ISSN: 1994-4217 (Print) 2518-5586(online)

Journal of College of Education

Available online at: https://eduj.uowasit.edu.iq

Dr. Salwa Faiq Alshahapi
University of Kufa

Dr. Mohammed Abbas Mohammed

University of Baghdad

Email:
Algburimohammed@yahoo.com

Keywords:

Article info

Article history:
Received 15.May.2022
Accepted 17.Aout.2022
Published 30.Nov.2022

Cognitive emotional regulation Strategies And Its Relationship With Academic Procrastination Among University Students

A B S T R A C T

The current research aims to know the level of positive cognitive emotional regulation strategies and the level of Academic Procrastination among university students, as well as the correlation relationship between the two variables, and in order to verify this, the researchers adopted the scale of positive cognitive emotional regulation strategies prepared by (Garnefski and Garnefski, & Kraaij, 2007) and the Arabized by (Al-Nadabi, 2019), and the scale consisted in its final form of (35) paragraphs, and we adopted the Academic Procrastination scale prepared by (Maysoon and others, 2018) and the scale in its final form consisted of (25) paragraphs, and their psychometric properties were confirmed and they were Applying the two tools to a sample of (140) male and female students who were selected from (3) colleges at Al-Mustansiriya University (the College of Science, the College of Education, and the College of Arts), for the academic year 2019-2020, and the following research results showed

1.The research sample of university students does not have positive emotional cognitive organization strategies.

2.The research sample of university students does not have Academic Procrastination.

3.The results of the statistical analysis showed that there is no significant correlation between the variables of the current research, the strategies of positive emotional cognitive regulation and the Academic Procrastination for university students.

© 2022 EDUJ, College of Education for Human Science, Wasit University

DOI: https://doi.org/10.31185/eduj.Vol49.Iss3.3381

استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي الايجابية وعلاقتها بالتلكؤ الأكاديمي لدى طلبة الجامعة

أ.م.د. سلوى فائق عبد الشهابي **أ.م.د. محمد عباس محمد**

جامعة الكوفة/ كلية التربية الأساسية **جامعة بغداد / مركز البحوث التربوية والنفسية**

الملخص:

يهدف البحث الحالي معرفة استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي الايجابية والتلكؤ الأكاديمي لدى طلبة الجامعة , فضلاً عن العلاقة الارتباطية بين المتغيرين, ومن أجل التحقق من ذلك فقد قام الباحثان بتبني مقياس استراتجيات التنظيم الانفعالي المعرفي الايجابية المعد من قبل(جارنفسكي وكراج Garnefski, & Kraaij, 2007) والمعرب من قبل (الندابي، 2019), وتألف المقياس بصيغته النهائية من (35) فقرة, وتبنا مقياس التلكؤ الأكاديمي المعد من قبل (ميسون واخرون، 2018) وتألف المقياس بصيغته النهائية من (25) فقرة وقد تم التأكد من خصائصهما السايكومترية وتم تطبيق الأداتين على عينة بلغت (140) طالب وطالبة تم اختيارهم من (3) كليات في الجامعة المستنصرية هي (كلية العلوم, وكلية التربية ، كلية الآداب), للعام الدراسي 2019– 2020 وأظهرت نتائج البحث الآتي

1. ان عينة البحث من طلبة الجامعة لا يمتلكون استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي الايجابية.
2. ان عينة البحث من طلبة الجامعة ليس لديهم تلكؤ اكاديمي.
3. أظهرت نتائج التحليل الإحصائي انه لا توجد علاقة ارتباطية دالة بين متغيري البحث الحالي استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي الايجابية والتلكؤ الأكاديمي لدى طلبة الجامعة.

الفصل الأول

مشكلة البحث:

في ظل ما يشهده العالم من تحولات اجتماعية ومعرفية وثقافية ، وزيادة التوترات داخل الأسرة وزيادة حدة الضغوطات وتعاظم المشكلات السلوكية، وارتفاع حدة الاضطرابات النفسية لبعض الطلاب ، وتعثر بعض الطلبة اكاديمياً في مسيرة حياتهم العلمية نتيجة لعدم وضعهم استراتيجيات معرفية انفعالية عند مواجهتهم تلك الضغوطات سواء كانت اكاديمية او في الحياة العامة، و كما قد اغفل علماء علم النفس المعرفي قضية اثر الانفعال على المعرفة او بمعنى اخر الآثار الانفعالية والوجدانية على كافة قوى ووظائف النشاط العقلي المعرفي ، بدءاً بالمدخلات المعرفية وصور استدخالها مروراً بعمليات معالجة وتجهيز وتخزين واشتقاق وتوليف المعلومات وانتهاء بالنواتج المعرفية ،وقد اكد عبد الوارث (2005) على انه بالرغم من اهمية الانفعالات في عملية التعلم والتعليم الا ان الجانب الانفعالي حتى وقت قريب لم يكن جزءاً اساسياً في العملية التعليمية مما نتجه عنه قصور في تأهيل المتعلمين وتدريبهم على كيفية ادارة انفعالاتهم وضبطها والاستفادة منها في العملية التعليمية ، كما ان الكثير الدراسات التي تناولت تنظيم الانفعالات أوضحت ان الإفراد المتوافقين انفعالياً أكثر نجاحاً في الأداء الأكاديمي وأكثر قدرة على على مواجهة المعوقات وأيضاً فأن قصور في التنظيم الانفعالي المعرفي يعتبر كمسبب او نتيجة للعديد من الإمراض النفسية وكذلك في التلكؤ والتسويف الأكاديمي والدراسي وكذلك شعورهم بالقلق والاكتئاب واضطراب في الشخصية(Berking & Wupperman, 2012. P. 128)

يعد التلكؤ الأكاديمي مشكلة سلوكية شائعة في اوساط المتعلمين وخاصة طلبة الجامعة إذ أثبتت الدراسات أن التلكؤ الأكاديمي قد انتشر على نطاق واسع بين الطلبة الجامعيين ، وهذا ما أشارت إليه دراسة معاوية أبو غزال أن 25.2

% من الطلبة هم من ذوي التلكؤ المرتفع، وكذلك 75% من الطلبة يؤجلون إنجاز أعمالهم الاكاديمية مما يؤدي إلى زيادة الضغوط الواقعة عليهم فيؤثر ذلك على الجوانب التعليمية والنفسية لديهم.(شبيب، 2015: 5).

