

Received on: 29/08/2023

Revised on: 01/01/2024

Accepted on: 09/12/2024



Research  
Article

Vol. 21, No. 2, Serial 40

Autumn & Winter

2024-25

pp: 185-196

# Identifying Factors Affecting Academic Procrastination Among Students

[DOI: 10.22070/tr.2024.17071.1356](https://doi.org/10.22070/tr.2024.17071.1356)

Hossein Baghaei <sup>1\*</sup>, Rogayeh Alizadeh Giloo <sup>2</sup>

1. Assistant Professor of Curriculum Planning Department of Marand Islamic Azad University of Marand, Iran. (Corresponding Author)  
Email: hosseinbmd@gmail.com

2. PhD student in Curriculum Planning, Marand Branch, Marand Islamic Azad University, Iran.  
Email: ro.alizadeh@urmia.ac.ir

## Abstract

**Introduction:** Academic procrastination is a significant factor that contributes to diminished academic performance, and it has been extensively studied by psychologists in recent years [1]. It is defined as the irrational delay of academic tasks, which involves avoiding these tasks despite being aware of their importance [2]. Researchers differentiate between procrastination and laziness. Laziness refers to an unwillingness to perform tasks, while procrastination involves postponing essential tasks in favor of engaging in non-essential activities [3].

Academic procrastination significantly affects learning, academic success, and mental health [4, 5]. This behavior results in missed learning opportunities, frequent errors, and insufficient preparation for exams [6]. Evidence indicates that the prevalence of procrastination among university students ranges from 40% to 95% [15, 16]. Its most significant consequences include poor academic performance and decreased efficiency [17]. Studies have shown that academic procrastination is influenced by individual factors such as fear of failure [24, 25], low self-esteem [24, 25, 6], perfectionism [22, 23], and anxiety [7, 6]. Social factors also play a role, including dissatisfaction with university life [21, 20], academic challenges [20], and various distractions [7, 6]. Furthermore, the relationship between procrastination and other variables, such as internet dependency [20], personality traits [22, 23], and learning disabilities [7, 6], has been investigated.

Given the prevalence of this issue in educational settings and its negative consequences, it is essential to identify and analyze the factors influencing academic procrastination. This study aims to address the following two key questions:

1. What factors influence academic procrastination from the perspective of instructors?
2. What is the role of contextual factors in academic procrastination?

**Methodology:** This study employed a mixed-methods approach with an exploratory design. The rationale for this approach was to harness the strengths of both qualitative and quantitative methods, thereby providing a comprehensive understanding of the factors influencing academic procrastination. Initially, qualitative data were collected to identify contextual factors, followed by quantitative data to generalize the findings [26, 27]. The study population consisted of two groups. In the qualitative phase, faculty members and doctoral students from Urmia University were included. Using the theoretical saturation method, eight faculty members and six doctoral students with relevant expertise were selected and interviewed until no new information emerged. In the quantitative phase, the population included all students at Urmia University, totaling 10,428 individuals. Based on Cochran's formula and a multistage cluster sampling method, a sample of 370 students was selected. Two questionnaires were utilized for data collection. The Procrastination Assessment Scale for Students

*Received on: 29/08/2023*

*Revised on: 01/01/2024*

*Accepted on: 09/12/2024*



**Research  
Article**

*Vol. 21, No. 2, Serial 40*

*Autumn & Winter*

*2024-25*

*pp: 185-196*

(PASS) was developed by Solomon and Rothblum in 1998. This widely recognized tool measures the extent of procrastination in completing academic tasks. The content validity of the scale was confirmed by a panel of experts, and its reliability, assessed using Cronbach's alpha, was found to be 0.82. A researcher-developed questionnaire on contextual factors influencing academic procrastination was created based on qualitative findings and expert interviews to evaluate the impact of identified contextual factors. The content validity was confirmed by experts, and its reliability, assessed using Cronbach's alpha, was found to be 0.78. The collected data were analyzed using both qualitative and quantitative methods. Qualitative data were processed using thematic analysis to identify and categorize influencing factors. Quantitative data were analyzed using SPSS version 23 and LISREL version 8.8. Both descriptive and inferential analyses were conducted to examine the characteristics of the sample and the relationships between variables, while path analysis was employed to model the relationships among the factors.

**Findings:** The study revealed that the factors influencing academic procrastination among students can be categorized into two main groups: individual and social factors. Within the individual domain, the most significant components included a lack of interest in the academic field, fear of failure and an uncertain future, low self-esteem, obsessive perfectionism, and excessive self-expectations. Among these factors, a lack of interest in the academic field had the most substantial impact.

Social factors included dissatisfaction with the university environment, a negative perception of the supervisory system, academic challenges, distractions, and excessive social interactions. Among these, dissatisfaction with the university and excessive social interactions were identified as the most significant components.

Path analysis revealed that most of these factors had a significant relationship with academic procrastination. However, anxiety and defiance toward others were found to have no significant correlation. These findings underscore the importance of enhancing educational conditions, fostering student motivation, and creating supportive environments to mitigate academic procrastination.

**Discussion and Conclusion:** This study examined the factors influencing academic procrastination among students, revealing that these factors can be categorized into individual and social dimensions. In the individual domain, elements such as fear of failure, uncertainty about the future, low self-esteem, lack of interest in the academic field, lethargy, insufficient skills, low tolerance for challenges, indecisiveness, and obsessive perfectionism were identified. Among these factors, a lack of interest in the academic field and fear of failure had the most significant impact. The lack of interest often arises from coerced or misaligned academic field selection, while fear of failure is rooted in concerns about potential negative outcomes. Furthermore, low self-esteem and a lack of confidence hinder students' ability to meet academic responsibilities, resulting in procrastination. In the social domain, dissatisfaction with the university's structure, academic challenges, negative perceptions of supervisory and societal systems, distractions, and unnecessary social interactions are the primary factors contributing to academic procrastination. Discontent with university policies, perceived unfairness, and the complexity of academic programs undermine students' motivation. Negative attitudes toward supervisory systems and excessive distractions further detract from students' focus and priorities.

The findings emphasize that fostering a supportive university environment, providing counseling for academic field selection and planning, and improving stress management and self-confidence skills are crucial strategies for reducing academic procrastination.

**Keywords:** Procrastination, Education, Academic laziness, Student

# شناسایی عوامل مؤثر بر اهمال کاری تحصیلی دانشجویان

DOI: 10.22070/tr.2024.17071.1356

حسین بقایی<sup>۱\*</sup>، رقیه علیزاده قیلو<sup>۲</sup>

۱. استادیار گروه برنامه‌ریزی درسی واحد مرند، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی، مرند، ایران. (نویسنده مسئول)

Email: hosseinbmd@gmail.com

۲. دانشجوی دکتری برنامه‌ریزی درسی واحد مرند، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی، مرند، ایران.

