

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

القادسية

كلية التربية

قسم العلوم التربوية والنفسية

سلوك التأجيل لدى طلبة كلية التربية

بحث مقدم الى كلية التربية جامعة القادسية - كجزء من متطلبات نيل شهادة

البكالوريوس في قسم العلوم التربوية والنفسية

اعداد الطالب

أحمد حسين نعمه

إشراف الدكتور

أ.د عبد العزيز حيدر الموسوي

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

{أقرأ باسم ربك الذي خلق 1 خلق الإنسان من علق 2 اقرأ  
وربك

الأكرم 3 الذي علم بالقلم 4 علم الإنسان ما لم يعلم 5}

صدق الله العلي العظيم

## الاهداء

الى000من شجعني وحفزني على حب العلم وتحدي الصعاب

الى000امي الغالية الذي سهرت الليالي من اجل دراستي

الى000اصدقائي الغالين الذين وقفوا معي في كل لحظة من اجل اكمال دراستي

الى000اساتذتي الاعزاء اشكرهم على دعمهم لي من اجل تحقيق الهدف الدراسي

الى000الاب والاخ السيد علي فليح حسن والاخ مسلم عبد علي دعمهم المتواصل  
لي باكمال دراستي

## الشكر والامتنان

احمدك ربي حمد الشاكرين واصلي واسلم على سيد المرسلين محمد وعلى اله  
وصحبها

الطيبين الطاهرين ومن والاه إلى يوم الدين0 ويسرنا ان اتقدم بوافر الشكر وعظيم  
الامتنان إلى من علمني التفاؤل والمضي إلى الامام إلى000 من راعني وحافظ  
عليه إلى من وقف الى جانبي فجزاه الله عني بكل خير فله مني كل التقدير  
والاحترام0الدكتور عبد العزيز حيدرالموسوي0

كما يدعوني واجب الوفاء والعرفان ان اتقدم بجزيل الشكر وخالص الامتنان  
وعظيم التقدير الى اساتذتي الذين وقفوا معي في جامعة القادسية | كلية التربية  
لدعمهم المعنوي وتشجيعهم الابوي على خوض تجربة البحث العلمي لنيل درجة  
بكالوريوس , وشكري الى صديقي العزيز محمد قاسم لما قدمه لي من مساعدة في  
بعض جوانب البحث0

ولا يفوتني ان اثنى واشكر زملائي في الدراسة بعد السنوات التي قضيتها معهم0  
ويتقدم الباحث بالشكر والتقدير الى الخبير العلمي والى كل من اسهم في تقديم  
المساعدة ممن فات الباحث ان يتذكر اسماءهم0 ولهؤلاء جميعا يدعو الباحث الله  
العزیز التقدير ان يديم عليهم نعمه0

## ملخص البحث

نالَت المرحلة الجامعية قدرا كبيرا من الاهتمام على اعتبارها اعلى مراحل الهرم التعليمي

ولما كان طلبة الجامعة من الفئات المهمة في المجتمع والجيل الذي يتحمل المسؤولية في مواجهة التحديات في جميع مرافق الحياة، لذا صار من الضروري ان تتصف شخصيات هؤلاء الطلبة بالاستقرار النفسي والثقة بالنفس في اتخاذ القرارات الصحيحة والايان بقدراتهم وامكانياتهم التي يمتلكونها وهذا يساعدهم على تحقيق الاهداف بشكل افضل وانجاز المهام والواجبات المنوطة بهم، دون اللجوء الى المماطلة والتأجيل، اذا يمر المرء منا في حياته اليومية بمواقف تتطلب منه اتخاذ قرار او اكثر فعلمية اتخاذ القرارات في حياتنا هي عملية مرافقة لنا في كل لحظة من لحظات حياتنا في المنزل وفي العمل وفي محيط الحياة الاجتماعية الاخرى0اذ ان لكل شخص منا اهدافا يرغب في تحقيقها ومن المهم تحديد قائمة بالاهداف التي نسعى للوصول اليها سواء كانت على الصعيد العائلي او الاجتماعي او الشخصي او العلمي، فوضوح الاهداف وبلورتها تعد الخطوة الاولى لاستثمار الزمن بطريقة فعالة في حين ان الفوضى وعدم وضوح الرؤية وعدم تحديد الاهداف بدقة تجعل الانسان يتخبط في حياته وقد لا يصل الى اي شيء مما يطمح اليه، فبعض الافراد يضيعون حياتهم، لانهم لم يحددوا لأنفسهم الاهداف التي يرغبون في تحقيقها وبالتالي يتعاملون مع الوقت بشكل سلبي 0

ان اهتمام بالوقت والحرص على عدم اهداره وتوظيفه واستثماره بشكل كفوء وفعال يدل على ان للحياة معنى وقيمة فلا يوجد وقت إضافي يمكن اللجوء اليه او اوقات يمكن شراؤها وتخزينها حتى يلجأ الفرد لتأجيل الاعمال والمهام المطلوبة

منه 0

ونتيجة لسرعة التغيرات والتحولات العلمية والاقتصادية والاجتماعية يعيش الانسان اليوم في تحديات جديدة مع ما تحمله تلك التحديات من فرص للاستجابة لها، لذلك يجب توجيه النظر الى كيفية تعاطي الانسان مع هذه التغيرات ومواجهته

للمستقبل وما يحمله من تحديات تثير قلقهم من المستقبل المجهول والقلق من عدم تحقيق اهدافهم وطموحاتهم واحلامهم المستقبلية 0

## الفصل الأول

---

- مشكلة البحث
  - أهمية البحث
  - أهداف البحث
  - حدود البحث
  - تحديد المصطلحات
-

## 1-مشكلة البحث:0

يعد سلوك التأجيل من الامور الشائعة لدى الافراد منذ القدم ،في حين ذلك ان السلوك الذي تترتب عليه اثار وعواقب وخيمة سواء كانت معنوية ام مادية 0

وقد يكون من المشكلات الذي تؤدي الى فشل في تنظيم وقته بشكل صحيح وهذا ما بدوره يؤدي الى تأخير الفرد عن تحقيق اهدافه وقد تضيع العديد من الفرص التي لا يمكن ان تعوض 0 (غرايبة،1995،ص3)

يعد سلوك التأجيل منتشر في بيئتنا الاجتماعية سواء كان ذلك في المنزل او في العمل او في المؤسسات التعليمية ،وقد يكون من اسباب ذلك التأجيل العوامل الاجتماعية المؤثرة ،او التعود على هذا السلوك او عدم الاهتمام وعدم المبالاة 0 (العديلي،1994،ص 19-20)

ومن خلال معايشة الباحث البيئة الجامعية احس ان سلوك التأجيل موجود نسبة لا يستهان بها من طلبة الجامعة ، وقد يودي انتشاره بصورة كبيرة الى اثار سلبية سواء كان ذلك على المستوى الاكاديمي او العلاقات الاجتماعية ، وقد اكدت دراسة كلاك وهيل ( Clark & hill,1994 ) اذ وجدت نسبة كبيرة من طلبة الجامعة يقومون بسلوك التأجيل في مذاكرة الامتحان او كتابة الابحاث او القراءة الاسبوعية والمتعلقة بالواجبات، ونسبة كبيرة منهم يعدون التأجيل مشكلة لهم في حياتهم اليومية 0

(Clark & hill، 931,1994) وكذلك اثبتت دراسة في عام 1992 ان 52% من الطلبة التي شملتهم الدراسة يعانون من التأجيل 0(-282 Gallagher،1992،p:281)

ويشير (بول،2008) الى ان مشكلة التأجيل في المذاكرة للامتحان وتحديد الاهداف بالنسبة للطلبة هي من اعظم مشاكل ادارة الوقت ، ويجب عليهم ان لا يهدروا اي وقت في عمل اشياء غير اساسية ، وعلى الطلبة ان ينظموا اوقاتهم وان يقوموا بتنفيذ المطلوب منهم في وقت لهم 0 (بول،2008 ،ص101-104)

اننا نلاحظ ان ميل الطلبة الى تأجيل انجاز نشاط او واجب او مهمة معينة في وقتها المحدد وتأخير انجازها حتى في اخر لحظة ،ولهذه الظاهرة اثر سلبي في

هذه الفئة من الطلبة اذ تؤدي بهم الى الاتكالية والكسل ومن ثم الاخفاق الدراسي ,وعادة ما يجد الطالب تبريرات يخدع بها لنفسه ,واعذارا وهمية لتأجيل اداء الواجبات الدراسية ,وكذلك المهام الاجتماعية والاسرية والصحية المطلوبة منه ,وعليه يعد سلوك التأجيل من المشكلات التي تؤدي الى ضياع الوقت وهدره وضعف ادارته ،وضياع فرص النجاح له 0

وقد تكون في سلوك التأجيل اسباب منها ذاتية ومنها موضوعية 0 ومن الاسباب هي الكيفية التي ينظر بها الشخص الى المستقبل ان كانت ايجابية او سلبية، لذلك قد تكون لقلق المستقبل علاقة في هذا السلوك 0 وان القلق المستقبل يعد احد انواع القلق التي تشكل خطورة في حياة الفرد الذي يمثل خوفا من مجهول ينجم عن خبرات ماضية وحاضرة ايضا يعيش فيها الفرد تجعله يشعر بعدم الامن وتوقع الخطر وكذلك يشعر بعدم الاستقرار ويسبب له حالة من التشاؤم واليأس 0(شقيير، 2005،ص4) ومن هنا يبدي

احساس الباحث وتبرز مشكلة بحثه الحالي ، لأنه نابعه من واقع المجتمع الذي يعيش فيه، ولأنه يدرس شريحة مهمة من شرائح المجتمع ، تمثلت بطلبة الجامعة الذين يواجهون متطلبات الحياة المعاصرة المليئة بالتوتر والخوف والضغط النفسية، لذا فان مشكلة البحث الحالي تكمن في الاجابة عن التساؤلات الاتية:

- معرفة سلوك التأجيل لدى طلبة الصف الثالث في كلية التربية 0
- معرفة الفروق في سلوك التأجيل لطلبة الصف الثالث في كلية التربية تبعا لمتغيري

أ-الجنس                      ب-التخصص

## 2-أهمية البحث:0

يعد العالم اليوم ثورة تكنولوجية هائلة فهو في حالة تغير مستمر في مجالات الحياة الاجتماعية والعلمية والاقتصادية ،وان التسارع والتسابق في التطور التكنولوجي يدفع المجتمعات الى استغلال كل ما تملكه من طاقات سواء بشرية ام كانت تكنولوجية ،اذا ان استثمار الطاقات البشرية التي تبلغ ذروتها لدى فئة الشباب يعد هدفا يصبو اليه هذه المجتمعات 0