وتبرز مشكلة البحث بالإجابة عن التساؤل الآتي ؟

هل هناك علاقة ارتباطية بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي الايجابية والتلكؤ الاكاديمي لدى طلبة الجامعة ؟

أهمية البحث: يمكن توضح أهمية البحث من خلال النقاط الآتية:

1- يتناول البحث شريحة جدا مهمة في المجتمع وهم طلبة الجامعة اذ تعدّ مرحلة الجامعة من المراحل العلمية المهمة للفرد لها دور في عملية صقل وتهذيب شخصيته. إذ لم يعد دور الجامعة مقتصراً على إكساب المعارف العلمية فقط بل تعدى ذلك الى إكساب المهارات والسلوك اللذان يُمثلان صورة مشرقة للفرد، ولقد وضعت الأمم المتطورة جل اهتمامها الى بناء الجامعات وتطويرها من الاهتمام بالبني التحتية لها ووضع المناهج التي تتلاءم وتتفق مع العصر الذي نعيشه، ومن بين ما تهتم به الجامعات هو إعداد الإفراد لقيامهم بالعمل المبدع الذي يمكنهم من مواجهة التحديات المفروضة على عالم يشكل فيه الإبداع والابتكار حاجة عامة (المهداوي، 2010: 3).

2- أهمية متغيرا البحث **(استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي الايجابية ، والتلكؤ الأكاديمي)** اذ تتجلى أهمية استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي الايجابية في نظر كثير من الباحثين مدخلاً للتعرف على ما تحدثه لدى الأفراد من أثر إيجابي على توافقهم النفسي والاجتماعي .إذ أشار فوهز وأخرون (Vohs et al., 2005) إلى أن استراتيجيات التنظيم الانفعالي ترتبط بتنظيم الفرد لذاته؛ فكلما كان الفرد أكثر اتساقاً وانسجاماً مع ذاته، فأنه من المتوقع في مواقف الاختبار أن يؤدي عمله على أكمل وجه حسب قدراته ومعارفه؛ بينما الشخص الذي يواجه صعوبات في التنظيم الانفعالي يعاني العديد من المشكلات المتمثلة في التسويف الأكاديمي وقلق الاختبار، وتدني مفهوم الذات والعدائية المفرطة والاكتئاب.فالتنظيم الانفعالي المعرفي يؤدي دوراً رئيسياً في العمليات العادية وغير الطبيعية، وهو فعال ضد المثيرات السلبية والخبرات الانفعالية غير المرغوب فيها(Duarte et al., 2015) ويمكن اعتباره جزاء من المفهوم الأوسع للتنظيم الانفعالي الذي يمكن اعتباره" عمليات خارجية ومتماسكة ومسؤولة عن رصد وتقييم وتعديل التفاعلات الانفعالية، وخاصة خصائصها الشديدة (Thompson, 1994: 25- 52).

إذ يعد التلكؤ الأكاديمي من الظواهر المنتشرة في الحياة الأكاديمية فالطلبة لديهم استعداد لإنجاز واجباتهم الدراسية لكن يؤجلونها لأوقات مستقبلية وقد لا ينجزونها، إذ يمكن وصفه بأنه تأجيل البدء في المهمات التي ينوي الفرد في نهاية المطاف إنجازها وينتج عنه الشعور بالتوتر الانفعالي لعدم تأديته للمهمة في وقت مبكر كما أن للتلكؤ الأكاديمي عواقب سلبية متعددة كتدني التحصيل الأكاديمي وشعور الطلبة بعدم الكفاءة والتوتر والقلق ،حيث أكدت الدراسات أن الطلبة ممن لديهم نزعة قوية للتلكؤ يحصلون على درجات منخفضة في الامتحانات مقارنة بالطلبة غير متلكئين ويظهرون ضعفا في انجازهم الأكاديمي(أبو غزال، 2012: 132).

3- ويزيد من أهمية هذه الدراسة ندرة الدراسات التي تناولت موضوع الدراسة، حيث لا توجد دراسة واحدة في حدود علم الباحثان في البيئة العراقية تناولت استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي الايجابية وعلاقتها بالتلكؤ الاكاديمي لدى طلبة الجامعة والكشف عن العلاقة بين المتغيرين، والتفاعل بينهما في هذين المتغيرين، وهذا مما يعطي لهذه الدراسة أهميتها في المجال التطبيقي.

أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي التعرف على:

1- استراتجيات التنظيم الانفعالي المعرفي الايجابية لدى طلبة الجامعة.
2- التلكؤ الاكاديمي لدى طلبة الجامعة.
3- العلاقة الارتباطية بين استراتجيات التنظيم الانفعالي المعرفي الايجابية والتلكؤ الاكاديمي لدى طلبة الجامعة.

حدود البحث:

يقتصر البحث الحالي على طلبة الجامعة المستنصرية للدراسات الصباحية للعام الدراسي (2019-2020).

