



Role of Procrastination and Motivational Self-Regulation in Predicting Students' Behavioral Engagement

ARTICLE INFO

Article Type

Descriptive Study

Authors

Abbasi M.* PhD,
Pirani Z.¹ PhD,
Razmjoiy L.² BA,
Bonyadi F.¹ MSc

How to cite this article

Abbasi M, Pirani Z, Razmjoiy L, Bonyadi F. Role of Procrastination and Motivational Self-Regulation in Predicting Students' Behavioral Engagement. *Education Strategies in Medical Sciences*. 2015;8(5):295-300.

*Psychology Department, Literature & Human Sciences Faculty, Kazerun Salman Farsi University, Kazerun, Iran

¹Psychology Department, Literature & Human Sciences Faculty, Arak Branch, Islamic Azad University, Arak, Iran

²Psychology Department, Literature & Human Sciences Faculty, Kazerun Salman Farsi University, Kazerun, Iran

Correspondence

Address: Department of Psychology, Faculty of Literature and Human Sciences, Salman Farsi University of Kazerun, Ershad Crossroads, Kazerun, Iran

Phone: +98 7142216050

Fax: +98 7142216060

abbasi@kazeronsfu.ac.ir

Article History

Received: June 21, 2015

Accepted: November 11, 2015

ePublished: January 10, 2016

ABSTRACT

Aims As an important intervening factor to enhance educational and motivational performance of the students, understating the effective factors on behavioral enthusiasm plays a very important role. The aim of this study was to explain the role of motivational self-regulation and procrastination in predicting the students' behavioral enthusiasm.

Instrument & Methods In the correlational descriptive cross-sectional study, 311 students of Arak University of Medical Sciences were selected via Available Sampling using Cochran's Formula in 2014-15 academic year. Data was collected, using Students' Educational Procrastination Scale, Motivational Self-regulating Scale, and Behavioral Enthusiasm Scale. Data was analyzed in SPSS 19 software using Pearson Correlation Coefficient, and Multiple Regression Analysis.

Findings The highest and the lowest correlations were between procrastination and behavioral enthusiasm and between environmental control and behavioral enthusiasm, respectively ($p < 0.05$). There was a positive and significant correlation between self-regulation and behavioral enthusiasm. In addition, there was a negative and significant correlation between procrastination and behavioral enthusiasm ($p < 0.001$). Totally, procrastination ($\beta = -0.233$) and motivational self-regulation ($\beta = 0.238$) explained 10% of the students' behavioral enthusiasm variance ($p < 0.001$; $R^2 = 0.102$).

Conclusion Any reduction in procrastination and any enhancement in motivational self-regulation can enhance the students' behavioral enthusiasm.

Keywords Passive-Aggressive Personality Disorder; Self-Control; Engagement; Students

CITATION LINKS

[1] The roles of IQ in the use of cognitive strategies to learn information form a map [2] The association between school engagement and achievement across three generations of Mexican American students [3] An examination of the relationship among affective, cognitive, behavioral, and academic factors of student engagement of 9th grade students [4] Facilitating student engagement and collaboration in a large postgraduate course using wiki-based activities [5] School engagement: Potential of the concept, state of the evidence [6] The assessment of school engagement: examining dimensionality and measurement invariance by gender and race/ethnicity [7] Self-regulation and academic procrastination [8] Procrastination: A means of avoiding shame or guilt? [9] Analysis of procrastination among university students [10] Rethinking procrastination: Positive effects of active procrastination behavior on attitudes and performance [11] Individual differences in academic procrastination tendency and writing success [12] In search of the "third dimension" of burnout: Efficacy or inefficacy? [13] A comparison of perfectionism and procrastination in mothers of students with and without learning disability [14] Social exclusion, personal control, self-regulation, and stress among substance abuse treatment clients [15] Role of Procrastination, Self-Regulation and Metacognition in Predicting Students' Academic Motivation [16] The relationship between goal orientation and motivational strategies among gifted students [17] The prediction of academic procrastination based on emotional intelligence components [18] The effectiveness of self-regulation learning strategies training on the self-regulation skills, academic engagement and test anxiety [19] Compare perfectionism, procrastination and depression in female and male teachers in Ahwaz [20] Procrastination and self-efficacy: Tracing vicious and virtuous circles in self-regulated learning [21] Procrastination: associations with achievement goal orientation and learning strategies [22] Psychometric Validation of two procrastination inventories for adults: arousal and avoidance measures [23] Regulation of motivation: Evaluating an underemphasized aspect of self-regulated learning [24] Confidence to manage learning: The self-efficacy for self-regulated learning of early adolescents with learning disabilities [25] Relationship between "Cognitive and Emotional Engagement of Learning" and "Self-Efficiency" of Students Farhangian University of Isfahan [26] Social exclusion, personal control, self-regulation, and stress among substance abuse treatment clients [27] Motivational self-regulated learning components of classroom academic performance

