

The Relationship of Academic Procrastination and Self-Management in a Sample of Secondary Stage Students in Amman Schools

Madehah Kamel Hussein Bdair*

Prof. Adel George Tannous** 

Received 21/9/2023

Accepted 28/10/2023

Abstract:

The current study aimed to identify the relationship of academic procrastination and self-management. A random sample of 100 male and female students was selected from schools affiliated with the department of special education in Amman. To achieve the objectives of the study, two measures of academic procrastination and self-management skills were developed, and ensuring their validity and reliability. The results of the study showed that the level of academic procrastination was medium, and self-management skills were at a medium level, and that there was a statistically significant inverse correlation between academic procrastination and self-management skills.

Keywords: academic procrastination, self-management skills, high school students.

Jordan\ Madehaha.bdair@yahoo.com

<https://orcid.org/0000-0002-9047-4474>

*
** 

School of Educational Sciences\ The University of Jordan\ Jordan\ a.tannous@ju.edu.jo



This work is licensed under a
[Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0
International License.](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

التكلف الأكاديمي وعلاقته بإدارة الذات لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية في مدارس عمان

مديحة كامل حسين بدير*

أ.د. عادل جورج طنوس**

ملخص:

هدفت الدراسة الحالية التعرف إلى التكلف الأكاديمي وعلاقته بإدارة الذات، وقد تم اختيار عينة عشوائية مكونة من 100 طالب وطالبة من المدارس التابعة لإدارة التعليم الخاص في عمان. ولتحقيق أهداف الدراسة تم تطوير مقياسين للتكلف الأكاديمي ومهارات إدارة الذات، والتأكد من صدقهما وثباتهما، بینت نتائج الدراسة أن مستوى التكلف الأكاديمي كان متوسطاً، وجاءت مهارات إدارة الذات بمستوى متوسط، ووجود علاقة ارتباطية عكسية غير دالة إحصائياً بين التكلف الأكاديمي ومهارات إدارة الذات.

الكلمات المفتاحية: التكلف الأكاديمي، مهارات إدارة الذات، طلبة الثانوية العامة.

المقدمة:

يشهد العالم تقدماً وتطوراً في مختلف المجالات الحياتية، ويعيش العالم ضمن تطور كبير وتقديم تكنولوجي وتقني، وهو ما يؤثر في العالم بطريقة إيجابية أحياناً، وفي بعض الأحيان بطريقة سلبية في مختلف المجالات، ومنها المجال التربوي الذي يواجه تحديات ومشكلات كبيرة في الآونة الأخيرة، وذلك بسبب كثرة متطلبات المرحلة ومحاولة مواكبة هذا التطور الحاصل في المجال التعليمي والتربوي، وخاصة في المدارس.

يقضي الطلبة تقريباً ثلث يومهم في المدرسة يتلقون الدروس ويقومون بالواجبات الموكلة إليهم، فضلاً عن الواجبات البيتية عند عودتهم من المدرسة، وهو ما يشعرهم أحياناً بالملل أو بالعجز لكتلة هذه الواجبات أو المهام، فيلجأ بعض الطلبة لتأجيلها إلى حين آخر، وهذا ما يسمى بالتكلف الأكاديمي وهو شكل من أشكال التأجيل، وعرف التأجيل منذ القدم، وكان أول ذكر له في القصائد اليونانية قبل الميلاد بثمانية عام، وهو سلوك شائع بين البشر ولم يتغير منذ ذلك الزمن، فمعظم الأشخاص يقومون بالتكلف في فترة من فترات حياتهم (Steel, 2007) ويعود أصل الكلمة إلى اللغة اللاتينية وهي *Procrastination* وتعني تأجيل أداء أو فعل شيء للغد أو إلى حين آخر (Al-zahrani.2017)، ويشير التأجيل إلى تأجيل البدء بالمهامات والقيام بالمسؤوليات واتخاذ القرارات أو تجنبها تماماً على الرغم من معرفة عواقب هذا الأمر. (Niazov & hen, 2021

ويعد التأجيل الأكاديمي ظاهرة شائعة بين الطلبة، إلا أنه إذا أصبح سلوكاً متكرراً يصبح هناك مشكلة لدى الطالب ويؤثر سلباً في مسيرته التعليمية وفي أدائه الدراسي. وبحسب الدراسات فإن هناك عدة تعريفات للتكلف الأكاديمي، منها أنه تأجيل المهامات الأكاديمية إلى وقت آخر بدون سبب أو مبرر واضح، وهو ما يؤثر سلباً على أدائه في هذه المهامات (Al Said.2015). وعرفه البهاص (Al Bahas.2016) المشار إليه في (Al Sharif.2017) بأنه المماطلة في تنفيذ المهامات المطلوبة من الطالب في الوقت الحالي إلى وقت لاحق، ويكون عن قصد. بينما عرفه بالكس (Balkis, 2013) أنه عبارة عن التأجيل في العمل في بداية أو نهاية أي مهمة من المهامات الأكاديمية دون مبرر منطقي. وعرفه أبو غزال (Abu Ghazal.2012) بأنه التأجيل المقصد لإتمام المهامات الأكاديمية ضمن الوقت المحدد على الرغم من معرفته عواقب سلوك التأجيل.

وعرفته بعض الدراسات بأنه سلسلة من الأنماط السلوكية يقوم بها الطالب تتعارض مع مصلحته ويترتب عليها عواقب سلبية في حياته الواقعية (Fernie et al., 2017; Steel, 2012) بينما عرفه دراسات أخرى بأنه الميل إلى تأخير مهامات الأكاديمية التي تكون محددة بوقت معين إلى وقت آخر من دون سبب واضح مع معرفة العواقب السلبية لهذا الأمر Cho & lee, (2021))

وذهبث دراسات أخرى إلى أنه حاجة الطالب لإتمام المهامات والأنشطة الأكاديمية مع عدم وجود دافع للقيام بها (Anam & Hitipeuw, 2021) بينما عرفه فيراري وتيبيت (Ferrari, 2017) بأنه تأخير المهامات والمسؤوليات التي على الفرد إنجازها وتتأجيلها بشكل مقصود إلى وقت لاحق، وبعد من الظواهر السلوكية السلبية في العالم المعاصر. وللتلاؤ أشكال وفق ما يرى آنдрه وآخرون (Andraw et al) المشار إليهم في (Al Jaafrah, 2016)، وهي:

- التلاؤ العام: ويكون في مشكلة عامة تشمل عدة مجالات في الحياة.
- التلاؤ الشخصي: وهذا النوع يصبح سمة لدى الفرد، ويكون مرتبطة بتدني تقدير الذات، إذ يهرب من مواجهة المواقف إلى مواقف أخرى أقل أهمية.
- التلاؤ البسيط: ويكون في المهامات البسيطة والسهلة ظناً منه أنها مهامات معقدة، وذلك نتيجة سوء تقدير للموقف أو المهامات الموكلة إليه.
- التلاؤ المعقد: وهذا التلاؤ يتعلق بظروف الحياة، إذ يكون لدى الشخص عجز وعدم مقدرة في أداء المهامات، وهو ما يجعله يذهب إلى بدائل أقل أهمية، وهذا يؤدي إلى القلق والإحباط.
- التلاؤ الاجتماعي: وهذا النوع يرتبط بالعلاقات الاجتماعية أو المناسبات الاجتماعية، فيقوم الشخص بتتأجيلها لوقت لاحق، وهو ما يسبب له مشكلات اجتماعية.