تحديد المصطلحات :

اولاً: استراتجيات التنظيم الانفعالي المعرفي الايجابية Cognitive emotional regulation Strategies - :

- **(عرفها** Garnefski, & Kraaij, 2007**)** بأنها مجموعة من الاستراتيجيات المعرفية، يستخدمها الفرد للتقليل من تأثير الأحداث الضاغطة وما يتولد عنها من انفعالات سلبية هي كيفية تفكير الفرد واستجابته السلوكية تجاه المثيرات الانفعالية الناتجة من أحداث الحياة الضاغطة، ويقترح (جارنفسكي وكراج 2007) خمس استراتيجيات ايجابية للتنظيم الانفعالي المعرفي ، هي

- **القبول او التقبل:** ويقصد به قيام الفرد بتوليد افكار متعلقة بحقيقة الموقف الانفعالي الذي حدث ولا يمكن تغييره ، ومحاولة التكيف والتقبل الموقف السلبي.

- **إعادة التركيز الإيجابي:** تشير الى توجيه الفرد بتفكير بطريقة ايجابية والتركيز على الأفكار الايجابية بدلا من التفكير بالإحداث السلبية للتعامل مع الحدث السلبي ، وتعد إعادة النظر او تفكير إحداث أخرى سارة او الايجابية تعد شكلا من إشكال الانسحاب العقلي.

- **التهوين:** ويقصد به توليد أفكار تتعلق بتجاهل خطورة الحدث السلبي عند مقارنته مع غيره من المواقف الضاغطة والإحداث السلبية.

- **إعادة التقييم الإيجابي:** إعادة تقدير الحدث بشكل ايجابي من حيث انعكاسه على نمو الفرد الشخصي ، أي بمعنى تغيير طريقة تفكير الفرد معرفياً حول المواقف الضاغطة داخلياً وخارجياً والتركيز على ما تعلمه الفرد من الحدث السلبي الذي مر به، والسيطرة على الانفعالات السلبية واستعادة الانفعالات الايجابية للتعامل مع متطلبات الجدث السلبي.

- **التخطيط:** وتشير هذه الإستراتيجية الى التفكير في الخطوات التي يجب إتباعها لمعالجة المواقف او الإحداث الضاغطة وإدارة وتوجيه الانفعالات بشكل جيد وتقديم الحلول الإبداعية للحدث السلبي واتخاذ القرارات للتعامل مع الحدث.

التعريف النظري: اعتمد الباحثان تعريف (Garnefski, & Kraaij, 2007) نظرياً وذلك لتبني الباحثان مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي الايجابية المعد من قبلهما.

التعريف الإجرائي : الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب لفقرات مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي الايجابية في البحث الحالي.

ثانيا: التلكؤ الاكاديمي Academic Procrastination

- عرفه هيكوك ماكارثي 1998 Mccarthy Haycack

بأن التلكؤ يتضمن تأجيل المسؤوليات والقرارات والمهام التي يحتاج الفرد أن يعملها مع الشعور بعدم الارتياح ذاتيا (Mccarthy Haycack, 1998: 178)

- عرفه ابو غزال 2012

هو ميل الفرد لتأجيل البدء في المهمات الاكاديمية، ويتمثل في الميل إلى المماطلة وتأجيل الأعمال المطلوب انجازها في فترة زمنية محددة والتكرار المستمر لهذا التأجيل مع العلم بأهميته ويصاحب ذلك مشاعر الإحباط والضيق والندم و شعور بالتوتر الانفعالي (أبو غزال، 2012: 714)

التعريف النظري: اعتمد الباحثان على تعريف (**Mccarthy Haycack 1998**) نظرياً وذلك لتبني الباحثان مقياس التلكؤ الاكاديمي المعد من (ميسون واخرون، 2018) الذي اعده بناءً على وجهة نظر هيكوك ماكارثي.

ويعَّرف إجرائياً: الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب لفقرات مقياس التلكؤ الاكاديمي في البحث الحالي .

الفصل الثاني

اولاً: التنظيم الانفعالي المعرفي :

شـــهدت البحوث حول القدرة على تنظيم الانفعالي المعرفي اهتماماً متزايد منذ التســـعينيات ، وتتمحور حول القدرة على تعديل الانفعالات في الاتجاه المطلوب وقبول وتحمل المشـاعر غير مرغوب فيها كجزء لا يتجزأ من الصـحة العقلية ونتيجة لهذا الاهتمام والبحث ظهر ما اصـــطلح تســميته باســتراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي التي عن طريقها تؤثر على مســـتويات اســـتجاباتنا الانفعالية ، ويذكر إن هذا المجال انبثق عن واحدة من أهم ميزات الانفعالات وهي قابليتها للتطويع والذي لولاه لما كان هذا التنظيم ممكناً (Gross,2014: 499).

ولا يقصد بالتنظيم الانفعالي قمع الانفعالات ولا إن يكون الفرد دائماً في حالة هدوء من الاستثارة الانفعالية ولكن لا بد من ذلك فأن التنظيم الانفعالي المعرفي يتضـــمن عمليات المراقبة والتقييم وتغيير خبرات الفرد الانفعالية ، وتشـــير العديد من الدراســـات إلى إن التنظيم الانفعالي يتضـــمن الطريقة المعرفية التي يتعامل بها الفرد مع الاســـتثارة الانفعالية (Garnefski& Kraaij, 2006: 1064).

ومما ســبق يتضـــح إن التنظيم الانفعالي المعرفي يعبر عن جهود الفرد للســيطرة على حالة الاســتثارة الانفعالية وإعادة توجيهها وتحسينها وتعديلها حتى يتمكن الفرد من الأداء المتكيف الذي يساعده على تحقيق أهدافه وفي سبيل ذلك يستخدم انواع متعددة من الاستراتيجيات المعرفية عند التعامل مع المواقف والإحداث الضاغطة .

استراتجيات التنظيم الانفعالي المعرفي :

يقترح جارنيفسكي وكراج 2007 خمس استراتيجيات ايجابية للتنظيم الانفعالي المعرفي:هي

- **القبول او التقبل:** ويقصـــد به قيام الفرد بتوليد افكار متعلقة بحقيقة الموقف الانفعالي الذي حدث ولا يمكن تغييره ، ومحاولة التكيف والتقبل الموقف السلبي.