نقش تعلل‌ورزی و خودتنظیمی انگیزشی در پیش‌بینی اشتیاق رفتاری دانشجویان

مسلم عباسی* PhD

گروه روان‌شناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه سلمان فارسی کازرون، کازرون، ایران

ذبیح پیرانی PhD

گروه روان‌شناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، واحد اراک، دانشگاه آزاد اسلامی، اراک، ایران

لاله رزمجویی BA

گروه روان‌شناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه سلمان فارسی کازرون، کازرون، ایران

فرزانه بنیادی MSc

گروه روان‌شناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، واحد اراک، دانشگاه آزاد اسلامی، اراک، ایران

چکیده

اهداف: شناخت عوامل موثر بر اشتیاق رفتاری به‌عنوان یک میانجی مهم در ارتقای سطح عملکرد تحصیلی و انگیزشی دانشجویان، از اهمیت خاصی برخوردار است. این تحقیق با هدف تبیین نقش تعلل‌ورزی و خودتنظیمی انگیزشی در پیش‌بینی اشتیاق رفتاری دانشجویان انجام شد.

ابزار و روش‌ها: در این پژوهش مقطعی - توصیفی از نوع همبستگی، ۳۱۱ نفر از دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اراک در سال تحصیلی ۹۴-۱۳۹۳ به‌روش نمونه‌گیری دردسترس و با استفاده از فرمول کوکران به‌عنوان نمونه انتخاب شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از مقیاس تعلل‌ورزی تحصیلی دانشجویان، مقیاس خودتنظیم‌گری انگیزشی و مقیاس اشتیاق رفتاری استفاده شد. داده‌های به‌دست‌آمده به‌کمک نرم‌افزار SPSS 19 و با استفاده از آزمون‌های ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته‌ها: متغیر تعلل‌ورزی بالاترین همبستگی و متغیر کنترل محیط پایین‌ترین همبستگی را با اشتیاق رفتاری داشت ($p < 0.05$). بین متغیرهای خودتنظیم‌گری و اشتیاق رفتاری، ارتباط مثبت و معنی‌دار و بین متغیرهای تعلل‌ورزی و اشتیاق رفتاری، ارتباط منفی و معنی‌دار وجود داشت ($p < 0.001$). ۱۰٪ واریانس اشتیاق رفتاری دانشجویان مجموعاً از طریق متغیرهای تعلل‌ورزی ($\beta = -0.233$) و خودتنظیمی انگیزشی ($\beta = 0.238$) تبیین شد ($R^2 = 0.102$; $p < 0.001$).

نتیجه‌گیری: کاهش تعلل‌ورزی و افزایش خودتنظیمی انگیزشی می‌تواند اشتیاق رفتاری را در دانشجویان افزایش دهد.

کلیدواژه‌ها: تعلل‌ورزی، خودتنظیمی، اشتیاق، دانشجویان

تاریخ دریافت: ۱۳۹۴/۰۳/۳۱

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۴/۰۸/۲۰

*نویسنده مسئول: abbasi@kazeronfsu.ac.ir

مقدمه

شناخت عوامل موثر بر اشتیاق رفتاری به‌منظور ارتقای سطح عملکرد تحصیلی و انگیزشی دانش‌آموزان و دانشجویان، یک هدف اساسی در اغلب پژوهش‌های تربیتی و روان‌شناسی بوده است [1]. اشتیاق رفتاری، بیانگر قوت رفتار و کیفیت عاطفی و شناختی مشارکت دانشجویان در طول فعالیت برای یادگیری است [2]. در واقع اشتیاق رفتاری به‌عنوان یک میانجی مهم در پیشرفت تحصیلی، رفتار اجتماعی و تداوم آموزشی مطرح است [3] و عاملی کلیدی برای یادگیری و رشد شخصیتی افراد محسوب می‌شود [4]. اشتیاق رفتاری به‌عنوان؛ الف) رفتار مثبت مانند پیروی از قوانین و رعایت هنجارهای کلاس درس، همچنین نداشتن رفتارهای مخرب مانند فرار از مدرسه و دچار مشکل شدن، ب) مشارکت در یادگیری و انجام تکالیف تحصیلی و دارابودن رفتارهایی مانند تلاش، پشتکار، تمرکز، توجه، پرسیدن سؤال و کمک به بحث در کلاس و ج) شرکت در فعالیت‌های مربوط به محل تحصیل مانند ورزش یا اداره مدرسه بیان می‌شود [5]. اشتیاق رفتاری به فعالیت‌های یادگیری، دقت و توجه، برخوردهای مثبت و حضور در محل تحصیل اشاره دارد [6] و رفتارهای مختلف دانشجویان مانند عملکرد تحصیلی، اُفت تحصیلی و فرسودگی تحصیلی را تحت تاثیر قرار می‌دهد.