للتلاؤ الأكاديمي عدة أسباب منها بعض المعتقدات الخاطئة التي تكون لدى الطالب في أن إنجاز المهمة في آخر دقيقة سيكون أكثر جودة وأنه سينجز المهامات مهما تأخر الوقت، علماً أن هذا الاعتقاد غير صحيح، فقد أظهرت الدراسات أن هناك ارتباطاً بين التلاؤ الأكاديمي والعلامات المتدنية وسوء أداء الطلبة (Tackett, 2021)، في حين ذكر توكمان (Tockman, 1991) أن التلاؤ الأكاديمي تعود أسبابه إلى ثلاثة عوامل وهي: الشك في مقدرة الطالب على إتمام المهمة، وعدم المقدرة على تأجيل النشاطات الممتعة، وميل الطالب إلى عزو الأسباب إلى عوامل خارجية

من صعوبة الموقف أو الضغوط التي يتعرض لها.

وأشارت دراسة شاكد والتاراك (Shaked & Altarac, 2021) إلى ثلاثة عوامل أساسية تجعل الطالب يلجأ إلى التلاؤ الأكاديمي: الأول طبيعة المهمة الأكاديمية، إذ يرى الطالب أن المهمة صعبة ويشعر بعدم الارتياح في أثناء أدائها فيقوم بتأجيلها، والثاني عوامل فيزيائية مثل القلق أو الشعور بالعجز، وهذه العوامل تؤدي إلى التلاؤ الأكاديمي، والثالث الاندفاعية والميل إلى الانخراط بالأنشطة المسلية وعدم الالكتراش بعקב الانشغال بهذه الأنشطة ومدى تأثيرها في مستقبل الطالب فيكون لديه ضعف في مهارات التخطيط والتنظيم وعدم المقدرة على ضبط النفس ويميل إلى إكمال مهام محددة بشكل اندفعي، بدلاً من العمل بثبات على المهام من البداية.

إدارة الذات

يعد مفهوم إدارة الذات من المفاهيم الأساسية التي تطرقت إليها الأبحاث والدراسات السابقة، وعُدَّت عنصراً مهماً في إحداث تغيير أسلوب حياة الأفراد. وتعد نظرية التعلم الاجتماعي أول من تحدث عن مفهوم إدارة الذات، وقد أشار إليها جريشام وآخرون (Gresham et al, 2001) إلى أنها من أهم المهارات الاجتماعية التي تسهم في نجاح علاقات الفرد مع الآخرين وحل المشكلات، وبالتالي التمتع بالحياة بشكل عام.

وتكون إدارة الذات بمدى معرفة الشخص نقاط قوته وضعفه، وكيفية إجراء توزان بين أهدافه وما يحتاج ومقدراته على التحكم بتصرفاته، بينما عرفها رانيليا وآخرون (Ranilla et al, 2014) المشار إليهم في (Tannous & Althwabeiah, 2021) بأنها مقدرة الفرد على تقييم نفسه من خلال التعرف إلى ذاته ومهاراته ومقدراته التي تساعده في بناء شخصيته بطريقة واضحة ووضع أهداف محددة وتعزيز ذاته عند تحقيق هذه الأهداف.

وعرفها أيضاً ويهمير وآخرون (Wehmeier et al. 2020) بأنها عدد من الأساليب السلوكية المعرفية التي تسهم في تعديل سلوك الفرد وطريقه تعامله مع ذاته ومقدراته في التحكم وضبط ذاته

ونقسم إدارة الذات إلى أبعاد، وهي: الرقابة الذاتية، بأن يراقب الفرد سلوكه ويرى ما هو مناسب للموقف، أما البعد الثاني فهو الثقة، بأن يتمتع الفرد بثقة بنفسه ومقدراته وأن يكون محل ثقة الناس أيضاً، والبعد الثالث هو يقظة الضمير، وتعني مقدرة الفرد على محاسبة نفسه بين الحين والآخر (Al said. 2015)

بينما تتشكل إدارة الذات من عدة مهارات يتدرّب عليها الفرد حتى يتمتّع بإدارة ذات ناجحة، وهي: إدارة الانفعالات وضبطها، وحل المشكلات بطريقة منظمة وعلمية وتساعدهم على الاستبصار بالحلول والبدائل الممكنة التي تسهم في حل المشكلة، والمقدرة على اتخاذ القرار في المواقف الحاسمة التي تتبّع من خطوات حل المشكلة إذ يستطيع الفرد بعد التدرّب على أسلوب حل المشكلات اتخاذ القرار المناسب في المواقف التي تتطلّب ذلك، وهو ما يسهم في زيادة ثقته بنفسه ويعزّز تقديره لذاته بعد مقدرتّه على التعامل مع المشكلات واتخاذ القرار بشأنها، والمقدرة على إدارة العلاقات الاجتماعية من خلال تعزيز مهارات التكيف وتدرّبهم على مهارات التواصل الفاعل التي تسهم في إدارة علاقتهم الاجتماعية بحرية وانفتاح أكثر على هذه العلاقات والتقليل من أي مشكلة اجتماعية يمكن أن تواجههم في المستقبل في التعامل مع الآخرين Hashish (2021)).

وعندما يذهب الطلبة إلى الجامعة سيتعاملون مع مجتمع أكبر وخلفيات ثقافية مختلفة غير التي كانوا يتعاملون معها في المدرسة، والتي على الأغلب تكون مجاورة لهم، فضلاً عن الدافعية الذاتية التي تسهم بشكل كبير في زيادة التحصيل الدراسي والتقليل من التلاؤ الأكاديمي، فزيادة الدافع نحو الدراسة يقلل من لجوئه إلى تأجيل مهاماته الأكاديمية ودراسة الاختبارات التحصيلية إلى آخر وقت. ويسعى الطالب إلى تنظيم وقته للدراسة، وإدارة الوقت وتنظيمه بشكل منظم، وترتيب الأولويات بحسب جدول زمني محدد، وهذه المهارة تساعده أيضًا في بلورة دافعيته إلى أفعال، من خلال الجدول الدراسي المنظم والذي وضع لدراسة المواد الدراسية واستثمار الوقت بالشكل المطلوب والمناسب لتحقيق الأهداف المرجوة (Sajeevanie, 2020).

علاقة مهارات إدارة الذات بالتلاؤ الأكاديمي

تعد مهارات إدارة الذات من المهارات التي تسهم في مقدرة الفرد على إدارة التحديات والصعوبات التي يواجهها في الحياة اليومية، لذا من المهم أن يسعى الفرد لتنمية هذه المهارات لديه، التي سوف تسهم في جودة أدائه.

