

نقش ابعاد چشم‌انداز زمان و عوامل شخصیتی در اهمال کاری تحصیلی دانشجویان دانشگاه یزد

کاظم برزگر بفرولی^{1*}، مروارید عارف منش²

1. دانشیار، بخش علوم تربیتی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، پردیس علوم انسانی و اجتماعی، دانشگاه یزد، یزد، ایران

2. کارشناس، مرکز خدمات تخصصی مطالعات اجتماعی، سازمان جهاد دانشگاهی استان یزد، یزد، ایران

تاریخ دریافت: 1397/04/27 تاریخ پذیرش: 1398/06/11

The Role of Time Perspective and Personality Factors in Academic Procrastination of Yazd University Students

K. Barzegar Bafrooei^{1*}, M. Arefmanesh²

1. Associate Professor, Department of Psychology and Educational Science, Faculty of Humanities and Social Science, Yazd University, Yazd, Iran

2. Expert, Specialized Social Studies Center of Jihad Daneshgahi Organization, Yazd, Iran

Received: 2018/07/08 Accepted: 2019/09/02

Abstract

The purpose of this study was to investigate the role of dimensional time perspective and personality factors on academic procrastination in Yazd University students. The population of this study is all students of Yazd University that 200 students were selected in multistage cluster sampling method; then they responded zimbaro time perspective (ZTPI), short form of personality factors (NEO-FFI) and Solomon & Rothblum academic procrastination questionnaire. In this study, the simultaneous regression were analyzed by using of some data. Results: there is a significant negative relationships between dimensional purposeful future and academic procrastination, and there is a significant positive relationships between negative past and academic procrastination. It is worth saying that 30 percent of variance towards procrastination has been explained by dimension of time perspective. Also, the results showed: there is a significant relationship between personality factors and academic procrastination. So neuroticism and extraversion have a positive relationship and responsibility has a negative relationship on academic procrastination. also, 46 percent of academic procrastination variance has been explained by personality factors. According to the findings of this study, by educational intervention to enhance the balance of time perspective, control the personality factors in learners, we can decrease their notable amount of academic procrastination.

Keywords

Time Perspective, Academic Procrastination, Personality Factors, Students.

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش چشم‌انداز زمان و عوامل شخصیتی در اهمال کاری دانشجویان دانشگاه یزد انجام شد. جامعه پژوهش حاضر شامل تمامی دانشجویان دانشگاه یزد است که از آن میان به روش خوشه‌ای چندمرحله‌ای، تعداد 200 نفر انتخاب شدند و به پرسش‌نامه استاندارد چشم‌انداز زمانی زیبارو (ZTPI)، فرم کوتاه پرسش‌نامه پنج عاملی صفات شخصیت (NEO-FFI) و پرسش‌نامه اهمال کاری سولومون و راتبلوم پاسخ دادند. در این پژوهش، داده‌ها با استفاده از تحلیل رگرسیون چندگانه به روش همزمان تجزیه و تحلیل شدند. نتایج مطالعه حاضر نشان داد که بین بُعد آینده هدفمند و اهمال کاری تحصیلی ارتباط منفی و معنادار و بین گذشته منفی و اهمال کاری تحصیلی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. شایان ذکر است که 30 درصد از واریانس تمایل به اهمال کاری، از طریق ابعاد چشم‌انداز زمان تبیین شد. همچنین نتایج نشان داد که بین صفات شخصیتی و اهمال کاری تحصیلی ارتباط معناداری وجود دارد؛ به این صورت که روان‌رنجورخویی و برون‌گرایی رابطه مثبت و مسئولیت‌پذیری رابطه منفی با اهمال کاری تحصیلی دارد و میزان 46 درصد از متغیر اهمال کاری تحصیلی توسط عوامل شخصیت تبیین می‌شود. طبق یافته‌های این پژوهش، می‌توان با مداخلات آموزشی در زمینه تقویت چشم‌انداز زمان متعادل و همچنین کنترل عوامل شخصیت در دانشجویان، میزان قابل توجهی از اهمال کاری تحصیلی آنها را کاهش داد.

واژگان کلیدی

ابعاد چشم‌انداز زمان، اهمال کاری تحصیلی، عوامل شخصیت، دانشجویان.

مقدمه

اهمال کاری به همان اندازه که نامطلوب است، جزء لاینفک و بخشی طبیعی از رفتار اکثریت افراد جامعه است و وقتی به صورت عادی مستمر، تکرار شده و شدت آن افزایش یابد، حتی با وجود قدرت یادگیری و هوش بالا در افراد، می‌تواند مانع جدی در دستیابی دانش‌آموزان به پیشرفت و موفقیت تحصیلی آنها باشد. همین واقعیت باعث جلب توجه بسیاری از روان‌شناسان تربیتی به مسئله اهمال کاری تحصیلی شده است. در فرهنگ لغت دهخدا، اهمال کاری به معنی درنگ کردن در کار بیان شده است. رفتار اهمال کاری به عنوان موکول کردن انجام تکالیف به زمانی دیرتر و به دلایل متعدد تعریف شده است (بازیک و بالات، 2015). به نقل از ستایشی اظهاری، میرنسب و محبی، (1396). گرچه این رفتار در تمام فعالیت‌های زندگی روزانه مشاهده می‌شود، اما فراوانی آن در زمینه انجام تکالیف درسی بیشتر است (روساریو، کاستا و نونز¹، 2009). شوئنبرگ² معتقد است که پدیده اهمال کاری دو سطح شناختی و رفتاری را در برمی‌گیرد. در سطح رفتاری تصمیم به اجرای کاری که می‌تواند در آینده برای فرد نتایجی را در بر داشته باشد، گرفته شده است؛ ولی بدون هیچ دلیل منطقی و به صورت کاملاً اختیاری به تعویق انداخته می‌شود و در سطح شناختی، فرد در گرفتن تصمیمات به موقع، تعلل ورزی می‌کند. از نظر استیل³ (2007) اهمال کاری، نوعی شکست وخیم در خودتنظیمی است که به طور کامل درک نمی‌شود.