یکی از متغیرهایی که می‌تواند اشتیاق رفتاری دانشجویان را پیش‌بینی کند، تعلل‌ورزی است. تعلل‌ورزی به‌عنوان نبود عملکرد خودتنظیمی و گرایش رفتاری در به‌تاخیرانداختن آنچه که در رسیدن به هدف ضروری است، تعریف می‌شود [7]. تعلل‌ورزی، فرآیندی ضدانگیزشی ناشی از فقدان میل و رضایت برای انجام کاری است. به‌عبارت دیگر، تاخیر عامدانه یا تاخیر در انجام تکلیفی است که باید انجام شود. تعلل‌ورزی علاوه بر اینکه مشکل کنترل زمانی است، فرآیند پیچیده‌ای است که شامل مولفه‌های هیجانی، شناختی و رفتاری است [8]. مطالعات نشان می‌دهد که تعلل‌ورزی، خودکنترلی و اشتیاق رفتاری دانشجویان را تحت تاثیر قرار می‌دهد [9]. چو و چول در مطالعه‌ای به این نتیجه رسیدند که دانشجویان تعلل‌ورز در مقایسه با همسالان خود از خودتنظیمی پایینی برخوردارند [10]. تعلل‌ورزی، پیش‌بینی‌کننده خوبی برای اشتیاق رفتاری دانشجویان است [11]. افراد دارای تعلل‌ورزی بالا درباره آینده به‌ویژه درباره توانایی‌های خود در به‌دست‌آوردن نتایج خوشایند، بدبین هستند [12]. دانشجویان تعلل‌ورز، از راهبرد تعلل‌ورزی استفاده می‌کنند تا هیجان‌های منفی را در خود تنظیم کنند، به همین دلیل چنانچه کاری را هم در حیطه‌های مختلف عاطفی، شناختی و رفتاری انجام دهند به‌دلیل اشتیاق نیست، بلکه تنها راهبردی در جهت تنظیم هیجان‌های منفی است [13].

یکی دیگر از متغیرهایی که به‌کارگیری آن اهمیت بالایی در اشتیاق رفتاری دارد، خودتنظیمی انگیزشی است. خودتنظیمی به‌عنوان کوشش روانی برای کنترل وضعیت درونی، فرآیندها و کارکردهایی

موافقم" تا "بسیار مخالفم" نمره‌گذاری می‌شود. به این ترتیب که نمره یک برای گزینه "بسیار مخالفم"، نمره ۲ برای گزینه "تا حدی مخالفم"، نمره صفر برای گزینه "نظری ندارم"، نمره ۳ برای گزینه "تا حدی موافقم" و نمره ۴ برای گزینه "کاملاً موافقم" در نظر گرفته شده است. سیف و بشاش، ثبات درونی این پرسش‌نامه را به روش ضریب آلفای کرونباخ از ۰/۸۸ تا ۰/۷۵ گزارش نمودند [16].

مقیاس تعلل‌ورزی توسط *سوارزر و ایهل* ساخته شده و دارای ۱۰ ماده با ارزشی بین یک تا ۴ (از کاملاً درست تا کاملاً نادرست) است، به‌استثنای پنج ماده (۱، ۴، ۶، ۹ و ۱۰) که به‌طور معکوس نمره‌گذاری می‌شود. *سوارزر و ایهل* اعتبار مقیاس تعلل را از طریق همبسته‌نمودن با آزمون انتظار خودکارآمدی به‌دست آوردند. روایی مقیاس تعلل به‌دست‌آمده ۰/۷۸ بود. پایایی این مقیاس با روش آلفای کرونباخ و تصنیف به ترتیب ۰/۸۴ و ۰/۷۵ گزارش شده است. *حافظی و همکاران*، پایایی این مقیاس را به روش آلفای کرونباخ برابر با ۰/۷۰ گزارش نموده‌اند [19].