وتعد فئة الشباب من الركائز الاساسية في بناء المجتمعات وتطويرها والمصدر الاساسي لنهضتها الذي تعتمد في الدفاع عن كيانها وتحقيق اهدافها 0



(الشيباني، 1973، ص17) فضلا عن ذلك تعد الفئة ثروة كل امة ومستودع طاقاتها الفاعلة والمنتجة في تحقيق التنمية الاقتصادية والاجتماعية القادرة على احداث التغيير والتطور المنشود في جميع مجالات الحياة وهذه المجتمعات قاطبة تهتم بهذه الشريحة لاستمرار تقدمها وتحقيق تطورها ودفع مسيرة البناء (التكريتي، 1995، ص18) فهم الجيل الذي يتحمل المسؤولية وابعائها المختلفة ومواجهة التحديات في معظم مرافق الحياة وميادينها المتعددة وبخاصة بعد اكمالهم للدراسة ودخولهم ميدان العمل والانتاج 0 (غالي، 1986، ص183) لذلك تقوم المؤسسات الاجتماعية ومنها الجامعات بصورة خاصة بتقديم فرص للمعرفة والثقافة المتطورة التي تساعد في فهم الحياة ومواجهة تطوراتها وتحدياتها، فضلا عن مسؤولياتها في الحد من الافكار السلبية وتعزيز الايجابية منها في شخصية الطلبة 0 وتعمل الجامعة من خلال برامجها وانشطتها ومناهجها على تنمية شخصية طلبتها وتقويتها بوصفها قوة موجهة ودافعة لهم باتجاه تحقيق ذواتهم وتحقيق اقصى معدل من امكانياتهم الكامنة وتشذيب شخصياتهم من المفاهيم السلبية للذات التي تؤدي الى العجز والفشل في مواجهة احداث الحياة 0 (فهيم، 1987، ص48) فضلا عن ذلك تعد ميدانا لا جراء العديد من الدراسات والبحوث ذات العلاقة بحياة الطلبة والتعرف على المشكلات التي يعانون منها ومحاولة ايجاد الحلول لها وذلك بسبب مواكبة هذه التغييرات المتسارعة من خلال استغلال كل فرصة متاحة سواء اكانت على المستوى المادي او على المستوى الزمني وذلك بالاستثمار الامثل للوقت وقت التفریط به لتحقيق هذه التطلعات 0

اننا نعيش في عالم تتسارع فيه الاحداث ويطوى الزمن طيا ولا نكاد نشعر بوقتتنا كيف يمر وفيما نقضي وكلنا في امس الحاجة الى ان ننظم افكارنا واوقاتنا ونحاول الاستفادة من كل لحظة متاحة، لان الوقت سريع الانقضاء على ما مضى منه لا يرجع ولا يعوض 0 (القرضاوي، 1997، ص10)

غير ان هنالك مظاهر تعرقل استثمارنا للوقت وبالتالي تعرقل مواكبة العصر وتغييراته ومنها عدم الاحساس بقيمة الوقت وتثمينه باعتباره الوسيلة التي نستطيع من خلالها تحقيق ما نصبو اليه وعدم المبالاة وتأجيل المهام والواجبات المنوطة ببناء، والانشغال بأنشطة ثانوية، وعدم انهاء العمل الموكول اليه، وهذه تعيقنا اذا كنا ننشد حياة افضل وعملا مميزا يقود الى الرقي والى النجاح في مجالات الحياة 0 فالبعض منا يأخذ بتأجيل المهام والواجبات التي يفترض ان يقوم بها ويضل يؤجلها الى اوقات اخرى 0 (الفقي، 1999، ص103) وتميل فئة من الباحثين الى تقسيم التأجيل على قسمين: الاول تأجيل في الامور الحياتية والثاني تأجيل اكايمي متعلق بالدراسة وشؤون التعلم 0 (far ran، 2004، p:15) اذ ان

يلجا الكثير من الافراد الى تأجيل المهام الحياتية الموكلة اليه بأعذار مختلفة وهو ما يؤدي الى انعكاسات سلبية على نظام حياتهم اليومية ، وقد يكون هذه السلوك بسبب عدم التخطيط والتحديد للأهداف والاولويات لا نجاز المهام والواجبات0 (أبو شيخه ،1991،ص182-183) ويشعر الافراد في كثير من الاحيان ان وقتهم قد ضاع منهم بكل سهولة بسبب التفريط وعدم المبالاة غير انهم يبررون لذلك بالغفلة وعدم التعمد في ضياعه ، والبعض منهم يشعر بضياع وقته ؛ لأنه لم ينجز شيئاً من المهام المطلوبة منه ومن الامور التي تدل على سلوك التأجيل عند الافراد هي :

- 1- القيام بنصف المهام التي خططوا لها سابقا او عدم القيام بها اصلا0
- 2- تراكم الاعمال عليهم او المدرجة في جدول اعمالهم اليومية التي كان ينبغي القيام بها او تأخير مواعيدها المقررة 0
- 3- اهمال بعض الامور المهمة التي يتوقعها منهم الآخرون مثل حضور دعة فرح، او مشاركة، او مراجعة طبيب ،او غير ذلك ،مما يضيع فيه وقتهم وفرص تقدمهم ، وقد يكون السبب في ذلك هو عدم تنظيمهم الشخصي للوقت وبرمجته بصورة صحيحة ومنظمة وعدم انجاز المهام المطلوبة في وقتها المحدد (السليمان،2004،ص23)

ويعد التأجيل من الامور غير الواضحة لمن يسلكه فبعض الافراد يقولون انهم لا يقومون بهذا السلوك غير انهم يسلكونه سواء كان ذلك في العمل او في العلاقات الاجتماعية او على الصعيد الصحي او غير ذلك ويجب ان ننتبه على ان التأجيل المستمر قد يؤدي الى نتائج شديدة الخطورة 0 وان التأجيل من الامور التي تثبط الهمة وتفسد الاعمال ومن مظاهره

- 1- عدم الرغبة في العمل 0
- 2- صعوبة العمل 0
- 3- عدم وجود العزم الصادق على البدء 0
- 4- الانشغال عن البدء في العمل المؤجل بأعمال محببه اخرى 0
- 5- عدم درج هذا الاعمال ضمن الخطة الموضوعية لإنجاز هذا المهام 0

(الجعيد،1999،ص16-17)

ويجب على الفرد ان لا يأخذ بتأجيل عمل اليوم الى الغد فالتأجيل عادة شائعة في كل المجتمعات والتي لا تقتصر على مجتمع معين ،ولو تأملنا الاعمال المؤخرة الى وقت اخر نجدها في الحقيقة اعمالا غير منجزة وتأجيل عمل الاشياء والتي يعني الانسحاب من المسؤولية وانتظار الامور تنجز نفسها بنفسها وهذا بدوره يدفع الى الكسل ،وان تأجيل عمل الاشياء يعني اختيار الافراد وبشكل غير مباشر عدم إنجازها للأشياء وان الشعور بالملل قد يكون احد دوافع لهذا السلوك 0

ويظهر التأجيل في الجانب الاكاديمي عندما يقوم الطلبة بتأجيل ما يكلفون به من مهام وواجبات والتي كانت لها علاقة بدراساتهم حتى اخر لحظة ،ويعد هذا السلوك من خصائص الطالب غير الناجح في حياته الدراسية وهذا من ناحية دراسية له اثر سلبي كبير فالطلبة الذين يؤجلون متابعة دروسهم يعانون باستمرار من الاحساس بتدني مستوى التحصيل الدراسي ؛ لانهم لا يعلمون على تحقيق الاهداف التي يعدونها مهمة وغالبا ما يؤدي سوء التكيف الاجتماعي لدى هؤلاء الطلبة وفي ما يلي بعض خصائص الطلبة المؤجلين الذين لا يستثمرون وقتهم حتى يتسنى لنا ان نعد كل من يؤخر عمل شيء يعد مؤجلا ام لا ولأجل ان نحسم هذا الامر ان نقرر ان الطالب المؤجل هو من يبطل متابعة دروسه باستمرار حتى تتراكم عليه وتصبح عاقبة هذا التأجيل وعدم استثمار الوقت ما يلي:

1-تدني المستوى التحصيل الدراسي 0

2- هدر الوقت للتردد وعدم الحزم والجدية 0

3-الشعور بالنقص مما يدفعهم لتجنب اي من مخاطر النجاح وما يترتب عليه من مشكلات 0

4-عدم الثقة بالذات 0

5- محاولة الوصول الى الكمال ،وكثير من المؤجلين لا يدركون انهم في داخلهم يحاولون الى الكمال ففي محاولتهم البرهنة على انهم جيّدون يسعون الى المستحيل، معتقدين انهم لن يواجهوا اية مشكلة لكي يصلوا الى اهدافهم العالية وعادة يحمل المؤجلون مطالب غير واقعية لا يستطيعون الوفاء بها، وعندما يحبطون تجدهم يتراجعون عن تلك المطالب بانهم يماطلوا ويؤجلوا 0  
( <http://www.site.lugaza.edu.ps/s/emanhm/files2010> )

واثبتت الدراسات ان التأجيل يزداد انتشاره لدى طلبة وخصوصا طلبة الجامعة الذين يتحملون بأنفسهم المسؤولية الكاملة لأداء المهام الدراسية وقد اشارت دراسة (Solomon&rothblun,1984) الى ان 46% من الطلبة قد اشاروا الى وجود تأجيل دائم او شبة دائم للاختبار و6,27% يؤجلون في المذاكرة للاختبار و1,30% يؤجلون في الواجبات القراءة الاسبوعية من الطلبة يؤجلون في الاعمال الدراسية بالصفة العامة ،ويبدو ان التأجيل يؤثر في عدد كبير من الطلبة اذ تشير دراسة (ellis&knaus,1977,p:1) الى ان نسبة 80-90% من الطلبة يميلون الى المماطلة في انجاز الواجبات المطلوبة منهم في وقتها المحدد كما توصلت دراسة اخرى اليهم في يوم اخر 0

( day –mensink&sullivan,2005,p:122 )

كما انهم يبالغون في تقدير الوقت الضروري لإكمال المهمة ، ويتميزون كذلك بانخفاض الثقة بالذات وارتفاع القلق والكبت والنسيان وعد التنظيم وعدم المنافسة وفقدان الطاقة (Ferrari,1991,p:11)) كما تشير الدراسات الى ان الطلبة المؤجلين تزداد احتمالية انسحابهم من خلال المقرر الدراسي الذي يعتمد على السرعة الذاتية (Robert,1984,p:41)) اذ انهم يعيشون في صراع نفسي عنما يكون الامر متعلقا باتخاذ قرار معين ويكون مستوى تقديرهم لذواتهم منخفضا مما يؤدي الى عدم القدرة على اتخاذ القرار المناسب الذي يحث لهم سوء تكيف مرضي للتعامل مع هذا الصراعات (effert&Ferrari,1989,p:152))