اهمال کاری تحصیلی⁴ به عنوان یک پدیده بسیار شایع و یکی از بزرگ‌ترین مشکلاتی که اکثر دانش‌آموزان و دانشجویان با آن مواجه هستند؛ به اعتقاد حسینی نسب و لطف‌اللهی (1392) گاهی اوقات صدمات جبران‌ناپذیری را برای دانشجویان به وجود می‌آورد و یا از نظر ون ویک⁵ (2004) پیامدهای مهم عینی (مانند از دست دادن ضرب‌العجل‌ها، فرصت‌ها، درآمد، زمان) و عاطفی (مانند تضعیف روحیه، افزایش استرس و اضطراب، ترس و

عصبانیت و انگیزه پایین) در دانشجویان را به دنبال دارد. اهمال کاری تحصیلی به سبب نتایج منفی همچون بی‌قراری و اضطراب، سطوح بالای استرس، وحشت‌زدگی و حسرت، کنار کشیدن به دلیل کمبود زمان یا انجام نامطلوب تکلیف روی افراد اثر می‌گذارد (حاتمی، پژمان فرد و صالح‌نجفی، 1392)، از جمله موضوعات مورد توجه صاحب‌نظران در سال‌های اخیر بوده است. یافته‌های پژوهش توکلی (1392) نشان داد که 14% از دانشجویان دارای اهمال کاری شدید و حدود 70% آنها دارای سطوح متوسط اهمال کاری تحصیلی هستند. یافته‌های پژوهش بورنام، کوماراجو، هامل و نادر⁶ (2014) نشان می‌دهد که بیش از 50 درصد تحصیل‌کنندگان در مدارس و دانشگاه‌ها دچار اهمال کاری تحصیلی و نارسایی در به پایان رساندن فعالیت‌های تحصیلی خود هستند. رفیعی و همکاران (1393) در بررسی علل اهمال کاری معتقد به وجود دو دیدگاه کاملاً متفاوت هستند. دیدگاه اول اهمال کاری را ضعف شخصیتی ثابتی در فرد می‌داند که در موقعیت‌های مختلف باعث اهمال کاری افراد می‌شود. دیدگاه دوم، اهمال کاری را نه یک حالت ثابت بلکه یک حالت گذرا می‌داند. به همین منظور در پژوهش حاضر از دیدگاه اول، نقش «عوامل شخصیت» و از دیدگاه دوم، نقش «چشم‌انداز زمان» در پدیده «اهمال کاری تحصیلی» بررسی خواهد شد.

شخصیت یکی از مفاهیم مهمی است که در روان‌شناسی مورد توجه بوده و هست. تعاریف گوناگونی از شخصیت ارائه شده است. شخصیت الگویی است از تفکر، احساس و رفتار ناشی از ویژگی‌های فردی همراه با سازو کارهای روانی پنهان و آشکار که در پس آن الگوها قرار دارد (پروین⁷، 2010؛ به نقل از وحدانی و همکارانش، 1391). در حیطه شخصیت، نظریه‌های متعددی مطرح شده است که یکی از مهم‌ترین آنها، نظریه صفات است. کاستا و مک کرا (1995) به نقل از ترخان (1387) پس از پیگیری و بررسی کارهای دانشمندان صاحب نظر در همین راستا، مدل پنج عاملی شخصیت (NEO) را در سه مرحله تدوین کرده و به این نتیجه رسیدند که می‌توان بین ویژگی‌های

1. Rosario, Costa & Nunez
2. Schouwenburg
3. Steel
4. Academic Procrastination
5. Van wyk

6. Burnam, Komaraju, Hamel & Nadler
7. Pervin

دست یافته‌اند. تحلیل داده‌های پژوهش گل محمدیان (1393) نشان داد که به طور کلی متغیرهای شخصیتی (پنج مولفه شخصیت) با تعلق‌ورزی همبستگی معنادار دارند. متغیر «روان‌رنجورخویی» و «برون‌گرایی» در هر دو جنسیت دانشجویان پیش‌بینی‌کننده خوبی برای اهمال‌کاری بود؛ حال آنکه متغیر «مسئولیت‌پذیری» فقط در گروه نمونه دختران پیش‌بینی‌کننده بود. همچنین حمیدی و بربازی (1395) در پژوهش خود نشان دادند، متغیرهای «روان‌رنجورخویی» رابطه مثبت و «مسئولیت‌پذیری» رابطه منفی و معناداری با اهمال‌کاری تحصیلی دارد. سیمپسون و پای چیل⁷ (2009) دریافتند که متغیرهای «گشودگی به تجربه» و «برون‌گرایی» در مقام پیش‌بینی اهمال‌کاری تحصیلی، 5/2 درصد از واریانس آن را تبیین می‌کنند.

از طرفی پژوهش‌های اخیر، علاوه بر نقش مهم عوامل شخصیت در اهمال‌کاری تحصیلی، وجود رابطه آن با مفهوم چشم‌انداز زمان را نیز نشان می‌دهند. فراری و دیاز‌مورالز⁸ (2007) معتقدند که از آن‌جا که اهمال‌کاری با مفهوم اتلاف وقت، در ابعاد زمانی مشاهده شده است، ابعاد چشم‌انداز زمانی نقش مهمی برای این مشکل بزرگ، بازی می‌کند. چشم‌انداز زمان بازتاب شیوه شناختی افراد برای ارتباط با مفهوم روان‌شناختی گذشته، حال و آینده است به طوری که بر تصمیم‌گیری و اقدامات متعاقب آن تأثیرگذار است (بونی‌ول⁹، 2005). چشم‌انداز زمان برجسته‌ترین سازه‌ای است که در راستای عملیاتی کردن تفاوت‌های فردی در دیدگاه افراد نسبت به زمان ارائه شده است. در اغلب مدل‌ها، چشم‌انداز زمانی به عنوان سازه‌ای متمرکز بر مفهوم‌سازی جهت‌گیری افراد صرفاً نسبت به آینده معرفی شده است (هاسمن و لنز¹⁰، 1999، استوسارد و پیتماسا¹¹، 1999؛ به نقل از عابدی و همکاران، 1394)؛ این در حالی است که زیمباردو و بوید¹² (1999) مدل جامع‌تری برای چشم‌انداز زمانی ارائه داده‌اند که ابعاد گسترده‌تری برای چشم‌انداز زمانی در ساختار روان‌شناسی شناختی زمان در نظر گرفته‌اند که بر اساس آن فرآیندهای شناختی، تجارب

شخصیتی افراد و تفاوت‌های فردی، پنج بعد عمده را مطرح کرد:

روان‌رنجورخویی¹ (N): داشتن احساسات منفی همچون ترس، غم، برانگیختگی، خشم، احساس گناه، احساس کلافگی همیشگی و فراگیر مبنای این شاخص را تشکیل می‌دهند.