– **إعادة التركيز الإيجابي:** تشير الى توجيه الفرد بتفكير بطريقة ايجابية والتركيز على الأفكار الايجابية بدلا من التفكير بالإحداث السلبية للتعامل مع الحدث السلبي ، وتعد إعادة النظر او تفكير إحداث أخرى سارة او الايجابية تعد شكلا من إشكال الانسحاب العقلي.

– **التهوين:** ويقصد به توليد أفكار تتعلق بتجاهل خطورة الحدث السلبي عند مقارنته مع غيره من المواقف الضاغطة والإحداث السلبية.

– **إعادة التقييم الإيجابي:** إعادة تقدير الحدث بشكل ايجابي من حيث انعكاسه على نمو الفرد الشخصي ، أي بمعنى تغيير طريقة تفكير الفرد معرفياً حول المواقف الضاغطة داخلياً وخارجياً والتركيز على ما تعلمه الفرد من الحدث السلبي الذي مر به، والسيطرة على الانفعالات السلبية واستعادة الانفعالات الايجابية للتعامل مع متطلبات الجدث السلبي.

– **التخطيط:** وتشير هذه الإستراتيجية الى التفكير في الخطوات التي يجب إتباعها لمعالجة المواقف او الإحداث الضاغطة وإدارة وتوجيه الانفعالات بشكل جيد وتقديم الحلول الإبداعية للحدث السلبي واتخاذ القرارات للتعامل مع الحدث.

ثانياً: مفهوم التلكؤ الاكاديمي:

يشير هيكوك ماكارثي (Haycack Mccarthy;1998) بأن التلكؤ يتضمن تأجيل المسؤوليات والقرارات والمهام التي يحتاج الفرد أن يعملها مع الشعور بعدم الارتياح ذاتيا وهو كذلك تأجيل الطالب لإنجاز مهامه الأكاديمية والأنشطة التعليمية عمدا، وعدم الالتزام بإكمالها، وإهمال الوقت والإدعاء بصعوبة المهام، أو الإدعاء بالجهل وسو التوافق النفسي وتأخير مواعيد المذاكرة وانخفاض الدافعية للتعلم والادعاء بحاجته للوقت لإنجاز مهامه وإنجازها في نهاية المدة المحددة له، أو التكاسل في أدائه (Mccarthy Haycack, 1998: 178–179) .

كما عرفه فان إيرد (Van Eerde;2000) " بأنّه يعني تجنّب إنجاز أو تنفيذ غاية أو غرض ، وهذا الغرض بشأن سلوك يشعر الفرد بأنّه غير ذات جاذبية من الناحية الانفعالية ولكنه هام من الناحية المعرفية لأنّه يؤدي إلى نواتج ايجابية في المستقبل (محمد ، 2008 :10)

ونلاحظ أن جميع التعاريف قد أكدت على أن التلكؤ الأكاديمي هو تأخير العمل بطريقة غير منطقية وغيرعقلانية وتركه إلى آخر لحظة ممكنة ويصاحب ذلك الشعور بالقلق وعدم الارتياح وهو سلوك غير سوى له آثار سلبية على الطالب .

أسباب التلكؤ الأكاديمي:

ينتج التلكؤ الأكاديمي من مجموعة من العوامل التي تتفاعل معا مسببة هذا السلوك ومن الصعوبة أن يكون هناك سبب واحد فقط انما ينتج عن عدة اسباب وهي كالتالي:

– أسباب تتعلق باتجاهات الطالب: وتتضمن الخوف من الفشل والخوف من النجاح وتقدير الذات المنخفض والاكتئاب ومشاعر الذنب والخجل.

– أسباب معرفية: وتتمثل في نقص المعرفة والمعلومات وكيفية تناول المشكلة .

– أسباب بيئية: وتتمثل في الضوضاء والأصدقاء وعدم تنظيم الأشياء الموضوعة على المكتب.

– أسباب فسيولوجية: وتتمثل في المرض والإرهاق الجسمي والعقلي(فضل ،2017: 7)

آثار التلكؤ الأكاديمي:

اتفق كل من ليفتفوت و كلسين بهيشتيفار و آخرون و جورجيفا وفليت وآخرون على أن الطالب المتلكئ أكاديميا يعاني من عدم الرضا عن الحياة ، وانخفاض الثقة بالنفس ، ومستويات عالية من الضغوط النفسية وانخفاض مستوى الطاقة، وانخفاض تقدير الذات وانخفاض كفاءة الذات وفقد التواصل مع الآخرين ، والانسحاب نتيجة ضيق الوقت (.فضل ، 2017: 8).

ويشكِّل التلكؤ ظاهرة معقدة، ذات أبعاد سلوكية ومعرفية وانفعالية، وذات مستويات متدرجة تبدأ بالنوع البسيط وتنتهي بالنوع المزمن، الذي يحتاج إلى شكل من أشكال التدخل الإرشادي أو العلاج النفسي. ومن جانب آخر، فإن لتلكؤ تأثيرا سلبياً في جوانب كثيرة من الحياة مثل الإدارة ، والصحة ، والعلاقات الاجتماعية ، والمعاملات المالية ، والنمو

الشخصي والمهني ، والتعليم (عبد الخالق، والدغيم،2011: 14)

ثالثاً: الدراسات السابقة :

دراسات تناولت استراتجيات التنظيم الانفعالي المعرفي

– دراسة (مصطفى ،2018)

(استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي المنبئه بعملية التفكير لدى طلبة الصف الأول الثاوني العام)

هدفت الدراسة الى التنبؤ بالتفكير من خلال استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي لدى طلبة الصف الاول الثانوي العام، وتكونت العينة من (300) طالب وطالبة بمحافظة الإسماعيلية ، وقد توصلت الدراسة الى اثر استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي على عملية التفكير ، وانه يمكن التنبؤ بعملية التفكير من خلال استراتجيات التنظيم المعرفي الانفعالي (مصطفى، 2018: 169).