وان احد مصادر التأجيل هو عدم تقدير الوقت اللازم لإنجاز البحوث ،اذ ان العديد من الطلبة يكرسون اسابيعا لجمع المعلومات الاساسية الخاصة ببحوثهم ، ولكنهم لا يتمكنون من الانتهاء من كتاباتها , لانهم يقومون باستعراض العديد من الآراء المتناقضة قبل ان يتمكنوا من عرض وجهة نظرهم حول الموضوع 0 (burka,2008,p:17) ويلاحظ ان العديد من الطلبة يبدون التطبيق الكامل للمهمة المكلفين بها فقط قبل الموعد النهائي للمهام ولديهم ايضا صعوبات في تقرير مصيرهم وتحديد مواعيد نهائية (ariely,2002,p:219)) وهذا قد يكون السبب في لجوء الطلبة الى التأجيل هو الهروب من الالتزام بالوقت المحدد وكثيرا ما نجد المؤجل في خوف وقلق واشفاق من اسقاط حكم الاخرين عليه وذلك من خلال عملية النقد الذاتي فهو يخاف من ان يكون غير متقن في اداء واجباته ،كما يخشى ان ما يبذله من مجهود لا يكون كافيا ومن ثم لن ينال الفرص التي تمكنه من النجاح وينعكس هذا الظن عليه ويصاب بحالة تسمى الخوف من الفشل واثار

(burka& Yuen,,1983) الى ان الفرد الذي يعيش بوهم الخوف من الفشل  
يعتقد بمجموعة من الاحتمالات الاتية :

- ان ما اقوم من عمل هو انعكاس مباشر لمقدرتي وامكانياتي 0
- ان ما انتجه من عمل يكون انعكاسا حقيقيا لمقدرتي بوصفي انسانا 0
- ان قيمتي بوصفي انسانا تتناسب طرديا مع طاقاتي اذ ان كلما كانت قدراتي مرتفعة كان احساسي بقيمتي كانسان مرتفعا 0

( Burka &Yuen,1983,p:11 )

ويشير ((brown law & reo singer)) الى ان ما يقرب من 30-40% من طلبة الجامعة يعدون التأجيل مشكلة جوهرية تعيق التوافق الشخصي والاجتماعي ،اذ يقوم الطلبة بتأجيل المهام المطلوبة منهم وهذا سلوك غير تكيفي بسبب اثاره السلبية اذ تتجلى اشكال هذا السلوك في ان الطلبة يرجئون او يؤخرون تنفيذ اعمال ومهام ضرورية وهذا بدوره يؤدي الى مستوى منخفض ودرجات ضعيفة وهروب وتسرب من المادة 0

( Brown law & reo singer,2001,p:15 )

وان هناك مجموعة من الخصائص التي يجب ان يتحلى بها الطلبة ومنها : ان يحترم الوقت بوصفه قيمة زمنية , وهذا بدوره يدل على خلق الفرد وان يبادر شبابه وأقات عمره فيصرفها الى التحصيل ولا يختار بخدم التأجيل والتأمل فان كل ساعة تمضي من عمره لا بديل لها ولا عوض عنها 0(اليميني،2005،ص12) وان نظرة الفرد للمستقبل قد تؤثر في مستوى اداء الفرد، فالذي لديه ينظر للمستقبل بصورة سلبية ومتشائمة فان ذلك يدفعه الى الكسل وعدم الانجاز 0(خليل،2002،ص49)

ويشير (الاقصري،2002) الى انك لو سالت (مائة شخص) من الاشخاص المختلفين في ميولهم وانماطهم عن مدى معرفت معاناتهم من الخوف والقلق من المستقبل من عدمه ستجد ان اكثر كم 95% من تلك العينة تؤكد انها تعاني من الخوف والقلق من المستقبل على الرغم من اختلاف مستوياتهم الفكرية 0 اذ يمتلك الفرد الخوف الغامض نحو ما يتحمله الغد الاكثر بعدا عن الصعوبات والتنبؤ

السلبى لأحداث متوقعة والشعور بالتوتر والضيق والانقباض عند الاستغراق في التفكير فيها، وضعف القدرة على تحقيق الاهداف والطموحات، والاحساس بان الحياة غير جديرة بالاهتمام والشعور بعدم الامن والطمأنينة نحو المستقبل والانزعاج وفقدان القدرة 0  
(عشري، 2004، ص142)

اهداف البحث :

يهدف البحث الى :

- 1- التعرف على سلوك التأجيل لدى طلبة الصف الثالث في كلية التربية 0
- 2- التعرف على الفروق الفردية في سلوك التأجيل لدى طلبة الصف الثالث في كلية التربية تبعاً لمتغيري:  
أ- الجنس 0      ب- التخصص

حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بطلبة الصف الثالث في كلية التربية من الجنسين ومن التخصص الانساني والعلمي للعام الدراسي (2017-2018) 0

تحديد المصطلحات

سلوك التأجيل

1- فيراري و مكوون (Ferrari& McCone ,1995 ))

مصطلح يدل على الكسل وتجنب إنجاز المهمة ويشمل التلاعب على الآخرين للقيام بتلك المهمة نيابة عنه (Ferrari& McCone,1995,p:170 )

2- ها يكوك وآخرون (haycock at-al,1998))

يضمن التأخير في المسؤوليات والقرارات والمهام التي يحتاج الفرد ان يعملها مع الشعور بعدم الارتياح ذاتيا 0 (haycock et-al,1998,p:67))

3- ديفسون (2006)

هو تأخير مهمة لوقت لاحق ،اما بعدم البدء في انجازها او بعدم الانتهاء منها حتى بعد البدء فيها 0 (ديفسون،2006،ص1)

4- فوري (fiore,2006))

فعل متعمد لتأخير عمل شيء ما ينبغي القيام به فوراً 0 (fiore,2006,p:5 )

5- نيفل ((Neville,2007))

تأخير ومماثلة في المهام المجدولة الى وقت لاحق دون سبب وجيه لذلك 0

((Neville,2007,p:5))

وفي ضوء ما تقدم من تعاريف لسلوك التأجيل يمكن استخلاص ما يلي:

1- عملية التأخير والمماثلة للمهام والواجبات 0

2- عدم وجود مبرر منطقي لهذا السلوك 0

3- الشعور بعدم الارتياح بسبب التأجيل في اداء المهام والواجبات في وقتها المحدد 0

ومن خلال التعاريف السابقة لسلوك التأجيل توصل الباحث الى التعريف النظري الاتي:

(( التأخير المتعمد في بدء او انتهاء الواجبات والمهام المكلف بها في وقتها المحدد على ان يكون انجازها في وقت لاحق في المجالين الدراسي والاجتماعي))

اما التعريف الاجرائي (( هو الدرجة التي يحصل عليها الطلبة على فقرات مقياس سلوك التأجيل المعد من قبل الباحث))

## الفصل الثاني

### الاطار النظري والدراسات السابقة

---

اولا:- الاطار النظري

• الاطار النظري لسلوك التأجيل0

• مناقشة النظريات0

ثانيا:- الدراسات السابقة

• الدراسات التي تتعلق بسلوك التأجيل0

---



## اولا: الاطار النظري

### سلوك التأجيل

ان اصل كلمة منحدر من الكلمة اللاتينية Procrastinon ((قادم-Broc)  
(غدا- crastinon) ، واول ظهور معروف للمصطلح كان في قاعة ادوارد في  
لانكستر ونيويورك ونشرت لأول مرة كانت عام (1548) ويشير هذا المصطلح  
الى معان كثيرة منها تجنب العمل ، والتأخير ، والمماطلة ، والتسويف في تنفيذ  
المطلوب 0 (farran,2004,p:1

عادة ما يعرف التأجيل على اساس انه تعود مسبق على تأخير الاعمال التي من  
الواجب أداؤها الان الى اوقات معلومة او غير مسمات ومن ثم فانه وليد التعود  
وايقافه يتطلب تغير لتلك العادة وهذا بدوره يتطلب المزيد من الوقت اضافة الى  
العزم والاصرار على التغيير 0

(حمود,2003،ص34)

ان السلوك هذا يمثل الحالة العكسية لاستثمار الوقت ،اذ يهدر الفرد الوقت  
بالتأجيل والانصراف عن جوهر الاعمال المكلف بها الى اعمال اخرى لا تخدمه  
في ذلك سواء كانت عفويا او عمدا0(العبيدي،1987،،ص3)

كثير ما يشير علماء النفس الى هذا السلوك باعتباره اليه التعامل مع القلق المرتبط  
ببدء او إنجاز اي مهمة او اتخاذ قرار ،وان هذا السلوك يؤدي الى الاجهاد  
والشعور بالذنب والازمات ، وخسارة فادحة في الانتاجية الشخصية، فضلا ما  
عن الرفض من الاخرين لعدم قبوله او قيامه بالمسؤوليات او الالتزامات المكلف  
بها0(fiore,2006,p:5)

ويشير (اليس,1957,ellis,) الى ان هناك مجموعة من الافكار الغير المنطقية  
والمعتقدات التي تسيطر على الفرد وتؤدي الى سلوك التأجيل ومن هذه الافكار  
هي الخوف من الفشل والقلق ويرى ان هذا المعتقدات تتكون لدى الفرد من خلال  
تفاعله مع بيئته واننا كأفراد نتعلم ونكتسب قيما واتجاهاتنا من الناس الذين حولنا  
ولاسيما الوالدين والاقربان وكذلك من تجارب الاخرين0 ومن المعروف ان معظم  
الذين تخطوا مرحلة الطفولة ومروا بتجارب حياتية مختلفة قد ينتابهم الشعور  
بالقلق والرغبة قبل الشروع بتنفيذ اي عمل يوكل اليهم، وهذا الشعور يكون طبيعي  
وصحي والغرض منه اثاره الحذر لتجنب الاخطاء وتحقيق النجاح، إلا ان هذا  
الاتجاه قد يتحول عند البعض ولأسباب بعضها بيولوجي الى ظاهرة سلبية، وتتمثل  
بتضخيم الخوف من الفشل والقلق الى الانتقاد الذي يحدث اضطرابا في التفكير،  
ويؤدي الى عدم شروع الفرد بالأعمال والمهام المطلوبة منه  
((ellis,1957,p:399)) ومن الامثلة على الافكار التي تسيطر على الفرد وتؤدي  
الى هزيمة الذات:

- يجب ان انجز واجبات مهمة بشكل مميز وابتقان0
- ان عدم حصولي على ما اريد هو امر لا يطاق ولا يستطيع احتمالها0
- من الاسهل تجنب مواجهة صعوبات الحياة ومسؤولياتها بدلا من استخدام  
اشكال اكثر جدوى في التعامل معها0