برون‌گرایی² (E): این افراد اغلب اجتماعی و دوستدار دیگران هستند، در عمل قاطع، فعال و اهل گفتگو هستند. از دیگر ویژگی‌های این افراد، می‌توان گرم بودن، معاشرتی بودن، ابراز وجود، هیجان‌خواهی (از نوع مثبت) را نام برد.

گشودگی به تجربه یا انعطاف‌پذیری³ (O): این افراد تجربه‌پذیر سرشار از تخیل، زیباپسندی و زیبایی‌شناسی، احساس و عاطفه، تنوع‌پذیری، کنج‌کاو و منعطف در برابر تغییرات فرهنگی و ارزشی هستند.

توافق‌گرایی⁴ (A): افراد موافق اساساً نوع دوست، خوش بین، ساده و رک‌گو، همراه، متواضع، دل‌رحم و در برابر دیگران نرم هستند. این افراد ضرورتاً کمبود اعتماد به نفس ندارند.

مسئولیت‌پذیری⁵ (C): افراد با وجدان، دارای هدف، خواست‌های قوی و از پیش تعیین شده هستند. این افراد تمایل بالایی برای رسیدن به موفقیت دارند و همچنین افرادی شایسته، منظم، وظیفه‌شناس و دارای پشتکار هستند. اکانر و پائونون⁶ (2007) مهم‌ترین عامل شخصیتی که در موفقیت تحصیلی نقش دارد را مسئولیت‌پذیری می‌دانند.

یافته‌های پژوهش ذوالفقاری و همکاران (1392)، حاکی از آن است که «مسئولیت‌پذیری» و «گشودگی به تجربه» پیش‌بینی‌کننده مثبت و «روان‌رنجورخویی» پیش‌بینی‌کننده منفی اهمال‌کاری تحصیلی است و «توافق‌گرایی» و «برون‌گرایی» نقشی در پیش‌بینی آن نداشتند؛ در حالی که قهرمانی و همکاران (1394)، به ارتباط مثبت و معناداری بین ویژگی‌های شخصیتی «گشودگی به تجربه»، «توافق‌گرایی» و «مسئولیت‌پذیری» با «پیشرفت تحصیلی»

7. Simpson & Pychyl

8. Ferrari & Diaz-Morales

9. Boniwell

10. Husman & Lens

11. Stouthard

12. Zimbardo & Boyd

1. Neurotism

2. Extraversion

3. Openness Experience

4. Agreeableness

5. Conscientiousness

6. O'Connor & Paunonen

اهمال کاری تحصیلی نشان داد. فراری¹⁰ و همکاران (2012) و گلستانه و همکاران (1395) در پژوهش‌های خود وجود رابطه بین ابعاد چشم‌انداز زمانی و اهمال کاری تحصیلی را ثابت کرده‌اند. بوساتو¹¹ (2001) در پایان‌نامه خود اظهار داشت دانش‌آموزان حال‌گرا نسبت به دانش‌آموزان آینده‌گرا، تمایل بیشتری به اهمال کاری تحصیلی دارند. روشنی و اعلائی (1395) پیش‌بینی‌کننده معکوس اهمال کاری تحصیلی را چشم‌انداز زمان می‌دانند. نتایج پژوهش شفیع‌ی تبار و زبردست (1394) نشان داد که ابعاد آینده، حال لذت‌گرا و گذشته منفی به طور معناداری قادر به پیش‌بینی اهمال کاری تحصیلی دانشجویان است و نتیجه کلی، آن بود که دانشجویانی که اهمال کاری تحصیلی بالاتری از خود نشان داده‌اند، کمتر آینده را در نظر می‌گیرند و در مقابل به لذت آنی و تجارب منفی گذشته تمرکز دارند. احمدی و زینالی (1397) در پژوهش خود نشان دادند که اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی از طریق ایجاد اهمال کاری تحصیلی، کاهش کیفیت خواب و افزایش استرس تحصیلی، بر پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان اثر غیرمستقیم و منفی دارد؛ بنابراین با توجه به آسیب‌ها و نتایج مخرب اهمال کاری تحصیلی بر پیشرفت تحصیلی، آینده‌شغلی و زندگی شخصی دانشجویان و با توجه به اشاره استولارسکی و همکاران (2015)، سینگر (2009)، گوتیزر براجوس (2015) و فان (2009)، به نقل از حقیقی و همکاران (1397) به وجود تفاوت فرهنگی در تأثیر چشم‌انداز زمان و همچنین انجام ندادن چنین تحقیقی در ایران، پژوهشی با هدف بررسی فرضیه‌های زیر انجام شد:

- 1- ابعاد چشم‌انداز زمانی در پیش‌بینی اهمال کاری تحصیلی دانشجویان دانشگاه یزد نقش دارند.
- 2- عوامل شخصیتی در پیش‌بینی اهمال کاری تحصیلی دانشجویان دانشگاه یزد نقش دارند.

انسان را بر حسب زمان گذشته، حال و آینده تفکیک می‌کند: گذشته مثبت¹ (PP)، گذشته منفی² (PN)، حال لذت‌گرا³ (PH)، حال جبرگرا⁴ (PF) و آینده⁵ (FR).

چشم‌انداز زمان گذشته منفی، توسط یک بدبینی و تأسف درباره گذشته و نگرش منفی نسبت به آن مشخص می‌شود و بالعکس چشم‌انداز زمان گذشته مثبت، نگرش مثبت نسبت به گذشته است. افراد حال‌گرای لذت‌طلب، در لحظه زندگی می‌کنند، از ناراحتی اجتناب می‌کنند و به دنبال تجارب لذت‌بخش هستند (زیمباردو و بوید، 1999). چشم‌انداز زمان حال جبرگرا مظهر نگرش ناامیدکننده نسبت به زندگی و آینده است و افرادی با این چشم‌انداز بر این باورند که آینده از پیش مقدر شده و اعمال و خواست انسان‌ها نمی‌تواند تغییری در آن ایجاد کند و از سوی دیگر افرادی که بر آینده تمرکز دارند به ارزیابی احتمال پاداش‌های مطلوب و پتانسیل واقعی موانع و چالش‌ها پرداخته (ساخت تابع در آینده) و سپس اقدام به تصمیم‌گیری می‌کنند (زیمباردو و بوید، 2008).

بونویل و زیمباردو (2004)، حالت ناشی از متوسط یا بالا بودن PH، PP، FR و پایین بودن PF و PN را به عنوان چشم‌انداز زمان متوازن⁶ (BTP) پیشنهاد می‌کنند. مطالعات گوناگونی، کفایت ساختاری مدل زیمباردو را تأیید کرده‌اند (ملو⁷ و همکاران، 2013؛ آناگنوستوپولوس و گریوا⁸، 2012).