– دراسة (الندابي ،2019)

(استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي وعلاقتها بقلق الاختبار لدى طلبة الجامعة دراسة مقارنة بين طلبة جامعتي السلطان قابوس ومحمد الاول)

هدفت الدراسة التعرف على استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي وعلاقتها بقلق الاختبار لدى طلبة الجامعة دراسة مقارنة بين طلبة جامعتي السلطان قابوس ومحمد الاول في المملكة المغربية، وقد تكونت العينة من (419) طالباً وطالبة ،بواقع (223) طالباً وطالبة من جامعة السلطان قابوس ،و (196) طالباً وطالبة من جامعة محمد الاول ،وقد اظهرت النتائج وجود علاقة بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي وقلق الاختبار لدى افراد العينة ، كما اظهرت وجود فرق دال احصائياً بين طلبة جامعة سلطان قابوس وجامعة محمد الاول في كل من استراتجيات التنظيم الانفعالي المعرفي وقلق

الاختبار ، كما اظهرت النتائج ان عامل النوع والبيئة الجغرافية كانت مؤشـــراً دالً لقلق الاختبار واســـتراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي (الندابي، 2019: 34).

دراسات تناولت التلكؤ الاكاديمي

- دراسة (ابو غزال ،2012)

(مدى انتشار التلكؤ الأكاديمي وأسبابه من وجهة نظر الطلبة الجامعيين)

هدفت الدراسة معرفة مدى انتشار التلكؤ الأكاديمي وأسبابه من وجهة نظر الطلبة الجامعيين، وقد تكونت العينة من (751) طالباً وطالبة من جامعة اليرموك الأردن، وأظهرت النتائج الدراسة فيما يتعلَّق بانتشار سلوك التلكؤ الأكاديمي لدى أفراد العينة تبين أن(% 57.7) من أفرا د العينة متلكئين بدرجة متوسطة ، و (% 25.2) من أفراد العينة متلكئين بدرجة مرتفعة بينما(% 17.2) منهم متلكئين بدرجة متدنية(ابو غزال، 2012: 14).

- دراسة (ميسون واخرون ،2018)

(التلكؤ الأكاديمي لدى الطلبة الجامعيين/ دراسة استكشافية لدى عينة من الطلبة بجامعة ورقلة)

هدفت الدراسة إلى التعرف على مدى انتشار التلكؤ الأكاديمي لدى الطلبة الجامعيين وفيما إذا كان مدى هذا الانتشار يختلف باختلاف جنس الطالب وحالته الاجتماعية والرغبة من عدمها في الالتحاق بالتخصص، تكونت عينة الدراسة من (100) طالب وطالبة من قسم علم النفس وعلوم التربية بجامعة قاصدي مرباح ورقلة،تم اختيارها بالطريقة العشوائية الطبقية، وطبقت الباحثات عليها مقياس التلكؤ الأكاديمي لمعاوية أبو غزال، وقد كشفت نتائج الدراسة عن ارتفاع نسبة انتشار التلكؤ الأكاديمي لدى عينة الدراسة ،كما أظهرت النتائج أنّه لا توجد فروق في مستوى التلكؤ الأكاديمي باختلاف الجنس،الحالة الاجتماعية، الرغبة في الالتحاق بالتخصص من عدمها(ميسون واخرون، 2018: 33).

الفصل الثالث

إجراءات البحث

اولاً : مجتمع البحث :

تألف مجتمع البحث الحالي من طلبة كليات الجامعة المستنصرية، والبالغ عددهم (40748) للعام الدراسي 2019-2020 موزعين على (13) كلية علمية وإنسانية بواقع (18295) من الذكور، و(22453) من الإناث.

ثانياً: <u>عينة البحث:</u>

لقد اعتمد الباحثان في اختيار عينة بحثها على الطريقة الطبقية العشوائية حيث بلغ عدد أفراد هذه العينة (140) طالب وطالبة بواقع (69) من الذكور و(71) من الإناث, تم اختيارهم من ثلاث كليات في الجامعة المستنصرية وهي (كلية الآداب, وكلية التربية, وكلية العلوم), موزعين على وفق متغيري الكلية والنوع, والجدول (1) يوضح ذلك.

الجدول (1)

عينة البحث موزعة على وفق متغيري الكلية والنوع

ت	الكلية	المجموع
1	العلوم	48
2	التربية	49
3	الآداب	43
	المجموع	140

ثالثاً: أداتا البحث :

تحقيقا لأهداف البحث قام الباحثان بتبني مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي الايجابية المعد من قبل (جارنفسكي وكراج Garnefski, & Kraaij, 2007) والمعرب من قبل (الندابي، 2019) , وتبنا مقياس التلكؤ الأكاديمي المعد من قبل (ميسون وآخرون ،2018), وفيما يلي استعراض للإجراءات.

اطلع الباحثان على بعض الدراسات والمقاييس ذات العلاقة بمتغيرات البحث, وبعد الاطلاع على الأدبيات الخاصة بمفهوم استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي الايجابية تبنى الباحثان مقياس (استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي الايجابية) المعد من قبل (جارنفسكي وكراج Garnefski, & Kraaij, 2007) والمعرب من قبل (الندابي، 2019) , ويتكون المقياس من خمس استراتيجيات يستخدمها الإفراد لمواجهة المواقف الضاغطة والإحداث التي يمرون بها خلال الإحداث اليومية فمن خلال هذه الاستراتيجيات الخمس يمكن تحديد ما الذي يفكر فيه الفرد بعد مروره بخبرة او حدث مهدد او موقف ضاغط إثناء الحياة الجامعية او اليومية ، وتألف المقياس من (35) فقرة بصيغته النهائية موزعة على خمس استراتيجيات وتتألف كل استراتيجية من (7 فقرات) , يقابلها خمس بدائل هي: (أبدا، أحيانا، إلى حد ما، عادة، دائماً) وحددت لها الدرجات (1, 2, 3, 4, 5) وتشير الدرجة المرتفعة في إي إستراتيجية من إستراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي الايجابية الى الاستخدام المتكرر لهذه الإستراتيجية ، بينما الدرجة المنخفضة تشير الى استخدام محدود لهذه الإستراتيجية في مواجهة تنظيم الانفعال المعرفي الايجابي.