اما ان نظرية الصراع فتشير الى ان مقدمات التأجيل ،اي الخطوات التي تسبق  
هذا السلوك تشتمل على صراع قاس يتعلق بالقرار وكذلك تشاؤم قوي نحو ايجاد  
حل مرض للمشكلة، ويكون التأجيل بالتالي وسيلة للتعامل مع الصراع وعدم  
القدرة على اتخاذ القرار فمثلا الطالب الذي يكون معتادا على التأجيل فانه يكون  
في صراع عميق وهل يستمر في هذا المقرر ام يتوقف ،وفي حالات معينة فان

الطالب الذي يقوم بالتأجيل في البدء في مهمة ما قد يكون في صراع حول اي الموضوعات يختار او قد لا يكون قادرا على التأكد مما هو مطلوب0

(beswick,et-al,1988,:209)

بينما ترى نظرية (التحفيز الوقتي TMT) بان المرء يلجأ الى التأجيل كلما ابتعد الموعد النهائي لإنجاز واجب ما، فكلما اقترب الفرد من نيل مكافاة (ولو كان شعورا بالإنجاز) وان تعاضمت هذا المكافاة بعينه واكل بالتالي احتمال تأجيله لنيلها، وان لجوء الفرد الى التأجيل يعتمد عليها بالدرجة الاساسية على المعادلة الاتية (( $p*v/(E*v)=U$ ) ، التي وضعها العالم استيل (Steel)

اذا تشير (U) الى مجمل رغبة الفرد في القيام بهذه المهمة، و(E) الى التوقع و(P) تشير الى حساسية الفرد للتأخير في العقوبة او المكافاة، واخيرا تشير (V) الى مقدار الفصل الزمني بين اداء المهمة وتلقي هذا العقوبة او المكافاة، وكما يظهر من مقام المعادلة، التي تزداد جاذبية المهمة فيها كلما قصر الفاصل الزمني ما بين ادائها وتلقي العقوبة (او المكافاة) عليها، وتقترح نظرة (TMT) اننا غالبا ما نسعى الى الاهداف او المهمات المبهجة التي يمكننا تحقيقها0 وبالنتيجة فأنا نؤجل او نماطل عندما تكون المهمات صعبة، والشيء المهم في هذا المجال (التأجيل) هو اثار التأخير، فأنا نحب على ان تكون مكافئاتنا ليست كبيرة فقط ولكن انية، وبالنتيجة نميل اكثر الى التأجيل في حال المهمات غير المرضية في الوقت الحاضر 0 وهناك دليل قوي جدا يشير الى ان هذا هو السبب وراء تأجيلنا للمهام المطلوبة منا، وتقوم النظرية على الفرضيات التالية:-

- يتعلق التأجيل بشكل كبير بالتوقع 0 وعلى اوجه الخصوص يميل الناس الذين لا يمتلكون الاهلية والكفاية الى التأجيل0
- يتعلق التأجيل بشكل كبير بقيمة المهام0 فكلما كان تقييم الناس للمهام غير جيد ومبهم ازدادت فرصة تركها من لدهم0
- يتعلق التأجيل بشكل كبير بالحساسية تجاه التأخير0 اي على وجه الخصوص يميل الناس المشوشون والانفعاليون ، والذين لا يملكون سيطرة على النفس الى التأجيل اكثر من غيرهم0
- يتعلق التأجيل بشكل كبير بتأخير الوقت 0 فكلما اقتربنا من أنجاز الهدف ازداد الجهد المبذول لإنجازه0

- يتعلق التأجيل بفجوة نية العمل، اي ان عندما ننوي ان نعمل ولكننا لا نقوم بمثل هذا العمل، وكما هو متوقع يميل المؤجلون الى عدم تحقيق نياتهم في ما هو مطلوب القيام به0 (Steel,2007,p:65-94)

وان التأجيل المرتبط باتخاذ القرارات هو استعداد مسبق قوي نحو العجز عن صنع القرارات الوقتية، وتعد احد الطرق للتوافق مع الصراعات الموجودة في موقف صنع القرار، لان ذلك يجنب الفرد المواجهات، اذا يرى لاي (Lay,1988) ان ميل الفرد لتأجيل معظم المهام اليومية قد ينشأ عن نظرة الفرد لمشروعاته المهمة والشخصية بتشاؤم شديد والمبالغة بتقدير الوقت الذي يحتاجه في اكمال المهمة، او بالتفاؤل الشديد وعدم تقدير الوقت الضروري لا كمال المهمة بطريقة معقولة وقد رأت الكثير من الدراسات ان التأجيل بأنواعه يرجع الى انخفاض الثقة بالذات وارتفاع القلق والاكتئاب والكبت والنسيان وعدم التنظيم وعدم المنافسة وفقدان الطاقة 0 (Ferrari,1991,p:455))

وتوصل فيراري (Ferrari,1991) الى ان المؤجلين في اتخاذ القرار بالمقارنة بغير المؤجلين اظهروا انخفاضاً كبيراً في تقدير الذات وقلقا اجتماعيا اكثر وكذلك ارتباك الذات، والاكثر من ذلك فان المؤجلين ذكروا انهم ينغمسون في استراتيجيات اعاقا الذات اكثر مما ينغمس غير المؤجلين في هذه الاستراتيجيات، وان المؤجلين لديهم ميول نحو اعاقا الذات0 (Ferrari,1991,p:247)

والتي ظهرت هذا الدراسات الخاصة بأداء الطلبة في مقررات تعتمد على التعليم الذاتي وان كثير منهم يلجؤون الى التأجيل في المهام والواجبات عندما يعطون الفرصة في ان يتبعوا سرعتهم الذاتية، اذا اشار (موريس واخرون Morris,et.AI1978) الى انه بسبب تأجيل الطلبة تكون الامكانات التعليمية والتسهيلات الدراسية المتاحة، وكذلك هيئات التدريس غالبا ما يتم الاستفادة منها بطريقة غير سليمة في مقررات التعليم الذاتي، بمعنى انه في بداية المقرر نجد ان القليل من الطلبة هم الذين يستخدمون هذه الامكانات المتاحة ولكن في نهاية الفصل الدراسي نجد ان هنالك ازدهاما شديدا على هذه الامكانات ولذلك فان اعضاء هيئة التدريس غالبا ما يتجاهلون مطالب كثيرة من الطلبة ويفضلون صرف النظر عن مساعدتهم 0 (Robert,1984,p:41))

والوصول الى الفعل المناسب، او يهتدي الى الفعل المناسب ولكنه يجد صعوبة في ادائه فوجدت ان المرء يظل متوترا ثم يضطر في حالة الاخفاق هذه الى الاتيان بأفعال بديلة او معوضه لعلها تزيل التوتر عنه، وقام البعض ومن بينهم(ليفين

صاحب نظرة المجال) بدراسة تجريبية لتلك الافعال البديلة ,فوجدوا ان المرء يعمل على الهروب من المهمة المنوطة به بالتأجيل والتسويف او القيام بأعمال رمزية غير واقعية اتجاه الفعل او بحركات لا طائل من ورائها ,او بوصف ما ينبغي ان يعمل به بدلا من ان يفعله ,في وقت محدد ,واكثر مما نشاهد تلك الافعال البديلة اثناء قيام الناس بواجباتهم ومهامهم0(الخولي,1976,ص223)

انواع المؤجلين:

## 1- النوع الاسترخائي من المؤجلين:

هؤلاء ينظرون الى مسؤولياتهم بشكل سلبي ويتجنبونها من خلال توجيه طاقاتهم الى مهام اخرى ,ومثال على هذه النوع من المؤجلين الاطفال الذين يتخلون عن واجباتهم المدرسية وليست حياتهم الاجتماعية ,اذ يرى الطلبة وان المشاريع هي جزء كبير بدلا من تقسيمها على اجزاء اصغر اذ يعد هذه النوع من التأجيل شكل من اشكال الحرمان والتستر ,ولذلك فهم لا يطلبون المساعدة وعلاوة على ذلك فهم غير قادرين على الحصول على الاشباع والرضا ,فهم يتجنبون الحالات التي من شأنها ان تسبب الاستياء وينغمسون بدلا من ذلك في أنشطة اكثر امتاعا لهم ,ومن جهة نظرية فرويد فان المؤجلين يرفضون التخلي عن مبدأ المتعة بدلا من ذلك يضحون بمبدأ الواقع فهم قد يبدون قلقين من العمل والمواعيد النهائية ولكن يكون لهذا مجرد التهرب من العمل الذي يتعين عليهم استكمالها0

## 2-النوع المتوتر الخائف:

عادة ما يشعر ان هذا النوع من المؤجلين بالإرهاق والضغط غير الواقعي حول ما يتعلق بالوقت ,وانهم غير متأكدين من اهدافهم ويشعرون بنوع من الضيق ,ولديهم شعور بأنهم يفتقرون الى القدرة على النجاح او التركيز في استكمال الاعمال المكلفين بها ,وهم دائما يقولون لأنفسهم انهم بحاجة للاسترخاء والراحة , على سبيل المثال انهم من الافضل ان يسترخوا ما بعد الظهر والبدء من جديد في الصباح , وان استرخاءهم غالبا ما يكون مؤقتا وغير فعال ويؤدي الى المزيد من التوتر ,وينتهي الوقت والمواعيد النهائية تقترب ويبدأ الشخص بالشعور بالذنب والتخوف المتزايد وعادة ما يكون لديهم خطط ضخمة وقد تكون غير واقعية ,وهذا السلوك يصبح حلقة من الفشل والتأخير ,وتبدأ الخطط والاهداف بالانهيار الكبير وتوَجَل الى اليوم التالي والاسبوع القادم مرارا كما يمكن لهذا النوع تأثير ضار على حياتهم الشخصية والعلاقات ,ولأنهم ليسوا متأكدين من اهدافهم فإنهم غالبا ما يشعرون بالحرج وتنقصهم الثقة بقدراتهم ,وهذا بدوره يؤدي الى الاكتئاب

والانسحاب من الحياة الاجتماعية وتجنب الاتصال حتى مع الاصدقاء والمقربين 0  
( Knaus,1998,p:11-12 ))

## اسباب التأجيل

### الاسباب النفسية:

تختلف الاسباب النفسية للتأجيل اختلافا كبيرا في متابعتها, ولكنها عموما تتعلق  
بقضايا القلق وتدني الشعور بتقدير الذات والهزيمة الذاتية 0

((Burka,2008,p:7

ويعتقدون انهم اقل من المستوى العادي للاجتهاد, واكثر استنادا الى الاحلام  
والامنيات لتحقيق النقيض من التقدير الواقعي للالتزامهم وقوتهم 0