ندلکویک⁹ (2017) در پژوهشی با عنوان تأثیر چشم‌انداز زمان بر اهمال کاری تحصیلی، ضمن ساخت مدلی با سه بعد چشم‌انداز زمانی گذشته منفی، حال لذت‌گرا و آینده، با قدرت تبیین 36 درصد از واریانس متغیر اهمال کاری تحصیلی، ارتباط مثبت ابعاد گذشته منفی و حال لذت‌گرا و رابطه منفی بعد آینده را با

1. Past Positive
2. Past Negative
3. Present Hedonistic
4. Present Fatalistic
5. Future
6. Balanced time perspective
7. Mello
8. Anagnostopoulos & Griva
9. Nedeljkovic

10. Ferrari
11. Bosato

جدول 1. میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین	انحراف معیار
اهمال کاری تحصیلی کل	78/71	12/86
اهمال کاری در امتحانات	23/86	4/62
اهمال کاری در تکالیف	31/15	5/26
اهمال کاری در مقالات	23/7	4/48
روان رنجورخویی	25/81	5/97
برون‌گرایی	20/1	5/98
گشودگی به تجربه	22/96	4/55
توافق‌گرایی	20/3	4/88
مسئولیت‌پذیری	16/16	6/75
گذشته مثبت	3/46	0/44
گذشته منفی	3/02	0/68
حال لذت‌گرا	3/17	0/46
حال جبرگرا	2/60	0/60
آینده	3/70	0/57

مخالفم تا کاملاً موافقم است. بعضی از گویه‌ها منفی هستند که پس از جمع‌آوری داده‌ها عمل کدگذاری به صورت معکوس انجام می‌شود. ضریب آلفای کرونباخ به منظور محاسبه پایایی این ابزار در مطالعه حاضر، برای پنج بعد گذشته منفی، گذشته مثبت، حال لذت‌گرا، حال جبرگرا و آینده 0/61، 0/73، 0/73، 0/70 و 0/83 به دست آمد. زیمباردو و بوید (1999) ضریب آلفای کرونباخ را به همان ترتیب مؤلفه‌های یادشده 0/82، 0/80، 0/79، 0/74 و 0/77 به دست آوردند. آنها همچنین ساختار 5 عاملی این پرسش‌نامه را با استفاده از تحلیل عاملی تأییدی و اکتشافی تأیید کرده‌اند. تقی‌لو و همکاران (1394) نیز در پژوهشی روایی این پرسش‌نامه را با استفاده از تحلیل عاملی اکتشافی تأیید و استفاده از آن را توصیه کردند. مقدار ضرایب آلفای کرونباخ، به ترتیب همان مؤلفه‌های قبلی، 0/72، 0/59، 0/70، 0/56 و 0/67 است.

روش

پژوهش حاضر یک تحقیق توصیفی از نوع همبستگی و جامعه آماری شامل تمامی دانشجویان دانشگاه یزد در سال 1397 بود که تعداد 200 نفر از آنها به شیوه خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب شدند؛ به این صورت که ابتدا سه پردیس اصلی دانشگاه در نظر گرفته شد و از هر پردیس، دو دانشکده، یعنی جمعاً تعداد 6 کلاس انتخاب شد و تمام دانشجویان این 6 کلاس، به عنوان نمونه پژوهش حاضر در نظر گرفته شد. ابزارهای زیر برای گردآوری داده‌ها استفاده شد:

مقیاس عوامل شخصیت (NEO-FFI) - فرم کوتاه:
این پرسش‌نامه برای سنجش پنج عامل اصلی شخصیت یعنی روان‌رنجورخویی (N)، برون‌گرایی (E)، گشودگی به تجربه (O)، توافق‌گرایی (A) و مسئولیت‌پذیری (C) طراحی شده و مشتمل بر 60 سؤال (هر عامل 12 سؤال) است. پاسخ‌نامه این پرسش‌نامه بر اساس مقیاس لیکرتی (کاملاً مخالفم، مخالفم، بی‌تفاوت، موافقم و کاملاً موافقم) تنظیم شده است. نمره‌گذاری فرم این پرسش‌نامه در تمام مواد یکسان نیست؛ به این معنی که در نمره‌گذاری برخی از مواد فرم کوتاه پرسش‌نامه، به کاملاً مخالفم نمره 4، مخالفم نمره 3، بی‌تفاوت نمره 2، موافقم نمره 1 و کاملاً موافقم نمره 0 تعلق می‌گیرد. در حالی که برخی دیگر از مواد این

مقیاس چشم‌انداز زمان زیمباردو: این پرسش‌نامه 56 ماده دارد که پنج بعد زمانی را اندازه‌گیری می‌کند. نمره‌گذاری این مقیاس بر اساس طیف لیکرت از کاملاً

جدول 2. ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

متغیرها	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1- گذشته مثبت	1										
2- گذشته منفی	-0/05	1									
3- آینده	-0/05	0/26**	1								
4- حال لذت‌گرا	0/01	0/36**	-0/34**	1							
5- حال جبرگرا	-0/127	0/62**	-0/43**	0/49**	1						
6- روان‌رنجورخویی	0/07	0/74**	0/06	-0/32**	-0/63**	1					
7- برون‌گرایی	0/07	0/43**	-0/26**	0/09	0/16*	-0/27**	1				
8- گشودگی	0/07	-0/08	0/01	-0/01	0/09	-0/10	0/08	1			
9- توافق‌گرایی	-0/03	0/36**	-0/05	0/25**	0/26**	-0/34**	0/26**	-0/19**	1		
10- مسئولیت‌پذیری	0/001	0/32**	0/68**	0/26**	0/33**	0/14*	0/48**	-0/04	0/16*	1	
11- اهمال کاری	0/02	0/51**	0/30**	0/32**	0/37**	0/42**	0/11	-0/08	0/08	0/48**	1

** معناداری در سطح 0/99 اطمینان (P<0.01)

* معناداری در سطح 0/95 اطمینان (P<0.05)

جدول 3. نتایج تحلیل رگرسیون به شیوه همزمان متغیر اهمال کاری تحصیلی بر اساس ابعاد چشم‌انداز زمان

Sig	T	ضرایب استاندارد		متغیرها
		β	SE	
0/0001	5/04		11/16	مقدار ثابت
0/979	0/026	0/002	1/71	گذشته‌گرای مثبت
0/0001	5/80	0/448	1/42	گذشته‌گرای منفی
0/015	-2/45	-0/165	1/5	آینده‌گرا
0/076	1/78	0/125	1/09	حال‌گرای لذت طلب
0/646	-0/460	-0/040	1/82	حال‌گرای جبرطلب

$$R = 0/553 \quad R^2 = 0/306$$

یافته‌ها

در بخش ابتدایی یافته‌ها، جدول میانگین و انحراف معیار آزمودنی‌ها در متغیرهای پژوهش نشان داده می‌شود.

