التسويف الأكاديمي وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومفهوم الذات الأكاديمي لدى المراهقات المتمدرسات (دراسة ميدانية بثانوية حسيبة بن بوعلى-القبة- الجزائر العاصمة)

Academic procrastination and its relationship to both self-efficacy and the academic self-concept of adolescent's schoolgirls

(Empirical study in secondary school Hassiba ben bouali kouba Algiers)

نشيدة بولجاج *

جامعة محمد لمين دباغين سطيف 2 (الجزائر)، n.bouldjadj@univ.setif2.dz

تاريخ الاستقبال: 2024/12/28؛ **تاريخ القبول**: 2024/03/22؛ **تاريخ النشر**: 2024/05/20

ملخص: هدفت الدراسة الحالية الكشف عن العلاقة بين التسويف الأكاديمي وكل من فعالية الذات ومفهوم الذات الأكاديمي لدى المراهقات المتمدرسات، ومن أجل تحقيق أهداف الدراسة تم الاعتماد على مقياس التسويف الأكاديمي، ومقياس الفعالية الذاتية، ومقياس مفهوم الذات الأكاديمية، على عينة بلغ حجمها153 مراهقة متمدرسة، تم اختيارهم بالطريقة القصدية، وبعد المعالجة الإحصائية للبيانات، فقد أسفرت النتائج على أن مستوى التسويف الأكاديمي لدى المراهقات المتمدرسات متوسط، كما أسفرت النتائج أيضا إلى وجود علاقة عكسية بين كل من التسويف الأكاديمي وكل من فاعلية الذات ومفهوم الذات الأكاديمي، ووجود علاقة طردية بين كل من فاعلية الذات ومفهوم الذات الأكاديمي لدى عينة الدراسة .

الكلمات المفتاح : التسويف الأكاديمي ؛ الفعالية الذاتية ؛ مفهوم الذات الأكاديمي؛ المراهقات المتمدرسات

Abstract: The current study aimed to revel the relationship between academic procrastination and self-efficacy and academic self-concept of adolescent schoolgirls. In Oder to achieve the objectives of the study, the academic procrastination scale, and self-efficacy measure, and academic self-concept measure was administered to a sample of 153 students, selected on a poem method. After the statistical processing of the data, the results found that the level of academic procrastination adolescent schoolgirls is average. The results also resulted in an inverse relationship between academic procrastination and both self-efficacy and academic self-concept, the existence of an expulsive relationship between both self-efficacy and the academic self-concept of the study sample.

Keywords: academic procrastination ; self-efficacy ; academic self-concept ; adolescent schoolgirls

* المؤلف المرسل .

I- الإشكالية :

يعتبر التسويف من السلوكات الأكثر شيوعا في المجتمعات حيث التنشئة الاجتماعية تحكمها الإتكالية والوصاية والثقافة الأبوية، ناهيك على تبدل طرق التدريس والمناهج مما جعلها تتمكن من نفسية المراهق المتمدرس، فهي ظاهرة متعددة الأبعاد تؤثر بشكل كبير على مختلف جوانب حياة المراهق، عادة ما يتم تعلمها من الأسرة، بطريقة غير مباشرة عن طريق تأجيل المهام لوقت لاحق، لذلك فإن هناك العديد من المقاربات سواء كانت اقتصادية أو اجتماعية أو نفسية...لهذه الظاهرة. وسيتم تناول الموضوع من خلال المقاربة النفسية الأكاديمية.

فتعرض المتمدرسين المراهقين لضغوط عديدة في الحياة المدرسية تؤدي إلى مجموعة من المشاكل السلوكية والأكاديمية وقد يكون التسويف الأكاديمي إحدى هذه المشكلات. وقد ثبت ذلك من خلال عدة مؤشرات، مثل تأجيل تقديم الواجبات المطلوبة في الوقت المناسب، وتأجيل تسليمها، والتحضير للاختبارات اللحظة الأخيرة، وطلبات التأجيل المتكررة بسبب عدم إتمام هذه الواجبات، أو عدم وجود دافعية لهذه الدراسة أو تلك... بالإضافة إلى مؤشرات الأخرى لهذه الظاهرة.

ويعرف ستيل(Steel,2007) التسويف الأكاديمي بأنه" تأخير غير منطقي للمهمات على الرغم من معرفة الآثار السلبية المترتبة عليها"، كما يعرفها كل من إليس ونوس(Ellis et Knauss,2002) بأنه "عبارة عن الميل للتأجيل المهمات والواجبات المطلوبة من الفرد إلى وقت لاحق،مع إيجاد الأعذار لذلك حتى يتجنب الشعور بالذنب".(حومل،2021،ص263)

وفي هذا الإطار فقد لمسنا في السنوات الأخيرة سلوكات تسويفية بشكل كبير في أوساط المراهقين المتمدرسين وخاصة مع التطور التكنولوجي الحاصل في العالم، وكذا تطور وسائل الاتصال بشكل خاص من هاتف محمول وغيرها من وسائل التواصل الاجتماعي التي يستعملها المراهقين المتمدرسين لتواصل سواء مع الأهل أو الزملاء ...، حيث أظهرت نتائج كل من دراسة أبو غزال(2012)، والمومني وآخرون(2017)، و هي (He,2017) أن انتشار ظاهرة التسويف الأكاديمي في أوساط الطلبة كانت بدرجة متوسطة.

ويمكن تفسير هذه الظاهرة لدى المراهقين المتمدرسين من وجهات نظر مختلفة باعتبارها ظاهرة مركبة ومعقدة يقف وراء تكوينها مكونات معرفية وانفعالية وسلوكية، حيث يرجع التسويف من الناحية السلوكية إلى ضعف مهارات إدارة الوقت، وتفضيل المراهق للأنشطة السارة والمكافأة الفورية. بينما ينظر أصحاب التحليل النفسي إليه بأنه ثورة ضد المطالب المبالغ فيها أو التسامح المبالغ فيه من قبل الآباء.

أما من الناحية المعرفية فيعزى التسويف للأفكار غير منطقية والخاطئة والمعتقدات غير العقلانية، والإسناد، والوقت، واحترام الذات، والتفاؤل، واستراتيجيات إعاقة الذات، حيث يرى اليس ولإيمونز(1995) أن التسويف اضطراب انفعالي ينتج عن المعتقدات غير المنطقية كعدم الإيمان بالقدرة على إكمال المهمة. أما من الناحية الانفعالية فيرتبط بالخوف اللاعقلاني من النجاح أو الفشل مما يؤدي إلى تجنب العصابي من الموقف.

كما يؤكد باندورا (1997) أن التسويف يتعلق بفاعلية الذات فكل ما نؤمن به عن أنفسنا يؤثر بشدة على اختيار مهمتنا، ومستوى الجهد، والمثابرة، والمرونة، وكيفية أدائنا، فالمعتقدات غير العقلانية للمراهق المتمدرس تؤثر على أداءه بشكل مباشر أو غير مباشر، من خلال أفكاره التي تدفعه إلى دفع مهمة أو إرضاء سلوك المماطلة الذي يؤدي إلى الفشل.

