك الفرد فيبذل جهدا مستداما، ويسمى بالإقناع الاجتماعى، وقد يكون أيضا الإقناع اللفظى داخليا أى يأخذ شكل الحديث الإيجابى مع الذات.

٤- الحالات المزاجية Moods:

وهنا نُشير إلى الحالات المزاجية للطالب إذ تؤثر بشكل مباشر على مستوى الكفاءة الذاتية الأكاديمية للطالب وفى الأحكام التى يُصدرها وتشمل الحالات الفسيولوجية والعاطفية التى من خلالها يحدد الأفراد ما إذا كان يستطيع تحقيق أهدافه أم لا.

ثالثاً: خصائص ذوى الكفاءة الذاتية الأكاديمية المرتفعة :

ذكرت نيفين عبد الرحمن (٢٠١١, ٦٦) أن خصائص الأفراد ذوى الكفاءة الذاتية المرتفعة تتمثل فى الآتى:

١. الثقة بالنفس وبالقدرات : من أهم ما يميز الشخصية ثقة الفرد بنفسه وقدراته على تحديد أهدافه بنفسه، الأمر الذى يُساهم بتنفيذ أصعب الأعمال بيسر بالغ. فالفرد الفعال لديه الثقة

فيما يسعى إليه ومن ثم يصبر ويجاهد من أجل تحقيقه، فالثقة بالنفس تعتبر طاقة دافعة تعين صاحبها على مواجهة شتى المواقف الجديدة .

٢. المثابرة: سمة فعالة تعين الفرد على إخراج طموحاته من داخله إلى حيز الوجود, والمثابرة تعنى الإستمرارية وإنتقال الفرد من نجاح إلى نجاح. والشخصية الفعالة هى الشخصية المُفعمة بالنشاط والحيوية لا تفتر همتها مهما قابلت من عقبات وإحباطات.

٣. القدرة على إنشاء علاقة سليمة مع الغير: تعتمد كفاءة الذات على تكوين علاقات قوية وسليمة مع الآخرين والشخص ذو الكفاءة المرتفعة أو الفعال يكون لديه من سمات المرونة والشعور بالإنتماء، وهنا يظهر سمة الذكاء الإجتماعى كعلاج فعال لدى الفرد فى هذا المجال.

٤. القدرة على تقبل وتحمل المسئولية : تحمل المسئولية أمر ذا قيمة، فالشخص المهيأ إنفعاليا على تحمل المسئولية يكون مبدعا فى أداء مهامه مستخدما ما لديه من طاقات وقدرات.

٥. المرونة فى التعامل مع المواقف التقليدية : فالفرد ذو الكفاءة الذاتية المرتفعة نجده يستجيب للمواقف الطارئة بطريقة مرنة تناسب الموقف, بل ويعدل من نفسه وأهدافه وفقا لظروف البيئة, ويتسم بالمرونة الإيجابية فى مواجهة المشكلات غير المألوفة متقبلا الأفكار والأساليب الجديدة فى أداء المهام.

رابعا: خصائص ذوى الكفاءة الذاتية الأكاديمية المنخفضة :

اتفق كل من باندورا (1997) ونيفين عبد الرحمن (٢٠١١, ٦٧) فى الخصائص الآتية :

١. الخجل من المهام الصعبة .

٢. تدنى مستوى الطموح لديهم .

٣. استسلام سريع .

٤. يركزون على نواقصهم, والإنشغال عن المهام المطلوبة .

٥. يصبحوا بسهولة ضحايا للإجهاد والإكتئاب.

٦. يركزون على الإخفاقات .

٧. يصعُب عليهم النهوض بعد النكبات.

خامساً: أبعاد الكفاءة الذاتية الأكاديمية:

أشار حيدر البديري (٢٠١٧, ٣٦٤) أن باندورا حدد ثلاثة مكونات للكفاءة الذاتية مرتبطة بالأداء, إذ تتغير معتقدات الفرد حول كفاءته الذاتية وفقا لها وهم:

١. مقدار الكثافة الذاتية : يمكن تحديد هذا البعد خلال صعوبة الموقف أو بما يتطلبه من جهد أو ترتيب للمهام إذ يُشير إلى مدى قوة دوافع الأفراد للاداء في المواقف والمعادلات. فالفرد يجدد مستوى الأداء والكفاءة وفق تحديده لمستوى صعوبة المهمة .

٢. العمومية: يشير هذا البُعد إلى إنتقال كفاءة الفرد الذاتية إلى مواقف أخرى مشابهة أى قدرة الفرد على تعميم قدرته في المواقف المشابهة وذلك في ضوء خبرة الفرد. فالفرد يمكنه النجاح في إتمام مهام وأعمال وفقا لنجاحه في أعمال ومهام مشابهة .

٣. القوة: يرى باندورا أن هذا البُعد يشير إلى مدى قوة كفاءة الفرد الذاتية ومدى ملائمتها للموقف. بمعنى مدى عمق أو شدة إدراك الفرد بقدراته على أداء المهام والأنشطة وذلك في ضوء خبراته السابقة. فقوة كفاءة الذات تجعل صاحبها يملك قدرة على مواجهة المواقف .

خامسا: النظريات المفسرة للكفاءة الذاتية الأكاديمية :

ظهرت عدة نظريات لتفسير الكفاءة الذاتية الأكاديمية

١. نظرية ميرفي وشيل (Murphy & Shell) :

يذكر باجاريس (1996,p542) أن كفاءة الذات عبارة " عن ميكانيزم" ينشأ من خلال تفاعل الفرد استخدامه لإمكاناته المعرفية، ومهاراته الاجتماعية والسلوكية الخاصة بالمهمة، إذ تعكس ثقة الفرد بنفسه وقدرته على النجاح في تنفيذ هذه المهمة، أما توقعات المخرجات أو الناتج النهائي للسلوك فهى تتحدد في ضوء العلاقة بين تنفيذ المهمة بنجاح، وما يتصوره الفرد عن طبيعة هذه المخرجات، أو الوصول إلى أهداف السلوك، وبينت النظرية أن التوقعات الخاصة بالكفاءة الذاتية عند الفرد تعبر عن إدراكه لإمكاناته المعرفية، ومهاراته الاجتماعية والسلوكية الخاصة بالأداء أو المهمة المتضمنة في السلوك، حيث تنعكس على مدى ثقة الفرد بنفسه وقدرته على التنبوء بالإمكانات اللازمة للموقف ومدى قدرته على استخدامها في تلك المواقف، وكفاءة الذات لدى الأفراد تنبع من سماتهم الشخصية العقلية والانفعالية والاجتماعية .