پس از کسب مجوز لازم از دانشگاه علوم پزشکی اراک، با رعایت ملاحظات اخلاقی و هماهنگی با اساتید محترم و ضمن توضیح اهداف پژوهش با فراهم‌سازی ابزار مورد نیاز و کسب رضایت از دانشجویان برای شرکت در پژوهش، پرسش‌نامه پژوهش در اختیار دانشجویان قرار گرفت و از آنها خواسته شد طبق دستورالعمل پرسش‌نامه، آن را تکمیل نمایند. آماده‌کردن دانشجویان از لحاظ روحی و روانی و اطمینان به آنان در خصوص محرمانه‌ماندن اطلاعات از نکات اخلاقی رعایت‌شده در پژوهش بود.

تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS 19 و آمار توصیفی (میانگین و انحراف استاندارد) و استنباطی انجام گرفت. در آمار استنباطی با توجه به فاصله‌ای بودن مقیاس‌ها از ضریب همبستگی پیرسون برای بررسی ارتباط بین متغیرهای تحقیق و از رگرسیون چندگانه به‌شیوه ورود برای پیش‌بینی متغیر ملاک استفاده شد.

یافته‌ها

از مجموع ۳۱۱ دانشجوی مورد مطالعه، ۱۵۰ نفر (۴۸/۲٪) مرد و ۱۶۱ نفر (۵۱/۸٪) زن، همچنین ۲۲۰ نفر (۷۰/۷٪) مجرد و ۹۱ نفر (۲۹/۳٪) متاهل بودند. ۳۲ نفر از دانشجویان (۱۰/۳٪) تحصیلات کاردانی، ۲۵۰ نفر (۸۰/۴٪) کارشناسی و ۲۹ نفر (۹/۳٪) تحصیلات کارشناسی‌ارشد داشتند.

میانگین متغیرهای تعلل‌ورزی $24/74 \pm 3/53$ ، خودتنظیم‌گری $45/76 \pm 8/79$ و اشتیاق رفتاری $11/62 \pm 2/60$ بود. متغیر تعلل‌ورزی بالاترین همبستگی و متغیر کنترل محیط پایین‌ترین همبستگی را با اشتیاق رفتاری داشت ($p < 0/05$). بین متغیرهای خودتنظیم‌گری و اشتیاق رفتاری، ارتباط مثبت و معنی‌داری وجود داشت و ارتباط بین تعلل‌ورزی و اشتیاق رفتاری، منفی بود ($p < 0/01$; جدول ۱).

برای دستیابی به اهداف بالاتر تعریف شده است [14]. انسان از طریق فعالیت‌های شناختی خود و مهار محیط زندگی می‌تواند با تقویت و تیبیه شخصی در خود ایجاد انگیزش کند و از این راه به مهار رفتار خود بپردازد [15]. *ولترز* معتقد است خودنظم‌دهی انگیزشی شامل پنج راهبرد است؛ خودپاداش‌دهی، کنترل محیط، گفت‌وگوی درونی درباره تسلط، گفت‌وگوی درونی درباره عملکرد و ارتقای علاقه [16]. خودتنظیمی کلید مهم درک رفتارهای مختلف دانش‌آموزان مانند فرسودگی تحصیلی در دوران تحصیل آنها است و رابطه دانش‌آموزان با مدرسه خود و شوق و اشتیاق دانش‌آموزان به ادامه تحصیل را تحت تاثیر قرار می‌دهد [17]. زمانی که فراگیران فعالیت‌های خود را براساس علایق درونی خود انتخاب کنند، به‌طور طبیعی روی آنها تمرکز بیشتری خواهند داشت و نیروی بیشتری را صرف انجام آن فعالیت‌ها خواهند نمود و حتی بیشتر به قضاوت‌های خود متکی هستند که موجب اشتیاق بیشتر و در نهایت موفقیت بیشتر آنان می‌شود [18]. با توجه به موارد ذکرشده، شناسایی متغیرهای پیش‌بینی‌کننده اشتیاق عاطفی دانشجویان از موضوع‌های اساسی حوزه آموزش است. همچنین با توجه به عدم مطالعات منسجم و خالاهای پژوهشی در زمینه اشتیاق و انگیزش تحصیلی و تازگی این موضوع، این پژوهش از اهمیت بالایی برخوردار است. این پژوهش با هدف تبیین نقش تعلل‌ورزی و خودتنظیمی انگیزشی در پیش‌بینی اشتیاق رفتاری دانشجویان انجام شد.