برای بررسی نقش پیش‌بینی‌کنندگی ابعاد چشم‌انداز زمان در اهمال کاری تحصیلی دانشجویان دانشگاه یزد از تحلیل رگرسیون چندگانه به روش همزمان استفاده شده است و قبل از آن بررسی‌های مقدماتی برای اطمینان از تخطی نکردن از مفروضه‌های نرمال بودن توزیع داده‌ها در متغیر وابسته (چولگی و کشیدگی داده‌ها) و نبود همبستگی بین متغیرهای پیش‌بین (آزمون هم‌خطی) صورت گرفت.

همان گونه که در جدول شماره (3) دیده می‌شود، متغیر گذشته منفی پیش‌بینی‌کننده مثبت و معناداری ($P < 0/001$) برای اهمال کاری تحصیلی است؛ به این معنا که هر چه دانشجویان میزان بدبینی و تأسف درباره گذشته و نگرش منفی نسبت به آن، در دانشجویان بیشتر باشد، اهمال کاری تحصیلی بیشتری نیز در وی مشاهده خواهد شد. و همچنین بعد آینده‌گرایی پیش‌بینی‌کننده منفی و معناداری ($P < 0/001$) برای اهمال کاری تحصیلی است. یعنی افرادی که بر آینده تمرکز دارند، میزان اهمال کاری تحصیلی کمتری از خود بروز می‌دهند. مقدار مجذور R برابر با 0/30 است؛ به این معنی که ابعاد چشم‌انداز زمان در مجموع 30 درصد از واریانس اهمال کاری تحصیلی را تبیین می‌کنند. همچنین مقدار معناداری کلی مدل ($P < 0/001$) بیانگر این است که این مدل برای پیش‌بینی اهمال کاری تحصیلی معنادار است.

در ادامه برای بررسی نقش پیش‌بینی‌کنندگی عوامل شخصیت در اهمال کاری تحصیلی در دانشجویان دانشگاه یزد، نیز از تحلیل رگرسیون چندگانه به شیوه همزمان به شرح زیر استفاده شده است.

فرم کوتاه به صورت عکس حالت گفته شده نمره‌گذاری می‌شوند (گروسی فرشی، 1380).

گروسی فرشی و همکاران (1380)، روایی و پایایی این پرسش‌نامه را تأیید و ضرایب محاسبه شده برای پنج بعد یاد شده در بالا را به ترتیب 0/72، 0/66، 0/62، 0/68، 0/76 گزارش کردند. در پژوهش آتش روز (1386)، با استفاده از روش همسانی درونی، ضریب آلفای کرونباخ برای هر یک از 5 صفت را به همان ترتیب 0/74، 0/55، 0/27، 0/38 و 0/77 و این مقدار در پژوهش حاضر به همان ترتیب برای مؤلفه‌های یادشده 0/69، 0/58، 0/68، 0/56 و 0/72 به دست آمد.

مقیاس اهمال کاری تحصیلی: این پرسش‌نامه را سولومون و راثلوم¹ (1984) ساخته‌اند. این مقیاس 27 گویه دارد 3 مؤلفه را بررسی می‌کند: مؤلفه اول، آماده شدن برای امتحانات؛ مؤلفه دوم، آماده شدن برای تکالیف و مؤلفه سوم، آماده شدن برای مقاله‌های پایان‌ترم است که به ترتیب شامل 8، 11 و 8 گویه است. در مقابل هرگویه طیف 5 گزینه‌ای، از هرگز (1) تا همیشه (5) قرار دارد. روایی پرسش‌نامه در پژوهش جوکار و دلاورپور (1386) با استفاده از روش تحلیل عاملی محاسبه و تأیید شد. نامیان و حسین‌چاری (1390) در پژوهشی ضریب پایایی پرسش‌نامه را به روش آلفای کرونباخ 0/73 به دست آوردند. محاسبات برای ضریب آلفای کرونباخ پرسش‌نامه در پژوهش حاضر 0/86 را نشان داد.

برای تحلیل داده‌ها از نرم‌افزار SPSS (نسخه 22) و روش رگرسیون به شیوه همزمان در سطح معناداری ($p < 0/05$) استفاده شد.

1. Solomon, Rothblum

جدول 4. نتایج تحلیل رگرسیون به شیوه همزمان متغیر اهمال کاری تحصیلی بر اساس عوامل شخصیت

Sig	T	ضریب استاندارد		ضرایب غیراستاندارد		متغیرها
		β	SE	B		
0/0001	9/968		12/01	119/72		مقدار ثابت
0/0001	-5/634	-0/544	0/208	-1/17		روان رنجور خوبی
0/038	-2/118	-0/209	0/212	-0/449		برون‌گرایی
0/148	-1/461	-0/130	0/251	-0/367		گشودگی
0/079	-1/784	-0/176	0/260	-0/465		توافق‌گرایی
0/0001	5/525	0/523	0/180	0/995		مسئولیت‌پذیری

R=0/682 R²= 0/465

مناسب به سمت آینده، برنامه‌ریزی هدفمند و اجتناب از پرداختن به لذات زودگذر، اهمال کاری کمتری از خود نشان می‌دهند و در مقابل افرادی با نمره بالا در بعد گذشته منفی، با تمرکز بر اتفاقات منفی گذشته، کمتر آینده را در نظر می‌گیرند و از برنامه‌ریزی و گرفتن تصمیمات مهم برای آینده باز می‌مانند؛ بنابراین طبق ویژگی‌های افراد گذشته‌گرای منفی، آنها بیشتر مستعد اهمال کاری تحصیلی هستند.

دیگر نتایج این پژوهش نشان می‌دهد که بین صفات روان‌رنجور خوبی، برون‌گرایی و مسئولیت‌پذیری با اهمال کاری تحصیلی ارتباط معناداری وجود دارد. نتایج پژوهش‌های تمنایی‌فر و قاسمی (1396)، حمیدی و بیرازی (1395)، تمنایی‌فر و منصوری نیک (1393)، گل محمدیان (1393)، هاشمی و همکاران (1391)، بیرامی و همکاران (1389)، مورات و ارکان¹ (2016)، ژوبرت² (2015)، اوزر³ (2012)، کلاریانا⁴ (2013)، فریمن⁵ و همکاران (2011)، سیمپسون و پای چیل (2009)، استیل (2007) و جانسون و بلوم⁶ (1995) نیز ارتباطی بین صفات شخصیتی و اهمال کاری تحصیلی یافته‌اند.