فالتسويف هو أحد الظواهر التي تؤثر على فاعلية الذات لدى المراهقين المتمدرسين هذا من ناحية(عبود،2016)، ومن ناحية أخرى فاعلية الذات تحتل مركزا رئيسا في تفسير القوة الإنسانية، فهي تمثل الثقة المدركة للذات في الأداء لمهمة أكاديمية، أي تؤثر في أنماط التفكير والتصرفات، والاستثارة الانفعالية، كما تعد من المؤشرات القوية للتنبؤ بالسلوك التسويفي.(رحيم،نمر،2013)

وفي هذا الصدد عرف بندورا(1977) فاعلية الذات على أنها الأحكام التي يكونها الفرد على قدراته ومهاراته في النجاح في أداء مهمة معينة، وتمثل معتقدات الأفراد حول مقدرتهم على التحكم في الأحداث التي تؤثر في حياتهم، وتحدد الأنشطة التي يقومون بتحاشيها.

وفي إطار الدراسات التي تناولت التسويف الأكاديمي وعلاقته بالفعالية الذاتية، فقد أثبتت العديد من الدراسات مثل (فيراري،باركر،آندوير،1992)، و(هيكوك وآخرون،1998)، (ستيل،2007)، (تاكمان، 1991)، و(لترز،2003)، وآزار(Azar ,2013) (Robert,2008,p916)، ورياض نائل العاسمي(2013) وجود علاقة عكسية بين التسويف الأكاديمي وفاعلية الذات.

وباعتبار أن فاعلية الذات مركزا مهما في توجيه سلوك المراهق المتمدرس لتحقيق أهدافه الشخصية، إذ أن الأحكام والمعتقدات التي يمتلكها الفرد حول قواته تمثل مرآة معرفية تشعره بقدرته على التحكم في البيئة بما يسهم في زيادة قدرته على الانجاز الأكاديمي ورفع مستوى مفهوم الذات الأكاديمي.

وفي هذا السياق يرى بيشف أن فعالية الذات ترتبط بدرجة كبيرة بمفهوم الفرد عن ذاته، لأن الذات تمثل مركز الشخصية التي تتجمع حولها كل النظم الأخرى، وهي أسلوب الفرد المعبر عن حياته، فالذات المبدعة هي القادرة على تحقيق أهدافها من خلال إدراك الفرد لفعاليته الذاتية التي تكونت نتيجة التفاعل مع الآخرين(المخلافي،2010،ص484). ففعالية الذات تعتبر من العوامل الأساسية في إظهار مدى شعور الفرد بالثقة في نفسه وتقدير لذاته في الوسط المدرسي. إذ ينظر لمفهوم الذات الأكاديمية أنها الحكم على المراهق المتمدرس لقدرته في سياق الأكاديمي أو التعلم، وهناك تمييز بين مفهوم الذات الأكاديمي العام الذي يعد مؤشر جيدا للانجاز الأكاديمي.

فمفهوم الذات الأكاديمي يشير إلى الذات المدركة أي إلى معارف المراهقين المتمدرسين ومدركاتهم عن أنفسهم وعن مواقف التحصيل، حيث يؤكد الباحثين مثل(Liu&Wang,2005)، (Freeman,2008) ،(Ferla et al,2009)على تعددية بنية مفهوم الذات الأكاديمية وأنها تتضمن مقارنات داخلية وخارجية، أي أنها محددة بتصورات أكاديمية واجتماعية وشخصية يكونها المراهقين المتمدرسين في بنية هرمية، إذ تعتمد بشكل كبير على معلومات المقارنة الاجتماعية وتعكس تقديرات الآخرين لها، في حين نجد أن فعالية الذات لا تتطلب مقارنة الأداء المراهقين المتمدرسين بأقرانه.

ومن بين الدراسات التي تناولت التسويف الأكاديمي وعلاقته بمفهوم الذات الأكاديمية نجد دراسة كل من إماديان وباشا(Emadian&Pasha,2016)، وخميسات (2016)، والمومني وآخرون(2017) التي توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية عكسية بين التسويف الأكاديمي ومفهوم الذات الأكاديمية ،أما عبد الهادي مُحَمَّد صوالحة وأحمد مُحَمَّد صوالحة (2018) فقد توصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التسويف الأكاديمي ومفهوم الذات الأكاديمي.

وتأسيسا لما تقدم، يبدوا جليا أن التسويف يعد من السلوكات الأكثر شيوعا في المجتمعات حيث التنشئة الاجتماعية تحكمها الإتكالية والوصاية والثقافة الأبوية، ناهيك على تبدل طرق التدريس والمناهج مما جعلها تتمكن من نفسية المراهقين المتمدرسين. من هذا

المنطلق جاءت الدراسة الراهنة، لدراسة العلاقة بين التسويف الأكاديمي وكل من الفعالية الذاتية ومفهوم الذات الأكاديمي لدى المراهقات المتمدرسات. ولذلك يمكن تحديد مشكلة الدراسة في التساؤلات التالية:

- ما مستوى التسويف الأكاديمي لدى المراهقات المتمدرسات؟
- هل توجد علاقة إرتباطية بين التسويف الأكاديمي وفاعلية الذات لدى المراهقات المتمدرسات؟
- هل توجد علاقة إرتباطية بين التسويف الأكاديمي ومفهوم الذات الأكاديمي لدى المراهقات المتمدرسات؟
- هل توجد علاقة إرتباطية بين فاعلية الذاتية ومفهوم الذات الأكاديمي لدى المراهقات المتمدرسات؟
- هل توجد علاقة إرتباطية بين التسويف الأكاديمي وكل من فاعلية الذات ومفهوم الذات الأكاديمي لدى المراهقات المتمدرسات؟

1. فرضيات الدراسة وأهدافها وأهميتها:

أ. الفرضيات:

- مستوى التسويف الأكاديمي لدى المراهقات المتمدرسات متوسط.
- توجد علاقة إرتباطية بين التسويف الأكاديمي وفاعلية الذات لدى المراهقات المتمدرسات.
- توجد علاقة إرتباطية بين التسويف الأكاديمي ومفهوم الذات الأكاديمي لدى المراهقات المتمدرسات.
- توجد علاقة إرتباطية بين فاعلية الذات ومفهوم الذات الأكاديمي لدى المراهقات المتمدرسات.
- توجد علاقة إرتباطية بين التسويف الأكاديمي وكل من فاعلية الذات ومفهوم الذات الأكاديمي لدى المراهقات المتمدرسات.