أما مقياس (التلكؤ الأكاديمي) فقد قام الباحثان بتبني المقياس المعد من قبل (ميسون واخرون،2018) , أذ تألف المقياس من (25) فقرة بصيغته النهائية, يقابلها خمس بدائل هي: (تنطبق علي بدرجة منخفضة جداً، تنطبق علي بدرجة منخفضة، تنطبق علي بدرجة متوسطة، تنطبق علي بدرجة عالية ، تنطبق علي بدرجة عالية جداً) وحددت لها الدرجات (1, 2, 3, 4،5) وهذا يعني أن الدرجة (5) تشير إلى الدرجة العليا من التلكؤ الأكاديمي و بمعنى آخر كلما ارتفعت الدرجة على المقياس كان ذلك مؤشرا لزيادة السلوك السلبي أي ارتفاع سلوك التلكؤ الأكاديمي.

صلاحية الفقرات (الصدق الظاهري):

لغرض معرفة مدى صلاحية الفقرات فقد تم عرض المقياسين (استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي الايجابية، التلكؤ الأكاديمي) على مجموعة من المختصين* في التربية وعلم النفس لتحديد مدى صلاحية فقرات كل مقياس, وفي ضوء أراء الخبراء تم الإبقاء على الفقرات التي حصلت على نسبة اتفاق 80% فأكثر وبناءا على ذلك فقد تم الإبقاء على جميع فقرات مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي الايجابية وكذلك مقياس التلكؤ الأكاديمي مع بعض التعديلات البسيطة.

التحليل الإحصائي لفقرات المقياسين:

بما أن المقياسين حديثان وقد استوفيا شروط إجراءات التحليل الإحصائي وشروط بناء المقياس النفسي والتربوي, وبعد تداول الباحثان مع بعض المختصين في مجال القياس والتقويم النفسي, تم الأخذ بآرائهم واتفاقهم جميعاً على استخراج الخصائص السيكومترية للمقياسين والتي تتمثل (بالصدق والثبات) فقط وكما يأتي :

الخصائص السايكومترية للمقياسيّن استراتجيات التنظيم الانفعالي المعرفي الايجابية والتلكؤ الأكاديمي:

مؤشرات الصدق Validity Indexe

يعد الصدق من الخصائص الأساسية للمقاييس النفسية لأنه يشير إلى قدرة المقاييس في قياس ما وضع من أجل قياسه (Eble, 1972,P.408). وقد كان لمقياسين البحث الحالي مؤشر الصدق الظاهري وكما يأتي:

الصدق الظاهريFace Validity: يعد الصدق الظاهري الاشارة الى ما يبدو ان المقياس يقيس ما وضع من اجله اي مدى ما يتضمن فقرات يبدو انها على صلة بالمتغير الذي يقاس وان مضمون المقياس متفق مع الغرض منه . وهو المظهر العام للمقياس من حيث نوع المفردات وكيفية صياغتها ومدى وضوحها (الامام ،1990, ص130) , وقد تحقق هذا النوع من الصدق في هذين المقياسين عندما عرضت فقرات كل مقياس على مجموعة من الخبراء والمختصين في التربية وعلم النفس للحكم على صلاحيتها في قياس الخاصية المراد قياسها. (وكما ذكر سابقاً).

الثبات Reliability :

يقصد بالثبات مدى اتساق واستقرار اجابة المقياس في ما يزودنا بهِ من معلومات عن سلوك الأفراد. ويعد حسابه أمراً ضرورياً وأساسياً في القياس، إذ يشير إلى الدقة في درجات المقياس إذا ما تكرر تطبيقه تحت الظروف والشروط نفسها. والثبات مفهوم مركب نعني فيه نوعان، أولهما بطريقة إعادة التطبيق (Test-retest) لبيان الاستقرار عبر الزمن، وثانيهما بطريقة الصور المتكافئة (Equivalently Forms) لبيان درجة الاتساق الداخلي(Internal consistency) (الزوبعي وآخرون،2002: 30) . وقد تم التحقق من ثبات المقياسين بالطرائق الآتية:

- أسلوب إعادة الاختبار (Test-Retest Method):

---

* ا.د عائدة مخلف / مركز البحوث التربوية والنفسية / جامعة بغداد
ا.م.د ناطق فحل جزاع / مركز البحوث التربوية والنفسية / جامعة بغداد
أ.م.د سيف محمد رديف / وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

قام الباحثان بتطبيق المقياسين على عينة مكونة من (30) طالباً وطالبة تم اختيارهم بطريقة عشوائية من الجامعة المستنصرية, وتمت إعادة تطبيق المقياسين على العينة نفسها بعد مدة (14) يوم, إذ يرى آدمز (Adams) أن إعادة تطبيق المقياس لمعرفة ثباته يجب أن لا يتجاوز الأسبوعين بين التطبيق في المرة الأولى والتطبيق في المرة الثانية (Adams,1989,p.56) ، وقد تم حساب معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني باستعمال معامل ارتباط بيرسون وبلغ معامل الثبات (0,77) لمقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي الايجابية، و(0,78) التلكؤ الاكاديمي .