افراد روان‌رنجور با تمایل به تجربه عواطف منفی، دارای عقاید غیرمنطقی، مقاومت کم در مقابل استرس، بالا رفتن هیجانات منفی و فقدان سازمان‌دهی مناسب، به سرعت در برابر انجام تکالیف احساس ناتوانی کرده و اهمال کاری بیشتری نیز از خود بروز می‌دهند. از سویی افراد با نمره پایین در برون‌گرایی (افراد درون‌گرا)، گرایش بیشتری به استقلال دارند و نسبت به

همان گونه که در جدول (4) مشخص می‌شود ابعاد روان‌رنجور خوبی و مسئولیت‌پذیری در سطح معناداری 0/0001 و بعد برون‌گرایی در سطح معناداری 0/05، پیش‌بینی‌کننده اهمال کاری تحصیلی هستند. بعد مسئولیت‌پذیری در جهت منفی و بقیه عوامل یادشده، اهمال کاری تحصیلی را در جهت مثبت پیش‌بینی می‌کنند. مقدار مجذور R برابر با 0/46 می‌باشد، به این معنی که متغیرهای پیش‌بین یادشده در مجموع 46 درصد از واریانس اهمال کاری تحصیلی را تبیین می‌کنند. همچنین مقدار معناداری کلی مدل ($P < 0/001$) بیانگر این است که این مدل برای پیش‌بینی متغیر اهمال کاری تحصیلی معنادار است.

نتیجه‌گیری و بحث

پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش ابعاد چشم‌انداز زمان و عوامل شخصیتی در اهمال کاری تحصیلی دانشجویان دانشگاه یزد انجام شد و به همین منظور در طی این فرایند، فرضیه‌های پژوهش با روش تحلیل رگرسیون چندگانه به روش همزمان، آزمون شد.

نتایج حاصل از تجزیه و تحلیل داده‌ها، حاکی از آن است که ابعاد چشم‌انداز زمان قادر به پیش‌بینی متغیر اهمال کاری است؛ به این صورت که بین آینده و اهمال کاری تحصیلی ارتباط منفی و معنادار و بین گذشته منفی و اهمال کاری تحصیلی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد که همگام با نتایج تحقیقات ندلکویک (2017)، شفیع‌تبار و زبردست (1394) و گلستانه و همکاران (1395) است. افرادی که بر آینده تمرکز دارند با بروز صفاتی همچون افزایش خودکارآمدی، حس مسئولیت‌پذیری، امید و اعتماد به نفس به ارزیابی، احتمال پاداش‌های مطلوب و اهمیت پیامدهای مثبت در آینده پرداخته (زیباردو و بوید، 2008) و با در نظر گرفتن اهداف، جهت‌گیری

1. Murat & Erkan
2. Joubert
3. Ozer
4. Clariana
5. Freeman
6. Johnson & Bloom

همچنین با توجه به وجود نقش ابعاد روان‌رنجورخویی، برون‌گرایی و مسولیت‌پذیری در اهمال‌کاری تحصیلی دانشجویان به مشاوران مراکز مشاوره دانشگاه‌ها پیشنهاد می‌شود ضمن ارزیابی دقیق ویژگی‌های شخصیتی دانشجویان اهمال‌کار با در پیش گرفتن روش‌های درمانی مناسب سعی در بهبود ویژگی‌های منفی و ارتقا ویژگی‌های مثبت شخصیتی دانشجویان داشته باشند.

نظر به وجود رابطه همبستگی بین برخی از ابعاد چشم‌انداز زمان و صفات شخصیت با اهمال‌کاری تحصیلی پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی، ارتباط علی بین متغیرها در قالب مدل معادلات ساختاری مد نظر محققان قرار گیرد و از آن‌جا که نمونه‌گیری در این پژوهش محدود به چند دانشکده و رشته خاص است؛ بنابراین پیشنهاد می‌شود پژوهشی با همین موضوع برای رشته‌ها و دانشکده‌های دیگر نیز صورت پذیرد و با توجه به بررسی نقش 5 عامل کلی شخصیت بر اهمال‌کاری تحصیلی، ارتباط صفات جزئی‌تر از عواملی که در این پژوهش معنادار شده‌اند، با اهمال‌کاری تحصیلی دانشجویان مورد پژوهش قرار گیرد.

بقیه، از تنها بودن بیشتر احساس راحتی می‌کنند و به دلیل نداشتن روابط اجتماعی گسترده و داشتن زمان کافی برای پرداختن به امور تحصیلی، احتمال اهمال‌کاری نیز در آنها کاهش می‌یابد. همان‌گونه که استیل (2007) معتقد است اهمال‌کاری از نظر مفهومی برابر با فقدان مسولیت‌پذیری است و با ضعف در سازمان‌دهی و انگیزه کم برای پیشرفت در ارتباط است، نتایج پژوهش حاضر نیز رابطه معکوس این دو متغیر را نشان داد. افراد مسولیت‌پذیر به دلیل مصمم بودن، کفایت بالا، پیشرفت‌طلبی، داشتن نظم در کارها و با وجدان بودن، نمره پایینی در اهمال‌کاری تحصیلی به دست خواهند آورد.

باتوجه به یافته‌های پژوهش حاضر که نشان داد ابعاد گذشته منفی و آینده هدفمند چشم‌انداز زمان در اهمال‌کاری تحصیلی دانشجویان نقش دارند؛ بنابراین توصیه می‌شود مراکز آموزشی و درمانی دانشگاه‌ها به ویژه مراکز مشاوره دانشگاه‌ها با برگزاری کارگاه‌های آموزشی - درمانی طبق رویکردهای موج سوم درمان به ویژه رویکرد درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد و رویکرد شفقت به خود سعی کنند به دانشجویان یاد بدهند که بیشتر به دنبال یادآوری گذشته مثبت، پذیرش و گذر از گذشته منفی و داشتن یک دید مثبت و متعهدانه نسبت به آینده باشند.