٢. نظرية شوارزر (Schwarzer,1994) :

يُشير "شوارزر" للكفاءة الذاتية على أنها عبارة عن بُعد ثابت من أبعاد الشخصية، تتمثل فى قناعات ذاتية، وفى القدرة على التغلب على المتطلبات والمشكلات الصعبة التى تواجه الفرد خلال التصرفات الذاتية، وأن توقعات الفاعلية الذاتية تنسب لها وظيفة توجيه السلوك، وتقوم على التحضير أو الإعداد للتصرف، وضبطه والتخطيط الواقعي له، لأنها تؤثر في الكيفية التي يشعر ويفكر بها الناس، فهي ترتبط على المستوى الانفعالى بصورة سلبية مع مشاعر القلق

والاكتئاب والقيمة الذاتية المنخفضة، وترتبط على المستوى المعرفي بالميول التشاؤمية، وبالتقليل من قيمة الذات، ويبين "شوارزر" أنه كلما زاد إعتقاد الإنسان بامتلاكه سلوكيات توافقية من أجل التمكن من حل مشكلة ما بصورة عملية، كان أكثر اندفاعاً لتحويل هذه القناعات أيضاً إلى سلوك فاعل.

٣. نظرية فاعلية الذات:

أشار بندر بن محمد العتبى (٢٠٠٩ ,٢٤) أن باندورا ذكر في كتابه [أسس التفكير والأداء: النظرية المعرفية الاجتماعية] بأن نظرية فاعلية الذات قد أُشتقت من النظرية الإجتماعية، التى قد وضع أساسها والتى أكد فيها بأن السلوك الإنسانى يمكن تفسيره من خلال المقابلة بين السلوك وبين مختلف العوامل المعرفية والشخصية والبيئية المحيطة بالفرد، ونجد أن مبدأ الحتمية المتبادلة من أهم افتراضات النظرية المعرفية الاجتماعية والتى سعى من خلالها إلى تفسير العلاقة التفاعلية المتبادلة بين كل من المتغيرات البيئية والشخصية والسلوكية، وعلى الرغم من أن هذه المؤثرات ذات تفاعل تبادلى إلا أنها ليست بالضرورة تحدث فى وقت متساوى. ويؤكد باندورا أن نظرية فاعلية الذات لا تهتم بالمهارات التى يمتلكها الفرد فقط بل وما يستطيع الفرد فعله بالمهارات التى يمتلكها, ويضيف باندورا أن الأفراد يقومون بمعالجة وتغيير ودمج مصادر المعلومات المختلفة والمتعلقة بقدراتهم, وتنظيم سلوكهم وتحديد الجهد المبذول لهذه القدرات وبالتالى فإنهم يمتلكون التوقعات المتعلقة بالكفاءة الذاتية لتحقيق الأهداف والإصرار على مواجهة الصعوبات والخبرات الانفعالية (الجاسر,٢٠٠٨ ,٢٩–٣٠).

وترى الباحثة أن نظرية كفاءة الذات تقوم على أساس مدى إعتقاد الفرد بقدرته على القيام بسلوكيات معينة أى تقييم من جانب الفرد لذاته عما يستطيع فعله ومدى مثابرته والجهد الذى سيبذله ومدى مرونته فى التعامل مع المهام الصعبة أو المعقدة ومقأومته للفشل بالتالى ما يستطيع الطالب إنجازه من المهام الأكاديمية.

دراسات وبحوث سابقة ذات الصلة:

١. دراسات سابقة عن علاقة التسويف والكفاءة الذاتية الأكاديمية

- دراسة ازدهار الشقاحين (٢٠١٥) هدفت هذه الدراسة إلى معرفة علاقة التسويف الأكاديمى بالفاعلية الذاتية وقلق الامتحان لدى طلبة جامعة مؤتة، وقد استخدمت الباحثة مقاييس التسويف الأكاديمى والفاعلية الذاتية وتكونت عينة الدراسة من(٧٠٢) من طلبة جامعة مؤتة والذين تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية العنقودية، وأسفرت نتائج الدراسة أن مستوى التسويف الأكاديمى وأبعاده لدى طلبة جامعة مؤتة كان بمستوى متوسط، فى حين اتضح

إمكانية التنبوء بالفاعلية الذاتية من خلال أبعاد التسويف وأسفرت نتائج الدراسة عن عدم وجود فروق فى أبعاد التسويف الأكاديمى تعزى للتخصص الدراسى.