- طريقة ألفا كرونباخ (Cronbach Alpha Method):

وتعد هذه الطريقة مفضلة لقياس الثبات فهي تقيس الاتساق الداخلي والتجانس بين فقرات المقياس (Anstasi & Urbina, 1997,p.95)، أي أن الفقرات جميعها تقيس فعلاً الخاصية نفسها وهذا يتحقق عندما تكون الفقرات مترابطة مع بعضها البعض داخل الاختبار كذلك ارتباط كل فقرة مع الاختبار كله وتم تطبيق معادلة ألفا كرونباخ على درجات أفراد عينة التطبيق الأول للثبات وبلغ معامل ثبات ألفا (0,81) لمقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي الايجابية , و(0,83) لمقياس التلكؤ الاكاديمي .

رابعاً: عينة التطبيق النهائي:

بعد أستكمال الباحثان لأداتي البحث والتحقق من صدقهما وثباتهما ، قاما بتطبيقهما بدفعة واحدة على عينة البحث (من خلال تقديم المقياسين معاً للمفحوصين) والبالغ عددهم (140) طالب وطالبة تم أختيارهم من ثلاث كليات في الجامعة المستنصرية, كما ذكر آنفاً.

خامساً: الوسائل الإحصائية:

استعمل الباحثان الوسائل الإحصائية الآتية بالاستعانة بالبرنامج الإحصائي (spss)

- الاختبار التائي (T-test) لعينتين مستقلتين.
- معامل أرتباط بيرسون .
- معادلة ألفاكرونباخ .
- الاختبار التائي (T-test) لعينة واحدة .
- معادلة النسبة المئوية

الفصل الرابع

عرض النتائج وتفسيرها

الهدف الأول: التعرف على استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي الايجابية لدى طلبة الجامعة:

أظهرت نتائج التحليل الإحصائي إن متوسط درجات العينة في استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي الايجابية بلغ (94,02) وبأنحراف معياري مقداره (5,45) , بينما كان المتوسط الفرضي للمقياس (105) , وبأستعمال الاختبار التائي (t-test) لعينة واحدة, ظهر أن القيمة التائية المحسوبة كانت (1,44) وعند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (1,96) تبين أنها غير دالة إحصائياً عند مستوى (0,05) وبدرجة حرية (139) , مما يعني أن أفراد عينة البحث لا يمتلكون استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي الايجابية، فضلا عن ذلك فقد استخرج الباحثان مستوى كل استراتيجية بمعزل عن الأخرى والجدول (2) يوضح ذلك.

الجدول (2)

نتيجة الاختبار التائي للفرق بين المتوسط الحسابي والفرضي لعينة البحث في استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي الايجابية

الاستراتيجيات	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية		مستوى الدلالة (0,05)
					المحسوبة	الجدولية	
القبول أو التقبل	140	17،04	4,678	21	1,42	1,96	غير دالة
أعادة التركيز الايجابي		18،11	5،753	21	89،1	1,96	غير دالة
التهوين		17،43	6،935	21	73،1	1,96	غير دالة
اعادة التقييم الايجابي		17،10	5،249	21	59،1	1,96	غير دالة
التخطيط		17،61	677،5	21	1،81	1،96	غير دالة
المقياس بشكل عام		94,02	5,45	105	1,44	1,96	غير دالة

الهدف الثاني: التعرف على التلكؤ الأكاديمي لدى طلبة الجامعة:-

أظهرت نتائج التحليل الإحصائي أن متوسط درجات العينة في التلكؤ الاكاديمي بلغ (67,72) وبأنحراف معياري مقداره (4,52), بينما كان المتوسط الفرضي للمقياس (75), وبأستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة, ظهر أن القيمة التائية المحسوبة كانت (1,66), وعند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (1,96) تبين أنها غير دالة أحصائياً عند مستوى (0,05) وبدرجة حرية (139), مما يعني أن أفراد عينة البحث ليس لديهم تلكؤ اكاديمي, والجدول (3) يوضح ذلك.

الجدول (3)

نتيجة الاختبار التائي للفرق بين المتوسط الحسابي والفرضي لعينة البحث في التلكؤ الاكاديمي

العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية		مستوى الدلالة (0,05)
				المحسوبة	الجدولية	
140	**67,72**	**4,52**	**75**	**1,66**	**1,96**	**غير دالة**

الهدف الثالث : معرفة العلاقة الارتباطية بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي الايجابية والتلكؤ الأكاديمي لدى طلبة الجامعة.:-

لتحقيق هذا الهدف تم تحليل البيانات احصائياً باستعمال معامل ارتباط بيرسون Person Correlation بين درجات أفراد العينة على مقياس التلكؤ الاكاديمي ودرجاتهم على كل إستراتيجية من استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي الايجابية، ثم أستعمل الأختبار التائي لدلالة معاملات الإرتباط ، واظهرت النتائج ان جميع معاملات الإرتباط بين التلكؤ الاكاديمي واستراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي الايجابية غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (138) إذ كانت القيم التائية المحسوبة لمعاملات الارتباط اصغر من القيم التائية الجدولية البالغة (1.96)، مما يدل على

انه لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصـــائياً بين التلكؤ الاكاديمي واســـتراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي الايجابية، وكما مبين في الجدول (4)

جدول (4)

نتائج معاملات الارتباط بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي الايجابية والتلكؤ الاكاديمي

عدد العينة	متغيرات العلاقة	قيمة معامل ارتباط بيرسون	درجة الحرية	دلالة معامل الارتباط	
				المحسوبة	الجدولية
140	استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي الايجابية والتلكؤ الاكاديمي (بشكل عام)	0،059	138	1،17	1،96
	استراتيجية القبول او التقبل والتلكؤ الاكاديمي	0،060		1،19	
	استراتيجية اعادة التركيز الايجابي والتلكؤ الاكاديمي	0،034		0،67	
	استراتيجية القبول او التقبل والتلكؤ الاكاديمي	0،055		1،09	
	استراتيجية التقييم الايجابي والتلكؤ الاكاديمي	0،051		08،1	
	استراتيجية التخطيط والتلكؤ الاكاديمي	0،039		81،0	

التوصيات: في ضوء نتائج البحث يوصي الباحثان بالآتي :

1. مراعاة التدريســـيين للفروق الفردية في التفكير عند تدريس المواد الدراســـية المختلفة، وعند التعامل الإنســـاني والاجتماعي معهم.
2. توجيه التدريســيين بالحرص على اختبار الطلبة انفعالياً، لمعرفة نقاط الضــعف في شــخصــياتهم، ومحاولة معالجتها بتحقيق التوافق السوي للطالب ، ومساعدته في التغلب على العوامل المعوقة للنمو الانفعالي حتى يصلوا إلى النضج الانفعالي .