أوضحت الدراسات السابقة وجود تأثير كبير لمهارات إدارة الذات في جودة التحصيل الدراسي وعلى أداء الطلبة بالمقارنة مع مفاهيم أخرى مثل التوافق النفسي أو الانفتاح على التجارب. ولكي يمكن الطالب من النجاح والتفوق يجب أن يتمتع بدافعية عالية ومقدرة على ضبط انفعالاته لئلا يسيطر عليه القلق والإحباط وينعكس على دراسته، ويقوم بترتيب أولوياته وتنظيم

وقته من خلال جدول زمني محدد يسهم في الاستعداد والبدء بالدراسة بطريقة فاعلة. (Shabaan, 2019؛ Claro & Loeb, 2021؛ Muluk et al, 2021)

وتسهم مهارات إدارة الذات والوقت بتحفيظ القلق والتوتر الناتج عن زيادة الأعباء، وفي زيادة وقت راحة الفرد ورفاهيته وتقليل تعرضه للاكتئاب وتحسين جودة النوم وزيادة الدافعية، مما يؤثر في جودة أداء الطالب وتحصيله علامات مرتفعة، وأظهرت بعض الدراسات أن التكفل الأكاديمي ليس مجرد عملية مؤقتة بل ينطوي على عناصر معرفية وعاطفية وسلوكية. لذا يجب دراسة ظاهرة التكفل الأكاديمي من وجهات نظر عديدة، وتحديداً إدارة الذات، إذ أن ظاهرة التكفل بدأت تنتشر في المجال الأكاديمي وليس مجرد ظاهرة تتعلق بالمدارس أو الجامعات، بل يمكن أن تكون محددة أكثر بالنسبة للطالب الذي يعاني من التكفل الأكاديمي ويعكس مشكلة لديه كالقلق أو الاكتئاب أو تدني تقدير الذات. Roshanisefat & Azizi & Khatony, 2021 Aribas, (2020))

وقد اجريت دراسات عديدة سابقا في مجال التلاؤ الأكاديمي فضلا عن مجال مهارات إدارة الذات ذكر منها:

أجرى تاكت (Tackett, 2021) دراسة في الولايات المتحدة الأمريكية هدفت إلى قياس أثر الدافعية والتلاؤ الأكاديمي وموقع السيطرة في الكفاءة الذاتية لدى طلبة الجامعات في أميركا، وكانت عينة الدراسة مكونة من 216 طالبًا، تم استخدام مقاييس لدافعية ومقاييس لاي للتلاؤ الأكاديمي ومقاييس للكفاءة الذاتية ومقاييس روتز لموقع السيطرة. بينت النتائج وجود دلالة إحصائية بين الكفاءة الذاتية والتلاؤ الأكاديمي، إذ أن الطلبة الذين لديهم كفاءة ذاتية عالية لديهم مستوى منخفض من التلاؤ الأكاديمي.

كما أجرى روشانسفات وعزيزي وخاتوني (Roshanisefat, Azizi & Khatony, 2021) دراسة في إيران، هدفها معرفة العلاقة بين قلق الامتحان والتلاؤ الأكاديمي وإدارة الوقت لدى طلبة المهن الصحية، وتألفت عينة الدراسة من 281 طالباً إيرانياً في المهن الصحية، واستخدمت مقاييس لكل من قلق الامتحان والتلاؤ الأكاديمي وإدارة الوقت. وأشارت النتائج إلى مستوى أعلى من المتوسط من التلاؤ الأكاديمي لدى الطلبة، ووجود علاقة سلبية بين إدارة الوقت والتلاؤ الأكاديمي، ووجود علاقة إيجابية بين التلاؤ الأكاديمي وقلق الامتحان.

ببينما أجري زايد وعمر (Zayed & Omer,2020) دراسة في مصر هدفت إلى تعرف

مستوى التلاؤ الأكاديمي والأفكار اللاعقلانية لدى أعضاء الهيئة المعاونة بكليات التربية بجامعة الأزهر، ومعرفة إن كانت هناك علاقة بين التلاؤ الأكاديمي والأفكار اللاعقلانية، واشتملت عينة الدراسة على (206) عضواً من أعضاء الهيئة المعاونة بكليات التربية- بنين، بينهم 17 معيداً و189 مدرساً، وتضمنت أدوات الدراسة مقياس التلاؤ الأكاديمي ومقياس الأفكار اللاعقلانية، وأظهرت النتائج وجود التلاؤ الأكاديمي والأفكار اللاعقلانية لدى العينة بمستوى متوسط.

وأجرت مجالهيس وآخرون (Magalhães, et al, 2020) دراسة في البرتغال، هدفها التعرف إلى التلاؤ في النوم وعلاقته بأنواع التلاؤ الأخرى، ومن ضمنها التلاؤ الأكاديمي. وتكونت العينة من 446 طالباً من جامعة منهوا في مدينة بрагا، واستخدمت التقارير الذاتية كأداة للدراسة. أظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية بين التلاؤ في النوم أو تأخيره وبين التلاؤ العام والتلاؤ الأكاديمي.

كما أجرى خليفة (Khalifa, 2019) دراسة في العراق هدفت إلى تعرف مستوى التلاؤ الأكاديمي لدى طلبة المرحلة الإعدادية في بغداد، واشتملت العينة على 100 طالب من طلبة المرحلة الإعدادية، واستخدم مقياس التلاؤ الأكاديمي كأداة للدراسة، وأظهرت النتائج أن الطلبة يعانون من مستوى من التلاؤ الأكاديمي دالٍ إحصائياً، وهناك فروق دالة إحصائياً في مستوى التلاؤ وفقاً لمتغير التخصص العلمي أو الأدبي لصالح الأدبي.

بينما أجرى البياتي (Al Bayati, 2018) دراسة في العراق هدفها التعرف إلى العلاقة بين الإدمان على الإنترن特 والتلاؤ الأكاديمي لدى طالبات كلية التربية للبنات في الجامعة العراقية، وتكونت عينة الدراسة من طالبات المراحل الأربع في كلية التربية باستثناء قسم التربية الخاصة لعام 2016-2017، وتم استخدام مقياس ويس (Weiss) للتلاؤ الأكاديمي ومقياس الإدمان على الإنترنط المبني من قبل موسى 2015، وبينت النتائج عدم وجود علاقة دالة إحصائياً بين الإدمان على الإنترنط وبين التلاؤ الأكاديمي. وأظهرت العينة مستوى منخفضاً من التلاؤ الأكاديمي.

وأجرى الشريف (Al Sharif, 2017) دراسة هدفت إلى تعرف محددات التلاؤ الأكاديمي وعوامله لدى طلبة الجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة بالسعودية، وتكونت عينة الدراسة من 663 طالباً، وقد توصلت الدراسة إلى أن هناك أربعة عوامل للتلاؤ الأكاديمي، وهي الضغوط الدراسية، والسلوك التجنبى، والانفعالات الدراسية السلبية، والكمالية العصبية.

وقد أجرى كوستر (Custer, 2016) دراسة هدفت لقياس قلق الامتحان والتلاؤ الأكاديمي بين طلبة التمريض، وكان الهدف من الدراسة التعرف إلى العلاقة بين قلق الامتحان والتلاؤ الأكاديمي بين طلبة التمريض في الهند، وتكونت عينة الدراسة من 202 طالبي تمريض، واستخدم في الدراسة مقاييس لقلق الامتحان ومقاييس للتلاؤ الأكاديمي، وبحسب ما أظهرت النتائج فإن هناك فروقاً دالة إحصائياً بين قلق الامتحان والتلاؤ الأكاديمي.