- هيفاء بنت جبار المطيرى (٢٠١٦) هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين التسويف الأكاديمى وكلا من الذكاء الوجدانى وفعالية الذات لدى عينة من طالبات جامعة الدمام، وتكونت من (٣٦١) طالبة واستخدم البحث مقياس التسويف الأكاديمى ومقياس فعالية الذات. وقد أسفرت النتائج عن وجود علاقة سالبة دالة إحصائيا بين التسويف الأكاديمى وفعالية الذات بالإضافة إلى وجود فروق دالة إحصائيا فى التسويف الأكاديمى تعزى لاختلاف التخصص الدراسى لصالح التخصص العلمي .
- دراسة (سلطاني ، جمالي ، خوجاستنيام ، درغاي, ٢٠١٦) هدفت الدراسة الحالية إلى تحديد دور الكفاءة الذاتية والمرونة فى التسويف الأكاديمى لدى طلاب الجامعة, كانت عينة الدراسة (٣٨٩) من طلاب الجامعة وتم اختيارهم بطريقة عشوائية. تم استخدام مقياس الكفاءة الذاتية والتسويف أظهرت النتائج وجود علاقة سالبة بين الكفاءة الذاتية مع التسويف الأكاديمى.
- دراسة أحمد محمد الزغبى (٢٠١٧) هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين التسويف الأكاديمي وكل من فاعلية الذات الأكاديمية وقلق المستقبل لدى عينة من طلبة جامعة دمشق، وقد تكونت عينة الدراسة من (٣٠٠) طالب وطالبة. وقد استخدم الباحث مقاييس التسويف الأكاديمي وفاعلية الذات من إعداد الباحث، وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين التسويف الأكاديمي وفاعلية الذات الأكاديمية, وأسفرت نتائج الدراسة عن عدم وجود فروق دالة جوهريا فى التسويف الأكاديمي وفاعلية الذات الأكاديمية استنادا إلى التخصص الأكاديمي.
- دراسة داش ورامبرابو (٢٠١٨) كان الهدف من إجراء الدراسة هو محاولة لفحص العلاقة بين التسويف الأكاديمى وكفاءة الذات بين طلاب الجامعة، وتكونت عينة الدراسة من (٨٠) طالبا جامعيا، تم جمع البيانات باستخدام مقياس التسويف, ومقياس كفاءة الذات، وأسفرت النتائج على وجود ارتباط عكسى بين التسويف الأكاديمى والكفاءة الذاتية.
- دراسة الكفار (٢٠٢٢) هدفت الدراسة الحالية استقصاء أثر برنامج علاجى قائم على العلاج العقلانى الانفعالى فى تحسين الكفاءة الذاتية الأكاديمية وخفض مستوى التسويف الأكاديمى لدى عينة من طالبات جامعة حائل .تكونت عينة الدراسة من (٤٨) طالبة تم إختيارهم بطريقة عشوائية تراوحت اعمارهم بين (١٨-٢٢) بمتوسط حسابى (٢٠.٠٨) وإنحراف

معيارى (١.٠٣), وكشفت نتائج الدراسة عن وجود علاقة عكسية حيث إرتفاع فى مستوى الكفاءة الذاتية الأكاديمية وإنخفاض فى مستوى التسويف الأكاديمى.

فروض الدراسة:

في ضوء ما تم عرضه من إطار نظري والدراسات السابقة، يمكن صياغة فروض البحث الحالي كإجابات محتملة لبعض التساؤلات التي أثارت مشكلة البحث كالتالي:

١- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التسويف الأكاديمى والكفاءة الذاتية الأكاديمية لدى طلاب الجامعة المتفوقين.

٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى التسويف الأكاديمي لدى طلاب الجامعة المتفوقين تُعزى لمتغير التخصص الدراسى لصالح التخصص الأدبى

٣- توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى الكفاءة الذاتية الأكاديمية لدى طلاب الجامعة المتفوقين تُعزى لمتغير التخصص الدراسى لصالح التخصص العلمى .

طريقة الدراسة والإجراءات :

أولاً: منهج الدراسة: استخدمت الباحثة المنهج الوصفى لتحقيق هدف البحث

ثانيا: عينة الدراسة:

١- عينة الدراسة الاستطلاعية:

تكونت العينة الاستطلاعية للدراسة من(٣٠) طالباً وطالبة من طلاب الفرقة الثانية المتفوقين بكلية التربية بالسويس، بمتوسط عمر زمنى قدره(١٩.٠٨) وانحراف معيارى قدره(١٠.١٢) وقد تم اختيارهم بطريقة عشوائية بغرض التحقق من صلاحية أدوات الدراسة للتطبيق على العينة الأصلية.

٢- عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة الأصلية من (١٠٠) طالباً وطالبة من المتفوقين بالشعب الأدبية والعلمية بالفرقة الثانية بكلية التربية جامعة السويس.

ثالثاً: أدوات الدراسة:

١- مقياس التسويف الأكاديمى لدى طلاب الجامعة (إعداد الباحثة)

مرت عملية إعداد المقياس بعدة مراحل حتى وصل إلى صورته النهائية وهى:

- الاطلاع على التراث السيكولوجى الذى تناول التسويف الأكاديمى، وعدد من الدراسات العربية والأجنبية، وكذلك عدد من المقاييس.

- تم بناء مقياس لقياس التسويف الأكاديمى لدى طلاب الجامعة، وقد تكون فى صورته الأولية من (٢٨) عبارة موزعة على (٣) ابعاد :

* البُعد الأول: المعرفى الإدراكى ٩ عبارات

* البُعد الثانى: الانفعالى الوجدانى ١٣عبارة

*البعد الثالث: البُعد السلوكى ٦عبارات

- تم عرض المقياس على (١١) محكماً من أساتذة الجامعة فى كليات التربية والآداب وتم الأخذ بمقترحاتهما وتعديلاتهما الأولية (كحذف العبارات المتكررة والمتشابهة فى المعنى).

الخصائص السيكومترية لمقياس التسويف الأكاديمى:

أولا: صدق مقياس التسويف الأكاديمى:

أ- صدق المحكمين: وذلك بعرضه على مجموعة من المحكمين من اعضاء هيئة التدريس المختصين بكليات التربية والآداب، وقد تمت الاستجابة لآراء المحكمين من حيث إجراء التعديلات اللازمة فى ضوء مقترحاتهم (كحذف العبارات المتكررة والمتشابهة فى المعنى)، وكانت درجة الاتفاق بين المحكمين على عبارات المقياس مرتفعة بلغت (٩٠٪) وبذلك خرج المقياس فى صورته النهائية.