ابزار و روش‌ها

این پژوهش مقطعی-توصیفی از نوع همبستگی، در کلیه دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اراک در سال تحصیلی ۹۴-۱۳۹۳ به‌تعداد ۱۶۲۹ نفر انجام شد که ۳۱۱ نفر از این افراد به‌روش نمونه‌گیری دردسترس و با استفاده از فرمول کوکران به‌عنوان نمونه انتخاب شدند.

برای جمع‌آوری داده‌ها از مقیاس تعلل‌ورزی تحصیلی دانشجویان (PASS)، مقیاس خودتنظیم‌گری انگیزشی و مقیاس اشتیاق رفتاری استفاده شد.

مقیاس اشتیاق عاطفی و شناختی توسط *فردریکز و همکاران* ساخته شده که برای اندازه‌گیری اشتیاق عاطفی شناختی با ۱۴ گویه به‌کار می‌رود. این گویه‌ها، سه خرده‌مقیاس رفتاری، عاطفی و شناختی را در میان دانشجویان اندازه‌گیری می‌کند. پاسخ هر کدام از گویه‌ها دارای نمرات یک تا ۵ است که از "هرگز" تا "در تمام اوقات" را شامل می‌شود. *فردریکز و همکاران* ضریب پایایی این مقیاس را ۰/۸۶ گزارش کردند [5].

مقیاس خودتنظیمی انگیزشی توسط *ولترز* در سال ۱۹۹۸ ساخته شده و شامل ۲۸ گویه و ۵ مولفه؛ ارتقای علاقه، گفت‌وگوی درونی عملکرد، گفت‌وگوی درونی درباره تسلط، خودپاداش‌دهی و کنترل محیط است. هر سؤال براساس مقیاس پنج‌نمره‌ای لیکرت از "بسیار

جدول ۱) ماتریس ضرایب همبستگی متغیرهای پژوهش

شاخص	تعلل ورزشی	علاقه	گفت‌وگوی درونی درباره تسلط	گفت‌وگوی درونی عملکرد	کنترل محیط	خودپاداش دهی	خودتنظیمی انگیزشی
تعلل ورزشی	۱						
علاقه	-۰/۲۴	۱					
گفت‌وگوی درونی درباره تسلط	-۰/۳۲	۰/۳۵	۱				
گفت‌وگوی درونی عملکرد	-۰/۲۹	۰/۳۱	۰/۳۱	۱			
کنترل محیط	-۰/۲۷	۰/۳۰	۰/۳۴	۰/۳۳	۱		
خودپاداش دهی	-۰/۳۰	۰/۳۲	۰/۳۳	۰/۳۵	۰/۲۵	۱	
خودتنظیمی انگیزشی	-۰/۳۱	۰/۳۴	۰/۳۱	۰/۳۰	۰/۳۲	۰/۳۷	۱
اشتیاق رفتاری	-۰/۳۴	۰/۲۴	۰/۲۰	۰/۱۴	۰/۱۱	۰/۱۹	۰/۲۷

ویژگی‌ها نشان‌دهنده ویژگی‌های تعلل‌ورزی بالا است و این عامل ترس از شکست، کاهش شوق و اشتیاق در حیطه‌های مختلف عاطفی، شناختی و رفتاری را به دنبال دارد [22].