ب. أهداف الدراسة: سعت الدراسة إلى تحقيق الأهداف الآتية:

- التعرف على مستوى التسويف الأكاديمي لدى المراهقات المتمدرسات.
- الكشف عن طبيعة العلاقة بين التسويف الأكاديمي والفعالية الذاتية لدى المراهقات المتمدرسات.
- الكشف عن طبيعة العلاقة بين التسويف الأكاديمي و مفهوم الذات الأكاديمي لدى المراهقات المتمدرسات.
- الكشف عن طبيعة العلاقة بين الفعالية الذاتية و مفهوم الذات الأكاديمي لدى المراهقات المتمدرسات.
- الكشف عن طبيعة العلاقة بين التسويف الأكاديمي وكل من الفعالية الذاتية ومفهوم الذات الأكاديمي لدى المراهقات المتمدرسات.

ت. أهمية الدراسة: تكمن أهمية الدراسة في الآتي:

- تتجلى أهمية الدراسة في إمكانية معرفة مستوى التسويف الأكاديمي لدى المراهقات المتمدرسات، والذي يكشف لنا حجم هذه الظاهرة في المؤسسات التعليمية.

- تأتي أهمية الدراسة كونها تجري في البيئة الجزائرية، كونها تفتقر نوعا ما لمثل هذه الدراسات الميدانية، وخاصة في مرحلة التعليم الثانوي.

- تكمن أهمية الدراسة في إلقاء الضوء على أهم العوامل المؤثرة على فاعلية الذات ومفهوم الذات الأكاديمي لدى المراهقات المتمدرسات لمعالجتها.

– تزيد من أهمية الدراسة نظرا قلة الدراسات التي تناولت العلاقة بين التسويف الأكاديمي وكل من فاعلية الذات ومفهوم الذات الأكاديمي لدى المرهقات المتمدرسات في حدود علم الباحثة.

2. الضبط الإجرائي للمفاهيم :

- **التسويف الأكاديمي:**

يعرف التسويف الأكاديمي بأنه: "فشل الطالب في أن يكمل واجبا أكاديميا ضمن الوقت المطلوب أو المفترض أن يتم انجازه خلاله.ويوصف بأنه التأخير غير الضروري للنشاطات التي ينوي الشخص في النهاية أن يتمها".(الأحمدي، ياسين،2018،ص18)،كما يعرف بأنه:"الميل إلى تأجيل المهام الأكاديمية والمصحوبة بالمشاعر السلبية".(هادي،2021،ص104)

في هذه الدراسة تبنينا تعريف فيصل وصالح (2016):"هو سلوك يتضمن تأجيل وتأخير الطالب أداء واجبات ومواعيده الدراسية بطريقة تؤدي إلى تراكمها وصعوبة القيام بها فيما بعد". (فيصل وصالح،2016، ص:152)

وتعرفه الباحثة **إجرائيا** بأنها: الدرجة الكلية التي يتحصل عليها المبحوث عند إجابته على عبارات مقياس التسويف الأكاديمي لـ المومني وآخرون (2017) المستخدم في الدراسة الحالية.

- **الفعالية الذاتية:**

يعد مفهوم الفعالية الذاتية من أهم مفاهيم علم النفس الحديث، لما لها من دور حيوي تؤديه لدفع السلوك وتوجيهه واستمراره، فهو معيار النجاح في مختلف مجالات الحياة. (لونيس،2020، ص108)

كما يعرفها كار (Carr,2004,pp:207-208) بأنها:" معتقدات الفرد في قدراته على تنظيم وأداء المهام ضمن مجال محدد لكي يؤدي بفاعلية أهداف محدد".

ويعرفها إلياس (Elias,2008) بأنها:"ثقة الطالب بقدرته على النجاح في المهمات الأكاديمية الصعبة". (الزغبي،2017، ص448)

في هذه الدراسة تبنينا تعريف أبورزق وجردات (2012):" هو معتقدات الفرد حول قدرته على إنجاز مهماته الأكاديمية بنجاح". (مُحَمَّد أبو أزريق، عبد الكريم جرادات،2012، ص:19)

وتعرفه الباحثة **إجرائيا** بأنها: الدرجة الكلية التي يتحصل عليها المبحوث عند إجابته على عبارات مقياس لـ نادية سراج جان (2000) المستخدم في الدراسة الحالية.

- **مفهوم الذات الأكاديمي:**

يعرف ساقون وكرولي (Sagone,Caroli,2014) مفهوم الذات الأكاديمي بأنه:" القدرة المدركة للذات داخل مجال أكاديمي معين".(تعلب،2017،ص276)

في هذه الدراسة تبنينا تعريف جماغ (2016):" هو مجموعة الأفكار والمشاعر والاتجاهات المدركة التي يكونها الفرد حول نفسه نتيجة خبراته الشخصية والاجتماعية، والتي تنعكس على سلوكه وتصرفاته ونظرته إلى نفسه ونظرة الناس إليه.(جماغ،2016)

وتعرفه الباحثة **إجرائيا** بأنها: الدرجة الكلية التي يتحصل عليها المبحوث عند إجابته على عبارات مقياس لـ الجنيدي وتلاحمة (2018) المستخدم في الدراسة الحالية.

- **المراهقة المتمدرسة:**

وهم التلميذات الإناث المتمدرسات في مرحلة التعليم الثانوي والتي تتراوح أعمارهن ما بين (15 و19 سنة)، واللاتي يزاولن دراستهن بثانوية الحسيبة بن بوعلي بالقبة بالجزائر العاصمة في السنة الدراسية 2022-2023.

II – إجراءات الدراسة الميدانية :

- **منهج الدراسة:**

تتطلب مقتضيات البحث العلمي تحديد نوع المنهج المتبع من طرف الباحث، وذلك بغرض التوصل إلى نتائج موضوعية ودقيقة موثوق فيها قابلة للتحليل والتفسير والتأويل. وعلى هذا الأساس فإن المنهج المناسب الذي اعتمدت عليه هذه الدراسة يتمثل في المنهج الوصفي بأسلوبي الاستكشافي والارتباطي والذي يعتمد على جمع الحقائق والبيانات وتصنيفها ومعالجتها وتحليلها تحليلاً كافياً ودقيقاً لاستخلاص دلالتها والوصول إلى نتائج أو تعميمات عن الظاهرة.

- **حدود الدراسة:** اقتصرت الدراسة الحالية على الحدود التالية:

- ✓ **الحدود المكانية:** تم تطبيق هذه الدراسة في ثانوية حسيبة بن بوعلي بالقبة الجزائر بالعاصمة.
- ✓ **الحدود الزمنية:** تم إجراء الدراسة الحالية ميدانيا خلال الموسم الدراسي2023/2022.
- ✓ **الحدود البشرية:** طبقت هذه الدراسة على التلميذات المتمدرسات في مرحلة التعليم الثانوي.