ب- صدق المحك الخارجى: قامت الباحثة بحساب صدق المحك الخارجى للمقياس باستخدام مقياس التسويف الأكاديمى إعداد رياض نائل العاسمى (٢٠١٦) وذلك على العينة الاستطلاعية والتى كان قوامها (٣٠) طالباً وطالبة من طلاب كلية التربية بالسويس، وكانت معاملات الارتباط بين المحك ومقياس التسويف الأكاديمي إعداد الباحثة قدره (٥١٧, .) وهو دال إحصائيا عند مستوى(٠١, ٠).

ثانيا: حساب ثبات مقياس التسويف الأكاديمي لدى طلاب الجامعة المتفوقين:

يشير الثبات إلى الحصول على درجات متشابهة ومتسقة إذا ما أعيد تطبيقه على نفس المجموعة مرتين متتاليتين. وقد تم قياس الثبات بعدة طرق:

أ- الثبات باستخدام معامل ثبات ألفا كرونباخ: تم حساب معامل ثبات ألفا كرونباخ لمقياس التسويف الأكاديمي لدى طلاب الجامعة، وبلغ (٨٠٠, ٠) لمجموع العبارات (٧٣٠,. ،٥١٥,. ، ٦٢٠,.) للأبعاد الفرعية على الترتيب، مما يعنى ثبات المقياس.

جدول (١) قيم معامل ثبات ألفا بحذف درجة المفردة لمقياس التسويف الأكاديمي لدى طلاب الجامعة (ن=٣٠)

رقم المفردة	معامل ألفا	رقم المفردة	معامل ألفا
١	٠,٥٢٨	١٥	٠,٥١٧
٢	,٣٤٩	١٦	-,٠٠٣
٣	,٤٥٢	١٧	,٤٦٤
٤	,٣٥٢	١٨	-٠,٠٦٨
٥	٠,٣٩٠	١٩	-,٢٨٦
٦	,٣٩٦	٢٠	٠,٠٥٤
٧	,٤٩٧	٢١	,٥٤٣
٨	٠,٤٩٨	٢٢	,٢٩٤
٩	٠,٢٣٦	٢٣	,٣٠٤
١٠	٠,٥٣٧	٢٤	٠,٤٥٢
١١	٠,٤٦٢	٢٥	٠,٣٤٩
١٢	٠,١٢٦	٢٦	,٠٦٢
١٣	٠,٤٣٢	٢٧	٠,٢٧١
١٤	,٢٨٥	٢٨	,٤٤٦

ووجدت الباحثة أن العبارات رقم ١٢، ١٦، ١٨، ١٩، ٢٠، ٢٦ درجة ثباتها ضعيفة فقامت بحذفها من المقياس، فأصبح عدد عبارات المقياس فى صورته النهائية (٢٢) عبارة.

ب–حساب ثبات فقرات المقياس باستخدام طريقة التجزئة النصفية:

جدول (٢) حساب ثبات فقرات مقياس التسويف الأكاديمي لدى طلاب الجامعة باستخدام طريقة التجزئة النصفية (ن=٣٠)

	معامل ألفا	معامل الارتباط قبل التصحيح	معامل الارتباط بعد التصحيح (سبيرمان براون)
النصف الأول	٠,٧٩٣	٠,٤٧٢	,٦٤١
النصف الثانى	٠,٥٨٩		

وكما يظهر من جدول (٢) فإن معامل ارتباط قبل التصحيح (٠,٤٧٢)هو معامل ارتباط دال قوى جداً، كما أن معامل الارتباط بعد التصحيح بمعادلة سبيرمان براون بلغ (,٦٤١ .) ,أى أن معامل الثبات قوى ودال إحصائيًا.

ثانيا- مقياس الكفاءة الذاتية الأكاديمية :

مرت عملية إعداد المقياس بعدة مراحل حتى وصل إلى صورته النهائية وهى:

- الاطلاع على التراث السيكولوجى الذى تناول الكفاءة الذاتية الأكاديمية، وعدد من الدراسات العربية والأجنبية، وكذلك عدد من المقاييس الخاصة بالكفاءة الذاتية الأكاديمية، والتى أعدها عدد من الباحثين .

- تم بناء مقياس لقياس الكفاءة الذاتية الأكاديمية لدى طلاب الجامعة ، وقد تكون فى صورته الأولية من (٢٥) عبارة موزعة على (٤) أبعاد هى:

***إدراك الذات ٧ عبارات *الثقة بالنفس ٧ عبارات * الجهد والمثابرة ٥ عبارات**

*** كفاءة إدارة الانفعالات ٦ عبارات**

- تم عرض المقياس على (١١) محكماً من أساتذة الجامعة فى كليات التربية والآداب وتم الأخذ بمقترحاتهما وتعديلاتهما الأولية (كحذف العبارات المتكررة والمتشابهة فى المعنى).

الخصائص السيكومترية لمقياس الكفاءة الذاتية الأكاديمية:

أولا: صدق مقياس الكفاءة الذاتية الأكاديمية:

أ- صدق المحكمين:تم عرض المقياس فى صورته الأولية على مجموعة من المحكمين، بلغ عددهم (١١) محكماً من المختصين فى كليات التربية والآداب وقد تمت الاستجابة لآراء المحكمين من حيث إجراء التعديلات اللازمة فى ضوء مقترحاتهم (كحذف العبارات المتكررة والمتشابهة فى المعنى)، وكانت درجة الاتفاق بين المحكمين على عبارات المقياس مرتفعة بلغت (٩٠٪) وبذلك خرج المقياس فى صورته النهائية وبذلك خرج المقياس فى صورته النهائية.

ب- صدق المحك الخارجى: قامت الباحثة بحساب صدق المحك الخارجى للمقياس باستخدام مقياس الكفاءة الذاتية الأكاديمية إعداد معاوية أبو غزال (٢٠١٣)، وذلك على العينة الاستطلاعية (٣٠) طالباً وطالبة من طلاب الفرقة الثانية المتفوقين بكلية التربية بالسويس، وبلغ معامل الارتباط بين المقياسين (٧٩٦, .) وهو دال إحصائيا عند مستوى(٠١, ٠).