كما أجرى الجعافرة (Al Jaafra, 2016) دراسة هدفها التعرف إلى مستوى الضغوط وعلاقتها بالتلاؤ الأكاديمي لدى طالبة جامعة مؤتة في الكرك، واختيرت عينة الدراسة عشوائياً وكان عدد افرادها 494 طالباً، ونم تطوير مقاييس للضغط النفسي والتلاؤ الأكاديمي كأدوات للدراسة، وأظهرت نتائج هذه الدراسة وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين مستوى الضغوط والتلاؤ الأكاديمي لدى الطلبة.

مشكلة الدراسة وأسئلتها

تكمن مشكلة الدراسة بموضوع التلاؤ الأكاديمي الذي يظهر على الطلبة والذي يعد من الموضوعات الشائعة في المدارس بحسب ما تشير الدراسات إلى أن يقارب ما نسبته 80 % فاكثراً من الطلبة يقومون بالتلاؤ الأكاديمي في معظم المراحل الدراسية المختلفة ومن ضمنها المرحلة الثانوية و 50 % منهم يقومون بالتلاؤ الأكاديمي بشكل مستمر Maureen and Margaret (2014)، لذا تم إجراء هذه الدراسة للبحث في موضوع التلاؤ الأكاديمي و علاقته بمهارات إدارة الذات، وأظهرت الدراسات بعض الأسباب التي تجعل الطلبة يلجؤون إلى التلاؤ، منها كبر حجم المواد الدراسية وزيادة طلبات المعلمين والواجبات المدرسية، فيشعر الطلبة بالعجز وعدم المقدرة على البدء بدراسة المواد أو تنفيذ المهام الأكاديمية Shaaban (2021) بينما يرى بعض الطلبة أنهم يمتلكون الوقت الكافي للدراسة طوال فترة السنة الدراسية، وبعضها الآخر من الطلبة لديهم ضعف في تنظيم الوقت وفي المقدرة على اتخاذ القرار فيما يخص الدراسة وترتيب الأولويات، ولدى آخرين منهم نقص في الدافعية فيلجؤون إلى التلاؤ الأكاديمي الذي يعني تأجيل القيام بالمهام الأكاديمية أو الدراسة لامتحان لوقت لاحق والانتظار لآخر موعد لامتحان أو الواجبات. (Bursaly, 2022; Haidar et al, 2022)

وتعد المقدرة على تنظيم الوقت واتخاذ القرار والدافعية من مهارات إدارة الذات، لذا فإن تتميمية هذه المهارات سوف تسهم في خفض التلاؤ الأكاديمي لديهم ينعكس بالإيجاب على أنماط سلوكهم

الدراسية، لذا لجأت الدراسة للبحث وللكشف عن العلاقة بين التلاؤ الأكاديمي ومهارات إدارة الذات ومدى اسهام هذه المهارات في خفض سلوك التلاؤ الأكاديمي لدى عينة من طلبة الثانوية العامة في مدارس عمان. وعليه، فإن مشكلة الدراسة تكمن في الإجابة عن السؤال الرئيس الآتي: ما علاقة التلاؤ الأكاديمي بإدارة الذات لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية في مدارس التابعة لمديرية التربية والتعليم الخاص؟ ويتفرع منه الأسئلة الثلاثة الآتية:

1. ما مستوى التلاؤ الأكاديمي لدى طلبة الثانوية في المدارس التابعة لإدارة التعليم الخاص في عمان من وجهة نظرهم؟
2. ما مستوى مهارات إدارة الذات لدى طلبة الثانوية العامة في المدارس التابعة لإدارة التعليم الخاص في عمان من وجهة نظرهم؟
3. هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0,05$) بين التلاؤ الأكاديمي وإدارة الذات لدى طلبة الثانوية العامة في المدارس التابعة لإدارة التعليم الخاص في عمان؟

أهداف الدراسة: تهدف الدراسة الحالية إلى:

1. التعرف إلى مستوى التلاؤ الأكاديمي لدى طلبة الثانوية في المدارس التابعة لإدارة التعليم الخاص في عمان من وجهة نظرهم؟
2. التعرف إلى مستوى مهارات إدارة الذات لدى طلبة الثانوية العامة في المدارس التابعة لإدارة التعليم الخاص في عمان من وجهة نظرهم؟
3. التعرف إلى العلاقة الارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0,05$) بين التلاؤ الأكاديمي وإدارة الذات لدى طلبة الثانوية العامة في المدارس التابعة لإدارة التعليم الخاص في عمان

أهمية الدراسة: وتنقسم إلى أهمية نظرية وأهمية عملية بحسب ما يأتي:

الأهمية النظرية:

وتكون الأهمية النظرية في التطرق إلى موضوع التلاؤ الأكاديمي والذي يعد من الموضوعات الشائعة لدى الطلبة في مختلف المراحل الدراسية فهو يؤثر في تحصيل الطلبة ودافيئتهم وأيضا تطرق الدراسة إلى مهارات إدارة الذات والتي تساعد الفرد على تنظيم ذاته وعلاقاته مع الآخرين وتقوم أيضا بالكشف عن العلاقة بين التلاؤ الأكاديمي لدى الطلبة وبين

مهارات إدارة الذات مما يساعد في التوصل إلى فهم أعمق لموضوع التكلف الأكاديمي وفي علاقته بمهارات ادارة الذات والذي يعد من الموضوعات التي تهم العملية التعليمية والحق التعليمي.

الأهمية العملية:

تظهر أهمية الدراسة العملية من خلال توفير معلومات عن التكلف الأكاديمي ومهارات إدارة الذات. يستطيع المرشدون في المدارس الرجوع إليها كمرجع لهم في عقد دورات تدريبية لمهارات إدارة الذات لطلبة المدارس، أو تصميم برامج ارشادية لخفض التكلف الأكاديمي تحتوي على مهارات ادارة الذات

التعريفات الاصطلاحية والإجرائية

- **التكلف الأكاديمي:** عرفه بلكيس بأنه عبارة عن تأجيل العمل في بداية أو نهاية أي مهمة من المهام الأكاديمية دون مبرر منطقي (Balkis, 2013)، ويعرف إجرائياً من خلال الدرجة التي يحصل عليها الفرد على مقياس التكلف الأكاديمي المستخدم في هذه الدراسة.
- **مهارات إدارة الذات:** مجموعة من المهارات التي تساعده على تعديل سلوك الفرد بشكل ايجابي مما يؤثر في علاقته الاجتماعية (Hashish, 2021) وتعرف إجرائياً من خلال الدرجة التي يحصل عليها الفرد على مقياس إدارة الذات المستخدم في هذه الدراسة.

حدود الدراسة:

حددت هذه الدراسة بعدد من الحدود، وتمثل بما يأتي:

- **الحدود البشرية:** أجريت هذه الدراسة على طلبة الثانوية العامة في العاصمة عمان.
- **الحدود الزمانية:** أجريت هذه الدراسة في الفصل الثاني للعام الدراسي 2022/2023.
- **الحدود المكانية:** أجريت هذه الدراسة على طلبة الثانوية العامة فقط في العاصمة عمان.