منابع

- آتش روز، بهروز (1386). پیش‌بینی پیشرفت تحصیلی از طریق دلبستگی و صفات پنج‌گانه شخصیتی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه شهید بهشتی.
- آیس آلبرت و ویلیام جیمز، روان‌شناسی اهمال‌کاری، ترجمه محمدعلی فرجاد، تهران، مؤسسه امید، 1375.
- احمدی، ژاله و زینالی، علی (1397). تأثیر اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی در پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان: نقش میانجی کیفیت خواب، اهمال‌کاری تحصیلی و استرس تحصیلی. فصلنامه پژوهش در یادگیری آموزشی و مجازی، دوره 6، شماره 2، صص: 21-32.
- بیرامی، منصور، دانشپور، زهره، حسینی اصل، فریبا و فولادوند، خدیجه (1389). روان‌رنجورخویی و کمال‌گرایی پیش‌بینی‌کننده‌های تعلل‌ورزی. فرهنگ مشاوره، دوره 1، شماره 2، صص: 21-44.
- ترخان، مرتضی (1387). ارزشیابی شخصیت. تهران: دانشگاه پیام نور.
- تقی‌لو، صادق، خالدی، عزیزه، باجور، محسن، مهرانه مهرپور، فهیمه و بوستانی، قادر (1394). ویژگی‌های روان‌سنجی سیاهه چشم‌انداز زمان زیمباردو در نوجوانان. مجله روان‌سنجی، شماره 14، صص: 45-55.
- تمنایی فر، محمدرضا و قاسمی المیرا (1396). تبیین اهمال‌کاری تحصیلی بر اساس صفات شخصیت و مهارت مدیریت زمان. دو فصلنامه راهبردی شناختی در یادگیری، سال 5، شماره 8، صص: 223-244.
- تمنایی فر، محمدرضا و منصور نیک، اعظم (1393). تبیین اهمال‌کاری تحصیلی بر اساس صفات شخصیتی، کمال‌گرایی و رضایت از زندگی دانشجویان. فصلنامه انجمن آموزش عالی ایران، سال 5، شماره 4، صص: 165-185.
- توکلی، محمدعلی (1392). بررسی شیوع اهمال‌کاری تحصیلی در بین دانشجویان و ارتباط آن با ویژگی‌های جمعیت‌شناختی، ترجیح زمان مطالعه و هدف از ورود به دانشگاه. فصلنامه روان‌شناسی تربیتی، دوره 9، شماره 28، صص: 100-122.
- جوکار، بهرام و دلاورپور، محمدآقا (1386). رابطه تعلل‌ورزی آموزشی با اهداف پیشرفت. اندیشه‌های نوین تربیتی، دوره سوم، شماره 3 و 4، صص: 61-80.
- حاتمی، جواد، پژمان فرد، مینا و صالح نجفی، مهسا (1392). رابطه باورهای هوشی، هدف‌های پیشرفت و تعلل‌ورزی تحصیلی در بین دانشجویان دانشگاه تهران. فصلنامه پژوهش در نظام‌های آموزشی، دوره 7، شماره 21، صص: 57-70.

چشم‌انداز زمان. فصلنامه مشاوره شغلی و سازمانی، دوره هشتم، شماره 26، صص: 103-85.

قهرمانی، زینب، امینی، کوروش، اقوامی، مژگان السادات و روحانی، مهین (1394). ارتباط بین ویژگی‌های شخصیتی، سبک‌های یادگیری و پیشرفت تحصیلی دانشجویان پرستاری و مامایی. مجله آموزش پرستاری، سال چهارم، شماره 4، صص 62-52.

گروسی فرشی، میرتقی، مهریار، امیرهوشنگ و قاضی طباطبایی، سیدمحمود (1380). کاربرد آزمون جدید شخصیتی نتو (NEO) و بررسی تحلیل ویژگی‌ها و ساختار عاملی آن در بین دانشجویان دانشگاه‌های ایران. علوم انسانی الزهراء، دوره 11، شماره 39، صص: 198-173.

گروسی فرشی، میرتقی (1380). رویکردی نوین در ارزیابی شخصیت (کاربرد تحلیل عاملی در مطالعات شخصیت). چاپ اول. تبریز: نشر دانیال و جامعه پژوه.

گلستانه، سیدموسی، افشین، سیدعلی و دهقانی، یوسف (1395). رابطه بین چشم‌انداز زمان با جهت‌گیری هدف، تملل تحصیلی و پیشرفت تحصیلی دانشجویان دانشکده‌های مختلف دانشگاه خلیج فارس، فصلنامه شناخت اجتماعی، شماره 10، صص: 52-69.

گل محمدیان، محسن (1393). پیش‌بینی تملل ورزی تحصیلی بر اساس پنج رگه نیرومند شخصیت در بین دانشجویان ورزشکار. فصلنامه مطالعات روان‌شناسی بالینی. سال پنجم، شماره 17، صص: 75-49.

نامیان، سارا و حسین‌چناری، مسعود (1390). تبیین اهمال‌کاری تحصیلی دانشجویان بر اساس باورهای مذهبی و هسته کنترل. مطالعات روان‌شناسی تربیتی، دوره 8، شماره 14، صص: 99-126.

وحدانی، محسن، محرم زاده، مهرداد و سیدعامری، میرحسن (1391). ارتباط بین ابعاد شخصیت (مدل 5عاملی) و فرسودگی شغلی در معلمان مدارس استثنایی استان خراسان. تعلیم و تربیت استثنایی، دوره 5، شماره 113، صص: 14-5.

هاشمی، تورج، مصطفوی، فریده، ماشینچی عباسی، نعیمه و بدری، رحیم (1391). نقش جهت‌گیربر هدف، خودکارآمدی، خودتنظیم‌گری شخصیت در تملل‌ورزی. روان‌شناسی معاصر، دوره 7، شماره 1، صص: 84-73.

حسینی نسب، سید داود و لطف‌اللهی، مهری (1392). بررسی اثر بخشی تکنیک‌های اخلاقی بر پیشرفت تحصیلی درس مطالعات اجتماعی در دانش‌آموزان دختر سال اول متوسطه ناحیه دو تبریز. نشریه علمی-پژوهشی آموزش و ارزشیابی، سال 7، شماره 27، صص 37-23.

حقیقی، سلیم، مکتبی، غلامحسین، شهنی بیلاق، منبجه و حاجی یخچالی، علیرضا (1397). تأثیر یک مداخله مبتنی بر نظریه چشم‌انداز آینده بر انگیزش پیشرفت، خودکارآمدی تحصیلی و چشم‌انداز زمان. فصلنامه پژوهش در یادگیری آموزشگاهی و مجازی، دوره 6، شماره 2، صص: 48-33.