- **عينة الدراسة:**

بعد تعذر تطبيق الأسلوب العشوائي في اختيار العينة وهذا للاعتبارات المنهجية المرتبطة بالعشوائية ذاتها، والتي تقتضي منح الفرص لكل المجتمع الاحصائي حتى يتم اختيارهم ضمن عينة الدراسة. تكونت عينة الدراسة من (153) تلميذة من مرحلة التعليم الثانوي من ثانوية حسيبة بن بوعلي بالقبة الجزائر العاصمة، واللاتي أبدين رغبتهن في المشاركة في الدراسة من خلال الإجابة على الأدوات المستخدمة في تجميع البيانات. وقد تم اختيارهن بأسلوب المعاينة غير العشوائية بالطريقة القصدية.

- **أداة جمع البيانات:**

أولا: مقياس التسويف الأكاديمي:

استخدمنا في دراستنا هذه مقياس التسويف الأكاديمي لـ المومني وآخرون. والذي يهدف إلى قياس التسويف الأكاديمي لدى الطلبة. ويتكون المقياس من 30عبارة تكون الاستجابات عليها وفق سلم ليكرت ذي التدريج الخماسي (تنطبق على بدرجة كبيرة جدا، تنطبق على بدرجة كبيرة، تنطبق على بدرجة متوسطة، تنطبق على بدرجة منخفضة، تنطبق على بدرجة منخفضة جدا)، وتعطي الاستجابات الدرجات من (5 إلى 1) على التوالي، أما العبارات الإيجابية (9-10-11-17) فتعطي من (1 إلى 5) على التوالي، وبالتالي فإن أعلى درجة (150) وأدنى (30)، وقد قسم التسويف الأكاديمي حسب المستويات التالية:

- من (30– 69) منخفض.
- من (70 – 110) متوسط.
- من (111 – 150) مرتفع.

قام أصحاب هذا المقياس المومني وآخرون بحساب الخصائص السيكومترية للمقياس وتوصلوا إلى أنه صادق وثابت حيث بلغ معامل ثبات المقياس (0.81) بطريقة ألفا كرونباخ. أما فيما يخص صدق المقياس فقد اعتمد الباحثون على صدق المحكمين وصدق الاتساق الداخلي فكل قيم معامل الارتباط دالة احصائيا عند مستوى (0.05). مما يؤكد أن المقياس يتمتع بدرجة صدق وثبات مقبولة.

وفي إطار الدراسة الحالية اعتمدنا على صدق الاتساق الداخلي حيث أن قيمة ألفاكرونباخ عند مستوى دلالة (α) = 0.01 يساوي (0.96)، وهو معامل صدق مرتفع. أما معامل ثبات المقياس فتم حسابه باستخدام معادلة الثبات ألفا كرونباخ وقدرت قيمته (0.97) عند مستوى دلالة 0.01، وهو معامل مرتفع.

ثانيا: مقياس الفاعلية الذاتية:

استخدمنا في دراستنا هذه مقياس الفاعلية الذاتية لـ نادية سراج (2000) بعد إجراءات التعديلات اللازمة وفقا لمتطلبات الدراسة. يتكون المقياس من 36عبارة تكون الاستجابات عليها وفق سلم ليكرت ذي التدريج الخماسي (دائما، كثيرا، لا أدري، أحيانا، نادرا)، تصحح وفق التدرج (5 -4-3-2- 1) للعبارات الموجبة، والعكس للعبارات السالبة وهي (6-8-9-15-17-20-23-25-26-27-28-29-31).

قامت صاحبة المقياس نادية سراج بحساب الخصائص السيكومترية للمقياس وتوصلت إلى صدق وثبات المقياس حيث بلغ معامل ثبات المقياس (0.88) بطريقة ألفا كرونباخ، و (0.90) بطريقة إعادة التطبيق، وعليه المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات. أما فيما يخص صدق المقياس فقد اعتمدت الباحثة على صدق المحكمين وصدق الاتساق الداخلي وتراوحت درجة الارتباط ما بين (0.77-0.89). مما يؤكد أن المقياس يتمتع بدرجة صدق مقبولة.

وفي إطار الدراسة الحالية اعتمدنا على صدق الاتساق الداخلي حيث أن قيمة ألفاكرونباخ عند مستوى دلالة (α) = 0.01 يساوي (0.84)، وهو معامل صدق مرتفع. أما معامل ثبات المقياس فتم حسابه باستخدام معادلة الثبات ألفا كرونباخ وقدرت قيمته (0.79) عند مستوى دلالة 0.01، وهو معامل مقبول.

ثالثا: مقياس المفهوم الذات الأكاديمي:

بعد الإطلاع على الأدب السيكولوجي لمفهوم الذات الأكاديمي وعدة مقاييس نذكر منها مقياس الجندي وتلاحمة(2018)،ومقياس زياد بركات(2009)، ومقياس وليام فيتس(1965)، تم إعداد مقياس لمفهوم الذات الأكاديمي الذي يناسب دراستنا الحالية.يتكون المقياس من 17عبارة تكون الاستجابات عليها وفق سلم ليكرت ذي التدريج الخماسي(دائما، غالبا، أحيانا، نادرا، نادرا جدا)، تصحح وفق التدرج (5 -4-3-2- 1) للعبارات الموجبة، والعكس للعبارات السالبة وهي (1-2-5-8-11-14).

اعتمدنا على صدق الاتساق الداخلي حيث أن قيمة ألفاكرونباخ عند مستوى دلالة (α) = 0.01 يساوي (0.71)، وهو معامل صدق مقبول. أما معامل ثبات المقياس فتم حسابه باستخدام معادلة الثبات ألفا كرونباخ وقدرت قيمته (0.59) عند مستوى دلالة 0.01، وهو معامل مقبول.

- **الأساليب الإحصائية المستخدمة:**

لما كان التحقق من فرضيات الدراسة يحتاج إلى معالجة البيانات معالجة إحصائية دقيقة بالاعتماد على الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية Spss 25، فقد تقرر تحقيقا لأهداف الدراسة الحالية استخدام الأساليب الإحصائية التالية:المتوسط الحسابي،الانحراف المعياري، معامل الارتباط لبرسون"R"، اختبار "ت" لعينة واحدة، اختبار "ت" لعينتين مستقلتين، اختبار الانحدار المتعدد.

III- عرض النتائج ومناقشتها:

- **عرض وتحليل نتائج الفرضية الأول مناقشته:**

نص السؤال الأول على أن " مستوى التسويف الأكاديمي لدى المراهقات المتمدرسات متوسط "، وللتحقق من صحة هذا التساؤل قمنا بتحليل الفرق بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التسويف الأكاديمي النظري للمقياس بالاعتماد على المعالجة الإحصائية اختبار "ت" لعينة واحدة، حيث تحصلنا على النتائج الموضح في الجدول رقم (2):

يتضح من الجدول رقم (**02**) أن قيمة "ت" المحسوبة والتي قدرت بـ (76.92) دالة عند مستوى دلالة (0.01)، كما أن المتوسط الحسابي لتسويف الأكاديمي عند أفراد العينة قد بلغ (88.29) بانحراف معياري (14.19). وهذا يعني أن المراهقات النتمدرسات يمتلكون مستوى متوسط من التسويف الأكاديمي.