Email: ro.alizadeh@urmia.ac.ir

## چکیده

پژوهش حاضر به شناسایی عوامل مؤثر بر اهمال کاری تحصیلی دانشجویان در جایگاه یکی از مشکل‌های امروزی دانشگاه از منظر استادها و صاحب‌نظران می‌پردازد. روش استفاده شده در این پژوهش از نوع آمیخته -اکتشافی است. در این پژوهش جامعه آماری شامل دو بخش است: برای سؤال اول پژوهش میدان پژوهش شامل استادان و اعضای هیئت علمی دانشگاه و دانشجویان دکتری است که از میان آن‌ها به روش نمونه‌گیری اشباع نظری با ۸ نفر از استادان و ۶ نفر از دانشجویان دکتری مصاحبه کردیم. برای سؤال دوم پژوهشی نیز جامعه شامل همه دانشجویان دانشگاه ارومیه (۱۰۴۲۸ نفر) است که از این میان ۳۷۰ نفر را براساس فرمول کوکران و با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب کردیم. جمع‌آوری داده‌های پژوهش را با استفاده از پرسش‌نامه‌ای دویخشی انجام دادیم. بخش اول شامل پرسش‌نامه اهمال کاری تحصیلی سولومون و راتبلوم (۱۹۹۸) و بخش دوم شامل مقیاس محقق ساخته بررسی میزان عوامل زمینه‌ای مؤثر در اهمال کاری تحصیلی در میان دانشجویان است. اعتبار پرسش‌نامه از نوع اعتبار آماری و صوری و محتوایی و پایایی آن نیز از طریق ضریب آلفای کرونباخ به ترتیب برابر با ۰/۸۲ و ۰/۷۸ به دست آمده است. نتایج پژوهش نشان داد که می‌توان عوامل مؤثر بر اهمال کاری تحصیلی را در دو بخش فردی و اجتماعی بررسی کرد. بخش فردی شامل ترس از شکست و آینده نامطمئن، احساس خودکم‌بینی، بی‌علاقگی به رشته تحصیلی، بی‌حالی و بی‌رمقی و نداشتن تحرک و فقدان مهارت و دانش مورد نیاز برای تحصیل، پایین بودن آستانه تحمل در برابر مشکلات، فقدان قاطعیت در انجام امور و توقع بیش از حد از خود است و بخش عوامل اجتماعی مؤثر بر اهمال کاری تحصیلی نیز شامل نارضایتی از وضع موجود در دانشگاه، سختی رشته تحصیلی، نگرش منفی درباره سیستم نظارتی و ساختار جامعه، عوامل سرگرم‌کننده، توقع بیش از حد از دیگران برای انجام کارها و هم نشینی‌های غیرضروری با دیگران است. دانشگاه‌ها باید در سیاست‌گذاری‌ها و اجرای تصمیمات خود نیازهای دانشجویان را مدنظر داشته باشند و نارضایتی از وضع موجود در دانشگاه را به حداقل برسانند. بهتر است استادان دانشگاه‌ها و مشاوران رشته‌های مختلف در راستای کمک به دانشجویان عمل کنند تا مشکلات و سختی‌های رشته تحصیلی را مرتفع سازند و شوق به تحصیل را در دانشجویان افزایش دهند.

واژگان کلیدی: اهمال کاری، تحصیل، تنبلی تحصیلی، دانشجو.

نشریه علمی  
پژوهش‌های  
آموزش و یادگیری

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۰۷/۰۶  
تاریخ اصلاحات: ۱۴۰۲/۱۰/۱۱  
تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۰۹/۱۹



مقاله پژوهشی

Journal of  
Training & Learning  
Researches  
Vol. 21, No. 2, Serial 40  
Autumn & Winter  
2024-25

دوره ۲۱، شماره ۲، پیاپی ۴۰  
پاییز و زمستان ۱۴۰۳  
صص: ۱۹۶-۱۸۵

## مقدمه

این وظیفه‌ها شامل آماده شدن برای امتحان، آماده کردن مقاله‌ها در طول نیم‌سال تحصیلی، امور اداری مربوط به تحصیل و حضور مستمر در کلاس‌هاست. به عبارت دیگر اهمال‌کاری در خصوص تکالیف مشکلی رایج در میان دانشجویان و از مهم‌ترین عوامل شکست یا فقدان موفقیت فراگیری در یادگیری و دستیابی به برنامه پیشرفت تحصیلی است. اهمال‌کاری به تعبیر دیگر آن است که کاری را که برای انجام آن تصمیمی می‌گیرند، بدون دلیل مشخص به آینده محول کنند [۱۲]. کاری که می‌تواند حداقل برای خود فرد نتایجی را در بر داشته باشد و انجام ندادن آن نیز به زیان شخص است و باعث سرزنش کردن خود می‌شود. در واقع می‌توان گفت که اهمال‌کاری تحصیلی به تعویق انداختن هدف‌های تحصیلی تا آن حدی است که عملکرد مطلوب را انجام نمی‌دهد و به ایجاد پریشانی می‌انجامد [۱۳].

اهمال‌کاری در انجام تکالیف‌های تحصیلی بر یادگیری و موفقیت تحصیلی تأثیر منفی می‌گذارد. تأخیر در شروع یادگیری و انجام دادن تکالیف‌ها باعث خواهد شد که فرصت‌های مناسب یادگیری از دست برود و مجبور شویم که تکالیف‌ها را در زمانی نامناسب و حتی محدود انجام دهیم. این امر در فرایند یادگیری خلل زیادی ایجاد می‌کند؛ به طوری که معمولاً تکالیف‌ها را به‌درستی و با دقت انجام نمی‌دهیم؛ بنابراین باعث می‌شود کارها را همراه با ارتکاب اشتباه‌های فراوان انجام دهیم و این اشتباه‌ها احتمال موفقیت ما را کاهش دهند. اهمال‌کاری باعث می‌شود نتوانیم خود را برای امتحان آماده کنیم؛ چنان‌که بسیاری از دانشجویان مطالعه درس‌هایشان را مکرر به تعویق می‌اندازند و در نتیجه مجبور می‌شوند شب امتحان مطلب‌های بسیار زیادی را در زمانی محدود مطالعه کنند و با آمادگی‌نہ‌چندان مناسب در جلسه امتحان حاضر شوند [۱۴].

اهمال‌کاری تحصیلی از نظر فراوانی و شدت بین همه دانشجویان یکسان نیست. برخی از فراگیران فقط در برخی تکالیف‌های تحصیلی اهمال‌کاری می‌کنند؛ اما برخی دیگر در بسیاری از تکالیف تحصیلی اهمال‌کارند

در قرن حاضر روان‌شناسان به صورت گسترده برای شناسایی عوامل کندکننده پیشرفت تحصیلی تلاش می‌کنند [۱]. یکی از عوامل اثرگذار بر کاهش عملکرد تحصیلی اهمال‌کاری تحصیلی<sup>۱</sup> است. برخی از پژوهشگران واژه اهمال‌کاری را معادل تعلل، سهل‌انگاری و به تعویق انداختن دانسته‌اند [۲] و برخی دیگر از پژوهشگران [۳] بین اهمال‌کاری و تنبلی تمایز قایل شده، ذکر می‌کنند که فرد تنبل برای انجام دادن کار بی‌میل است؛ در حالی که اهمال‌کار با مشغول‌نگه داشتن خود، از انجام تکلیفی اجتناب می‌ورزد که هم‌اکنون اولویت دارد.

اهمال‌کاری تحصیلی به معنای تمایلی غیرمنطقی برای به تعویق انداختن آغاز یا کامل کردن تکلیف تحصیلی است. فراگیران ممکن است قصد انجام دادن فعالیت تحصیلی را در زمان مشخص شده یا مورد انتظار داشته باشند، ولی نمی‌توانند برای انجام دادن آن در خود انگیزه کافی ایجاد کنند [۴ و ۵]؛ در نتیجه انجام دادن تکلیف در فاصله زمانی تعیین شده به دلیل انجام کارهای غیرضروری و خوش‌گذارنی‌های زودگذر به شکست می‌انجامد [۶]. اهمال‌کاری همچون صفتی نامطلوب و منفی بخش جدایی‌ناپذیر و طبیعی رفتار تمامی انسان‌هاست؛ اما زمانی که این رفتار به صورت مستمر تکرار می‌شود و به شکل عادت درمی‌آید، می‌تواند دردسرساز باشد [۷]. در این بین متداول‌ترین نوع اهمال‌کاری که بیشتر هم مورد توجه پژوهشگران قرار گرفته است، اهمال‌کاری تحصیلی است [۸]. شاید بتوان گفت اهمال‌کاری تحصیلی میلیون‌ها نفر را تحت‌تأثیر قرار داده و از مشکلات گریبان‌گیری است که تقریباً همیشه بر بهره‌وری و بهزیستی افراد تأثیر سوء دارد [۹]. دانشجویان دانشگاه‌ها شاید شناخته‌شده‌ترین جمعیت برای درگیر شدن در اهمال‌کاری تحصیلی باشند [۱۰].

برخی از پژوهشگران نیز [۱۱] اهمال‌کاری تحصیلی را به تأخیر انداختن وظایف تحصیلی تعریف می‌کنند.