(Strub,1989,p:1024-1027) ويذكر سولومون وروثبلوم

(Solomon&Rothblum,1984) ان هناك وجود عدة اسباب ممكنة لسلوك  
التأجيل تتمثل في القلق وصعوبة اتخاذ القرارات ونقص الحزم والخوف من  
عواقب النجاح والنفور من المهمة, إلا انه توصل الى دراسته الى عاملين يعدان  
اكثر شيوعا في لجوء الفرد الى التأجيل : هما الخوف من الفشل والنفور من  
المهمة, ويرجع الخوف من الفشل الى ان الفرد لا يستطيع ان يصل الى ما يتوقعه  
الآخرون عنه او توقعاته عن نفسه او بسبب الخوف من الاداء السيء 0 ويرجع  
النفور من المهمة الى ان الفرد يكره الاندماج في الانشطة الأكاديمية او نقص  
الطاقة لديه 0

ويشير (وليم نوس,1979) في كتابه (أفعل الان) الى ان في وسع الانسان ان  
يتخلص من عادة التأجيل التي تمتص طاقاته وأحاسيسه ووقته وان من اسباب هذا  
السلوك هو الخوف وعدم الثقة, ونقص الكفاءة وان هذه الاسباب قد تؤدي الى  
القلق الشديد والانقباض النفسي التام 0 (Knaus,1979,p:53)

كما ان يشير الاختصاصيون الى دور التربية في تأهيل الفرد للعمل ارضاء لنفسه  
وليس للآخرين, كما يلتفتون الى الخطأ التربوي الفادح الذي يرتكب بحق الصغار  
عن طريق دفعهم الى التفوق بأساليب غير مدروسة فالطفل الذي يشعر انه  
مضطر الى تحصيل نتائج مدرسية جيدة لإرضاء غرور والديه وطموحهم الى  
المثالية في سلوكه, هذه الفئة تجد نفسها منساقا الى صراع نفسي يجاذبها من

خلال الميل الى الاكتفاء الذاتي والهوس الى تحقيق اهداف ترضي الاخرين وهو صراع ينتهي باللجوء الى المماطلة والتأجيل 0

( <http://www.mharatsoft.com/soft> )

## الاسباب الفسيولوجية

من خلال البحث عن الجذور الفسيولوجية للتأجيل نجد ان معظمها يحيط بدور قشرة الفص الجبهي, حيث ان هذا المنطقة في الدماغ تكون مسؤولة عن وظائف المخ التنفيذية مثل التخطيط والتحكم والانتباه وتعمل بمثابة مرشح من خلال تقليل المحفزات في المناطق الاخرى من الدماغ, وان الضرر او النشاط المنخفض في هذه المنطقة يمكن ان يقلل من قدرة الفرد على تصفية المحفزات التي تسبب لهم التشتت, مما يؤدي في نهاية الامر الى فقر التنظيم وفقدان الاهتمام وزيادة التأجيل والمماطلة, اذ يكون عدم النشاط هو الشائع0 (Burka,2008,p:71)

ولقد اجريت ابحاث عديدة حول هذا الموضوع دلت نتائجها على اتساق هذا المسلك, برغم تقلب الظروف ومرور الوقت, حيث تراء كما لو ان هناك عامل جيني او بيولوجي له دور في ظهوره, ففي دراسة اجراها كان من (روت وندو واخرون, عام 2003) على (118 من التوائم المتماثلة) وعلى (93 من التوائم المذكرة الشقيقة) ولدت نفس العائلة لتحديد مقدار نفس الظهور هذا السلوك عند المجموعتين, اذ بلغ معامل ارتباط هذا المسلك في الحالة التوائم المتماثلة (24) في حين بلغ (13) في حالة التوائم الشقيقة, وهذا يعني بلغة الاحصاء ان 22% تقريبا من التباين الذي اظهرته النتائج ارتبط بالفعل بالعامل الجيني 0 لكن ذلك لا يعني ان التأجيل يأتي بمعزل عن خصال شخصيه اخرى, فقد توصل (شوين برج) بالدراسة التي قام باجراها عام (2004) الى ما يلي: تدل ابحاث عدة على وجود مجموعة من الخصال التي ترتبط ببعضها البعض وتؤدي الى هذا السلوك ( الافتقار الى المثابرة, والافتقار الى العمل المنظم, وغياب مهارة ادارة الوقت, والعجز عن العمل بمنهجية ) ويستخلص (شوين برج) قائلاً: فاذا نظر الفرد الى هذه المجموعة من الخصال مجتمعة, لا يجد مبرراً لعد التأجيل خصلة وجدت من تلقائها 0 بل الاجدى ان يعطي مجموعة الخصال هذه اسما جامعاً, هو (الافتقار الى التحكيم بالذات)

(<http://www.Jafilah-com/9/a/37/5/533>)

ويرجع سز لانز (szalaeit,2003) اسباب التأجيل الى ما يلي:

(1) معتقدات خاطئة0

(2) الخوف من الفشل0

(3) الكمالية0

(4) الضبط الذاتي0

(5) آباء متسلطون0

(6) السعي للتشويق0

### ثانياً: الدراسات السابقة

تعد عملية استعراض الدراسات السابقة خطوة مهمة في البحث العلمي , لأنها تمكن الباحث من معرفة موقع بحثه من البحوث التي سبقته , كما انها تمكنه من معرفة مدى حاجة المكتبة لدراسة مثل دراسته , وقد استفاد الباحث من الدراسات السابقة في تحديد اهداف البحث الحالي, وعرفة المصادر ذات الفائدة للبحث العلمي واختيار عينة البحث الحالي , واختيار الوسائل الاحصائية المناسبة التي تتطلبها اجراءات البحث الحالي وتحليل نتائجها , وفي التوصل الى النتائج بدقة وسهولة وفي مناقشة النتائج وتفسيرها 0 وسيقوم الباحث بتركيب الدراسات السابقة ترتيباً زمنياً , اي تبدأ من الاقدم الى الاحدث دراسة وكما يأتي :

1- دراسة سولومون لورا-روبلوم راثير 0

(Solomon,L,J.&Rothblum,E.D.1984)

تهدف هذه الدراسة الى معرفة التأجيل : تكراره والارتباطات المعرفية والسلوكية على عينة مكونة من (342) من طلبة الجامعة, واراد سولومون معرفة مدى تكرار التأجيل لدى هذا العينة واسباب هذا السلوك , وقد ذكرت نسبة مئوية عالية من الطلبة الذين يعانون من مشكلات التأجيل في العديد من المهام , وقد وجد ان



التأجيل كان مرتبطا ارتباطا موجبا بعدد الاختبارات الخاصة بالسرعة الذاتية التي اخذها الطلبة في اواخر الفصل الدراسي وكذلك ان يرتبط التأجيل ارتباطا موجبا بالمشاركة في مدة تجريبية تم تقديمها في اواخر الفصل الدراسي 0 وقد اسفر التحليل العاملي لأسباب التأجيل التي ذكرها الطلبة في مقياس تقدير التأجيل عن عوامل مثل الخوف من الفشل وكره المهمة كأنما يعلنان لمعظم التباين الذي ظهر , وقد وافق عدد كبير من الطلبة في مجموعة متجانسة منهم على مفردات في عامل الخوف من الفشل , ارتبطت هذه المفردات ارتباطا دالا بمقياس الكبت , والتعرف غير العقلاني , وتقدير الذات المنخفض بسلوك التأجيل , وعدم تأكيد الذات , وقد ذكرت مجموعة كبيرة وغير متجانسة من الطلبة ان التأجيل هو نتيجة لكرهية المهمة , وقد ارتبط عامل كراهية المهمة ارتباطا دالا بالكبت والتعرف غير العقلاني وتقدير الذات المنخفض , وسلوك التأجيل 0  
(Solomon,L.J.&Rothblum,E,D.1984,p:504-510)

## 2- دراسة بيسوك واخرين 0 (Beswick,et-al,1988)

هدفت هذه الرسالة الى معرفة المتغيرات النفسية وعلاقتها بالتأجيل لدى طلبة الجامعة وقد بلغت عينة الدراسة (245) وتم تسجيل الوقت الذي استغرق من الطلبة لتقديم الواجبات المفروضة عليهم والتي كانت عبارة عن (خطة بحث, وقد وتقرير أكاديمي) وقد تم تسجيل الوقت المستغرق لانتهاء من هذا المهام وعمل ارتباط بين هذا الوقت ومقاييس التردد في اتخاذ القرار والمعتقدات الغير العقلانية وتقدير الذات المنخفض , والكبت والقلق , وقد وجدت الترابطات الدالة وهي

بين التردد في اتخاذ القرار والمعتقدات الغير العقلانية وتقدير الذات المنخفض , ومقاييس التأجيل (الوقت المستغرق في تقديم تقرير أكاديمي وتكرار التأجيل كما أبلغ عنه المستجيب)

بين القلق والكبت ومقياس التأجيل وقد اظهرت التحليلات ان تقدير الذات والتردد في اتخاذ القرار كانا سببا في اجزاء كبيرة من التباين في التأجيل 0 وقد اشارت النتائج الى التأجيل يعد احد محددات الاداء الاكاديمي 0

(Beswick,et-al,1988,p:207-217))

## 3-دراسة فلت ,جور دون واخرين 0 (Flet-Gordon,et-al,1992)

هدفت هذه الدراسة الى التعرف على العلاقة بين الفروق الفردية في الاتقان والتأجيل لدى عينة من طلبة الجامعة قوامها(56) طالبا و(57)طالبة , قاموا جميعا

بالإجابة عن مقاييس تتعلق بالتوجه الذاتي والتوجه المفروض من الآخرين ,والإتقان كما يراه افراد المجتمع ,وكذلك مقاييس تتعلق بالتأجيل (الخوف من الفشل, وكراهية المهمة) وقد اسفرت التحليلات الارتباطية عن ان البعد الخاص بالإتقان كما يراه افراد المجتمع يرتبط ارتباطا قويا بكل من التأجيل العام والتأجيل الاكاديمي لدى الذكور ,وكانت هناك بعض ارتباطات دالة تشتمل على الإتقان الموجة ذاتيا والإتقان الموجة من الآخرين0

الا ان مكون الخوف من الفشل في التأجيل كان مرتبطا بشكل عام بكل ابعاد الإتقان ,وتشير النتائج الى ان التأجيل ينبثق جزئيا من التوقع وعدم الاستحسان او القبول الاجتماعي من افراد لديهم معايير اتقان يضعونها للحكم على اداء الآخرين0 ( Felt-Gordon ,et-al,1992,p:85-94 )