حيث يتضح من خلال قراءة للجدول أن 10.46% من أفراد العينة يسوفون بشكل منخفض، و06.54% من أفراد العينة يسوفون بشكل مرتفع، في حين 83.00% من عينة الدراسة تميل إلى التسويف بشكل متوسط.

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع كل من دراسة أبو غزال (2012)، والمومني وآخرون (2017)، و هي (He,2017)، اجبارة عبد تلاحمة(2019) على وجود سلوك تسويفي بدرجة متوسطة في أوساط الطلبة.

ويمكن تفسير هذه النتيجة كون أن الكثير من المراهقات المتمدرسات غير واعيات بخطورة هذا السلوك التسويفي والآثار السلبية التي تنجم عنه، وعدم قدرتهن على استغلال وتنظيم أوقات فراغهن بما هو مفيد لهن، بالإضافة إلى الخوف من الفشل والهروب من الواجبات المدرسية والمهام المنزلية الصعبة وغير السارة، وبالتالي لا يستطعن انجاز المهام الدراسية المطلوبة منهن في إطار الزمن المحدد.

كما يمكن أن تعود أسباب التسويف الأكاديمي إلى عدم رغبة المراهقات المتمدرسات في شعبة معينة وفي بعض الأحيان يكن مجبورات على تلبية طلب الأهل في دراسة شعبة معينة، أو معدلهن لم يسمح لهن لدراسة شعبة يرغبنها، وهذا ما ينسجم مع الأدب التربوي الذي أكد أن النفور من المهام هو من أبرز أسباب سلوك التسويف الأكاديمي.

وقد يرجع إلى نفور المراهقات المتمدرسات وكرههن لبعض المواد الدراسة من خلال تمثلاتهن السلبية حول هذه المواد على اعتبار وجود أفكار خاطئة حولها، هذا ما قد يؤدي بالضرورة إلى وجود عوائق معرفية تكون عقبة تحول دون تعلمهن.

- **عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثانية:**

تنص الفرضية الثانية على أنه" توجد علاقة إرتباطية عكسية بين التسويف الأكاديمي وفاعلية الذات لدى المراهقات المتمدرسات ". وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم حساب معامل الارتباط لبرسون "R"، وقد أسفرت النتائج كما هي موضحة في الجدول رقم (3):

يتضح من الجدول رقم (3) وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين التسويف الأكاديمي، وفاعلية الذات لدى المراهقات المتمدرسات، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (0.34-) وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (0.01). بمعنى أن كلما ارتفع مستوى التسويف الأكاديمي، انخفضت معه فاعلية الذات لدى المراهفات المتمدرسات والعكس صحيح.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع ما توصلت إليه نتائج دراسة كل من (فيراري، باركر، آندوير،1992)، و(هيكوك وآخرون،1998)، (ستيل،2007)، (تاكمان، 1991)، و(لترز،2003)، آذار (Azar ,2013)، و رياض نائل العاسمي(2013)، وزينب حومل(2021) والتي توصلت إلى وجود علاقة عكسية بين التسويف الأكاديمي وفاعلية الذات لدى الطلبة.

إن النتيجة التي تم التوصل عليها في دراستنا يمكن تفسيرها إلى أن السلوك التسويفي في المهام الأكاديمية من طرف المراهقات المتمدرسات له تأثر كبير على فاعلية الذات لديهن، وقد يعود سبب السلوكات التسويفية إلى أن كثيرا من المراهقات المتمدرسات يعتبرون المهمات الأكاديمية مهمات متعبة، وتزيد من شعورهن بالقلق، ويخفن من الفشل والإخفاق.

كما تبين لنا من خلال الاطلاع على الأدب التربوي فيما يخص فاعلية الذات تعتبر من المنبئات الهامة بالأداء الجيد والدافعية للتعلم خاصة في المجال الأكاديمي والنواتج التعليمية. فالدور الذي تلعبه فاعلية الذات في التقليل من التسويف الأكاديمي هو دور الوسيط تعمل على دفعهن إلى بذل جهد والمثابرة كما أنها ترتبط بإتمام المهام الأكاديمية بطريقة ناجحة.

فاعلية الذات مرتبطة بتوقعات ايجابية حول قدراتهن ومهاراتهن، فهن يسطرن أهداف واستراتيجيات تنظيم ذاتي يحركه أداء الواجبات والمهام الدراسية الأخرى أو يتجنبونها تماما، وينصرفون إلى الانشغال بنشاطات أخرى أكثر متعة لهم ، كمشاهدة التلفاز واللعب باستخدام الانترنت...، وهذا ويؤدي إلى تراكم الواجبات والأعمال المطلوبة لانجازها. مما يسبب لهم الكثير من الضغوط قد تنعكس على صحتهن الجسمية والنفسي. وبناء على ما تقدم نقبل الفرضية الثانية التي نصت على وجود علاقة ارتباطية عكسية بين التسويف الأكاديمي وفاعلية الذات لدى المراهقات المتمدرسات.

- **عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة:**

تنص الفرضية الثالثة على أنه" توجد علاقة إرتباطية عكسية بين التسويف الأكاديمي ومفهوم الذات الأكاديمي لدى المراهقات المتمدرسات ". وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم حساب معامل الارتباط لبرسون "R"، وكانت النتائج موضحة في الجدول رقم(4):

يتضح من الجدول رقم(04) وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين التسويف الأكاديمي، ومفهوم الذات الأكاديمي لدى المراهقات المتمدرسات، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (0.40-) وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (0.01). بمعنى أن كلما زادت درجة التسويف الأكاديمي لدى المراهقات المتمدرسات انخفض معها مفهوم الذات الأكاديمي لديهن.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع ما توصلت إليه نتائج دراسة كل من إماديان وباشا(Emadian&Pasha,2016)، وخميسات (2016)، والمومني وآخرون(2017) التي توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية عكسية بين التسويف الأكاديمي ومفهوم الذات الأكاديمية ،أما عبد الهادي محمد صوالحة وأحمد محمد صوالحة (2018) فقد توصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التسويف الأكاديمي ومفهوم الذات الأكاديمي.

إن النتيجة التي تم التوصل إليها في دراستنا يمكن تفسيرها إلى أن المراهقات المتمدرسات التي يمتلكن مفهوم ذات أكاديمي مرتفع وايجابي سيكون لديهن دافعية انجاز عالية نحو الأعمال المطلوبة منهن في أسرع وقت ممكن، دون أن يؤجلنها لأوقات لاحقة، وبالتالي لا يكون لديهن سلوك تسويفي للقيام بها، كما يمكن إرجاع هذا السلوك التسويفي إلى الضغوط التي تعيشها المراهقات المتمدرسات في الحياة المدرسية بصفة خاصة والحياة العامة خارج الوسط المدرسي هذه الضغوط قد تكون اقتصادية واجتماعية ...ومتطلباتها الكثيرة، فالتأجيل المهام والأعمال والواجبات الأكاديمية المطلوبة من المراهقات المتمدرسات من طرف أساتذتهن يشعرهن بالمزيد من الضغط والقلق تجاه هذه الواجبات وربما يسعين إلى إلغاء البعض منها مما يؤثر على نفسيتهن وتحصيلهن ودافعيتهن مما ينخفض من مستوى مفهوم الذات الأكاديمي لديهن. وبناء على ما تقدم نقبل الفرضية الثالثة التي نصت على وجود علاقة ارتباطية عكسية بين التسويف الأكاديمي ومفهوم الذات الأكاديمي لدى المراهقات المتمدرسات.