المقترحات:

1. أجراء دراسة أرتباطية بين مفهوم استراتجيات التنظيم الانفعالي المعرفي الايجابية وعلاقتها بأنماط الشخصية.
2. أجراء دراسة ارتباطية بين التلكؤ الاكاديمي لدى طلبة المرحلة المتوسطة والثانوية وعلاقته بتحصيلهم الدراسي.
3. إجراء دراســة ارتباطية عن علاقة اســتراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي الايجابية بمتغيرات أخرى لم يدرســها البحث الحالي مثل (التعقيد الإدراكي، وفاعلية الذات).

المصادر :

- أبو غزال، معاوية.(2012). التسويف الأكاديمي انتشاره وأسبابه من وجهة نظر الطلبة الجامعيين، **المجلة الاردنية في العلوم التربوية**، المجلد8 ، العدد2 .131 -149
- الامام ، مصطفى ، العجيلي ، صباح ، عبد الرحمن ، انور حسين (1990): **القياس والتقويم** , جامعة بغداد.
- خيري ،داليا عبد الوهاب عبد الهادي. (حزيران 2015).الفروق بين مرتفعي ومنخفضي التلكؤ الأكاديمي في التعلم ذاتي التنظيم والتحكم الذاتي لدى طلاب التربية الخاصة بجامعة الطائف ،**المجلة الدولية التربوية المتخصصة**، المجلد (4) ،العدد (6) .203 -239
- شبيب، هناء صالح (2015):**الخصائص السيكومترية لمقياسي التسويف الأكاديمي وأسبابه(دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة تشرين)** ،كلية التربية،منشورة غير ماجستير .
- عبد الخالق، أحمد، الدغيم، محمد. (2011) . **المقياس العربي للتسويف إعداده وخصائصه السيكومترية**. رسالة ماجستير. جامعة الإمارات العربية المتحدة.الكويت.
- فضل،أحمد ثابت(2017): التلكؤ الأكاديمي وعلاقته بمهارات إدارة الوقت والرضا عن الدراسة لدى عينة من طلاب الجامعة، تم الاطلاع عليه http://platform.almanhal.com/Reader/Article/80558.
- محمد ، عطية عطية سيد أحمد.(2008). **التلكؤ الأكاديمي وعلاقته بالدافعية لإنجاز والرضا عن الدراسة لدى طلاب جامعة الملك خالد بالمملكة العربية السعودية**، كلية التربية، جامعة الزقازيق.
- مصطفى، هالة عبد الواحد جاد(2018): استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي المنبئه بعملية التفكير لدى طلبة الصف الأول الثاوني العام، **المجلة المصرية للقراءة والمعرفة**، https://search.mandumah.com/Record/899437
- المهداوي، إيناس محمد (2010) : **الوعي بالإبداع وعلاقته بالأسلوب المعرفي (التجديدي- ألتكيفي) ونمطي الشخصية A-B لدى طلبة الجامعة**، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، الجامعة المستنصرية .
- ميسون، سمير و خويلد، اسماء و قبائلي،رحيمة(2018): التلكؤ الأكاديمي لدى الطلبة الجامعيين/ دراسة استكشافية لدى عينة من الطلبة بجامعة ورقلة ،**مجلد الباحث في العلوم الاحيائية والاجتماعية** ، العدد (33).
- الندابي، يوسف بن سالم بن سيف (2019): استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي وعلاقتها بقلق الاختبار لدى طلبة الجامعة دراسة مقارنة بين طلبة جامعتي السلطان قابوس ومحمد الاول، **مجلة اكاديمية شمال اوربا للبحوث والدراسات (الدنمارك)**،المجلد1، العدد(4).

المصادر الأجنبية:

- BERKING, M.; WUPPERMAN, P.; REICHARDT, A.; PEJIC, T.; DIPPEL, A.;AND ZNOJ, H. **Emotion-regulation skills as a treatment target in psychotherapy.Behavior Research and Therapy**, 46, 2008. 1230–1
- Ebel, P. L (1972) **Essentials of Educational Measurement** (2nd ed), Prentice- Hill, New Jersey.
- Garnefski, N., & Kraaij, V. (2006). **Relationships between cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: A comparative study of five specific samples.** Personality and Individual differences, 40(8), 1659-1669.
- Garnefski, N., & Kraaij, V. (2007). **The cognitive emotion regulation questionnaire. European Journal of Psychological Assessment**, 23(3), 141-149.
- Garnefski, N., Legerstee, J., Kraaij, V., van Den Kommer, T., & Teerds, J. A. N. (2002). **Cognitive coping strategies and symptoms of depression and anxiety: a comparison between adolescents and adults. Journal of adolescence**, 25(6), 603-611.
- Gross, J. J, & Thampson, R. A. (2014). **Emotion regulation: Conceptual foundations .**In J.J Gross(Ed), Handbook of emotion regulation. New York: Guilford Press.
- Thompson R.A .(1994). **Emotional regulation: a theme in search for defi nition. Monogr Soc Res Child** Dev 59: 25-52.237.