1. Academic procrastination

به پرسش‌های زیر است:

۱. از نظر استادان عوامل مؤثر بر اهمال کاری تحصیلی در میان دانشجویان کدام‌اند؟
۲. سهم هریک از عوامل زمینه‌ای مؤثر بر اهمال کاری تحصیلی در میان دانشجویان چقدر است؟

## روش

پژوهش حاضر براساس رویکرد روش تحلیل آمیخته انجام شده است. دلیل استفاده از روش آمیخته به‌کارگیری دو روش کمی و کیفی در پژوهش است. با به‌کار بردن طرح‌های پژوهشی‌ای که در آنها فقط از یک روش استفاده شود، نمی‌توان به‌طور جامع به سؤال‌های مربوط به موقعیت‌های نامعین نظام‌های آموزشی یا به‌طور کلی پدیده‌های مربوط به سیستم اجتماعی و رفتاری پاسخ داد [۲۶]. در این پژوهش رویکرد طرح آمیخته اکتشافی است. در این طرح پژوهشگر درصدد زمینه‌یابی درباره‌ی عمل رفتاری نامعین است؛ یعنی پژوهشگر بر مبنای یافته‌های حاصل از داده‌های کیفی می‌کوشد داده‌های کمی را گردآوری کند تا تعمیم‌پذیری یافته‌ها را میسر سازد [۲۷]. روش پژوهش در بخش کیفی مصاحبه و تحلیل مضمون و در بخش کمی تحلیل مسیر بوده است.

در این پژوهش جامعه آماری شامل دو بخش است: استادان و دانشجویان دانشگاه ارومیه. برای سؤال اول پژوهش جامعه شامل استادان و اعضای هیئت‌علمی دانشگاه و همچنین دانشجویان دکتری است که از میان آنها به روش نمونه‌گیری اشباع نظری با ۸ نفر از استادان و ۶ نفر از دانشجویان دکتری مصاحبه کرده‌ایم. شاخص انتخاب این افراد تخصص و اطلاعات آنان در زمینه پژوهشی بوده است. در این بخش مصاحبه تا جایی که نظرهای متفاوتی از خبرگان گرفته نشده بود، ادامه پیدا کرد تا پژوهشگر به اشباع نظری رسید. برای سؤال پژوهشی دوم نیز جامعه شامل همه دانشجویان دانشگاه ارومیه (۱۰۴۲۸ نفر) بود که از این میان ۳۷۰ نفر براساس فرمول کوکران و با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای

[۱۵]. اهمال کاری بین ۴۰ تا ۹۵ درصد دانشجویان محیط‌های آموزشی مختلف را شامل می‌شود [۱۶]. بیشترین پیامد اهمال کاری عملکرد فردی ضعیفی است که در عملکرد سازمانی تداخل ایجاد می‌کند [۱۷]. در پژوهش دیگری نتایج نشان داد که هسته کنترل درونی و بعد اخلاقیات پیش‌بینی‌کننده منفی دو بعد اهمال کاری در آماده‌سازی تکلیف‌ها و آمادگی برای مقابله‌ها هستند [۱۸]. همچنین پیشینه پژوهش نشان می‌دهد که بین جهت‌گیری مذهبی درونی و اهمال کاری تحصیلی رابطه مثبت و معنادار وجود ندارد [۱۹]. در پژوهشی دیگر درباره‌ی رابطه اهمال کاری تحصیلی و وابستگی به اینترنت به این نتایج دست یافتند که بین متغیر اهمال کاری تحصیلی و وابستگی به اینترنت رابطه معنی‌داری وجود ندارد [۲۰]؛ ولی با در نظر گرفتن این مسئله که وابستگی به اینترنت تأثیر منفی بر موفقیت و پیشرفت تحصیلی دارد [۲۱]. افراد با نمره‌های بالا در کمال‌گرایی در مقایسه با افرادی که نمره‌های پایین دارند، در اهمال کاری تحصیلی نمره‌های بالایی دارند [۲۲]. دانشجویانی که صفت شخصیتی کمال‌گرایی دارند، اهمال کاری بیشتری را در امور تحصیلی نشان می‌دهند [۲۳]. نتایج پژوهش دیگری حاکی از تأثیرات منفی ناتوانی یادگیری بر متغیرهای اهمال کاری و فرسودگی تحصیلی و احساس تنهایی دانش‌آموزان ناتوان در یادگیری است [۶ و ۷]؛ بنابراین ایجاد محیط یادگیری‌ای که در آن دانش‌آموزان بدون ترس از رد شدن مشغول یادگیری شوند، گام مهمی در پیشگیری از اهمال کاری تحصیلی است [۲۴] و درنهایت در پژوهش دیگری نیز به این نتیجه رسیدند که عاطفه منفی و جهت‌گزینی هدف تسلط و ترس از شکست سهم بسزایی در پیش‌بینی اهمال کاری تحصیلی دانشجویان دارد [۲۵].

با این حال با توجه به این مسئله که امروزه دانشجویان در معرض انواع مشکلات و معضلات تحصیلی در محیط‌های آموزشی هستند، شناسایی عوامل مؤثر بر اهمال کاری تحصیلی در محیط‌های آموزشی ضروری می‌نماید. براین اساس هدف پژوهش حاضر پاسخ‌گویی

این میان بی‌علاقگی به رشته تحصیلی بیشترین فراوانی و گزارش را داشته است.

همچنین در زیرمجموعه عوامل اجتماعی نیز ۸ شناسه نارضایتی از وضع موجود در دانشگاه، سختی رشته تحصیلی، نگرش منفی درباره سیستم نظارتی و ساختار جامعه، احساس نبود مسئولیت در برابر دیگران، لجبازی با دیگران، عوامل سرگرم‌کننده، توقع بیش از حد از دیگران برای انجام امور و هم‌نشینی‌های غیرضروری با دیگران گزارش شده است.

جدول (۱) عوامل زمینه‌ای مؤثر بر اهمال‌کاری تحصیلی دانشجویان را از دیدگاه استادان و اعضای هیئت علمی و دانشجویان دکتری نشان می‌دهد.

در بررسی سهم هریک از عوامل زمینه‌ای مؤثر بر اهمال‌کاری تحصیلی دانشجویان ابتدا آمارهای توصیفی مربوط به متغیرهای پژوهش را بررسی کردیم. برای تحلیل داده‌های مربوط به این سؤال از رویکرد تحلیل مسیر استفاده کردیم. ابتدا همبستگی بین متغیرهای حاضر در تحلیل را بررسی کردیم.

روایی تشخیصی یا واگرا توانایی یک مدل اندازه‌گیری انعکاسی را در میزان افتراق مشاهده‌پذیرهای متغیر پنهان آن مدل با سایر مشاهده‌پذیرهای موجود در مدل می‌سنجد و برای سنجش آزمون فورنل لارکر را پیشنهاد کرده‌ایم [۲۹]. در این آزمون جذر مقدارهای AVE با همبستگی بین سازه‌ها مقایسه می‌شود و باید جذر AVE همه سازه‌ها بزرگ‌تر از مجذور همبستگی بین سازه‌ها باشد [۳۰] که در این مطالعه با توجه به جدول (۳) روایی تشخیصی مدل را تأیید کرده‌ایم.

براساس جدول (۳) بین پایین بودن آستانه تحمل در برابر مشکلات و کمال‌گرایی و سواس‌گونه و احساس نبود مسئولیت در برابر دیگران با اهمال‌کاری تحصیلی رابطه مثبت و معناداری وجود ندارد و بقیه عوامل رابطه مثبت و معناداری با اهمال‌کاری تحصیلی دانشجویان دارند؛ بنابراین برای تحلیل مسیر و مدل ساختاری پژوهش از عوامل مرتبط و معنادار با اهمال‌کاری تحصیلی استفاده کرده‌ایم.