- **عرض ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة:**

تنص الفرضية الرابعة على أنه" توجد علاقة إرتباطية طردية بين فاعلية الذات ومفهوم الذات الأكاديمي لدى المراهقات المتمدرسات ". وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم حساب معامل الارتباط لبرسون "R"، وقد أسفرت النتائج الموضحة في الجدول رقم(5):

يتضح من الجدول رقم(5) وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين فاعلية الذات، ومفهوم الذات الأكاديمي لدى المراهقات المتمدرسات، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (0.43) وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (0.01). بمعنى أن كلما زادت درجة فاعلية الذات لدى المراهقات المتمدرسات زاد معها مفهوم الذات الأكاديمي لديهن.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع ما جاء في الأدب التربوية فالفاعلية الذاتية هي الثقة في الأداء بنجاح للواجبات والوظائف والمهام الأكاديمية الموكلة للمراهقات المتمدرسات، في حين أن مفهوم الذات الأكاديمية تشير إلى معارف المراهقات ومدركاتهم عن أنفسهن في المواقف التعليمية معينة.

وعليه فالنتيجة التي تم التوصل إليها في دراستنا يمكن أن نعتبرها نتيجة منطقية، إذ كلما زادت فعالية الذات زاد معها مفهوم الذات الأكاديمي، فحسب علماء النفس والباحثين في هذا المجال فان مفهوم الذات الأكاديمي هو مفهوم المراهقات المتمدرسات عن أنفسهن في المجالات الأكاديمية كافة والتي يتعرضن لها، إذ تعتبر مؤشرات يعبرن بها المراهقات المتمدرسات من خلال تفاعلهن مع العملية التعليمية وانجازاتهن الأكاديمية. وبناء على ما تقدم نقبل الفرضية الرابعة التي نصت على وجود علاقة ارتباطية طردية بين فاعلية الذات ومفهوم الذات الأكاديمي لدى المراهقات المتمدرسات.

- **عرض ومناقشة نتائج الفرضية الخامسة:**

تنص الفرضية الخامسة على أنه" توجد علاقة إرتباطية عكسية بين التسويف الأكاديمي وكل من فاعلية الذات ومفهوم الذات الأكاديمي لدى المراهقات المتمدرسات ". وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم استخدام اختبار الانحدار المتعدد، وقد أسفرت النتائج الموضحة في الجدول رقم(6):

من أجل معرفة العلاقة بين التسويف الأكاديمي والمتغيرات المفسرة(فاعلية الذات و مفهوم الذات الأكاديمي)، تم استخدام نموذج الانحدار الخطي المتعدد (جدول6)، والذي اعتبر فيه متغيرات فاعلية الذات ومفهوم الذات الأكاديمي متغيرات مفسرة ومتغير التسويف الأكاديمي كمتغير تابع.

أظهرت النتائج نموذج الانحدار أن نموذج الانحدار معنوي وذلك من خلال قيمة ف البالغة (53.60) بدلالة (0.00) أصغر من مستوى المعنوية (0.01)، وتفسر النتائج أن المتغيرات المفسرة تفسر 64.6% من التباين الحاصل في التسويف الأكاديمي وذلك بالتحديد($ر^2$).كما جاءت قيمة بيتا التي توضح العلاقة بين التسويف الأكاديمي وفاعلية الذات بقيمة(0.645-) ذات دلالة إحصائية حيث يمكن استنتاج ذلك من قيمة (ت) والدلالة المرتبطة بها، ويعني ذلك أنه كلما ارتفع مستوى فاعلية الذات بمقدر وحدة ينخفض مستوى التسويف الأكاديمي بمقدار(0.645-) وحدة. وكذلك جاءت قيمة بيتا لمتغير مفهوم الذات الأكاديمي بقيمة (2.17-) دال إحصائيا فكلما ارتفع مستوى مفهوم الذات الأكاديمي بمقدار وحدة انخفض مستوى التسويف الأكاديمي بمقدار(2.17-) وحدة. كما يوضح الجدول نتائج اختبار التعددية الخطية حيث كشفت النتيجة أن معامل تضخم التباين للنموذج كان مابين(0.174- و0.585-) أصغر من (3) ما يشير إلى عدم وجود مشكلة تعددية خطية بين متغيرات النموذج، كما نستطيع كتابة معادلة الانحدار كالتالي:

التسويف الأكاديمي (المتوقع)= 144.93-0.645×فاعلية الذات-2.17×مفهوم الذات الأكاديمي +خطأ التنبؤ.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في إطار الأدب النظري والدراسات السابقة فكل من التسويف الأكاديمي وفاعلية الذات ومفهوم الذات الأكاديمي يمكن اعتبارها أحد أهم المؤشرات التي نفهم ونفسر من خلالها أداء المتمدرسين، بسبب تأثيرها على العملية التعليمية وإذا أخذت في الاعتبار عند التدريس من طرف الأساتذة فإنها تساعد على النجاح الأكاديمي للمتمدرس.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع دراسات تناولت المتغيرات الثلاث، حيث نجد أن كل من دراسة آذار(Azar ,2013)، و رياض نائل العاسمي(2013)، وزينب حومل(2021) والتي أظهرت نتائجها إلى وجود علاقة عكسية بين التسويف الأكاديمي وفاعلية الذات لدى الطلبة، أما دراسة كل من إماديان وباشا(Emadian&Pasha,2016)، وخميسات (2016)، والمومني وآخرون(2017) فقد أظهرت نتائجها إلى وجود علاقة عكسية بين التسويف الأكاديمي ومفهوم الذات الأكاديمي لدى الطلبة. وعليه فإن هناك علاقة عكسية بين التسويف الأكاديمي وكل من فاعلية الذات ومفهوم الذات الأكاديمي لدى المراهقات المتمدرسات وهذا ما توصلت له الدراسة الحالية.

كما أشارت دراسة أوزير وفراري(Ozer,&Ferrari,2011) أن العبارات السلبية التي يقولها المتمدرس حول ذاته وانجازه الأكاديمي على الأرجح هي التي تجعل المتمدرس يقوم بسلوكات تسويفية لدى وجب تعديل العبارات السلبية المسببة للتسويف الأكاديمي لديهم مما يؤدي إلى تحسين فاعلية الذات ومفهوم الذات الأكاديمي.أما بيشف(Beeshaf,1974) فيرى أن فعالية الذات ترتبط بدرجة كبيرة بمفهوم الفرد عن ذاته وعن انجازه الأكاديمي.