ثانيا- حساب ثبات مقياس الكفاءة الذاتية الأكاديمية لدى طلاب الجامعة المتفوقين:

يشير الثبات إلى الحصول على درجات متشابهة ومتسقة إذا ما أعيد تطبيقه على نفس المجموعة مرتين متتاليتين. وقد تم قياس الثبات بعدة طرق:

أ– الثبات باستخدام معامل ثبات ألفا كرونباخ: تم حساب معامل ثبات ألفا كرونباخ لمقياس الكفاءة الذاتية الأكاديمية لدى طلاب الجامعة، وبلغ (٠,٨٢٥) لمجموع العبارات و (٠,٧٧، ٠,٨٠٤، ٠,٥٩٥، ٠,٧٦١) للأبعاد الفرعية على الترتيب، مما يعنى ثبات المقياس.

معامل ثبات ألفا بحذف درجة المفرد

جدول (٣) قيم معامل ثبات ألفا بحذف درجة المفردة لمقياس الكفاءة الذاتية الأكاديمية لدى طلاب الجامعة (ن=٣٠)

رقم المفردة	معامل ألفا	رقم المفردة	معامل ألفا
١	٠,٣٥١	١٣	٠,٥٣٤
٢	٠,٦٢٧	١٤	٠,٤٨٨
٣	٠,٦٤٤	١٥	-٠,١٤٦
٤	٠,٥١٧	١٦	٠,٤٠٦
٥	٠,٤٢٩	١٧	٠,٣٠٥
٦	٠,٥٥٥	١٨	٠,٠٤٠
٧	٠,٦٦٨	١٩	-٠,٤٤٠
٨	٠,٧٩٤	٢٠	-٠,٦٧٢
٩	٠,٥١٤	٢١	٠,٦٢٩
١٠	٠,٨٢٢	٢٢	٠,٥٥٢
١١	٠,٣٩٤	٢٣	٠,٥٥٢
١٢	٠,٦٢١	٢٤	٠,٤٤٧
		٢٥	٠,٣٣٧

ووجدت الباحثة أن العبارات رقم ١٥، ١٨، ١٩، ٢٠ درجة ثباتها ضعيفة فقامت بحذفها من المقياس، فأصبح عدد عبارات المقياس فى صورته النهائية (٢١) عبارة.

ب– حساب ثبات فقرات المقياس باستخدام طريقة التجزئة النصفية:

تم استخدام معامل الثبات بالتجزئة النصفية كما يتضح من جدول (٤)

جدول (٤) حساب ثبات فقرات مقياس الكفاءة الذاتية الأكاديمية لدى طلاب الجامعة باستخدام طريقة التجزئة النصفية

	معامل ألفا	معامل الارتباط قبل التصحيح	معامل الارتباط بعد التصحيح (سبيرمان براون)
النصف الأول	٠,٨٨٦	٠,٦١٠	٠,٧٥٨
النصف الثانى	٠,٢٧٢		

وكما يظهر من جدول (٤) فإن معامل معامل الارتباط قبل التصحيح (٦١٠, ٠) هو معامل ارتباط دال قوى جداً، كما أن معامل معامل الارتباط بعد التصحيح بمعادلة سبيرمان براون بلغ (٧٥٨, .) ,أى أن معامل الثبات قوى ودال إحصائيًا.

نتائج فرضيات الدراسة:

١- اختبار صحة الفرض الاول ومناقشة نتائجه:

وينص على "توجد علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين التسويف الأكاديمي والكفاءة الذاتية الاكاديمية لدى طلاب الجامعة المتفوقين".

وللتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة باستخدام معامل ارتباط بيرسون بين الدرجة الكلية لكلٍ من التسويف الأكاديمي والكفاءة الذاتية الاكاديمية, والجدول التالى يوضح ذلك.

جدول (٥) معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية للتسويف الأكاديمي والكفاءة الذاتية الاكاديمية للطلاب المتفوقين(ن=٧٠)

	الكفاءة الذاتية الأكاديمية
التسويف الأكاديمي	-٦٢٣, ٠**

ويتضح من الجدول وجود علاقة سالبة دالة إحصائياً بين الدرجة الكلية للتسويف الأكاديمي والدرجة الكلية للكفاءة الذاتية الأكاديمية, مما يشير إلى تحقق الفرض الاول.

وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسات رياض نائل العاسمى (٢٠١٤)؛ وهيفاء بنت جبار المطيري (٢٠١٦) فى وجود علاقة سالبة بين التسويف الأكاديمى والكفاءة الذاتية الاكاديمية. وترى الباحثة ظهور هذه النتيجة بأن التسويف الأكاديمى قد يحدث لأسباب عديدة، منها ما هو داخلى مثل ضعف الثقة بالنفس أو عدم القدرة على تنظيم الوقت، وفرط النشاط، ونقص الوعى، والاستخدام المفرط للانترنت ووسائل التواصل الاجتماعى التى تلهيه عن الدراسة، والأسباب والمؤثرات الخارجية والأسرية التى تتجاوز الكفاءة الأكاديمية الذاتية مثل وجود أصدقاء السوء، ووجود المشكلات الأسرية والاجتماعية التى تشغل بال وتفكير الطالب وتسبب له الكسل والتسويف الأكاديمى.

كما أن استخدام أساليب تدريس تقليدية، ووجود المعلم التقليدى أو غير المنظم أو المتراخى قد يكون من مسببات التسويف الأكاديمى، مهما ارتفعت كفاءة الذات الأكاديمية لدي الطالب .

كما أكدت هذه النتائج وجهة النظر التقليدية بأن التسويف يرتبط بعوامل غير مرغوب فيها فتُعيق عملية التعلم وإنجاز المهام والواجبات الأكاديمية فى الوقت المحدد لها, وهذا ما أشارت

العديد من الدراسات السابقة التى تم عرضها. ويتفق هذا التفسير بشكل كبير مع نظرية الحليل النفسى لفرويد(السلمى ,٢٠١٥).