محدودات الدراسة:

حددت هذه الدراسة باستخراج دلالات الصدق والثبات على المقاييس التي تم تطويرها والاجابة عن فقراتها من قبل افراد عينة الدراسة، وتعتمد نتائج الدراسة فقط على مجتمعات مماثلة لمجتمع الدراسة وعينتها

الطريقة والإجراءات

منهجية الدراسة:

اعتمدت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وذلك لملاءمتها لأغراض الدراسة

أفراد الدراسة

تكون أفراد الدراسة من جميع طلبة الثانوية العامة المتقدمين لعام 2023/2022 من المرحلة الثانوية التابعين لمديرية التعليم الخاص في عمان، إذ تم تطبيق مقاييس التلاؤ الأكاديمي ومقاييس إدارة الذات على طلاب الثانوية العامة في المدارس الخاصة الملتحقين لعام 2023/2022، إذ تم اختيار عينة الدراسة عشوائياً، وتكونت العينة من 100 طالب وطالبة، وفي ضوء المقاييس المستخدمة في هذه الدراسة، والتي تم تطويرها لقياس نسبة التلاؤ الأكاديمي ومهارات إدارة الذات، ومن ثم تم تطبيق المقاييس على عينة الدراسة ومن ثم واستخراج النتائج.

أدوات الدراسة

مقاييس التلاؤ الأكاديمي. تم مراجعة الأدب النظري المرتبط بالتلاؤ الأكاديمي (Al Zahrani, 2017: Al Sharif, 2014: Custer, 2016: Graff, 2021) لدى طلبة الثانوية العامة ثم تطوير مقاييس للتلاؤ الأكاديمي وتكون المقاييس من 23 فقرة اعد لقياس التلاؤ الأكاديمي للطلبة الثانوية العامة في المدارس الخاصة في عمان وكل فقرة مكونة من سلم خماسي للإجابة من 1 - 5 (لا اوفق بشدة، لا اوفق، محابي، اوفق، اوفق بشدة) وتعد اوفق بشدة اعلى درجة بينما لا اوفق بشدة اقل درجة.

صدق المقاييس:

ولاستخراج دلالات صدق المقاييس تم استخراج:

صدق المحتوى:

للتتحقق من صدق المقاييس تم عرضه على عشرة ممكينين من أهل الاختصاص والخبرة في مجال الإرشاد النفسي والتربوي، لاقتراح أي تعديل أو حذف أو إضافة لمقاييس التلاؤ الأكاديمي وتم الأخذ بآراء المحكمين، وتم اعتماد نسبة 80% للإبقاء على الفقرات إذ لم نقم بالتعديل على أي فقرة.

صدق تمييز الفقرة:

تم استخراج دلالات الفقرات التمييزية للبناء بحسب معاملات الارتباط بين الفقرات والعلامة الكلية على مقاييس التلاؤ الأكاديمي الذي طبق على 30 طالباً وطالبة من خارج عينة الدراسة، وكانت النتائج بحسب الجدول (1) كالتالي:

الجدول (1): معاملات الارتباط بين الفقرة والدرجة الكلية على مقياس الملفوظ الأكاديمي

الدرجة الكلية للمقياس	ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس	الفقرة	ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس
*0.851	13	*0.918	1
*0.861	14	*0.893	2
*0.851	15	*0.939	3
*0.803	16	*0.825	4
*0.897	17	*0.689	5
*0.837	18	*0.720	6
*0.834	19	*0.734	7
*0.770	20	*0.818	8
*0.733	21	*0.815	9
*0.786	22	*0.821	10
*0.732	23	*0.838	11
-	-	*0.855	12

 $(\alpha=0.05)$

يتبيّن من الجدول (1) أنّ قيم معاملات الارتباط بين كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس إيجابية، إذ تراوحت بين (0.720) و(0.939) وبذلك تكون جميع المعاملات دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) إذ إن جميع معاملات الارتباط أعلى من (0.30)، وهو ما يدل على تتمتع الفقرات بمقدمة تميّزية جيدة، وهذا يشير إلى صدق بناء الفقرات.

ثبات المقياس:

ولاستخراج دلالات الثبات تم استخراج معامل الاتساق الداخلي باستخدام معادلة كرونباخ-ألفا، للاتساق الداخلي، وتم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من 30 طالباً وطالبة من خارج عينة الدراسة. وفيما يأتي الجدول (2) الذي يوضح النتائج:

الجدول (2): معامل الثبات باستخدام معادلة كرونباخ-ألفا للاتساق الداخلي للدرجة الكلية لمقياس

الملفوظ الأكاديمي

ثبات الاتساق الداخلي- كرونباخ ألفا	عدد الفقرات الكلية
0.979	23

مفتاح تصحيح المقياس

تم استخدام مقياس ليكرت الخماسي وتدرجه كالتالي إذ كانت جميع الفقرات إيجابية

اوافق بشدة	اوافق	محايد	لا اوافق	لا اوافق بشدة
5	4	3	2	1

مقياس مهارات إدارة الذات:

تم مراجعة الأدب النظري المرتبط بموضوع إدارة الذات (Hasheesh. 2021) :

Shaaban.2021: Magalhães, 2020. لدى طلبة الثانوية العامة ثم تطوير مقياسِ لمهارات ادارة الذات وتكون المقياس من 50 فقرة اعد لقياس التكؤ الأكاديمي للطلبة في المرحلة الثانوية العامة في المدارس الخاصة في عمان وكل فقرة مكونة من سلم خماسي (لا اوفق بشدة، لا اوفق، محاید، اوفق، اوفق بشدة) وتعد اوفق بشدة اعلى درجة بينما لا اوفق بشدة اقل درجة، وتكون المقياس من ثلاثة ابعاد وان بعد الاول ادارة الانفعالات وضبطها فكان يقيس مستوى ادارة الانفعالات وضبطها و تكون من 11 فقرة، والبعد الثاني الدافعية والتكيف الذي تكون من 25 فقرة لقياس مستوى الدافعية والتكيف لدى الطلبة، أما بعد الثالث ادارة الوقت وتكون من 14 فقرة وذلك لقياس مستوى ادارة الوقت لدى الطلبة.

صدق المقياس: ولاستخراج دلالات صدق المقياس تم استخراج:

صدق المحتوى:

للتتحقق من صدق المقياس تم عرضه على عشرة محكمين من أهل الاختصاص والخبرة في مجال الإرشاد النفسي والتربوي، حيث طلب منهم أي تعديل أو حذف أو إضافة لمقاييس التكؤ الأكاديمي، وتم الأخذ بآراء المحكمين واعتماد نسبة 80% للإبقاء على الفقرات حيث لم يتم التعديل على أي فقرة.