في حين يرى نوران(Noran,2000) أن هناك أسباب عديدة للتسويف الأكاديمي ومنها ضعف إدارة الوقت وتنظيمه بحكمة، بالإضافة لغموض الأولويات لدى المتمدرس، وعدم القدرة على التركيز أو الخوف والقلق حول قرب الامتحانات وغيرها(حامد،فرحان،2022). كما يلعب التطور التكنولوجي دور كبير في انتشار السلوك التسويفي كدور الهاتف النقال والانترنت التي هي الشغل الشاغل للمتمدرس لما فيها من برامج جاذبة لهو والاستمتاع بها وخاصة في هذه المرحلة ألا وهي مرحلة المراهقة مما يجعلهم يجدون صعوبة في متابعة المهام والواجبات المدرسية المطلوبة منهم.

وأكدت بعض الدراسات أن الطلبة اللامبالين يظهرون مستويات مرتفعة من التسويف الأكاديمي وبالتالي تقل فعاليتهم الذاتية ومفهوم الذات الأكاديمي لديهم، لأن هدفهم النجاح فقط والبحث عن المساعدة والغش في الامتحان وعدم الدراسة بشكل جيد وعدم

الانتباه للتنظيم المناسب للوقت، بينما يظهر الطلبة المتحمسون والطلبة الموجهون نحو الهدف مستويات منخفضة من التسويف الأكاديمي بالمقابل نجد كل من فاعلية الذات ومفهوم الذات الأكاديمي مرتفعة لديهم.

ومن الجدير ذكره أنه ليس كل السلوكات التسويفية تؤثر على انجاز المتمدرس وذات نتائج سلبية، إذ يوجد نوعين من المسوفين وهما المسوفون السلبيون وهم من يؤجلون انجاز واجباتهم حتى اللحظات الأخيرة بسبب عدم قدرتهم على القيام بها في الوقت المحدد. وعلى العكس من ذلك المسوفون الفاعلون وهم من يتخذون قرارات تأجيلية مقصودة، ويستخدمون دافعية مرتفعة رغم ضغط الوقت وهم قادرون على إكمال واجباتهم المطلوبة منهم في المدة المحددة ويحققون نتائج مقبولة. وعليه فإن نتائج الدراسة الحالية أظهرت أن هناك علاقة عكسية بين كل من فاعلية الذات ومفهوم الذات الأكاديمي لدى المراهقات المتمدرسات وبالتالي نقبل الفرضية الخامسة.

IV- الخلاصة:

حاولت الدراسة الحالية تسليط الضوء على ظاهرة التسويف الأكاديمي وعلاقتها بفاعلية الذات ومفهوم الذات الأكاديمي لدى المراهقات المتمدرسات، لما لها من تأثيرات سلبية داخلية كالتوتر، والقلق، ولوم الذات، والندم على عدم انجاز المهام الموكلة في وقتها المحدد، كما لها ناتج سلبية خارجية والمتمثلة في فقدان الفرص للحصول على علامات جيدة في الاختبارات، واختيار تخصصات ملائمة ومرغوبة من طرف المراهقات المتمدرسات. في ضوء ما أسفرت عليه نتائج الدراسة يمكن أن نستنتج ما يأتي:

- مستوى التسويف الأكاديمي لدى المراهقات المتمدرسات متوسط.
- هناك علاقة عكسية بين كل من التسويف الأكاديمي وكل من فاعلية الذات ومفهوم الذات الأكاديمي لدى المرهقات المتمدرسات.
- هناك علاقة طردية بين كل من فاعلية الذات ومفهوم الذات الأكاديمي لدى المراهقات المتمدرسات.

استنادا إلى ما توصلت إليه الدراسة من نتائج توصي الباحثة بالاقتراحات التالية:

1- إجراء المزيد من الدراسات حول أسباب التسويف الأكاديمي لدى المتمدرسن في المراحل التعليمية المختلفة وذلك قد التقليل من هذه السلوكات لدى هذه الفئة.
2- إجراء دراسات تتناول التسويف الأكاديمي وعلاقته بمتغيرات أخرى التي يمكن أن يكون لها علاقة بالسلوك التسويفي، من أجل فهم هذه الظاهرة.
3- إعداد برامج إرشادية للحد من ظاهرة التسويف قدر الإمكان.
4- تفعيل دور خلايا الإصغاء والإرشاد على مستوى المؤسسات التربوية لحالات التسويف الأكاديمي ووضع برنامج لمتابعتهم ورفع كل من مستوى فعالية الذات ومفهوم الذات الأكاديمي لديهم.

- الإحالات والمراجع :

- أبو غزال،معاوية .(2012). **التسويف الأكاديمي: انتشاره وأسبابه من وجهة نظر الطلبة**، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، المجلد8، العدد2،ص ص 131-149.

- اجبارة، عبد تلاحمة.(2019). **التسويف الأكاديمي وعلاقته بمفهوم الذات لدى عينة من طلبة جامعة الخليل**. مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية . المجلد10. العدد28. ص ص50-58.

– أحمد مُحَمَّد، الزغبي.(2017). **التسويف الأكاديمي وعلاقته بكل من فاعلية الذات الأكاديمية وقلق المستقبل لدى عينة من طلبة جامعة دمشق**. مجلة جامعة دمشق.المجلد33.العدد1.ص ص441-484.

– أسامة، حامد. أجمد، فرحان.(2022). **التسويف الأكاديمي وعلاقته بالإدمان على الهاتف النقال لدى طلبة الموصل**. مجلة التربية للعلوم الإنسانية. المجلد2.العدد7.ص ص 59-86.

– أمل، الأحمدي. فداء، ياسين.(2018). **التسويف الأكاديمي وعلاقته بالثقة بالنفس لدى عينة من طلبة قسم علم النفس في كلية التربية بجامعة دمشق**. مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس. المجلد السادس عشر.العدد الأول.ص ص13-56.

– جماغ،حسن.(2016).**مفهوم الذات وعلاقته بالتذوق الفني لدى طلبة كلية التربية الأساسية**. مجلة التربية الأساسية، الجامعة المستنصرية 22(94).ص ص 819-842.

– خلود،رحيم.سهام كاظم، نمر.(2013). **علاقة فاعلية الذات بأساليب مواجهة أزمة الهوية لدى طلبة المرحلة الإعدادية**.مجلة أمارا باك. المجلد4. العدد11.ص ص 27-42.

– خميسات، شيماء.(2016). **مفهوم الذات الأكاديمي لدى التلميذ الأعسر في مستوى الرابعة متوسط (دراسة استكشافية ببعض متوسطات مدينة تقرت)**. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة قاصدي مرباح ورقلة.الجزائر.

– زينب، حومل.(2021). **مستوى التسويف الأكاديمي وعلاقته بالفاعلية الذاتية عند طلبة قسم علوم التربية بجامعة الجزائر2**. مجلة الأسرة والمجتمع. المجلد9.العدد2.ص ص 255-276.