### 3- دراسة برونلو- ريسنجر (Brownlaw&Reusinger,2001)

هدفت هذه الرسالة الى معرفة العلاقة بين التأجيل وكل من الكمالية ووجهة الضبط واساليب الفرد ,وكذلك تفضيل العمل الناتج عن الرضا الداخلي عن اداء المهمة او التقدير الخارجي من الآخرين , بسبب اداء المهمة0وقد تكونت عينة الدراسة من (48) من الاناث وقد اسفرت النتائج عن ان اسباب التأجيل ترجع الى النفور من المهمة وصعوبة اتخاذ القرارات ,وان الاناث اعلى من الذكور في درجة التأجيل الذي يرجع الى الخوف من الفشل والالتكالية وصعوبة اتخاذ القرار ,وقد اظهرت النتائج ان الكمالية ووجهة الضبط كلها ارتبطت بالتأجيل0 ( Brownlaw&Reusinger,2001,p:15-34 )

### 5- دراسة سير (Sayer,2004)

هدفت هذه الدراسة الى معرفة العلاقة بين سلوك التأجيل والقلق والكمالية لدى طلبة الدراسات العليا ,وكذلك مدى انتشار سلوك المماثلة والتأجيل بينهم ,في احدى الجامعات التي تقع في الجزء الجنوبي الشرقي من الولايات المتحدة , وقد بلغت عينة هذا الدراسة (135) طالبا تم اختيارهم من ثلاث اقسام0وقد توصلت النتائج الى ان 80% من طلبة الدراسات العليا يميلون الى المماثلة والتأجيل في تنفيذ المطلوب منهم ,والدراسة للامتحان ,وعدم الانتهاء من المهام الموكلة اليهم ,والقراءة الاسبوعية0 وتوصلت النتائج الى ان هناك علاقة ارتباطية قوية بين التأجيل والقلق, والخوف من الفشل والنظرة السلبية للذات

والكفالية وقد بينت الدراسة ان القلق يمكن ان يؤثر في بداية عملية التأجيل ,بينما الميل نحو الكفالية يمكن ان يؤثر في تكلمة او الانتهاء من اداء المهمة ,والتي قد اوصلت الدراسة بالحد من الاثار المترتبة على القلق بوصفه من المشكلات التي تتدخل بشكل كبير مع سلوك التأجيل0

((Sayer,2004,p:3-19

## الفصل الثالث

- 
- منهجية البحث وإجراءاته
  - مجتمع البحث وعينته
  - اداة البحث
  - التطبيق النهائي

## • الوسائل الاحصائية

---

يتضمن هذا الفصل عرضا للإجراءات التي يقوم بها الباحث لتدقيق هدف البحث ،  
وفيما يأتي توضيح تلك الاجراءات0

### منهج البحث

استخدم الباحث في الدراسة الحالية المنهج الوصفي ،الذي تحدد اداته باستخدام  
المقياس الخاص بسلوك التأجيل لدراسة عشوائية من المجتمع الاصلي المتمثل  
بطلبة جامعة القادسية/ كلية التربية/ مرحلة ثالثة للعام الدراسي 2017-2018

اولا: مجتمع البحث (Population of the Research):

ويقصد به جميع الافراد الذين يحملون البيانات الظاهرة التي هي في متناول  
البحث0

(حنا,1990,ص66)وقد حدد مجتمع البحث الحالي بطلبة الصفوف الثالثة من  
الكليات العلمية والانسانية , اما العينة التي جرى عليها تطبيق اداة البحث  
لاستخراج النتائج التي يسعى اليها الباحث والتي تألفت من (80) طالب وطالبة  
وتم اختيارهم بأسلوب العينة العشوائية المرحلة الثالثة/كلية التربية0

لان مجتمع البحث يمكن تقسيمه طبقا على اساس (ذكور , اناث) بواقع طالب وطالبة (40) ذكور و(40) اناث 0

احصائية كلية التربية للعام الدراسي 2017/2018 الدراسة الصباحية

جدول (1) يوضح مجتمع البحث موزع حسب القسم والجنس

المجموع	المرحلة الثالث		الاقسام
	أ	ذ	
138	95	43	اللغة العربية
118	68	50	علم النفس
89	34	55	الفيزياء
64	20	44	الكيمياء
409	117	192	المجموع

عدد الطلبة الموجودين فعلا (409)0

عدد الطلبة المؤجلين : لا يوجد0

عدد الطلبة الراسبين بالغياب : لا يوجد0

عدد الطلبة الراسبين بسبب الغش : لا يوجد0

عدد الطلبة المرقنين : لا يوجد0

ثانيا/ عينة البحث: (Sample of Analysis Clauses)

من الخطوات المهمة في البحوث التربوية والنفسية هي اختيار افراد العينة التي ينبغي ان تكون ممثلة للمجتمع الاصلي على النحو الصحيح 0 (البياتي,1977,ص235)

جدول (2) عينة البحث التطبيقية موزعين حسب القسم والتخصص والمرحلة

المجموع	المرحلة الثالثة		التخصص	القسم	ت
	الذكور	الاناث			
20	10	10	انساني	اللغة العربية	1
20	10	10	انساني	علم النفس	2
20	10	10	علمي	الفيزياء	3
20	10	10	علمي	الكيمياء	4
80	40	40		المجموع	

### ثالثا/ اداة البحث:

لغرض تحقيق اهداف البحث الحالي تبني الباحث مقياس سلوك التأجيل المعد من قبل البديري (2010) كونه اكثر ملائمة للبحث الحالي ويتناسب مع طبيعة مجتمع الدراسة الحالية 0

### وصف القياس

يتكون المقياس الحالي من (58) فقرة متكونة من المجالين الدراسي والاجتماعي حيث توزعت بين خمسة بدائل (دائما، احيانا، غالبا، نادرا، ابدا)

### صدق المقياس

يعد الصدق من الخصائص المهمة التي ينبغي توافرها في المقياس النفسي قبل تطبيقه ، لأنه يؤشر قدرة المقياس على قياس ما وضع من اجله (ابراهيم، 1989، ص72)

وقد عرض الباحث المقياس الحالي على مجموعة من المحكمين المختصين في العلوم التربوية والنفسية،(الملحق رقم 2) ، حيث كانت نسبة الاتفاق هي 100% على فقرات المقياس 0

### ثبات المقياس

يقصد بثبات الاختبار ان علاقة الفرد لا تتغير جوهريا بتكرار اجراء الاختبار ويعبر عنه احصائيا بانه معامل ارتباط بين علامات الافراد خلال مرات اجراء الاختبار المختلفة 0(الظاهر، 2002، ص140) ويقصد بالثبات استقرار النتائج الى

حد ما فيما لو كرر القياس على المجموعة نفسها عدة مرات متقاربة  
(سمارة، 1989، ص227)

ولحساب الثبات بهذه الطريقة تم تطبيق على عدد من طلبة كلية التربية الصف الثالث من التخصصين العلمي والانساني على عينة بلغت (40) طالب وطالبة اعيد تطبيق المقياس على نفس العينة بعد فاصل زمني بلغ (10) ايام طالب وطالبة من التطبيق الاول وتطبيق معامل ارتباط بيرسون التخصصين تبين ان معامل الثبات (0,76) وهو معامل ثبات ذو دلالة احصائية 0 و اشار العيسوي الى ان اذا كان معامل الارتباط بين التطبيقين الاول والثاني (0,70) فاكثر فان ذلك يعد مؤشرا لثبات الاختبارات في العلوم التربوية والنفسية (العيسوي، 1985، ص85)

#### رابعاً/ التطبيق النهائي:

بعد الانتهاء من اجراءات بناء اداة البحث واستخراج الخصائص السايكومترية له من حيث صدق وثبات ،ونظرا لكون جميع فقرات المقياس اصبح المقياس جاهز للتطبيق على عينة البحث واستخلاص النتائج 0

#### خامساً/ الوسائل الاحصائية:

استخدم الباحث الحقيبة الاحصائية الاتية للعلوم الاجتماعية

(10 sps) وبرنامج Microsoft exel

في المعالجة البيانات:

- 1- معامل الارتباط بيرسون
- 2- الاختبار التائي لعينتين متقابلتين
- 3- الاختبار التائي T.Test لعينة واحدة

## الفصل الرابع

---



## عرض النتائج وتفسيرها

• التوصيات

• المقترحات

---

## عرض النتائج ومناقشتها

الهدف الاول : التعرف على سلوك التأجيل لدى طلبة كلية التربية :

يتضح باستعراض نتائج الهدف الاول ان طلبة الصف الثالث في كلية التربية لديهم سلوك تأجيل اقل من المتوسط وهو (141.33) حيث تبين ان المتوسط الحسابي لدرجات الطلبة اقل من الوسط الفرضي البالغ (150) وكما موضحه في الجدول رقم (1) 0

جدول رقم (1)

المجموعة	العينة	المتوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة t المحسوبة	قيمة t الجدولية	مستوى الدلالة
طلبة كلية التربية	80	150	141.33	29.43	-2.63	1.98	داله لصالح الوسط الفرضي

الهدف الثاني: التعرف على الفروق في سلوك التأجيل حسب التخصص :  
التعرف على دلالة الفروق حسب التخصص في سلوك التأجيل حيث اظهرت نتائج  
البحث انه لا يوجد فرق ذو دلالة معنوية بين متوسطي الطلبة في التخصص الانساني  
البالغ (134.9) وبين المتوسط الحسابي لطلبة التخصص العلمي البالغ (147.7)  
وهذا يعني لا يوجد فرق في سلوك التأجيل بين طلبة الصف الثالث في التخصصين  
الانساني والعلمي كما موضح في جدول رقم (2) 0

### جدول رقم (2)

المجموعة	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة t المحسوبة	قيمة t الجدولية	الدلالة
الانساني	40	134.9	32.12	-1.97	1.98	غير داله
العلمي	40	147.7	25.3			

الهدف الثالث: التعرف على الفروق في سلوك التأجيل حسب الجنس  
(ذكور-اناث):

اظهرت نتائج البحث عدم وجود فروق ذو دلالة احصائية بين متوسطي الذكور  
البالغ (140.2) والاناث البالغ (142.3) وهذا يعني عدم وجود فروق في سلوك  
التأجيل بين الذكور والاناث الصف الثالث وكما موضح في جدول رقم (3)

### جدول رقم (3)

المجموعة	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة t المحسوبة	قيمة t الجدولية	الدلالة
الذكور	40	140.2	26.8	- 0.34	1.98	غير داله
الاناث	40	142.3	32.14			

## التوصيات

1-قيام وحدات الارشاد بالوقوف على المعوقات او الصعوبات التي تقف عائقا امام تنفيذ المهمات والواجبات الدراسية ومساعدة الطلبة على تجاوزها او التخفيف منها0

2-تكثيف عمل وحدات الارشاد في كلية التربية في وضع برامج تهدف الى مساعدة الطلبة في اعادة النظر في ما يعتقدونه من افكار سلبية عن ذواتهم وقدراتهم والعمل على زيادة ثقة الطلبة بأنفسهم0