صدق تمييز الفقرة:

تم استخراج دلالات الفقرات التمييزية للبناء بحساب معاملات الارتباط بين الفقرات والعلامة الكلية على مقياس مهارات ادارة الذات الذي تم تطبيقه على 30 طالباً وطالبة من خارج عينة الدراسة، والجدول (3) يوضح النتائج:

الجدول (3): معاملات الارتباط بين الفقرة والدرجة الكلية والفقرة والبعد الذي تنتهي إليه على مقياس

إدارة الذات

الدرجة الكلية	الدرجة الكلية	الدرجة الكلية	الدرجة الكلية	الدرجة الكلية	الدرجة الكلية
ارتباط الفقرة بالبعد	ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	الدرجة الكلية	الدرجة الكلية	ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	الدرجة الكلية
*0.809	*0.808	26	*0.667	*0.652	1
0.717	0.683	27	0.427	*0.751	2
0.834	0.796	28	*0.601	*0.552	3
*0.668	*0.666	29	*0.560	*0.535	4
*0.838	*0.818	30	*0.767	*0.607	5
*0.832	*0.837	31	*0.693	*0.654	6
*0.783	*0.767	32	*0.689	*0.377	7
*0.757	*0.769	33	*0.889	*0.657	8

النڭو	النڭو بالدرجة الكلية	النڭو	النڭو بالبعد	النڭو بالدرجة الكلية	النڭو
*0.891	*0.871	34	*0.595	*0.310	9
*0.852	*0.828	35	*0.714	*0.456	10
*0.678	*0.684	36	*0.638	*0.302	11
*0.787	*0.758	37	*0.845	*0.821	12
*0.828	*0.789	38	*0.822	*0.792	13
*0.676	*0.652	39	*0.718	*0.962	14
*0.793	*0.735	40	*0.728	*0.715	15
*0.839	*0.783	41	*0.885	*0.861	16
*0.820	*0785	42	*0.769	*0.793	17
*0.594	*0.613	43	*0.921	*0.915	18
0.801*	*0.787	44	*0.838	*0.828	19
*0.784	*0.779	45	*0.853	*0.842	20
*0.757	*0.726	46	*0.797	*0.792	21
*0.524	*0.569	47	*0.775	*0.754	22
*0.673	*0.739	48	*0.878	*0.853	23
*0.708	*0.701	49	*0.896	*0.891	24
*0.748	*0.756	50	*0.754	*0.760	25

 $(\alpha=0.05)$

يُظهر الجدول أن قيم معاملات الارتباط بين كل فنقة والدرجة الكلية للمقياس إيجابية، إذ تراوحت بين (0.302) و (0.891) وبذلك تكون جميع معاملات الإرتباط دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) إذ إن جميع معاملات الارتباط أعلى من (0.30) وهو ما يدل على تمنع الفنفات بمقدمة تمييزية جيدة، وهذا يدل على صدق بناء الفنفات.

ثبات المقياس:

ولاستخراج دلالات ثبات المقياس تم استخراج معامل الاتساق الداخلي باستخدام معادلة كرونباخ-ألفا للاتساق الداخلي لكل بعد، وتم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من 30 طالبةً وطالباً من خارج عينة الدراسة. والجدول (4) يوضح النتائج:

البعد	ثبات الاتساق الداخلي- كرونباخ ألفا
إدارة الانفعالات وضبط الذات	0.907
الدافعية والتكيف	0.980
إدارة الوقت	0.950
البعد الكلي	0.982

مفتاح تصحيح المقياس

تم استخدام مقياس ليكرت الخماسي وتدرجه كالاتي للفقرات الايجابية

اوافق بشدة	اوافق	محايد	لا اوافق	لا اوافق بشدة
5	4	3	2	1

وللفقرات السلبية

اوافق بشدة	اوافق	محايد	لا اوافق	لا اوافق بشدة
1	2	3	4	5

نتائج الدراسة والمناقشات:

أولاً: النتائج المرتبطة بالسؤال الأول وهو: ما مستوى التلاؤ الأكاديمي لدى طلبة الثانوية في المدارس التابعة لإدارة التعليم الخاص في عمان من وجهة نظرهم؟ وللإجابة عن هذا السؤال تم احتساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات الطلبة على مقياس التلاؤ الأكاديمي الذي تكون من 23 فقرة وبعد واحد، وتم ترتيبها تنازلياً، والجدول (5) يوضح النتائج:

الجدول (5) المتوسطات والانحرافات المعيارية والرتبة والمستوى للتلاؤ الأكاديمي بدلاته الكلية وجميع فقراته لدى طلبة الثانوية العامة مرتبة تنازلياً

الرتبة	الرقم	التفصيل	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	.1	استغرق وقتاً طويلاً بقمي بالمهام الأكاديمية	3.73	1.12	مرتفع
2	.2	استغرق وقتاً طويلاً للبدء في إنجاز المهام	3.61	1.15	متوسط
3	.3	أبدأ بإنجاز المهام في وقت متأخر حتى لو كانت مهمة	3.60	1.03	متوسط
4	.4	أضجر من كثرة المهام والواجبات الأكاديمية	3.58	1.15	متوسط
5	.5	أوجل البدء في تحسين عاداتي الدراسية	3.57	1.10	متوسط
6	.6	أقوم بتنضييع الوقت بأشياء أخرى غير الدراسة	3.54	1.20	متوسط
7	.7	دائماً أتأخر عن دوامى المدرسي اليومى	3.53	1.10	متوسط
7	.8	اضيع وقتى ولا يمكننى فعل اي شى حال ذلك	3.53	1.10	متوسط
8	.9	أوجل القيام بالبدء بأى مهام أكاديمية حتى آخر دقيقة	3.52	1.20	متوسط
9	.10	أذهب إلى المدرسة متأخراً	3.51	1.20	متوسط
9	.11	أبحث عن عذر لأوجل البدء في أداء الواجبات	3.51	1.20	متوسط
10	.12	أشعر بالتردد عند البدء بأداء مهام الأكاديمية	3.47	1.03	متوسط
10	.13	أتأخر في إنهاء واجباتي المدرسية	3.47	1.13	متوسط
11	.14	أشعر بالضيق لأنى لم أنجز مهام بالوقت المطلوب	3.46	1.10	متوسط
12	.15	أدرس للامتحان قبل يوم واحد فقط	3.44	1.15	متوسط
12	.16	أقلق بشأن احتمالية حصولى على علامات متذممة	3.44	1.16	متوسط
13	.17	أتأخر في اتخاذ القرارات الصعبة	3.43	1.10	متوسط
13	.18	طلبات المدرسين تعجيزية ومنفرة، لذا أقوم بتأجيل القيام بها	3.43	1.03	متوسط
14	.19	أوجل البدء بدراسته الامتحانات إلى ما قبل الموعد النهائي	3.42	1.30	متوسط
15	.20	أشعر بالكسل عند البدء بالدراسة	3.41	1.10	متوسط

الرقم	الرتبة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
15	.21	ينتابني الشعور بالملل والنعاس في أثناء الدراسة	3.41	1.10	متوسط
16	.22	نادراً ما ألتزم بالخططة التي أضعها للقيام بأداء واجباتي	3.40	1.10	متوسط
17	.23	أرى أن تأجيل المهام أفضل من التعجل بها	3.38	1.14	متوسط
-	-	درجة التلاؤ الأكاديمي الكلية	3.50	1.00	متوسط