٢– اختبار صحة الفرض الثانى ومناقشة نتائجه:

وينص على " توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى التسويف الأكاديمي لدى طلاب الجامعة المتفوقين تُعزى لمتغير التخصص الدراسى لصالح التخصص الأدبى "

للتحقق من صحة الفرض استخدمت الباحثة اختبار(ت)للفروق بين المتوسطات تبعاً لمتغير التخصص(أدبي– علمي)للتسويف الأكاديمي لدى طلاب الجامعة المتفوقين، وكانت النتائج كالتالى:

جدول (٦) اختبار(ت) للفروق بين المتوسطات تبعا لمتغير التخصص الدراسى فى التسويف الأكاديمي لدى طلاب الجامعة المتفوقين (ن=٧٠)

	التخصص	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجات الحرية	مستوى الدلالة
التسويف الأكاديمي	الأدبي	٥٢	٥٧,٦٣	١٣,٢٨	٠,٢١٠	٦٨	٠,٠٣٥
	العلمي	١٨	٥٦,٩٤	٦,٩١			

ومن خلال النتائج التى توصلت اليها الدراسة تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين متوسطات درجات التسويف الأكاديمي لدى طلاب الجامعة المتفوقين تُعزى لمتغير التخصص الدراسى لصالح التخصص الأدبى، فقد بلغت قيمة ت(٠,٢١٠) عند مستوى دلالة (٠,٠٣٥). وتختلف مع نتائج دراسة هيفاء بنت جبار المطيري (٢٠١٦) وفى ضوء ما سبق فقد تحقق صحة الفرض الثانى.

تفسر الباحثة ظهور تلك النتيجة أنه قد يرجع سبب الإختلاف إلى أن طبيعة التخصص الأدبى والمواد الأدبية تعتمد على كثير من المهام والأبحاث الأكاديمية وعلى الطالب إتمام الكثير من المهام الأكاديمية وتنفيذها فى نفس الوقت مايجعله ينفر ويلجأ إلى تسويف بعضها. ويُضيف هانوك (Hannok,2011) أنه فى الغالب تظهر الأفكار غير العقلانية لدى من يلجأ إلى سلوك التسويف الأكاديمى بسبب خوفه من الفشل أو ضعف قدراته فى إنجاز المهام المطلوبة منه. كما أن سمات الشخصية لها تأثير كبير على كل تلك المتغيرات ، فالتسويف الأكاديمي يتأثر بسمات الفرد الشخصية وقناعاته، وصورته عن نفسه، وإيمانه بقدراته، وثقته بنفسه، وإيجابيته، ودافعيته، ورغبته فى السعى ونجاحه فى وضع الأهداف، والإصرار على تحقيقها مهما واجه من صعوبات أو عقبات، فلا يسوِّف، أو يتكاسل عن مهامه، كما أنه لا يضع أهدافاً وطموحات غير

واقعية وعالية يعلم أنها تفوق قدراته ولن يقدر على تحقيقها. وتلك السمات الشخصية لا ترتبط بنوع الشخص، بل بثقته بنفسه، ودرجة دافعيته. وهذا ما آلت اليه النظريه المعرفية حيث أن سلوك التسويف مرتبط بما يحمله الفرد من أفكار ومعتقدات تظهر من خلال القدرة على إنهاء المهام أو عدم إنهائها (Jardat,2004).

٣- اختبار صحة الفرض الثالث ومناقشة نتائجه: ينص على " توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى الكفاءة الذاتية الأكاديمية لدى طلاب الجامعة المتفوقين تُعزى لمتغير التخصص الدراسى لصالح التخصص العلمى.

للتحقق من صحة الفرض استخدمت الباحثة اختبار (ت) للفروق بين المتوسطات تبعاً لمتغير التخصص (أدبي- علمي) للكفاءة الذاتية الأكاديمية لدى كل من طلاب الجامعة المتفوقين، وكانت النتائج كالتالى:

جدول (٧) اختبار(ت) للفروق بين المتوسطات تبعا لمتغير التخصص الدراسى فى الكفاءة الذاتية الأكاديمية لدى طلاب الجامعة المتفوقين (ن=٧٠)

	التخصص	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجات الحرية	الدلالة
الكفاءة الأكاديمية	أدبي	٥٢	٨٠,٨٠	١٠,٣٧	١,١٠٨	٦٨	٠,٢٧٢
	علمي	١٨	٨٣,٧٢	٦,٨٧			

ومن خلال النتائج التى توصلت اليها الدراسة تبين يتضح من جدول (٧) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين متوسطات درجات الكفاءة الذاتية الأكاديمية لدى طلاب الجامعة المتفوقين تُعزى لمتغير التخصص الدراسى، فقد بلغت قيمة ت (١,١٠٨) عند مستوى دلالة (٠,٢٧٢). وتتفق نتائج هذا الفرض مع نتائج دراسة (خالد ذكى الربابعة، ٢٠١٣). وفى ضوء ما سبق لم يتحقق الفرض الثالثة.

تفسر الباحثة ظهور تلك النتيجة بعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية فى الكفاءة الذاتية الأكاديمية لدى طلاب الجامعة المتفوقين تُعزى لمتغير التخصص الدراسى، إلى مدى قناعة الطالب الذاتية بقدرته على حل المشكلات التى تواجهه والتغلب عليها وكذلك ثقته فى قدراته ومهارته تُعد من أهم مؤشرات حول تصور مدى كفائته الذاتية الأكاديمية, وأن إختلاف التخصص ليس له تأثير كبير على الطالب بقدر مدى ثقة الطالب بقدرته على اداء مهامه الأكاديمية ومدى الجهد المبذول فى عملية التعلم وتحقيق الأهداف والمثايرة فى إكمال المهام. بل أن السلوك الإنسانى يمكن تفسيره من خلال المقابلة بين السلوك وبين مختلف العوامل المعرفية والشخصية

والبيئية المحيطة بالفرد العتبى (٢٠٠٩), ويتفق هذا التفسير بشكل كبير مع نظرية فاعلية الذات ويؤكد باندورا أن نظرية فاعلية الذات لا تهتم بالمهارات التى يمتلكها الفرد فقط بل وما يستطيع الفرد فعله بالمهارات التى يمتلكها(الجاسر, ٢٠٠٨).