– سعيدة، لونيس.(2020).**فاعلية الذات الاجتماعية لدى الشباب الجامعي**.مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية.المجلد8. العدد3.ص ص 105-117.

– صبرين صلاح،تعلب.(2017). م**فهوم الذات الأكاديمي وفعالية الذات الأكاديمية داخل مجال علم النفس دراسة في نمذجة العلاقات**. مجلة دراسات تربوية ونفسية. الجزء1. العدد96.ص ص271.308

– عبد الحكيم، المخلافي.(2010). **فعالية الذات الأكاديمية وعلاقتها ببعض سمات الشخصية لدى الطلبة (دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة صنعاء)**.مجلة جامعة دمشق.المجلد26.ص ص 481-514.

– فيصل،سناء. صالح،علي.(2016). **أنماط التسويف وعلاقتها بالكفاية الذاتية المدركة لدى الطلبة الفاشلين دراسيا**.مجلة اماراباك. المجلد7.العدد22.ص ص 151-174.

– عبد المهدي مُحَمَّد، صوالحة. أحمد مُحَمَّد، صوالحة.(2018). **التسويف الأكاديمي وعلاقته بمفهوم الذات الأكاديمي لدى عينة من طلبة جامعة اربد الأهلية**. مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية.المجلد9.العدد26.ص ص 161-175.

– مُحَمَّد،أبو أزريق. عبدالكريم، جرادات(.2013).**أثر تعديل العبارات الذاتية السلبية في تخفيض التسويق الأكاديمي وتحسين الفاعلية الذاتية الأكاديمية**. المجلة الأردنية في العلوم التربوية. المجلد9. العدد1. ص ص 15-27.

– مُحَمَّد،عبود.(2016).**العلاقة بين ضغوط الحياة والتسويف الأكاديمي لدى طلبة جامعة عجلون الوطنية في الأردن**. مجلة جامعة النجاح للأبحاث العلوم الإنسانية.المجد30(3).ص ص641-662.

– نايل العاسمي، رياض. **التسويف الأكاديمي وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومركز الضبط(لدى عينة من طلبة الدراسات العليا وطلبة الإجازة بجامعة دمشق)**.

https://www.psy-ar.com/blog/upload/02-2017/58ab58e898f48.pdf (زيارة2023/08/21)

–نداء كاظم، هادي(2021).التسويف الأكاديمي وعلاقته بالتكيف المدرسي لدى طلبة الجامعة. المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية العدد19.ص ص19-115.

-AL-Momani,F .AL-Rabadi,W .&Freihat,A (2017).**Self-Concept and its relationship with academic procrastination among the secondary stage students at Ajloun governorate** .journal of education and practice.8(28).pp1-16.

-Bandura, A (1977).Self-efficacy: **Toward a unifying theory of change psychological**.review.84.pp191-215.

-Bandura, A(1997). **Self-efficacy**. **The exercise of control**. New York .w .h .freeman.

-Carr,A.(2004).**Positive psychology the science of happiness and human strengths**. new York :Brunner Rutledge is an imprint of the Taylor & Francis group.

-Emadian,S.&Pasha,N(2016).**The Relationship between attachment style**, **self-concept and academic procrastination international academic**. Journal of humanities .3 (5).1-7.

-Ellis,A.& Knaus.W(2002).**Overcoming procrastination**. revised edition .new-York: new American library.

-He,S(2017).**A multivariate investigation into academic procrastinations of university students**. open journal of science.5.pp12-24.

-Robert .M, Lindsey .L, Krawchuk, Sukaina .Rajani (2008).Academic Procrastination of undergraduates .**low self-efficacy to self-regulate predicts higher levels of procrastination**. Contemporary educational psychology .33. pp 915-931. Online: www.elservier.com/locate/ceapsych.(visited12/11/2023)

- ملاحق :

الملحق رقم(2): تفريغ بيانات المفحوصين

الجدول (1) : توزيع أفراد العينة حسب التخصص والمستوى الدراسي.

المتغير	المستوى	1 العدد	النسبة
المستوى	2 ثانوي	86	%56.21
	3ثانوي	67	%43.79
التخصص	علمي	91	%59.48
	أدبي	62	%40.52
المجموع		153	%100

المصدر: من إعداد الباحثة

لوحظ من خلال الجدول أعلاه أن عدد التلميذات في مستوى الثانية ثانوي يمثل نسبة(56.21%) وهو أكبر من نسبة التلميذات في مستوى الثالثة ثانوي والتي تمثل(43.79%)، أما بالنسبة للتخصص الدراسي فنجد نسبة (59.48%) تمثل نسبة المبحوثين في التخصصات العلمية وهي أكبر من نسبة المبحوثين الذين في التخصصات الأدبية تقدر ب(40.52%).

الجدول (2) : يبين مستوى التسويف الأكاديمي لدى المراهقات المتمدرسات

مستويات التسويف الأكاديمي	التكرارات	النسبة	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
مستوى منخفض (30-69)	16	%10.46	153	88.29	14.19	152	76.92	0.01
مستوى متوسط (70-110)	127	%83.00						
مستوى مرتفع (111-150)	10	%06.54						
المجموع	153	%100						

المصدر: من إعداد الباحثة

الجدول (3) : يبين معامل الارتباط التسويف الأكاديمي وفاعلية الذات لدى المراهقات المتمدرسات

المتغير	معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية
التسويف الأكاديمي- فاعلية الذات لدى المراهقات المتمدرسات	-0.34	0.01 دال

المصدر: من إعداد الباحثة

الجدول (4) : يبين معامل الارتباط التسويف الأكاديمي ومفهوم الذات الأكاديمي لدى المراهقات المتمدرسات

المتغير	معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية
التسويف الأكاديمي- مفهوم الذات الأكاديمي لدى المراهقات المتمدرسات	-0.40	0.01 دال

المصدر: من إعداد الباحثة

الجدول (5) : يبين معاملات الارتباط فاعلية الذات ومفهوم الذات الأكاديمي لدى المراهقات المتمدرسات

المتغير	معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية
فاعلية الذات - مفهوم الذات الأكاديمي لدى المراهقات المتمدرسات	0.43	0.01 دال

المصدر: من إعداد الباحثة

الجدول (6) : يبين انحدار التسويف الأكاديمي على فاعلية الذات ومفهوم الذات الأكاديمي

المتغير	المتغيرات المستقلة	R(ر)	R^2(ر²)	F (ف)	دلالة F	β (بيتا)	قيمة ت	دلالة ت	معامل تضخم التباين
التسويف الأكاديمي	فعالية الذات	0.646	0.417	53.60	0.00	0.645-	8.83-	0.00	0.585-
	مفهوم الذات الأكاديمي					0.137-	2.17-	0.032	0.174-

المصدر: من إعداد الباحثة