أظهر الجدول (5) متوسط التلاؤ الأكاديمي بدرجته الكلية، وهو 3.50 بمستوى متوسط، وتراوحت المتوسطات الحسابية بين مرتفع ومتوسط، وتراوحت بين 3.73 إلى 3.38 وتفسر هذه النتائج وجود التلاؤ الأكاديمي لدى العينة بمستوى متوسط بالنسبة للدرجة الكلية، وحصلت فقرة استغرق وقتاً طويلاً لقيامي بالمهام الأكاديمية الرتبة الأولى (3.73) وكانت بمستوى مرتفع، إذ ان معظم الطلبة من عينة الدراسة يستغرقون وقتاً طويلاً لإتمام المهام الأكاديمية وذلك بسبب كثرة هذه المهام وتعقيدها خاصة انهم في المرحلة الثانوية فتكون هذه المهام طويلة وتنطلب وقتاً لإنهائها، بينما جاءت بقية الفقرات بمستوى متوسط لدى عينة الدراسة وتراوحت بين 3.61 - 3.38

ويمكن تفسير نتيجة التلاؤ الأكاديمي لدى عينة الدراسة من طلبة الثانوية العامة بمستوى متوسط، بأن طلبة مرحلة الثانوية العامة يعدون في مرحلة انقلالية، وهم الآن مقبلون على الجامعة، فيكون لديهم مستوى من الدافعية للتلاؤ والدراسة وتحقيق اهدافهم بالحصول على التخصص، فضلاً عن متابعة الاهل لهم وحثهم على الدراسة وعلى الرغم من ذلك فهم يلتجأون إلى التلاؤ الأكاديمي من حين لآخر وتحديداً في بداية العام الدراسي فيقومون بتأجيل بدء الدراسة لوقت لاحق.

وافتقت نتائج هذه الدراسة مع دراسة الزهراني (Al Zahrani, 2017) التي هدفت إلى قياس مستوى التلاؤ الأكاديمي للطلبة الموهوبين، فضلاً عن مستوى سمة الكمالية، وكانت نتائج الدراسة وجود مستوى متوسط من التلاؤ الأكاديمي لدى العينة. وافتقت نتائج الدراسة مع نتائج دراسة الجعافرة (Al Jaafrahi, 2016) التي هدفت لقياس مستوى التلاؤ الأكاديمي ومستوى الضغوط لدى طلبة جامعة مؤتة، فأظهرت النتائج وجود مستوى متوسط من التلاؤ الأكاديمي لدى طلبة الجامعة.

ثانياً: النتائج المرتبطة بالسؤال الثاني وهو: ما مستوى مهارات إدارة الذات لدى طلبة الثانوية العامة في المدارس التابعة لإدارة التعليم الخاص في عمان من وجهة نظرهم؟ وللإجابة عن هذا السؤال تم احتساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات طلبة الثانوية

العامة في مدارس عمان على مقاييس مهارات إدارة الذات تكون من 50 فقرة و 3 أبعاد، والجدول (6) يوضح النتائج:

الجدول (6) المتوسطات والانحرافات المعيارية والرتبة والمستوى لمقياس مهارات إدارة الذات بدلالة الكلية وأبعاده الثلاث لدى طلبة الثانوية العامة مرتبة تنازلياً

الرقم	الرتبة	البعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	1	إدارة الانفعالات	2.67	0.53	متوسط
2	2	الدافعية والتكييف	2.67	0.85	متوسط
3	3	إدارة الوقت	2.62	0.84	متوسط
4		الدرجة الكلية للمقياس	2.70	0.71	متوسط

يتبيّن من خلال الجدول (6) أن المتوسط الحسابي لمقياس مهارات إدارة الذات الكلية هو 2.65 بمستوى متوسط، بينما جاء المتوسط الحسابي لبعد إدارة الانفعالات 2.67، ولبعد الدافعية 2.66، ودرجة بعد إدارة الوقت بلغت 2.61 بمستوى متوسط لجميع الأبعاد.

ان مستوى ضبط الانفعالات الذي ظهر لدى العينة كان متوسطاً وحظي بالرتبة الاولى من بين الابعاد وذلك نتيجة تفكير الطالب في مستقبله وتنظيم وقته للدراسة وعدم التفكير في اية احداث اخرى التي ربما تجعله يغضب او يحزن او تؤثر فيه سلبياً فيكون تركيزه على دراسته فقط وكيفية انتهاء المرحلة الثانوية بنجاح وتقوّف لذا فمستوى ضبط الانفعالات يكون متوسطاً لديه.

اما بخصوص مستوى الدافعية والتكييف فظهر ايضاً بمستوى متوسط وكان له الرتبة الثانية بالابعاد وذلك لأن الطالب عند وصوله لمرحلة الثانوية العامة تزداد دافعيته للدراسة ويكون لديه حماس للبدء بالدراسة والتخطيط لها فضلاً عن متابعة الاهل لطالب الثانوية التي تزيد من دافعيته وان يكون تركيزه على الدراسة والتقوّق.

وبخصوص ادارة الوقت والذي جاء في الرتبة الثالثة وبمستوى متوسط ايضاً فيعود ذلك لأن طلبة الثانوية العامة يبدأون في محاولة تنظيم اوقاتهم ودراستهم بحسب جداول زمنية معينة حتى يتمكّنا من انتهاء المواد في الوقت المطلوب، وانتفقت نتائج هذه الدراسة مع دراسة (Ahmad,2014) التي هدفت لقياس أثر إدارة الذات على اتخاذ القرار لدى موظفي الإدارة العليا في الجامعة الإسلامية في غزة، إذ أظهرت النتائج وجود مستوى متوسط من إدارة الذات لدى مجتمع الدراسة،

النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث وهو: هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0,05$) بين التكّف الأكاديمي وإدارة الذات لدى طلبة الثانوية العامة في

المدارس التابعة لإدارة التعليم الخاص في عمان؟ وللإجابة عن هذا السؤال تم استخراج معامل ارتباط بيرسون لمعرفة العلاقة بين التكلف الأكاديمي ومهارات إدارة الذات، والجدول (7) يوضح هذه النتائج:

الجدول (7) معامل ارتباط بيرسون للعلاقة بين التكلف الأكاديمي ومهارات إدارة الذات

التكلف الأكاديمي	المقياس
معامل ارتباط بيرسون	
0.01-	مهارات إدارة الذات الكلية
0.10-	مهارات إدارة الذات الانفعالية
0.03-	مهارات إدارة الذات-الدافعية
0.10-	مهارات إدارة الذات- إدارة الوقت

أظهرت النتائج بحسب الجدول (7) عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha=0.05$ (a) بين التكلف الأكاديمي ومهارات إدارة الذات لدى عينة الدراسة ولكنها غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) إذ بلغ معامل ارتباط بيرسون بين المتغيرين -0.051.

ويفسر عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين التكلف الأكاديمي ومهارات الذات الى التفاوت بين مستويات الطلبة والفرق بين الطلبة عينة الدراسة، وتتوافق نتائج الدراسة الحالية مع دراسة الزهراني (AL-ZAHRANI,2017) التي هدفت الى قياس مستوى التكلف الأكاديمي للطلبة المهووبين فضلاً عن مستوى سمة الكمالية حيث اظهرت النتائج عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين سمة الكمالية والتكلف الأكاديمي لدى عينة الدراسة.