چند مرحله‌ای انتخاب شدند. در بخش اول پژوهش از مصاحبه حضوری با پرسش سؤال‌های باز که درباره اهمال‌کاری تحصیلی دانشجویان طراحی شده بود، استفاده کردیم. همچنین برای جمع‌آوری داده‌های کمی نیز در بخش دوم پژوهش از پرسش‌نامه‌ای دوبخشی استفاده کردیم. بخش اول شامل پرسش‌نامه اهمال‌کاری (PASS) [۲۸] درباره اهمال‌کاری و تنبلی تحصیلی است. استادان روایی محتوایی این پرسش‌نامه را تأیید کردند و پایایی درونی آن براساس ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۲ به دست آمد. بخش دوم شامل مقیاس محقق‌ساخته بررسی میزان عوامل زمینه‌ای مؤثر در اهمال‌کاری تحصیلی در میان دانشجویان است. پس از استخراج نتایج مصاحبه و مقوله‌بندی داده‌ها عوامل مؤثر را شناسایی و بر مبنای نتایج مصاحبه پرسش‌نامه عوامل زمینه‌ای مؤثر بر اهمال‌کاری تحصیلی دانشجویان را تهیه و سپس در میان دانشجویان توزیع کردیم و داده‌های لازم برای بررسی سؤال دوم پژوهش فراهم آمد. روایی محتوایی این پرسش‌نامه را صاحب‌نظران تأیید کردند و پایایی درونی آن براساس ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۸ به دست آمد. تجزیه و تحلیل داده‌ها در بخش کمی را با استفاده از نرم‌افزار SPSS 23 در دو بخش توصیفی و استنباطی و LISREL 8.8 برای انجام تحلیل مسیر انجام دادیم.

### یافته‌های پژوهش

براساس یافته‌های حاصل از مصاحبه با متخصصان، عوامل زمینه‌ای مؤثر بر اهمال‌کاری تحصیلی در بین دانشجویان شامل عوامل فردی و عوامل اجتماعی را گزارش کرده‌ایم. در زیرمجموعه عوامل فردی ۹ شناسه ترس از شکست و آینده نامطمئن، احساس خودکم‌بینی، بی‌علاقگی به رشته تحصیلی، بی‌حالی و بی‌رمقی و نداشتن تحرک و فقدان مهارت و دانش مورد نیاز برای تحصیل، پایین بودن آستانه تحمل در برابر مشکلات، اضطراب، فقدان قاطعیت در انجام امور، توقع بیش از حد از خود و کمال‌گرایی و سواس‌گونه قرار دارد. در

جدول ۱. عوامل زمینه‌ای مؤثر بر اهمال کاری دانشجویان از دیدگاه متخصصان

ردیف	عامل	مؤلفه	تعداد
۱	عوامل فردی	ترس از شکست و آینده نامطمئن	۳
۲		احساس خودکم‌بینی	۲
۳		بی‌علاقگی به رشته تحصیلی	۴
۴		بی‌حالی و بی‌رمقی و نداشتن تحرک و فقدان مهارت و دانش مورد نیاز برای تحصیل	۲
۵		پایین بودن آستانه تحمل در برابر مشکلات	۱
۶		اضطراب	۲
۷		فقدان قاطعیت در انجام امور	۲
۸		توقع بیش از حد از خود	۳
۹		کمال‌گرایی وسواس‌گونه	۳
۱۰	عوامل اجتماعی	نارضایتی از وضع موجود در دانشگاه	۲
۱۱		سختی رشته تحصیلی	۲
۱۲		نگرش منفی درباره سیستم نظارتی و ساختار جامعه	۳
۱۳		احساس نبود مسئولیت در برابر دیگران	۴
۱۴		لجبازی با دیگران	۲
۱۵		عوامل سرگرم‌کننده (طفره‌روی مجازی)	۱
۱۶		توقع بیش از حد از دیگران برای انجام امور	۳
۱۷		هم‌نشینی‌های غیرضروری با دیگران	۴

جدول ۲. شاخص‌های توصیفی برای متغیرهای پژوهش

مقوله‌ها/متغیرها	فراوانی	حد پایین	حد بالا	میانگین	انحراف معیار
ترس از شکست و آینده نامطمئن	۳۷۰	۴/۰۰	۱۵/۰۰	۷/۵۶	۰/۹۸
احساس خودکم‌بینی	۳۷۰	۳/۰۰	۲۱/۰۰	۶/۴۲	۱/۰۲
بی‌علاقگی به رشته تحصیلی	۳۷۰	۵/۰۰	۱۹/۰۰	۱۰/۵۳	۰/۹۹
بی‌حالی و بی‌رمقی و نداشتن تحرک و فقدان مهارت و دانش مورد نیاز برای تحصیل	۳۷۰	۳/۰۰	۱۸/۰۰	۹/۹۸	۱/۲۵
پایین بودن آستانه تحمل در برابر مشکلات	۳۷۰	۲/۰۰	۲۶/۰۰	۸/۳۲	۱/۴۶
اضطراب	۳۷۰	۱/۰۰	۲۳/۰۰	۵/۷۵	۰/۹۳
فقدان قاطعیت در انجام امور	۳۷۰	۳/۰۰	۱۷/۰۰	۱۲/۳۵	۱/۳۸
توقع بیش از حد از خود	۳۷۰	۲/۰۰	۱۷/۰۰	۱۱/۶۹	۱/۰۶
کمال‌گرایی وسواس‌گونه	۳۷۰	۷/۰۰	۲۷/۰۰	۱۵/۴۵	۱/۱۱
نارضایتی از وضع موجود در دانشگاه	۳۷۰	۶/۰۰	۱۸/۰۰	۱۴/۴۲	۲/۳۵
سختی رشته تحصیلی	۳۷۰	۳/۰۰	۲۴/۰۰	۹/۵۲	۱/۶۴
نگرش منفی درباره سیستم نظارتی و ساختار جامعه	۳۷۰	۵/۰۰	۲۳/۰۰	۷/۴۸	۱/۹۷
احساس نبود مسئولیت در برابر دیگران	۳۷۰	۳/۰۰	۲۰/۰۰	۶/۲۸	۲/۰۲
لجبازی با دیگران	۳۷۰	۹/۰۰	۱۹/۰۰	۱۰/۰۹	۰/۹۴
عوامل سرگرم‌کننده	۳۷۰	۳/۰۰	۱۴/۰۰	۱۲/۴۹	۱/۳۱
توقع بیش از حد از دیگران برای انجام امور	۳۷۰	۳/۰۰	۱۸/۰۰	۱۰/۳۷	۱/۳۸
هم‌نشینی‌های غیرضروری با دیگران	۳۷۰	۲/۰۰	۱۵/۰۰	۹/۲۵	۲/۰۶

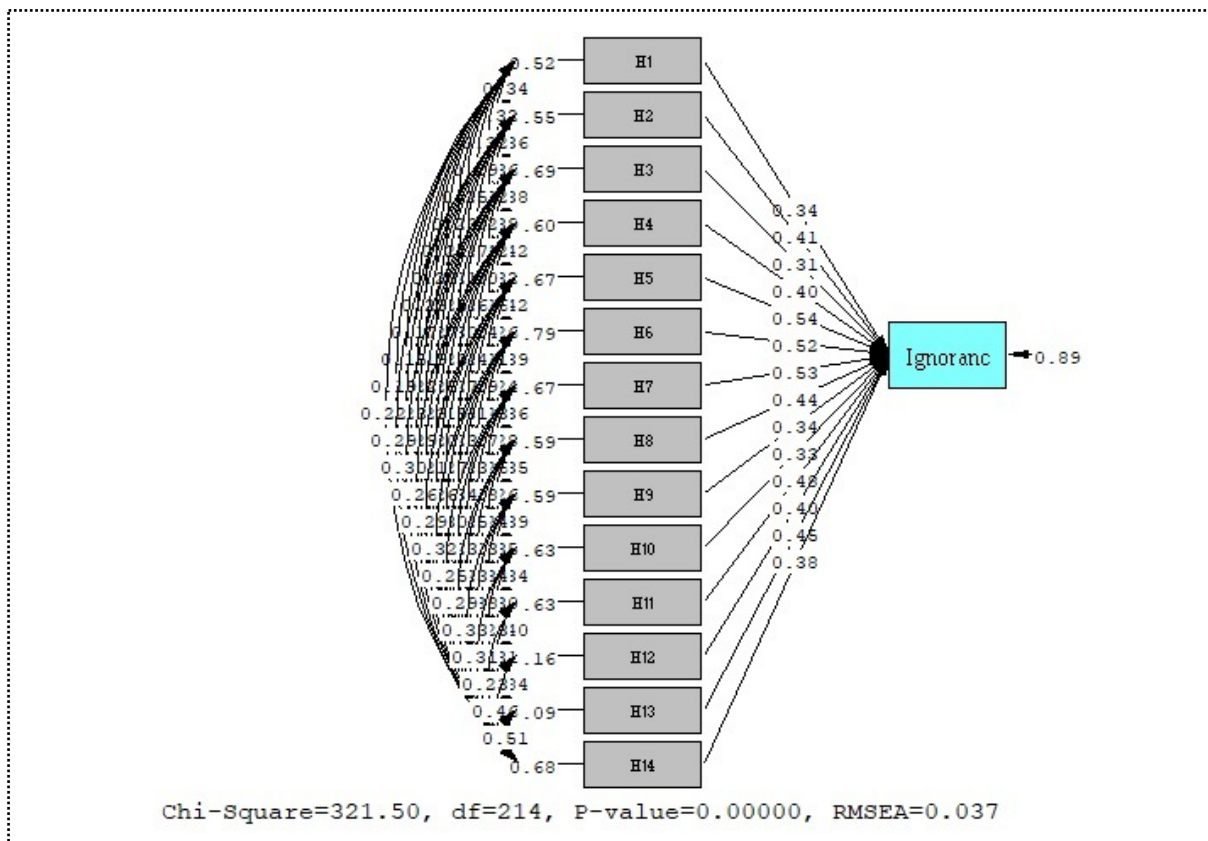
جدول ۳. ماتریس همبستگی روایی تشخیصی و میانگین و انحراف معیار