بین خودتنظیمی انگیزشی و مولفه‌های آن با اشتیاق رفتاری رابطه مثبت و معنی‌داری وجود داشت. این نتیجه با یافته‌های نتایج قبلی همسو است [23-25]. خودتنظیمی، فرآیند فعال و سازمان‌یافته‌ای است که طی آن فراگیران، اهدافی را برای یادگیری انتخاب کرده و سعی می‌کنند تا شناخت، انگیزش و رفتار خود را تنظیم و کنترل نمایند [26]. فرد خودتنظیم‌گر، فردی است که با استفاده از راهبردهای شناختی و فراشناختی و احساس خودکارآمدی سعی در رسیدن به هدف به بهترین شیوه، هماهنگ با استعداد و توانایی‌های خود دارد. چنین فردی اشتیاق بالایی در حیطه‌های مختلف عاطفی، شناختی و رفتاری از خود نشان می‌دهد [27]. انگیزش درونی یک ویژگی اساسی است که در راهبردهای خودتنظیمی میزان اشتیاق عاطفی، شناختی و رفتاری افراد را افزایش می‌دهد. در تبیین ارتباط مولفه‌های خودتنظیمی انگیزشی و ارتباط مثبت آنها با اشتیاق عاطفی، شناختی و رفتاری می‌توان گفت دانشجویان با خودتنظیمی انگیزشی بالا، تلاش می‌کنند از طریق علاقه تکلیف خود را جذاب‌تر کنند، از طریق گفت‌وگوی درونی درباره تسلط، اهمیت یادگیری را برای خود متذکر می‌شوند و برای خود یادآوری می‌کنند آنچه موجب رضایتمندی آنان از انجام تکالیف می‌شود به‌تمام‌رسانیدن آن برای تسلط بر موقعیت و حصول تبحر در انجام تکلیف است، از طریق گفت‌وگوی درونی درباره عملکرد بر موانع انگیزشی در جهت انجام فعالیت‌های خود فایز می‌آیند، از طریق کنترل محیط شرایط مساعد محیطی را برای خود فراهم ساخته و عوامل محیطی مغل در جهت انجام تکالیف را کاهش می‌دهند و در نهایت از طریق خودپاداش دهی با حفظ و افزایش انگیزه در قبال انجام فعالیت به خود قول دریافت پاداش می‌دهند. مجموعه این رفتارها باعث افزایش فعالیت‌هایی مانند برنامه‌ریزی، فعالیت‌های کلاسی، پیگیری نقش‌ها و رفتارهای مرتبط با مطالعه در دانشجو می‌شود که بیانگر اشتیاق عاطفی، شناختی و رفتاری است [18].

۱۰٪ واریانس اشتیاق رفتاری دانشجویان مجموعاً از طریق متغیرهای تعلل‌ورزی و خودتنظیمی انگیزشی تبیین شد ($R^2=0/102$) و تعلل‌ورزی ($\beta=-0/233$) و خودتنظیمی انگیزشی ($\beta=0/238$) توانستند با اطمینان ۹۹٪ تغییرات مربوط به اشتیاق رفتاری را در دانشجویان پیش‌بینی کنند ($p<0/001$). خودتنظیمی انگیزشی، قوی‌ترین متغیر پیش‌بینی‌کننده اشتیاق رفتاری دانشجویان بود که اشتیاق رفتاری دانشجویان را به‌صورت مثبت پیش‌بینی می‌کرد.

بحث

بین تعلل‌ورزی و اشتیاق رفتاری در دانشجویان رابطه منفی و معنی‌داری وجود داشت. این یافته با پژوهش‌های قبلی همسو است [9, 11]. در تبیین این یافته می‌توان گفت، اشتیاق رفتاری بیانگر قدرت رفتار و کیفیت عاطفی و شناختی مشارکت دانشجویان در طول فعالیت برای یادگیری است که به‌وسیله تغییر محتوی بر رشد فعالیت‌های دانشجو تاثیر می‌گذارد [2]. این در حالی است که دانشجویان تعلل‌ورز نسبت به خود باورهای منفی دارند. این موضوع باعث بی‌انگیزگی شده و بر اشتیاق عاطفی، شناختی و رفتاری آنها اثرات منفی می‌گذارد؛ چرا که ناکارآمدی، تشویش ذهنی و بی‌بازی از تکلیف که معمولاً جزء ویژگی‌های دانشجویان و افراد تعلل‌ورز است، در نتیجه نگرش منفی نسبت به خود در فرد شکل می‌گیرد و مانع از این می‌شود که فرد براساس بینش درونی خود دست به کار شده و در حیطه‌های مختلف، اشتیاق و تصمیم‌گیری درست داشته باشد. در تایید این نتایج و مباحث، وائل و همکاران سطح پایینی از دستیابی به اهداف را در دانش‌آموزان تعلل‌ورز نشان دادند [20]. همچنین تبیین دیگر این یافته پژوهشی، توجه به این نکته است که احساس بی‌کفایتی و خودتردیدی از ویژگی‌های افراد اهمال‌کار است که احتمال ضعف در اشتیاق رفتاری، عاطفی و شناختی قابل تبیین است [21]. دانشجویان تعلل‌ورز درباره آینده و به‌ویژه درباره توانایی‌های خود در به‌دست‌آوردن نتایج خوشایند و حل مشکلات مربوط به حیطه‌های مختلف تحصیلی و اجتماعی بدبین هستند. این

تشکر و قدردانی: از همکاری دانشگاه علوم پزشکی اراک و همه دانشجویانی که در این پژوهش شرکت داشتند، تشکر می‌نمایم.