3-وضع برامج للأنشطة المختلفة بحيث يكون للطلبة دور فعال فيها ،مثل المباريات العلمية والرياضية والفنية وتشجيعهم على الاسهام فيها من خلال تقديم الجوائز والمنح المادية والمعنوية 0

4-ان تقوم وزارات الدولة المتخصصة بوضع خطط اقتصادية خاصة بها فضلا عن تشجيع الاستثمار المحلي والخارجي للقيام بمشاريع لجذب الخريجين والاستفادة من امكانياتهم وخبراتهم في التخصصات المختلفة0

5-العمل على وضع الخطط الدراسية الملائمة او تحسين الخطط القائمة لمواجهة الاحتياجات المتعددة الطلبة وتطلعاتهم المستقبلية وميولهم الفكرية واستعداداتهم الشخصية مراعية التغيرات الاجتماعية والسياسية والاجتماعية0

6-ان يكون هناك توجه لدى التدريسيين أو الجهات المسؤولة بان تكون الواجبات والمهام الدراسية التي تعطى للطلبة مناسبة لقابليتهم وامكانياتهم العقلية والنفسية0

## المقترحات

يقترح الباحث القيام بالدراسات الآتية :

1- إجراء دراسات تتناول متغيرات البحث الحالي على طلبة المرحلة الثالثة 0

2- دراسة العلاقة بين سلوك التأجيل ومتغيرات أخرى مثل (الخوف من الفشل ، والكفاءة الذاتية ، وعادات المذاكرة ، ودافع الانجاز)0

3- إجراء دراسة تتناول اثر العلاج السلوكي المعرفي في تغيير سلوك التأجيل لدى الطلبة 0



## المصادر

---

---

- المصادر العربية والاجنبية

## المصادر العربية والاجنبية

---

- القران الكريم0

- إبراهيم ،عاهد (1989):مبادئ القياس والتقويم في التربية ،دار عمان للنشر0
- بول، كيفن (2008):ادرس بذكاء وليس بجهد ،ترجمة مكتبة جرير ،السعودية0
- التكريتي ،ثناء إبراهيم (1995):بناء برنامج ارشادي في الاسترخاء لخفض التوتر المصاحب للقلق العصابي لطلبة مؤسسات التعليم

العالي0(أطروحة دكتوراه غير منشورة)كلية التربية، ابن رشد، جامعة  
بغداد0

- الجعيد، متعب بن مسعود (1999): كيف تحقق النجاح، مكتبة جرير للنشر والتوزيع، السعودية0
- حنا، عزيز، وحسين عبد الرحمن(1990): مناهج البحث التربوي، دار الحكمة للطباعة والنشر، بغداد0
- الخولي، وليم (1976): الموسوعة المختصرة في علم النفس والطب –العقلي، ط1، دار المعارف، مصر0
- ديفسون، جيف (2006): نظم وقتك في 60 ثانية، مكتبة جرير، السعودية0
- السليمان، هاني إبراهيم (2004): كيف تحقق طموحاتك في الحياة والعمل، دار الاسراء للنشر والتوزيع، عمان، الاردن0
- سمارة، عزيز(1989): مبادئ القياس والتقويم في التربية، ط1، دار الفكر، القاهرة، مصر0
- الشيباني، عمر محمد (1973): الاسس النفسية والتربوية لرعاية الشباب، دار الثقافة، بيروت0
- الظاهر، زكريا محمد (2002): مبادئ القياس والتقويم في التربية، ط1، الدار العلمية الدولية، عمان، الاردن0
- العبيدي، باسل عباس (1987): الهدر في اوقات عمل الموظفين : حالات ومعالجات مقترحة، صحيفة الجمهورية، العدد(98) 0
- العديلي، ناصر محمد (1994): إدارة الوقت دليل للنجاح والفعالية، مكتبة جرير للنشر والتوزيع0
- العيسوي، عبد الرحمن محمد (1985): القياس والتجريب في علم النفس والتربية، دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية0
- غالي، محمد احمد (1986): الاتساق بين التخصص الأكاديمي وبين الميل المهني لدى طلاب جامعة الكويت، مؤسسة الكويت للتقدم العلمي، الكويت0

- غرابية ،لطفى عبد القادر احمد (1995):أهمية الوقت وإدارته من المنظورين الوصفي والاسلامي ،دراسة مقارنة (رسالة ماجستير غير منشورة) كلية التربية والفنون الجامعية اليرموك0
- الفقي ،إبراهيم (1999):المفاتيح العشرة للنجاح ، المركز الكندي للتنمية البشرية0
- فهمي ،مصطفى (1987):الصحة النفسية دراسات في سيكولوجية التكيف ،مكتبة ايخاني ،القاهرة0
- القرضاوي ،يوسف (1997):الوقت في حياة المسلم ،ط7،مؤسسة الرسالة،بيروت0
- اليمني ،الحسين بن منصور (2005):ادأب العلماء والمتعلمين ،

<http://www.alwaraq-com>

- 
- \* Burka, Jane B.(2008):Procrastination :why you do it : what to do about it, Cambridge, MA :Da Capo p,17-30
  - \* Day, V., Mensink, D.,&Osullivan, M.(2005):Patterns of academic Procrastination, Journal of College reading Learning, 30,120-134 .
  - \* Fiore, Neil A(2006):the now Habit: Strategic program for overcoming Procrastination and Enjoying Guilt-free play, New York: penguin Group .
  - \* Sayer, C.R.(2004):The Psychological implication of Procrastination ,Anxiety perfectionism, and Lowered Aspirations in college Graduate students .

- \* Steel ,P.(2007):The nature of Procrastination :A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure, Psychological bulletin ,113,65-94 .





# الملاحق

---

---

## ملحق رقم (1)

اسماء السادة الخبراء في تقويم اداة البحث

ت	اللقب العلمي	الاسم	مكان العمل
1	أ. م. د.	علي رحيم محمد	كلية التربية / جامعة القادسية
2	أ. م. د.	علي صكر الخزاعي	كلية التربية / جامعة القادسية
3	أ. م. د.	خالد ابو جاسم عبد	كلية التربية / جامعة القادسية

كلية التربية /جامعة القادسية	علاء احمد	أ.م.د.	4
كلية التربية /جامعة القادسية	محمد مريدي عراق	أ.م.د.	5
كلية التربية /جامعة القادسية	احمد عمار جواد	أ.م.د.	6
كلية التربية /جامعة القادسية	نبال عباس المهجة	أ.م.د.	7
كلية التربية /جامعة القادسية	حليم العنكوشي	أ.م.د.	8
كلية التربية /جامعة القادسية	صفاء وديع عبد السادة	أ.م.د.	9
كلية التربية /جامعة القادسية	هادي كطفان	أ.م.د.	10
كلية التربية /جامعة القادسية	سلوان شاطر	أ.م.د.	11
كلية التربية /جامعة القادسية	ارتقاء يحيى حافظ	أ.م.د.	12
كلية التربية /جامعة القادسية	صدام حسين عباس	أ.م.	13
كلية التربية /جامعة القادسية	محمد جفات	أ.م.	14

ملحق رقم (2)

جامعة القادسية / كلية التربية

قسم علم النفس / الدراسات الاولية

م/ استبيان اراء السادة المحكمين

مقياس سلوك التأجيل

حضرة الاستاذ000000000000000000000000 المحترم

تحية طيبة:-

يروى الباحث القيام بدراسة ( سلوك التأجيل لدى طلبة كلية التربية) وقد اعتمد الباحث مقياس (البديري2010) لسلوك التأجيل لدى طلبة الجامعة وقد عرفت البديري سلوك التأجيل (التأخير المتعمد في بدء او انتهاء الواجبات والمهام المكلف بها في وقتها المحدد على ان يكون أنجازها في وقت لاحق في المجالين الدراسي والاجتماعي)0

ارجوا تفضلكم بفقرات المقياس لكل مجال من مجالات المقياس ومدى ملائمة فقرات ومجالات المقياس لقياس سلوك التأجيل 0

علما ان بدائل الاجابة (دائما ،غالبا ،احيانا ،نادرا ،ابدا)

مع فائق شكري واحترامي

الباحث

احمد حسين نعمه

1- المجال الدراسي:- ويتمثل بالتأخير المتعمد في الواجبات والامتحانات او انائها في الوقت المحدد0

تقرير الصلاحية			الفقرات	ت
التعديلات	غير صالحة	صالحة		
			افتقد الرغبة في انجاز واجباتي في الوقت المحدد0	1
			احاول تأجيل انجاز الواجبات الدراسية الى المساء حتى لو توافر الوقت في النهار0	2
			انزعج من المدة التي يحددها الاستاذ لحل التمارين المكلف بها لذلك اميل الى تأجيلها0	3
			اميل الى تأجيل الواجبات البسيطة التي لا تحتاج مني الى وقت طويل0	4
			اشعر بالضيق وعدم الارتياح يدفعني لتأجيل الامتحان0	5
			لو كلفني استاذ المادة بحل تمارين معينة فاني اميل الى تأجيلها0	6
			افضل الجلوس امام الانترنت مدة طويلة على ان انجز واجباتي الدراسية المطلوبة مني0	7
			اميل الى تحضير المادة الدراسية المطلوبة مني في اللحظة الاخيرة0	8
			تتراكم علي المادة الدراسية كوني لم انجزها في وقتها المحدد0	9
			اشعر بعدم الراحة عندما اجلس مع اصدقائي ولدي واجب دراسي علي انجازه0	10
			اقوم بالادعاء بالمرض او التعب لتأجيل الواجبات الدراسية0	11

			اميل الى تأجيل الامتحانات لشعوري بالقلق من ان اظهر بأداء غير مقبول امام الاخرين0	12
--	--	--	----------------------------------------------------------------------------------	----

			اشغل نفسي بإنجاز واجبات اسرتي لكي لا ألوم نفسي بسبب عدم أنجاز واجباتي الدراسية0	13
			خوفي من ادائي الضعيف في الامتحانات العملية امام زملائي يدفعني الى تأجيلها0	14
			اميل باستمرار الى تأجيل كتابة التقارير ومشاريع البحوث لعدم تأكدي من اتقانها0	15
			اتحمس في انجاز واجباتي الدراسية دون ملاحظة او تأخير0	16
			احتاج الى من يضغط علي لكي انجز ما اكلف به من واجبات0	17
			ضعف مذاكرتي يدفعني الى تأجيل الامتحان0	18
			ابدا الاستذكار للامتحان والتضير له مبكرا لكي استريح بعد ذلك0	19
			شكي في قدراتي العلمية يدفعني الى الطلب من الاساتذة تأجيل الامتحان0	20
			ضعف تحمسي للدراسة يدفعني الى تأجيل الامتحان0	21
			اميل الى تأجيل الامتحان بحجة عدم علمي بوقت الامتحان0	22
			اراجع دروسي قبل يوم من الامتحان0	23
			عندما انتهى من كتاب استعرتة من المكتبة اميل الى المماثلة في إرجاعه في الوقت المحدد 0	24
			اكلف الاخرين بإنجاز الواجبات بدلا عني 0	25
			اجد نفسي باستمرار مع المجموعة التي تطلب تأجيل الامتحان 0	26
			اشجع الطلبة على تأجيل الامتحان بشتى الاساليب 0	27
			خوفي من الفشل بالامتحان يدفعني الى ابتكار اعدار لتأجيل الامتحان 0	28