الوصيات

توصي الدراسة الحالية بناءً على نتائجها بالوصيات الآتية:

- إعداد برامج تدريبية على مهارات الذات لدى طلبة الثانوية العامة وزيادة اكسابهم لهذه المهارات وذلك لأن نتائج الدراسة اظهرت وجودها بنسبة متوسطة لدى عينة الدراسة
- إعداد برامج ارشادية وذلك لخفض مستوى التكلف الأكاديمي لدى طلبة الثانوية العامة إذ اظهرت نتائج الدراسة مستوى متوسط من التكلف الأكاديمي لدى عينة الدراسة
- إقامة دورات تثقيفية للمعلمين والأهل بخصوص التكلف الأكاديمي وتأثيره في الطلبة في مراحلهم الدراسية المختلفة
- دارسة تأثير التكلف الأكاديمي في مهارات ادارة الذات لدى عينات اخرى داخل المجتمع

References:

- Abu Ghazal, Moawea (2012) Academic procrastination: Its prevalence and causes from the point of view of university students, **The Jordanian Journal of Educational Sciences** 8 (2) 131-149
- Ahmad, Heba (2014) **the impact of self-management on the decision-making process of senior management staff at the Islamic University**, Unpublished Master's Thesis, Islamic University, Ghaza, Palestine
- Al Bayati, Mahasen (2018) the relationship of Addiction to the internet and academic retardation in female students of the college of education for girls, Iraqi university, **Journal of educational and psychological sciences**, (137) 395-738.
- Al Jaafrah, Ibrahim (2016) **the relationship of level of psychological stress and to academic retardation among students of Mutah University**, Unpublished Master's Thesis, Mutah University, Al-Karak , Jordan.
- Al Sharif, Bander (2017) Determinants of academic tardiness among students of the Islamic University of Medina, **Arabic Studies in Education and Psychology**, (90), 353-379.
- Al Thwabeya, Eman and Tannous, Adel (2021) The relationship of self-management and performance anxiety in a sample of trainee mentors in Jordan, **Journal of Educational Sciences**, 48 (3) 421-438
- Al Zahrani, Trad (2017) The relationship between academic tardiness and with perfectionism in gifted students, **Al-Hikma Journal of educational and psychological Studies**, (11), 8-45.
- Anam, M, Hitipeuw, I (2021) the correlation between loneliness and academic procrastination among psychology, students at State University of Malang, **International Conference of Psychology** 10 (10221) 323–332
- AribaŞ, A. (2020) **The relationship of time management and academic Procrastination: A Case of University Students**, Dr. Aksaray University, Turkey
- Arslan Y., Mardini A. (2021) Academic procrastination and motivational factors of Turkish EFL, **Novitas-Royal Research on Youth and Language**, 2022, 16(1), 135–148
- Azizi, S. Khatony, A., Roshanisefat, S. (2021) Investigating the relationship of test anxiety and time management with academic

- procrastination in students of health professions, **education research international**, VOL 2021, 1-6
- Balkis, M. (2013) Academic procrastination academic life satisfaction and academic achievement. the **Mediation Role of Behavioral Psychotherapies** 13 (1) 57-74
- Bursali, S. (2022) **Exploring academic procrastination with digital trace data, the University at Albany**, State University of New York USA
- Cho, M., & Lee Y. (2021) The effects of medical students' self-oriented perfectionism on academic procrastination: The mediating effect of fear of failure, **Korean J Med Education** 34(2): 121-129
- Chu, A., & Choi J. (2005) Rethinking procrastination: Positive effects of active procrastination behavior on attitude and performance, **The Journal of Social Psychology** 145 254-264
- Custer, N. (2016) **Test anxiety and academic procrastination among pre-licensure nursing students**. Indiana University of Pennsylvania, United State
- Ferine, B. A., Bharucha, Z., Nikčević, A. V., & Spada, M. M. (2017). The unintentional procrastination scales. **Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy**, 35(2), 136-149.
- Ferrari, J. R., & Tibbett, T. P. (2017). Procrastination. In V. Zeigler-Hill & T. K. Shackelford (Eds.), **Encyclopedia of personality and individual differences** (pp. 1-8).
- Gezgin, D. M. (2022). Gender, self-regulation, academic procrastination, and smartphone checking frequency during study hours in predicting Turkish adolescents' smartphone addiction, **The Turkish Journal on Addictions**, 9(1), 38-47.
- Graff, M. (2016) **Cognitive and Affective aspects of Personality and Academic**, The City University of New York, USA
- Jaber, Jaber (2014) The effectiveness of a cognitive-behavioral program in reducing academic tardiness in hearing-impaired adolescents, **Journal of Educational Sciences**, 22 (2) 511-546.
- Khalifah, F. (2019) Academic tardiness in middle school students, **Journal of Arts**, 549-576.
- Lekich, N. (2006) **The relationship between academic motivation, self steam and academic procrastination in college students**, University United State, Truman state

- Magalhães, P., Núñez, J., Oliveira, A., Pereira, B., & Santos, D. (2020) The mediator role of routines on the relationship between General procrastination, academic procrastination and perceived importance of sleep and bedtime procrastination, **International Journal of Environmental Research and Public Health** (2021) 1-13
- Maureen T. Drysdale, M. & Margret, M. (2014) Exploring hope, self-efficacy, Procrastination, and study. Jeromos University of water 100 Canada. **Asia Pacific Journal of Cooperative Education** 15 (1)
- Murat, B. (2013) Academic procrastination, academic life satisfaction and academic achievement; the mediation role of rational beliefs about Studying, **Journal of Cognitive and Behavioral psychotherapies**, 13 (1) 57-74
- Niazov, Z., Hen, M. (2021) Online and Academic Procrastination in students with learning disabilities: The impact of academic stress and self-efficacy, **Psychological Reports**. 125(2) 890–912
- Ozer, B., Demir A. & Ferrari J. (2009) Exploring academic procrastination among Turkish student: Possible gender differences in prevalence and reasons, **The Journal of Social Psychology**, 149 (2) 241-257
- Pan, J., Zhuang, X. (2021) Effectiveness of an adventure-based cognitive behavioral program for Hong Kong University Students, **Research on Social Work Practice** 32(2) 227–237
- Shaked, & L. Altarac H. (2022) Exploring academic procrastination: Perceptions, self-regulation, and consequences, **Journal of University Teaching & Learning Practice**, 19 (3) 1-23
- Steel, P. (2007) The Nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review quintessential self-regulatory failure. **Psychological Bulletin**, 133(1), 65
- Tackett, S (2021) **The impact of academic motivation, procrastination and Locus of control on college students self-efficacy**, University of Louisiana Monroe, USA
- Wehmeier, P. Fox, Th., Doerr, J., Schnierer, N., Bender, M., & Nater, S. (2020). Development and validation of a brief measure of self-management competence: The self-management self-test (SMST), **Therapeutic Innovation & Regulatory Science**, 1-10
- Zayed Halil. & Omer Abdul munaem, A (2020). Academic tardiness and irrational thoughts among the members of the adjunct faculty in faculties of education at Al-Azhar University, **Egyptian Journal of Psychological Studies**, 30 (106) 361-420