حمیدی، فریده و ببرزاری، محمداقرا (1395). بررسی رابطه ویژگی‌های شخصیتی و اهداف پیشرفت با اضطراب امتحان. فصلنامه فناوری آموزش، شماره 40، ص: 319.

ذوالفقاری، حسین، دلاورپور، محمدآقا، شاهی، حسن و الوندی سربابی، محمد (1392). پنج رگه بزرگ شخصیتی (OCEAN) به عنوان پیش‌بینی کننده تملل تحصیلی دانشجویان. مجله علوم روانشناختی، دوره 12، شماره 47، صص: 409-393.

رفیعی، فروغ، صارمی رسولی، فرزاد، نجفی قزلیجه، طاهره و حقانی، حمید (1393). ارتباط تعویق آکادمیک با موفقیت و خودکارآمدی تحصیلی در دانشجویان پرستاری دانشگاه علوم پزشکی تهران. مجله ایرانی آموزش در علوم پزشکی، دوره 4، شماره 44، صص: 20-44.

روشنی، زهرا و اعلائی، غلامحسین (1395). رابطه بین چشم‌انداز زمانی و تاب‌آوری تحصیلی با اهمال‌کاری تحصیلی دانش‌آموزان. اولین کنفرانس ملی پژوهش‌های نوین ایران و جهان در مدیریت، اقتصاد و حسابداری و علوم انسانی، شیراز، دانشگاه علمی کاربردی شوشتر.

ستايشی اظهاری، محمد، میرنسب، میرمحمود و محبی، مینا (1396). رابطه امیدواری و پیشرفت تحصیلی با نقش میانجی‌گری اهمال‌کاری تحصیلی در دانش‌آموزان. نشریه علمی پژوهشی آموزش و ارزشیابی، سال دهم، شماره 37، صص: 142-125.

شفیعی تبار، مهدیه و عذرا زبردست (1394). پیش‌بینی اهمال‌کاری تحصیلی دانشجویان براساس ابعاد چشم‌انداز زمانی، سومین کنفرانس ملی روان‌شناسی و علوم رفتاری، تهران، موسسه اطلاع‌رسانی نارکیش.

عابدی، محمدرضا، مصطفوی، محمد، شفیع‌آبادی، عبدالله، نیلفروشان، پریسا و عیسی مراد رودبته، ابوالقاسم (1394). امید اشتغال در

- Boniwell, I. Beyond. (2005). Time management: How the latest research on time perspective and perceived time use can assist clients with timerelated concerns. *International Journal of Evidence Based Coaching and Mentoring* 3(2): 61-74.
- Bosato, G. N., (2001). Time perspective, academic motivation, and procrastination. The degree of master of arts in the Faculty of the Department of Psychology San Jose State University .
- Burnam, A., Komaraju, M., Hamel, R. and Nadler, D.R. (2014). Do adaptive perfectionism and self-determined motivation reduce academic procrastination. *Learning and Individual Differences*, 36:165-172.
- Clariana, M. (2013). Personality, procrastination and cheating in students from different university degree programmes. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 11 (2): 451-472.
- Engler, B. (2009). *Personality Theories*.
- Ferrari, L., Nota, L., & Soresi, S. (2010). Time perspective and indecision in young and older adolescents. *British Journal of Guidance & counselling*, 38: 61-82.
- Freeman, E. k.; Fuenzalida, C.L. and stoltenberg, I. (2011). Extraversion and Arousal Procrastination: Waiting for the kicks. *Current Psychology*, 30: 375-382.
- Johnson, J. L. & Bloom, A. M. (1995). An analysis of the contribution of the five factors of personality to variance in academic procrastination. *Personality and individual Differences*, 18, 127-133.
- Joubert, C.P. (2015). The relationship between procrastination and academic achievement of high school learners in North West province, South Africa. The degree of master of arts in the subject psychology at the university of South Africa.
- Kallmen H, Wennberg P, Bergman H. (2011) Psychometric properties and norm data of the Swedish version of the NEO-PI-R. *Nord J psychiatry*, 65(5).
- Mello, Z. R., Finan, L. J., & Worel, F.C. (2013). Introducing an instrument to assess time orientation and time relation in adolescents. *Journal of adolescence*, 36(3), 551-563.
- Murat, B. & Erkan, K. (2016). Associations between procrastination, personality, perfectionism, self-esteem and locus of control. *British Journal of Guidance & Counselling*, 45(3): 284-296.
- Nedeljkovic J. (2017) The Influences of Time Perspectives on Academic Procrastination. In: Kostic A, Chadee D. (eds) *Time Perspective*. Palgrave Macmillan, London,
- O'Connor, M.C., & Paunonen, S.V.(2007). Big Five personality predictors of post-secondary academic performance. *Personality and Individual Differences*, 43: 971-990.
- Ozer, A. (2012). Procrastination: Rethinking trait models. *Education and Science*, 37 (166): 303-317.
- Rosario, P., Costa, M., Nunez, J.C., pienda, J, G., Solano, P., & Valle, A. (2009). Academic Procrastination: Associations with Personal, School, and Family Variables. *The Spanish Journal of Psychology*, 12(1): 118-127.
- Schouwenburg, H, C., & Lay, C, H. (1999). Trait procrastination and the Big-five factors of personality. *Personality and Individual Differences*, 18(4), 481-490.
- Senecal, C., Julien, E., & Guay,F., (2003). Role conflict and academic procrastination: A self-determinationperspective. *European Journal of social psychology*, 33: 135-145.
- Simpson, W.K & Pychyl, T,A. (2009). In search of the arousal procrastinator: Investigating the relation between procrastination, arousal-based personality traits and beliefs about procrastination motivations. *Journal of personality and Individual Differences*, 47: 906-911.
- Solomon, L. J. and Rothblum, E. D. (1984). Academic Procrastination: Frequency and cognitive behavioralcorrelates. *Journal of counselling Psychology*, 31: 503-509.
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A Meta analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1) : 65-81.
- Vanwyk, L. (2004). The relationship between procrastination and stress in the life of the high school teacher. A Thesis for partial Fulfillment of The Requirements For The Degree Of Human Resource Management, The University of Pretoria.
- Zimbardo, P.G., & Boyed, J.N. (1999). Putting Time in Perspective: A valid, reliable individual-differences metric. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77: 1271-1288.
- Zimbardo,P.G., & Boyed,J.N. (2008). *The Time Paradox*. New York, NY: Free Press.