توصيات الدراسة:

بعد استعراض الإطار النظرى، والدراسات السابقة، والمعالجة الإحصائية لمتغيرات وفروض الدراسة، خلصت الباحثة إلى مجموعة توصيات متعلقة بموضوع الدراسة الحالية وهى:

١– توفير برامج إرشادية لتنمية مهارات وقدرات الطلاب عامةً، والمتفوقين بشكل خاص وتنمية الكفاءة الذاتية الأكاديمية لديهم.

٢– إجراء المزيد من الدراسات حول التسويف الأكاديمي، وكيفية خفضه لدى طلاب الجامعة.

٣– تقديم دورات وتدريبات مستمرة للطالب الجامعى حول كيفية تنظيم وقته، والاستفادة من المصادر المتاحة حوله لتحقيق تعلم أكثر فائدة ومعنى.

٤– تقديم برامج تدريبية وإرشادية لأساتذة الجامعة حول أحدث وأفضل الطرق التدريسية التى تشبع احتياجات الطلاب المتفوقين دون زيادة الضغط النفسي والأكاديمي لديهم.

٥–اعتماد معايير أخرى متنوعة وحديثة لتقييم الطلاب المتفوقين بجانب الطرق التقليدية تتلائم مع العصر الحديث.

بحوث مستقبلية:

١– فعالية برنامج إرشادي قائم على استراتيجيات اليقظة الذهنية لخفض التسويف الأكاديمي لدى طلاب الجامعة.

٢– فعالية برنامج إرشادي لخفض الشعور بالخزي الأكاديمي وتنمية الكفاءة الذاتية الأكاديمية لدى طلاب الجامعة.

٣– دراسة التسويف الأكاديمي وعلاقته بالضغوط الأكاديمية لدى طلاب الجامعة.

٤–دراسة التسويف الأكاديمي وعلاقته بالاستخدام المفرط لوسائل التواصل الاجتماعى لدى طلاب الجامعة .

المراجع

معاوية أبو غزال (٢٠١٢). التسويف الأكاديمي: انتشاره وأسبابه من وجهة نظر الطلبة الجامعيين. *المجلة الاردنية في العلوم التربوية*, ٨(٢), ١٣١-١٤٩.

ازدهار الشقاحين (٢٠١٥). التسويف الأكاديمى وعلاقته بالفاعلية وقلق الامتحان لدى طلبة جامعة مؤتة, *رسالة ماجستير*, جامعة مؤتة, الأردن.

حيدر البديري (٢٠١٧). فاعلية المدونة الإكترونية ضمن مهمات علمية في التحصيل والكفاءة الذاتية الأكاديمية لدى طلبة الصف الثاني المتوسط في مادة الفيزياء. رسالة ماجستير غير منشورة، قسم العلوم التربوية النفسية، كلية التربية، جامعة القادسية.

فاطمة الجهورية, وسعيد الظفرى (٢٠١٨). علاقة الكفاءة الذاتية الأكاديمية بالتوافق النفسى لدى طلبة الصفوف من ٧-١٢ فى سلطنة عمان. *مجلة الدراسات التربوية والنفسية*, جامعة السلطان قابوس, ١٢(١) ١٦٣-١٧٨.

أحمد محمد عبدالمجيد الزعبي (٢٠١٧). التسويف الأكاديمي وعلاقته بكل من فاعلية الذات الأكاديمية وقلق المستقبل لدى عينة من طلبة جامعة دمشق, *مجلة جامعة دمشق للعلوم التربوية والنفسية*, ٣٣ (١), ٤٤١- ٤٨٤.

البندري عبد الرحمن الجاسر (٢٠٠٨) . الذكاء الانفعالى وعلاقته بكل من فاعلية الذات وإدراك القبول – الرفض الوالدي لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة أم القرى. *رسالة ماجستير غير منشورة*، كلية التربية، جامعة أم القرى، مكة المكرمة، السعودية.

بندر بن محمد العتيبي (٢٠٠٩). إتخاذ القرار وعلاقته بكل من فاعلية الذات والمساندة الاجتماعية لدى عينة من المرشدين الطلابيين لمحافظة الطائف. *بحث متقدم على درجة الماجستير في علم النفس*, جامعة أم القرى السعودية.

أحمد المصري (٢٠١١). قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح الأكاديمي لدى عينة من طلبة جامعة الأزهر بغزة. *رسالة ماجستير*، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.

نيفين عبد الرحمن المصري (٢٠١١) . قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح الأكاديمي لدى عينة من طلبة الأزهر . *رسالة ماجستير*, جامعة الأزهر بغزة, فلسطين.

شيخة مرداس عليان المطيري (٢٠١٧).الكمالية العصابية وعلاقتها بفاعلية الذات الأكاديمية لدى عينة من طالبات جامعة شقراء. *مجلة البحث العلمي في التربية*، جامعة عين شمس, ١٢(١٨).

منى سلطان باهبري (٢٠١١). اكتشاف الموهوب، حوارات حية، http://www.lahaonline.com/livedialouges/22

نافز أحمد بقيعي (٢٠١٦). الفاعلية الذاتية التدريسية لدى معلمى وكالة الغوث الدولية فى الأردن فى ضوء بعض المتغيرات . *مجلة درسات العلوم التربوية* ,٤٣(٢), ٥٩٧– ٦١٨.