اهمال کاری تحصیلی	عوامل
$0.752 - (0.01) = 0.762$	ترس از شکست و آینده نامطمئن
$0.412 - (0.02) = 0.432$	احساس خودکم‌بینی
$0.615 - (0.01) = 0.625$	بی‌علاقگی به رشته تحصیلی
$0.311 - (0.05) = 0.361$	بی‌حالی و بی‌رسمی و نداشتن تحرک و فقدان مهارت و دانش مورد نیاز برای تحصیل
$0.542 - (0.125) = 0.667$	پایین بودن آستانه تحمل در برابر مشکلات
$0.562 - (0.03) = 0.592$	اضطراب
$0.854 - (0.02) = 0.874$	فقدان قاطعیت در انجام امور
$0.711 - (0.01) = 0.721$	توقع بیش از حد از خود
$0.509 - (0.095) = 0.604$	کمال‌گرایی و سواس گونه
$0.612 - (0.04) = 0.652$	نارضایتی از وضع موجود در دانشگاه
$0.632 - (0.03) = 0.662$	سختی رشته تحصیلی
$0.285 - (0.05) = 0.335$	نگرش منفی درباره سیستم نظارتی و ساختار جامعه
$0.352 - (0.065) = 0.417$	احساس نبود مسئولیت در برابر دیگران
$0.348 - (0.01) = 0.358$	لجبازی با دیگران
$0.549 - (0.01) = 0.559$	عوامل سرگرم‌کننده
$0.752 - (0.05) = 0.802$	توقع بیش از حد از دیگران برای انجام امور
$0.429 - (0.01) = 0.439$	هم‌نشینی‌های غیرضروری با دیگران

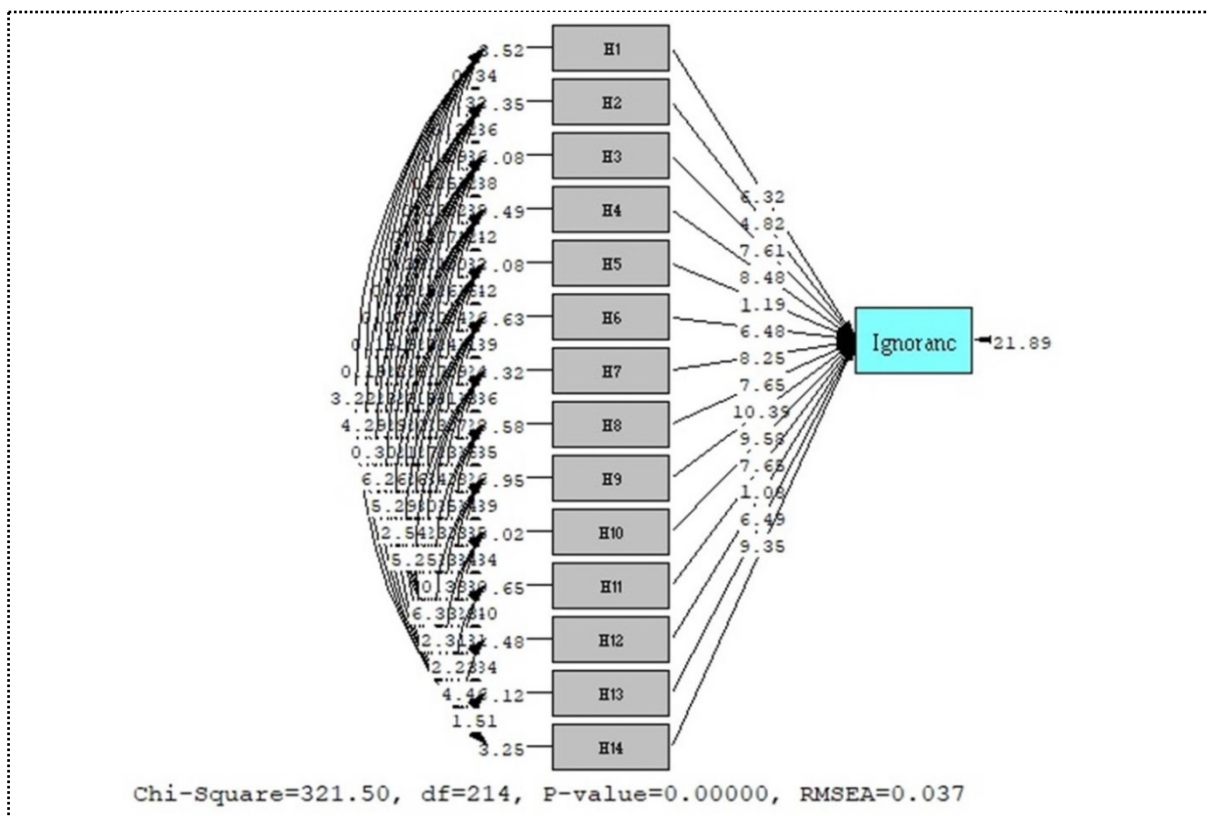
جدول ۴. نتایج آزمون فرضیه‌ها

نتیجه	t-value	ضریب مسیر	مسیر	فرضیه
تأیید	۶/۳۲	۰/۳۴	ترس از شکست و آینده نامطمئن * اهمال کاری تحصیلی	H <sub>1</sub>
تأیید	۴/۸۲	۰/۴۱	احساس خودکم‌بینی * اهمال کاری تحصیلی	H <sub>2</sub>
تأیید	۷/۶۱	۰/۳۱	بی‌علاقگی به رشته تحصیلی * اهمال کاری تحصیلی	H <sub>3</sub>
تأیید	۸/۴۸	۰/۴۰	بی‌حالی و بی‌رسمی و نداشتن تحرک و فقدان مهارت و دانش مورد نیاز برای تحصیل * اهمال کاری تحصیلی	H <sub>4</sub>
رد	۱/۱۹	۰/۵۴	اضطراب * اهمال کاری تحصیلی	H <sub>5</sub>
تأیید	۶/۴۸	۰/۵۲	فقدان قاطعیت در انجام امور * اهمال کاری تحصیلی	H <sub>6</sub>
تأیید	۸/۲۵	۰/۵۳	توقع بیش از حد از خود * اهمال کاری تحصیلی	H <sub>7</sub>
تأیید	۷/۶۵	۰/۴۴	نارضایتی از وضع موجود در دانشگاه * اهمال کاری تحصیلی	H <sub>8</sub>
تأیید	۱۰/۳۵	۰/۳۴	سختی رشته تحصیلی * اهمال کاری تحصیلی	H <sub>9</sub>
تأیید	۹/۵۳	۰/۳۳	نگرش منفی درباره سیستم نظارتی و ساختار جامعه * اهمال کاری تحصیلی	H <sub>10</sub>
رد	۱/۰۸	۰/۴۳	لجبازی با دیگران * اهمال کاری تحصیلی	H <sub>11</sub>
تأیید	۷/۰۹	۰/۴۰	عوامل سرگرم‌کننده * اهمال کاری تحصیلی	H <sub>12</sub>
تأیید	۶/۴۹	۰/۴۵	توقع بیش از حد از دیگران برای انجام امور * اهمال کاری تحصیلی	H <sub>13</sub>
تأیید	۹/۳۵	۰/۳۸	هم‌نشینی‌های غیرضروری با دیگران * اهمال کاری تحصیلی	H <sub>14</sub>





نمودار ۱. مدل نهایی پژوهش (مقادیر استاندارد شده)



نمودار ۲. مدل نهایی پژوهش (مقادیر t معناداری)

شکست، مانند شرمندگی و خجالت و از دست دادن موقعیت اجتماعی برخوردار مناسب داشته باشند [۳۳]. سطوح بالای ترس از شکست به پیامدهای منفی زیادی مانند اضطراب، افسردگی و استرس می‌انجامد و باعث می‌شود این افراد راهبردهای خودنظارتی منفی مانند بدبینی و جهت‌گزینی هدف اجتنابی را برگزینند که اغلب تأثیر سوئی در عملکرد تحصیلی دارد و به اهمال‌کاری تحصیلی می‌انجامد [۲۵].