تاییدیه اخلاقی: مجوزهای لازم از دانشگاه علوم پزشکی اراک اخذ شده است.

تعارض منافع: موردی توسط نویسندگان گزارش نشده است.

منابع مالی: موردی توسط نویسندگان گزارش نشده است.

منابع

- 1- Cho S. The roles of IQ in the use of cognitive strategies to learn information from a map. *Learn Individ Differ*. 2010;20(6):694-8.
- 2- Rodríguez JL, Boutakidis IP. The association between school engagement and achievement across three generations of Mexican American students. *Assoc Mex Am Educ J*. 2014;7(1):1-12.
- 3- Burrows PL. An examination of the relationship among affective, cognitive, behavioral, and academic factors of student engagement of 9th grade students [Dissertation]. Oregon:University of Oregon; 1970.
- 4- Salaber J. Facilitating student engagement and collaboration in a large postgraduate course using wiki-based activities. *Int J Manag Educ*. 2014;12(2):115-26.
- 5- Fredericks JA, Blumenfeld PC, Paris AH. School engagement: Potential of the concept, state of the evidence. *Rev Educ Res*. 2004;74(1):59-109.
- 6- Wang MT, Willett JB, Eccles JS. The assessment of school engagement: examining dimensionality and measurement invariance by gender and race/ethnicity. *J Sch Psychol*. 2011;49(4):465-80.
- 7- Sene'cal C, Koestner R, Vallerand RJ. Self-regulation and academic procrastination. *J Soc Psychol*. 1995;135(5): 607-19.
- 8- Fee RL, Tangney JP. Procrastination: A means of avoiding shame or guilt?. *J Soc Behav Pers*. 2012;5(5):167-84.
- 9- Hussein I, Sultan S. Analysis of procrastination among university students. *Proc Soc Behav Sci*. 2014;5:1897-1904.
- 10- Chu AC, Chol JN. Rethinking procrastination: Positive effects of active procrastination behavior on attitudes and performance. *J Soc Psychol*. 2005;145(3):245-64.
- 11- Fritsch BA, Young BR, Hickson KC. Individual differences in academic procrastination tendency and writing success. *Pers Individ Differ*. 2003;35(7):1549-57.
- 12- Bresó E, Salanova M, Schoufeli B. In search of the "third dimension" of burnout: Efficacy or inefficacy?. *Appl Psychol*. 2007;56(3):460-78.
- 13- Khormaei F, Abbasi M, Rajabi S. A comparison of perfectionism and procrastination in mothers of students with and without learning disability. *J Learn Disabil*. 2012;1(1):60-77. [Persian]
- 14- Cole J, Logan TK, Walker R. Social exclusion, personal control, self-regulation, and stress among substance abuse treatment clients. *Drug Alcohol Depend*. 2011;113(1):13-20.
- 15- Abbasi M, Dargahi Sh. Role of Procrastination, Self-Regulation and Metacognition in Predicting Students' Academic Motivation. *Educ Strateg Med Sci*. 2014;7(5):273-8. [Persian]

خودتنظیمی، نقطه مرکزی کارکرد موثر در زمینه‌های کنترل تکانه، مدیریت زمان و مقابله با فشار روانی است که با بافت آموزشی ارتباط دارد و همچنین با جهت‌گیری هدف، فرآیندهای عاطفی و شناختی، خودکارآمدی و انگیزش رابطه دارد. این عوامل محرکی برای افزایش اشتیاق عاطفی، شناختی و رفتاری دانشجویان است و تبیین‌کننده این موضوع است که خودتنظیمی انگیزشی نقش مثبتی در جهت پیش‌بینی اشتیاق دانشجویان دارد. این در حالی است که توسعه مهارت‌های خودتنظیمی تحت تاثیر عوامل شناختی (مانند دانش فراشناخت، آگاهی و حافظه کار)، انگیزه و عوامل عاطفی (مانند علاقه و ارزش کار) و عوامل رفتاری (مانند زمان و تلاش مدیریت) است. این موارد در دانشجویان باعث افزایش فعالیت‌های مرتبط با اشتیاق عاطفی، شناختی و رفتاری می‌شود [24].