عطيه محمد سيد أحمد (٢٠٠٨). التلكؤ الأكاديمي وعلاقته بالدافعية للإنجاز والرضا عن الدراسة لدى طلاب جامعة الملك خالد بالمملكة العربية السعودية. *المكتبة الإلكترونية لأطفال الخليج ذوي الاحتياجات الخاصة*. www.gulf.kiks.com

حسام حميد عباس (٢٠١٧). التسويف الاكاديمي وعلاقته بالإخفاق المعرفي لدي طلبه الاعدادية. *رسالة ماجستير*, كليه التربية, جامعه القادسية.

احمد ثابت فضل (٢٠١٤). التلكؤ الأكاديمي وعلاقته بمهارات إدارة الوقت والرضا عن الدراسه لدى عينة من طلاب الجامعة . *رابطة التربويين العرب* , (٥١), ٢٨٧–٣٣٠.

عبدالرحمن مصيلحي, ونادية الحسيني (٢٠٠٤). التلكؤ الأكاديمى لدى عينة من طلبة وطالبات الجامعة وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية. *مجلة كلية التربية*, جامعة الأزهر, ١٢٦(١), ٣٤ – ٧٨.

Akdemir, O.A.(2019).Academic Procrastination Behaviors of Preservice Teachers in Turkish Context,*World Journal of Education*,9(2),13-21.

Alkfare, W. M.(2022). The effectiveness of the rational emotive therapy in improving academic self-efficacy and reducing academic procrastination among students of Hail University. *Journal of Education*, 2 (93),1-24.

Al-Momani, F., Al- Rabadi ,W., Freihal,A. (2017). Self - Concept and Its Relationship with Academic Procrastination Among the Secondary stage Students at Ajloun Governorate. *Journal of Education and Practice*.8(23),1 16.

Balkis , M .E . & Duru, E. (2016). Procrastination, self-regulation failure , academic life satisfaction, and affective well-being: under

regulation or mis regulation form, *European Journal of Psychology of Education* , 31, 3, 439-459.

Custer, N. R. (2018). Test anxiety and academic procrastination among pre-licensure nursing students. *Nursing Education Perspectives*, 39(3), 162 - 163. Doi: 10.1097/01.NEP.0000000000000291 .

Dash, S.K. & Ramaprabou, V. (2018). Academic Procrastination and Self Efficacy among College Students. *International Journal of Recent Scientific Research*, 9 (3), 25029-25031. DOI:http://dx.doi.org/10.24327/ijrsr.2018.0903.1776.

Ferrari, J. R., & Roster, C. A. (2018). Delaying disposing: Examining the relationship between procrastination and clutter across generations. *Current Psychology*, 37, 426-431.

Gendron, A. (2011). Active procrastination, self-regulated learning and academic achievement in university undergraduates. *Unpublished Master's thesis*, University of Victoria.

Grunschel, C., Patrzek, J., & Fries, S. (2013). Exploring different types of academic delayers: A latent profile analysis. *Learning and Individual Differences*, 23, 225–233. doi: org/ 10.1016/j.lindif.2012.09.014.

Hannok. w. (2011). Procrastination and Motivation Beliefs of Adolescents: A Cross-Cultural Study. *Doctoral dissertation*, presented to the Facuity of Graduate Studies and Research.Edmonton, Alberta.

Hamachek, D.(1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism . *Psychology* , 15 , 27-33.

Hooda,M., & Saini,A.(2016) .Academic Procrastination; A Critical Issuue for Consideration. Indian Journal Of Applied Research , 8, 98.

Hussain,I. & Sultan, S. (2010). Analysis of procrastination among university students. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5, 1897–1904.

Jaradat, A. (2004). Test anxiety in Jordanian students: Measurement, correlates and treatment. *Doctoral dissertation, Phillipsuniversity of Marburg,* Germany.

McCown, W., Petzel, T., & Rupert, P. (1987). An experimental study of some hypothesized behaviors and personality variables of college student procrastinators. *Personality and Individual Differences*, 8(6), 781-786. doi: 10.1016/0191-8869(87)90130-9

Noonan, P. M., & Gaumer Erickson, A. S. (2018). The skills that matter: Teaching interpersonal and intrapersonal competencies in any classroom. Corwin.

Piza, F., Kesselheim, J. C., Perzhinsky, J., Drowos, J., Gillis, R., Moscovici, K., Danciu, T. E., Kosowska, A., & Gooding, H. (2019). Awareness and usage of evidence-based learning strategies among health professions students and faculty. *Medical teacher,* 41(12), 1411-1418. https://doi.org/10.1080/0142159X.2019.1645950

Sadeghi, H.; Hajloo,N.&Emami, F . (2011). The study of relationship between obsessive beliefs and procrastination among students of Mohagheghe students of mohagheghe ardabili and Marageh universities. *Procedia - social and behavioral sciences*, (30), 292-296.

Soltani, Z., Jamali, N., Khojasteniam, A., & Dargahi, S. (2016). Role of self-efficacy and psychological resiliency in academic procrastination of students. *Educ Strategy Med Sci*, *9*(4), 277-84.

Abstract: The current study aims to investigate to the relationship of academic procrastination and Its Relation to Academic Self Efficacy for Academically Excellent University Students at the Faculty of Education, University of Suez, The study sample comprised 70 Excellent University Students, the researcher used the descriptive curriculum, and the measures of academic procrastination and Academic Self Efficacy were developed by the author. The findings of the study revealed that there is a statistically significant negative correlation at the level of (5.0) between total score of academic procrastination and Academic Self Efficacy for Academically Excellent University Students, and The results also showed that there are statistically significant differences in academic procrastination for Academically Excellent University Students study specialization, There were statistically significant differences in perfectionism due to the gender variable for female Excellent and ordinary University Students, and There were no statistically significant differences in perfectionism due to the variable of study specialization.

Keywords: academic procrastination - Academic Self Efficacy - excellence.