همچنین نتایج نشان داد که احساس خودکم‌بینی نیز بر اهمال‌کاری تحصیلی دانشجویان اثر مثبت و معناداری دارد. به عبارت دیگر افراد زمانی که خود را ضعیف احساس می‌کنند و با توانایی‌های خود آشنا نیستند و به آن اعتقاد ندارند، با اهمال‌کاری تحصیلی مواجه می‌شوند؛ بنابراین نتایج پژوهش فوق با نتایج پژوهش‌های دیگر نیز همسو است [۲۴، ۲۵، ۶ و ۱۱].

خودکم‌بینی طرز فکر و نگاه انسانی است که خودش، توانمندی‌هایش، دستاوردها و پیشرفت‌هایش را ناچیز می‌پندارد. توانایی‌های خودش را در حد مطلوب و آنچه که هست، باور ندارد و به همین دلیل فرصت‌های بی‌شماری را برای رشد در زندگی از دست می‌دهد. در واقع انسانی که خودکم‌بینی دارد، علی‌رغم تحسین و تشویق دیگران خود را شایسته نمی‌داند. به‌طور نسبی هر انسانی گاهی اوقات دچار احساس خودکم‌بینی می‌شود؛ یعنی ممکن است در برخی از روابط و شرایط این احساس در او زنده شود، اما این مقاله به افرادی می‌پردازد که به‌خاطر احساس خودکم‌بینی و طرز فکرشان بسیاری از کارهای مهم زندگی‌شان را به تعویق می‌اندازند.

از طرف دیگر بی‌علاقگی به رشته تحصیلی نیز بر اهمال‌کاری تحصیلی دانشجویان اثرگذار است؛ بنابراین دانشجویان وقتی رشته تحصیلی خود را به‌اجبار انتخاب کرده باشند و علاقه‌ای به آن نداشته باشند، طبیعی است که در انجام تکلیف‌های رشته خود تنبلی کنند. نتایج پژوهش فوق با نتایج پژوهش [۳۴] همسو است. نتایج پژوهش [۳۴] نشان داد که اهمال‌کاری تحصیلی با سه

همان‌طور که در جدول (۴) و نمودار (۱) و (۲) مشاهده می‌کنید، مدل معادله‌های ساختاری در سطح اطمینان ۹۵ درصد تحلیل‌ها نشان داد که روابط بین عوامل زمینه‌ای و اهمال‌کاری تحصیلی دانشجویان به‌غیر از اضطراب ( $H_5$ ) و لجبازی با دیگران ( $H_{11}$ ) معنادار بوده است. خلاصه نتیجه فرضیه‌ها را در جدول (۴) آورده‌ایم.

### بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر به شناسایی عوامل مؤثر بر اهمال‌کاری تحصیلی در میان دانشجویان پرداخته است. نتایج پژوهش فوق حاکی از آن است که عوامل مؤثر بر اهمال‌کاری تحصیلی را می‌توان در دو بخش فردی و اجتماعی بررسی و تقسیم‌بندی کرد. بخش فردی شامل ترس از شکست و آینده نامطمئن، احساس خودکم‌بینی، بی‌علاقگی به رشته تحصیلی، بی‌حالی و بی‌رسمی و نداشتن تحرک و فقدان مهارت و دانش مورد نیاز برای تحصیل، پایین بودن آستانه تحمل در برابر مشکلات، فقدان قاطعیت در انجام امور و توقع بیش از حد از خود است.

یکی از عوامل مؤثر بر اهمال‌کاری تحصیلی را در پژوهش حاضر ترس از شکست و آینده‌ای نامطمئن ذکر کرده‌ایم. به عبارت دیگر افراد چون از شکست در مسیر حرکت می‌ترسند یا به آینده نامعلوم بدبین و بی‌اعتماد هستند، در امور تحصیلی تنبلی می‌کنند و آن را جدی نمی‌گیرند. نتایج پژوهش در این بخش با نتایج پژوهش پیشین همسو است [۲۴ و ۲۵]. در تبیین این یافته می‌توان گفت که اهمال‌کاری سبکی مقابله‌ای برای حفظ عزت‌نفس است. دانشجویانی که اهمال‌کاری تحصیلی نشان می‌دهند، در انجام وظایف تحصیلی خود ناتوانند که این ناتوانی ناشی از ترس و سطح پایین عزت‌نفس است [۳۲].

در راستای پژوهش فوق افرادی که ترس از شکست دارند، یاد می‌گیرند با پیامدهای آزاردهنده بعد از

همسو است. همچنین یکی از نتیجه‌های پژوهش فوق اثر توقع بیش از حد از خود بر اهمال کاری تحصیلی است. زمانی که افراد همچنان از خود احساس نارضایتی داشته باشند و توقع بیش از حد از خود داشته باشند، با اهمال کاری مواجه می‌شوند؛ بدین صورت که افراد همچنان با انجام ندادن امور تحصیلی خود منتظر فرصت‌های بهتر و ایدئال می‌نشینند و از انجام امور جاری بازمی‌مانند؛ بنابراین افراد باید مراحل را به صورت پله‌پله پیش ببرند تا با اهمال کاری مواجه نشوند.

همچنین نتایج پژوهش عوامل اجتماعی مؤثر بر اهمال کاری تحصیلی را شامل نارضایتی از وضع موجود در دانشگاه، سختی رشته تحصیلی، نگرش منفی درباره سیستم نظارتی و ساختار جامعه، عوامل سرگرم‌کننده، توقع بیش از حد از دیگران برای انجام امور و هم‌نشینی‌های غیرضروری با دیگران می‌داند.

نتایج پژوهش نشان داد که یکی از عوامل زمینه‌ای مؤثر بر اهمال کاری تحصیلی نارضایتی از وضع موجود در دانشگاه است. زمانی که سیاست‌گذاری و تصمیم‌ها در دانشگاه به گونه‌ای باشد که بی‌عدالتی گروهی و بی‌توجهی به نیازهای دانشجویان را تشدید کند، باعث می‌شود که دانشجویان در انجام امور تحصیلی خود کاهلی کنند که ناشی از ناامیدی و بی‌انگیزگی است که به اهمال کاری تحصیلی می‌انجامد. همچنین نتایج نشان می‌دهد که یکی از عوامل زمینه‌ای مؤثر بر اهمال کاری تحصیلی سختی رشته تحصیلی است. همه رشته‌های تحصیلی مسائل و مشکلات و مطالب سخت و آسان دارند؛ بنابراین زمانی که افراد احساس کنند رشته تحصیلی خودشان سخت است و براساس توانایی‌هایشان نیست، دچار اهمال کاری تحصیلی می‌شوند. از دیگر نتایج پژوهش فوق این است که یکی از عوامل زمینه‌ای مؤثر بر اهمال کاری تحصیلی نگرش منفی درباره سیستم نظارتی و ساختار جامعه است. سیستم نظارتی و ساختاری جامعه رابطه معکوسی با اهمال کاری تحصیلی دارد؛ بنابراین زمانی که افراد به ساختار و برنامه‌های جامعه‌ای بی‌اعتماد و بدبین باشند، در انجام تکالیف

بعد فرسودگی (خستگی تحصیلی و ناکارآمدی تحصیلی و بی‌علاقگی تحصیلی) رابطه مستقیم دارد. همچنین نتایج حاکی از آن بود که دستاورد تحصیلی به‌طور منفی با اهمال کاری تحصیلی رابطه دارد.