از آنجایی که متغیرهای تعلل‌ورزی و خودتنظیمی انگیزشی سبب سازمان‌دهی و ذخیره‌سازی دانش، تنظیم وقت، برنامه‌ریزی، کنترل اضطراب و اجتناب از تعلل یا مسامحه می‌شوند، این عوامل اشتیاق و بهبود عملکرد تحصیلی دانشجویان را افزایش می‌دهند. دانشجویانی که از راهبردهای خودتنظیم‌گری بیشتری استفاده می‌کنند، در هنگام تدریس معلم یا هنگام مطالعه سعی می‌کنند با ایجاد ارتباط بین اطلاعات و داشته‌های قبلی و معنی‌کردن اطلاعات، مطالب را بهتر یاد بگیرند که این فرآیند موجب افزایش اشتیاق آنان می‌شود [19].

از جمله محدودیت‌های پژوهش حاضر، منحصربه‌فرد بودن آن به حوزه تحصیلی، آن هم در یک مقطع خاص بود. پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی، این رابطه در دروس و مقاطع تحصیلی مختلف و همچنین حوزه‌های غیرتحصیلی بررسی شود. از محدودیت‌های دیگر پژوهش حاضر آن بود که پژوهش از نوع همبستگی بود. پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی، این تحقیق در قالب یک طرح تجربی تکرار شود.

به‌طور کلی، شیوع تعلل‌ورزی و پایین بودن اشتیاق رفتاری در میان دانشجویان و دانش‌آموزان، لزوم توجه برنامه‌ریزان و دست‌اندرکاران نظام آموزشی برای به‌کارگیری راهبردهایی به‌منظور کاهش تعلل‌ورزی و فرسودگی تحصیلی و افزایش اشتیاق رفتاری را ضروری می‌نماید، زیرا تعلل‌ورزی بیانگر نقصان خودتنظیمی انگیزشی دانشجویان و از سویی، راهبرد دفاعی نامناسبی است که افراد برای جلوگیری از شکست و حفظ اعتمادبه‌نفس از آن بهره می‌جویند. توجه به مشکل می‌تواند گامی در جهت حل این معضلات آموزشی در سطوح مختلف باشد.

نتیجه‌گیری

کاهش تعلل‌ورزی و افزایش خودتنظیمی انگیزشی می‌تواند اشتیاق رفتاری را در دانشجویان افزایش دهد.

- strategies. *Personal Individ Differ.* 2077;43(1):167-78.
- 22- Ferrari JR. Psychometric Validation of two procrastination in ventories for adults: arousal and avoidance measurs. *J Psychopathol Behav Assess.* 1992;14(2):97-110.
- 23- Wolters CA. Regulation of motivation: Evaluating an underemphasized aspect of self-regulated learning. *Educ Psychol.* 2003;38(4):189-205.
- 24- Klassen RM. Confidence to manage learning: The self-efficacy for self- regulated learning of early adolescents with learning disabilities. *Learn Disabil Q.* 2010;33(1):19-30.
- 25- Khoroushi P, Nili Mr, Abedi A. Relationship between “Cognitive and Emotional Engagement of Learning” and “Self-Efficiency” of Students Farhangian University of Isfahan. *Educ Strateg Med Sci.* 2014;7(4):229- 34. [Persian]
- 26- Cole J, Logan TK, Walker R. Social exclusion, personal control ,self-regulation, and stress among substance abuse treatment clients. *Drug Alcohol Depend.* 2011;113(1):13-20.
- 27- Pintrich PR, Degroot EV. Motivational self-regulated learning components of classroom academic performance. *J Educ Psychol.* 1990;82(1):33-40.
- 16- Saf D, Bashash L. The relationship between goal orientation and motivational strategies among gifted students. *Iran J Except Child.* 2011;11(3):229-43. [Persian]
- 17- Mousavi M, Hashemi S, Yazdi A, Soltani E, Ahmadi Z, Khanzadeh M, et al. The prediction of academic procrastination based on emotional intelligence components. *J Ilam Univ Med Sci.* 2013;21(4):21-9. [Persian]
- 18- Lavasani M, Ejei M, Davoodi M. The effectiveness of self-regulation learing strategies training on the self-regulation skills, academic engagement and test anxiety. *J Psychology.* 2013;16(2):162-9. [Persian]
- 19- Hafezi F, Bkhtyarpur S, Ahmed Fakhreddin A. Compare perfectionism, procrastination and depression in female and male teachers in Ahwaz. *J Soc Psychol.* 2010;3(9):51-61. [Persian]
- 20- Waschle K, Allgaiera A, Lachnera A, Finkb S, Nücklesa M. Procrastination and self-efficacy: Tracing vicious and virtuous circles in self-regulated learning. *Learn Instr.* 2014;29:103-14.
- 21- Howell AJ, Watson DC. Procrastination: associations with achievement goal orientation and learning