2- المجال الاجتماعي:0 ويتمثل بالتأخير في بدء المهام والانشطة الاجتماعية والاسرية والامور المتعلقة بصحته او انها في الوقت المحدد0

تقرير الصلاحية			ت
التعديلات	غير صالحة	صالحة	الفقرات
			1 اقوم بأداء المهام البيتية تحت الضغط وفي اللحظة الاخيرة 0
			2 اقضي وقتنا طويلا في السوق لحاجاتي الخاصة لكي لا يكلفني الاهل بمهمة اخرى للبيت 0
			3 البدء بأعمال جديدة برغم عدم اكتمال ما قمت به سابقا من اجل تأجيل انجازه 0
			4 عندما يكلفني الوالدان بأعمال معينة اميل الى انجاز السهلة وتأجيل الاعمال التي اجد بها صعوبة 0
			5 الشعور بالتعب والملل عند اداء المهام الصعبة لذا اميل الى تأجيلها 0
			6 قضاء وقت طويل في ترتيب المكان جيدا من اجل تأجيل اداء عمل صعب او غير مقنع 0
			7 اتحين الفرص للحديث في مواضيع خارج نطاق الاعمال والمهام الموكلة الي 0
			8 اجد صعوبة البدء في العمل المكلف به من الاهل لذلك اميل الى تأجيله 0
			9 لا اشعر بعدم انجاز الاعمال المكلف بها من الاخرين 0
			10 احيل انجاز المهام التي اخشى الفشل فيها الى الاخرين للقيام بها 0
			11 احاول تأجيل الاعمال التي اكلف بها من الاهل 0
			12 أوجل اجراء فحوصات وتحاليل مختبرية عند اضطراب صحتي 0
			13 اميل الى تأجيل السفرات مع الاصدقاء الى اخر لحظة 0

			اعتذر لأصدقائي عن الخروج معهم حتى انجز ما كلفت به من والدي0	14
			عندما اتفق مع صديق على موعد للقاءه فاني اميل الى تأجيله الى وقت اخر0	15
			ليس مهما عندي الالتزام بوقت محدد متفق عليه مسبقا للقاء الاصدقاء0	16
			اميل الى تأجيل ارسال الرسالة التي كتبتها لصديقي لوقت اخر0	17
			احاول زيارة من مرض من اصدقائي او اقاربي في اخر لحظه0	18
			اماطل في اتباع نظام غذائي معين في حال طلب للطبيب مني ذلك0	19
			حتى لو بدأت المهمة او النشاط بشكل جيد اميل الى تأجيلها بحجة ان الوقت لم يسعفني0	20
			اميل الى تأجيل فكرة الزواج والارتباط بشكل متكرر0	21
			قضاء وقت طويل من تناول الشاي او وجبة غداء من اجل التأجيل في زيارة الاقارب0	22
			اشغل نفسي بأمور ثانوية للتأجيل في لقاء احد الاصدقاء0	23
			عادة ما اتسوق لعيد الميلاد احد الاصدقاء او راس السنة في اللحظة الاخيرة0	24
			امتلك مواهب عالية لاختراع الاعدار لتأجيل حضور مناسبة (فرح-حزن) الخاصة بأحد الاصدقاء او الاقارب0	25
			افضل ان احضر مبكرا عندما يكون لدي موعد مع احد الاصدقاء0	26
			اميل الى الاتصال (للرد على المكالمات الفائتة) مباشرة دون تأجيل0	27
			اميل الى تأجيل تحاليل معينة في حال طلب الطبيب مني اجراءها0	28
			اتجاهل العقوبات التي تترتب على تأجيل انجاز اي مشروع او تأخيرها0	29

			اميل الى تأجيل المهمة عندما تعترضني مشكلة او معوق اثناء ادائها	30
--	--	--	-------------------------------------------------------------------	----



### ملحق رقم (3)

جامعة القادسية/ كلية التربية

قسم العلوم التربوية والنفسية

عزيزي الطالب : عزيزتي الطالبة

يروم الباحث اجراء دراسة علمية وقد وضعت بين يديك مجموعة من الفقرات, وتحوي كل  
فقرة على خمسة بدائل هي (دائما, غالبا, احيانا, نادرا, ابدا) يرجى قراءتها بدقة  
ووضع اشارة (✓) تحت الاختيار الذي يمثل رأيك , ويرجى الاجابة بدقة  
وموضوعية والرجاء عدم ترك فقرة دون اجابة علما ان اجابتك ستستخدم لأغراض  
البحث العلمي فقط 0 فلا داعي لذكر الاسم 0000000

شكرا لتعاونكم معنا

ذكر

علمي

انثى

انساني

الباحث

أحمد حسين نعمة

ت	الفقة	دائماً	غالبا	احيانا	نادرا	ابدا
1	احتاج الى من يضغط علي لكي انجز ما اكلف به من واجبات0					
2	ابدا الاستذكار للامتحان والتحضير له مبكرا لكي استريح بعد ذلك0					
3	اشجع الطلبة على تشجيع تأجيل الامتحان بشتى الاساليب0					
4	اراجع دروسي قبل يوم من الامتحان0					
5	اقوم بأداء المهام البيتية تحت الضغط وفي اللحظة الاخيرة0					
6	أوجل اجراء فحوصات وتحاليل مختبرية عند اضطراب صحتي0					
7	اجد صعوبة البدء في العمل المكلف به من الاهل لذلك اميل الى تأجيله0					
8	عندما اتفق مع صديق على موعد للقاءه فأني اميل الى تأجيله0					
9	عادة ما اتسوق لعيد ميلاد احد الاصدقاء او راس السنة في اللحظة الاخيرة0					
10	اتجاهل العقوبات التي تترتب على تأجيل انجاز اي مشروع او تاخيرته0					
11	ليس مهما عندي الالتزام بوقت محدد متفق عليه مسبقا للقاء الاصدقاء0					
12	اماطل في اتباع نظام غذائي معين في حال طلب الطبيب مني ذلك0					
13	حتى لو بدأت المهمة او النشاط بشكل جيد اميل الى تأجيله بحجة ان الوقت لم يسعفني0					
14	اميل الى تأجيل فكرة الزواج والارتباط بشكل متكرر0					
15	احاول تأجيل انجاز الواجبات الدراسية الى المساء حتى لو توافر الوقت في النهار0					
16	اميل الى تحضير المادة الدراسية المطلوبة مني في اللحظة الاخيرة0					
17	تتراكم علي المادة الدراسية كوني لم انجزها في وقتها المحدد0					

				افضل الجلوس امام الانترنت مدة طويلة على ان انجز واجباتي الدراسية المطلوبة مني0	18
				اقضي وقتا طويلا في التسوق لحاجاتي الخاصة لكي لا يكلفني الاهل بمهمة اخرى للبيت0	19
				عندما انتهى من كتاب استعرتته من المكتبة اميل الى المماطلة في ارجاعه في الوقت المحدد0	20
				البدء بأعمال جديدة برغم عدم اكتمال ما قمت به سابقا من اجل تأجيل انجازها0	21
				اميل الى تأجيل المهمة عندما تعترضني مشكلة او معوق اثناء ادائها0	22
				اميل الى تأجيل تحاليل معينة في حال طلب الطبيب مني اجراءها0	23
				اكلف الاخرين بإنجاز الواجبات بدلا عني0	24
				قضاء وقت طويل في تناول الشاي او وجبة غذاء من اجل التأجيل في زيارة الاقارب0	25
				افضل ان احضر مبكرا عندما يكون لدي موعد مع احد الاصدقاء0	26
				اميل الى الاتصال (للرد على المكالمات الفائتة) مباشرة دون تأجيل0	27
				امتلك مواهب عالية لاختراع الاعذار لتأجيل حضور مناسبة(فرح-حزن) الخاصة بأحد الاصدقاء او الاقارب	28
				اميل باستمرار الى تأجيل كتابة التقارير ومشاريع البحوث لعدم تأكدي من اتقانها0	29
				اشعر بالضيق وعدم الارتياح يدفعني لتأجيل الامتحان0	30
				اتحين الفرص للحديث في مواضيع خارج نطاق الاعمال والمهام الموكلة الي0	31
				اعتذر لا صدقائي عن الخروج معهم حتى انجز ما اكلف من الوالدين0	32
				ضعف مذاكرتي يدفعني الى تأجيل الامتحان0	34
				اجد نفسي باستمرار مع المجموعة التي تطلب تأجيل الاعمال	35
				انزعج من المدة التي يحددها الاستاذ لحل التمارين المكمل لذلك اميل الى تأجيلها0	36
				اميل الى تأجيل الواجبات البسيطة التي لا تحتاج مني الى وقت طويل0	37

				اميل الى تأجيل الامتحانات لشعوري بالقلق من ان اظهر غير مقبول امام الاخرين0	38
				اشغل نفسي بأمور ثانوية للتأجيل في لقاء احد الاصدقاء	39
				اتحمس في إنجاز واجباتي الدراسية دون ملاحظة او تأم	40
				خوفي من الفشل يدفعني الى ابتكار الاعذار لتأجيل الام	41
				اشعر بعدم الراحة عندما اجلس مع اصدقائي ولدي واج دراسي علي انجازه0	42
				ضعف تحمسي للدراسة يدفعني الى تأجيل الامتحان0	43
				عندما يكلفني الوالدان بأعمال معينة اميل الى انجاز الا السهلة وتأجيل الاعمال التي اجد صعوبة فيها0	44
				اميل الى تأجيل السفرات مع الاصدقاء الى اخر لحظة0	45
				قضاء وقت طويل في ترتيب المكان جيدا من اجل التأج اداء عمل صعب او غير مقنع0	46
				اشعر بالملل عندما يطلب مني اداء عمل معين0	47
				شكي في قدراتي العلمية يدفعني الى الطلب من الاساتذة الامتحان0	48
				احيل انجاز المهام التي اخشى الفشل فيها الى الاخرين بها0	49
				احاول تأجيل الاعمال التي اكلف بها من الاهل0	50