یکی از نتیجه‌های پژوهش نیز اثر بی‌حالی و بی‌رمقی و نداشتن تحرک و فقدان مهارت و دانش موردنیاز برای تحصیل در اهمال کاری تحصیلی است. به عبارت دیگر افراد زمانی که انتخاب رشته می‌کنند، باید براساس توانایی‌هایشان انتخاب کنند. با اینکه علاقه نیز معیار و ملاک مهمی است، ولی از توانایی هم نباید غفلت کرد. اینکه افراد توانایی انجام امور تحصیلی رشته خود را نداشته باشند، می‌تواند به اهمال کاری بینجامد. همچنین فشار استادان را نیز در این زمینه نباید فراموش کرد که می‌تواند به اهمال کاری بینجامد؛ بنابراین اگر استادان خارج از توانایی‌های دانشجویان از آن‌ها تکلیف و فعالیت بخواهند، می‌تواند به اهمال کاری بینجامد. نتیجه‌های پژوهش فوق با نتیجه پژوهش‌های [۱۲ و ۲۱ و ۳۴] همسو است.

همچنین یکی از نتیجه‌ها نیز تأثیر پایین بودن آستانه تحمل در برابر مشکلات بر اهمال کاری تحصیلی دانشجویان است. به عبارت دیگر ویژگی‌های شخصیتی از جمله تحمل و حوصله فرد نیز می‌تواند با اهمال کاری رابطه معکوس داشته باشد. به عبارتی تحمل و صبر و حوصله بالای افراد از میزان اهمال کاری تحصیلی آن‌ها می‌کاهد. نتیجه‌های پژوهش فوق با نتیجه پژوهش‌های [۹ و ۱۱] همسو است.

یکی از نتایج پژوهش فوق اثر مثبت و معنادار فقدان قاطعیت در انجام امور بر اهمال کاری تحصیلی دانشجویان است. به عبارت دیگر زمانی که افراد در انجام امور تحصیلی خود قاطعیت و تصمیم جلدی نداشته باشند، با اهمال کاری مواجه می‌شوند؛ بنابراین افراد زمانی می‌توانند به موفقیت تحصیلی برسند که در انجام امور جدیت داشته باشند؛ در غیر این صورت اهمال کاری در امور تحصیلی صورت می‌گیرد. نتایج پژوهش فوق با نتیجه پژوهش‌های [۶، ۱۲، ۱۵ و ۱۷]

تحصیلی خود کم‌کاری نشان می‌دهند.

از دیگر نتایج پژوهش فوق این است که از دیگر عوامل زمینه‌ای مؤثر بر اهمال‌کاری تحصیلی عوامل سرگرم‌کننده اطراف دانشجویان است. به عبارت دیگر بردن افراد به کارهای حاشیه‌ای و دور افتادن و عقب ماندنشان از امور تحصیلی به اهمال‌کاری تحصیلی می‌انجامد. همچنین نتیجه دیگر پژوهش این است که عوامل زمینه‌ای مؤثر بر اهمال‌کاری تحصیلی توقع بیش از حد از دیگران برای انجام امور است. افرادی که تمایل بیشتری به واگذاری امور خود بر عهده دیگران دارند، معمولاً به نوعی تکلیف را از سر خود انداخته، با اعتماد به دیگری و انتظار برآورده شدن امور به دست دیگران از انجام وظایف خود سر باز می‌زنند و اهمال‌کاری تحصیلی را تجربه می‌کنند. نتیجه دیگر پژوهش در راستای عوامل زمینه‌ای مؤثر بر اهمال‌کاری تحصیلی، هم‌نشینی‌های غیرضروری با دیگران است. معمولاً بین دانشجویان مشاهده می‌کنیم که در دوراهی بین انجام امور تحصیلی و گشت‌وگذار با دوستان خود را انتخاب می‌کنند و بیشتر ترجیح می‌دهند با دوستانشان وقت بگذرانند و کمتر به امور تحصیلی اهمیت می‌دهند. به منظور کاهش اهمال‌کاری پیشنهاد می‌کنیم کارگاه‌های آموزشی برای دانشجویان در جهت مدیریت ترس و استرس و برنامه‌ریزی برای آینده تحصیلی و افزایش عزت‌نفس و اعتمادبه‌نفس را در دانشگاه به صورت جدی برگزار کنند. همچنین پیشنهاد می‌کنیم برای پیشگیری از بروز اهمال‌کاری در اثر بی‌علاقگی به رشته تحصیلی، مشاوره‌ها و راهنمایی لازم را در جهت انتخاب رشته قبل از ورود به دانشگاه صورت دهند که در این مورد خود دانشگاه می‌تواند متولی این امر شود و از نیروهای تحت اختیارش (دانشجویان تحصیلات تکمیلی و استادان) برای مشاوره به دانش‌آموزان متقاضی ورود به دانشگاه استفاده کند.

دانشگاه‌ها باید در سیاست‌گذاری‌ها و اجرای تصمیم‌هایشان نیازهای دانشجویان را مد نظر داشته باشند و نارضایتی از وضع موجود در دانشگاه را به

حداقل برسانند. بهتر است استادان دانشگاه‌ها و مشاوران رشته‌های مختلف در راستای کمک به دانشجویان عمل کنند تا مشکلات و سختی‌های رشته تحصیلی را مرتفع سازند و شوق به تحصیل را در دانشجویان افزایش دهند. افراد درباره تکلیف‌های درسی‌ای که باید تکمیل کنند، اضطراب را تجربه می‌کنند؛ به این دلیل که از شکست و ارزیابی می‌ترسند. این اضطراب ناشی از ترس از شکست و ارزیابی به‌طور موقت با اهمال‌کاری در تکالیف تحصیلی کاهش می‌یابد. به عبارت دیگر این اضطراب به رویکرد تأخیری و به تعویق انداختن امور در آن‌ها شدت می‌دهد؛ به خصوص اگر آن تکلیف مهم باشد، یعنی اهمال‌کاری و به تعویق انداختن کارها راهبردی برای کاهش اضطرابی است که آن‌ها برای تکمیل و به پایان رساندن تکلیف‌هایشان استفاده می‌کنند؛ بنابراین بهتر است استادان و مربیان دانشگاهی برای حل این مشکل تدابیری بیندیشند.

با توجه به نتایج پژوهش الگوهای معتبری برای مداخله‌های روان‌شناختی به‌منظور کاهش اهمال‌کاری تحصیلی و افزایش پیشرفت تحصیلی افراد فراهم می‌شود. این پژوهش نیز مانند سایر پژوهش‌ها محدودیت‌هایی دارد. اول اینکه همه داده‌های این پژوهش به صورت خودگزارشی جمع‌آوری شده است. یکی از بزرگ‌ترین مشکلات این شیوه جمع‌آوری اطلاعات کنترل تأثیر مطلوبیت اجتماعی نهفته است. به عبارتی در خودگزارشی‌ها آزمودنی‌ها بیشتر گزینه‌ای را انتخاب می‌کنند که آن‌ها را بهتر جلوه دهد تا گزینه‌ای که به‌طور صحیح وضعیت فعلی آن‌ها را توصیف کند. این مسئله به کاهش کارایی ابزار اندازه‌گیری می‌انجامد. استفاده از شیوه‌های ارزیابی چندگانه را برای غلبه بر این مشکل پیشنهاد می‌کنیم. دوم اینکه این پژوهش را برپایه نمونه دانشجویان دانشگاه ارومیه انجام داده‌ایم که تعمیم‌پذیری نتایج را محدود می‌کند. انجام این پژوهش در مقطع‌های دیگر و برای سایر سازمان‌ها می‌تواند گامی در جهت حل این موضوع باشد.

10. Michael J. A.W, Timothy A, Pychyl S, Bennett H. I forgive myself, now h can study: How self-forgiveness for procrastination can redece future procrastination. *Journal of Personality and Individual Differences*. 2010; 48: 803-808.

۱۱. صالحی لیلی، پالیزبان فریرز. اهمال کاری تحصیلی، فرسودگی آموزشی و پیش‌بینی‌کننده‌های آن در دانشجویان علوم توان‌بخشی دانشگاه علوم پزشکی ایران. *افق توسعه آموزش علوم پزشکی*، ۱۴۰۱: ۱۳(۴): ۶-۱۷.

12. Motie H, Heidari M, Bagherian F, Zarani F. Cognitive-Emotional Model of Students Academic Procrastination: Mindfulness and Time Perception. *RBS* 2019; 16(3): 353-364.

13. Jiao Q.G, DaRos-Voseles D.A, Collins K. M. T, Onwuegbuzie A. N. (2011). Academic procrastination and the performance of graduate-level

14. saraei R, yousefi F. Causal model of predicting academic procrastination based on parental roots and components of self-discrepancy with the mediating role of sense of belonging to school. *Counseling Culture and Psychotherapy*. 2023; 14(55): 91-124.

15. Derakhshan M, Maktabi GH, Alizadeh M, Abdi Shahivand S. Investigating the relationship between intelligence believe and academic procrastination with mediating role of social cognition.. *Educ Strategy Med Sci* 2022; 15(2): 100-110.

16. Özer B.U, Demir A, Ferrari J.R. Exploring academic procrastination among Turkish students: Possible gender differences in prevalence and reasons. *The Journal of Social Psychology*. 2009; 149(2): 241-257. Presented at the Fedora psyches conference.

17. Saadipour E, Soltanizadeh H, Ebrahim Ghavam S. The Effect of Mindfulness Training on Academic Procrastination in Students with High and Low Test Anxiety. *J Child Ment Health*. 2020; 6(4): 266-277.

## منابع

۱. تمنایی فر محمدرضا، منصوری نیک اعظم. ارتباط ویژگی‌های شخصیتی، حمایت اجتماعی و رضایت از زندگی با عملکرد تحصیلی دانشجویان. فصلنامه پژوهش و برنامه‌ریزی در آموزش عالی، ۱۳۹۳؛ ۷۱: ۱۶۶-۱۴۹.
2. Ellis A, Knaus, W. J. *Overcoming procrastination*. New York: New American Library; 2000.
3. Neenan, M. *Tackling Procrastination: An REBT Perspective for Coaches*. *J Rat-Emo Cognitive- Behavior*. 2008; 26: 53-62.
4. Ferrari, JR. Procrastination. *Encyclopedia of mental health*. 1998: 1-5.
5. Lay, C. At last, my research article on procrastination. *Journal of research in personality*. 1986; 20: 474-495.
6. Omidvar A, Gharibzadeh R, Azizinejad B. A comparison of Resiliency, Hardness, Academic Achievement, and academic procrastination in students with and without learning disabilities. *JOEC* 2021; 21(1): 91-102.
7. Moradi M, Fathi D, Gharibzadeh R, Faedfar Z. A Comparison of Academic Burnout, Academic Procrastination and Feelings Comparison of Academic Burnout, Academic Negligence and Feeling of Loneliness in Students with and Without Learning Disabilities. *Studies in Medical Sciences*. 2016; 27(3): 248-256.
8. Moon S.M, Illingworth A.J. Exploring the dynamic nature of procrastination: A latenf growth curve analysis of academic procrastination. *Personality and Individual differences*. 2005; 38: 297-309.
۹. سپهریان آذر، فیروزه. اهمال کاری تحصیلی و عوامل پیش‌بینی‌کننده آن. *مجله مطالعات روان‌شناختی*، ۱۳۹۰؛ ۷(۴): ۲۶-۹.

۲۶. یارمحمدزاده پیمان، داداشزاده مجید، داداشزاده وحید. بررسی نقش عوامل زمینه‌ای مؤثر در تقلب تحصیلی دانش‌آموزان: رویکرد تحلیل آمیخته. پژوهش در برنامه‌ریزی درسی، ۱۳۹۵؛ ۱۳(۵۰): ۱۲۶-۱۳۵.
۲۷. بازرگان، عباس. مقدمه‌ای بر روش‌های تحقیق کیفی و آمیخته. تهران: انتشارات دیدار، بی‌تا.
28. Solomon L.J, Rothblum E.D. Procrastination Assessment Scale-Students (PASS). In J. Fischer and K. Corcoran (Eds.) Measure for Clinical Practice (Volume 2, p. 446-452). New York: The Free Press; 1994.
۲۹. محسنین شهریار، اسفیدانی محمدرحیم. معادلات ساختاری مبنی بر رویکرد حداقل مربعات جزئی به کمک نرم‌افزار Smart-PLS. چاپ اول، تهران: انتشارات کتاب مهربان، بی‌تا.
30. Hair J.F, Black W.C, Babin B.J, Anderson R.E, Tatham R.L. (2006). Multivariate Data Analysis (Vol. 6). Upper Saddle River, NJ: Pearson Prentice Hall.
۳۱. مؤمن‌زاده فاطمه، اخوت علی‌محمد، ناظمی اردکانی بتول. عوامل مؤثر بر اهمال‌کاری تحصیلی دانش‌آموزان (مطالعه مروری). اولین همایش ملی تازه‌های تعلیم و تربیت در نظام آموزشی ایران، دانشگاه آزاد اسلامی واحد اردکان.
۳۲. مطیعی حورا، حیدری محمود، صادقی منصوره‌السادات. پیش‌بینی اهمال‌کاری تحصیلی براساس مؤلفه‌های خودتنظیمی در دانش‌آموزان پایه اول دبیرستان‌های شهر تهران. فصلنامه روان‌شناسی تربیتی، ۱۳۹۱؛ ۲۴(۸): ۴۹-۷۰.
33. Sagar S.S, Lavallee D, Spray C.M. Why young elite athletes fear failure: Consequences of failure. Journal of Sports Sciences. 2007; 25: 1171-1184.
۳۴. دادور، سمانه. رابطه بین اهمال‌کاری تحصیلی و فرسودگی تحصیلی با دستاورد آموزشی در میان دانشجویان دوره‌های تحصیلات تکمیلی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه الزهرا (س)، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، ۱۳۹۳.
۱۸. نامیان سارا، حسین‌چاری مسعود. تبیین اهمال‌کاری دانشجویان براساس باورهای مذهبی و هسته کنترل. مجله مطالعات روان‌شناسی تربیتی، ۱۳۹۰؛ ۸(۱۴): ۹۹-۱۲۶.
۱۹. جمشیدی‌فرد، کلثوم. بررسی رابطه نگرش به مرگ و جهت‌گیری مذهبی با اهمال‌کاری تحصیلی در بین دانشجویان فردوسی مشهد. پایان‌نامه کارشناسی‌ارشد، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه فردوسی مشهد، ۱۳۹۲.
20. Odaci, H. Academic self-efficacy and academic procrastination as predictors of problematic internet use in university students, Computers & Education. 2011; 57: 1109-1113.
21. Young, K.S. Internet addiction: A new clinical phenomenon and its consequences. American Behavioral Scientist. 2004; 48: 402-415.
22. Ghanbari S, Azizi A. The Relationship between Ethics Behavior and the Academic Procrastination and Attitude to Cheating. Research in Teaching. 2022; 10(1): 274-296.
23. Foroghi Pordanjani B, Sharifi A. Predicting Academic Procrastination on the basis of the Components of Self-Discrepancies and Academic Resilience. Research in School and Virtual Learning. 2021; 8(2): 83-92.
۲۴. محسن‌زاده فرشاد، جهان‌بخشی زهرا، کشاورز افشار حسین، افطاری شکوه، گودرزی رضا. نقش ترس از شکست و ویژگی‌های شخصیتی در پیش‌بینی اهمال‌کاری تحصیلی دانش‌آموزان. روان‌شناسی مدرسه، ۱۳۹۵؛ ۵(۲): ۹۲-۱۰۸.
۲۵. رحمانی جوانمرد سمیرا، محمدی سمیه. نقش عاطفه مثبت و منفی، ترس از شکست و جهت‌گیری هدف‌پشرفت در پیش‌بینی اهمال‌کاری تحصیلی دانشجویان. دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی، ۱۳۹۶؛ ۱۱۸(۱): ۱۱۸-۱۱۸.