

تبیین اهمال کاری تحصیلی دانشجویان بر اساس سازه دینی - اخلاقی صبر (ارائه مدل معادلات ساختاری) [♦]

فرهاد خرمائی^۱
فاطمه آزادی دهبیدی^۲

چکیده

هدف: هدف پژوهش حاضر، بررسی نقش مؤلفه‌های صبر (متعالی شدن، شکیبایی، استقامت، رضایت و درنگ) به عنوان سازه‌ای دینی - اخلاقی در پیش‌بینی اهمال کاری تحصیلی در میان دانشجویان بود. **روش:** روش این پژوهش، توصیفی از نوع همبستگی بود. مشارکت‌کنندگان پژوهش، 250 دانشجوی مقطع کارشناسی دانشگاه شیراز (140 پسر و 110 دختر) بودند که با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی انتخاب شدند و به مقیاس‌های اهمال کاری تحصیلی و صبر پاسخ دادند. پایایی این ابزارها به وسیله ضریب آلفای کرونباخ و روایی آنها به وسیله همبستگی درونی تعیین شد. نتایج حاکی از روایی و پایایی قابل قبول ابزارها بود. **یافته‌ها:** نتایج تحلیل مسیر با استفاده از مدل معادلات ساختاری در نرم‌افزار AMOS نشان داد که مؤلفه صبر پیش‌بینی‌کننده معنادار و منفی اهمال کاری تحصیلی بود. **نتیجه‌گیری:** در مجموع، نتایج حاکی از تأثیر سازه دینی - اخلاقی صبر بر اهمال کاری دانشجویان است. بنابر این، با برنامه‌های آموزش صبر به دانشجویان می‌توان اهمال کاری آنان را کاهش داد.

واژگان کلیدی: صبر، شکیبایی، استقامت، اهمال کاری تحصیلی.

♦ دریافت مقاله: 95/01/28؛ تصویب نهایی: 95/10/30.

1. دکترای روان‌شناسی تربیتی؛ دانشیار دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه شیراز (نویسنده مسئول) / نشانی: شیراز، دانشگاه شیراز، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی / نمابر: 07136286441 / Email: khormaei@shirazu.ac.ir
2. دانشجوی دکترای روان‌شناسی تربیتی؛ مشاور آموزش و پرورش فارس.

الف) مقدمه

«اهمال کاری» از ریشه لاتین Procrastinare به معنی «به تعویق انداختن تا صبح» گرفته شده است. کاری که باید اکنون انجام شود به زمان دیگری موکول می‌شود. البته اهمال کاری را باید از تنبلی و تأخیرهای برنامه‌ریزی شده‌ای که به دلایل موجه صورت می‌گیرد، متمایز دانست. اسچارو و همکاران¹ (2007) آن را به عنوان تعویق عمدی کار یا وظیفه‌ای که باید تکمیل شود، تعریف می‌کنند. اینور و همکاران² (2011) نیز اهمال کاری را به عنوان فقدان خودتنظیمی و تمایل در به تأخیر انداختن آنچه برای رسیدن به یک هدف ضروری است، توصیف می‌کنند.

از نظر روان‌شناسی، اهمال کاری یعنی به آینده محول کردن کاری که تصمیم به اجرای آن گرفته‌ایم؛ رفتار نامطلوب و نکوهیده‌ای که به تدریج در وجود انسان به صورت عادت در می‌آید (ایس و ناس،³ 1977). اهمال کاری دو سطح شناختی و رفتاری را در بر می‌گیرد. در سطح رفتاری، فرد کاری را که قصد انجام دادن آن را داشته، بدون دلیل خاصی و به طور کاملاً اختیاری در زمان تعیین شده انجام نمی‌دهد و در سطح شناختی، فرد در گرفتن تصمیمات به موقع تعلل می‌ورزد. در نتیجه، چنین افرادی آنچه برای رسیدن به اهداف خود باید انجام دهند، به موقع انجام نمی‌دهند یا اصلاً انجام نمی‌دهند. (شونبرگ،⁴ 2005)

اهمال کاری با توجه به پیچیدگی و مؤلفه‌های شناختی، عاطفی و رفتاری، تظاهرات گوناگونی دارد که عبارتند از: اهمال کاری تحصیلی، اهمال کاری در تصمیم‌گیری، اهمال کاری روان‌رنجورانه و وسواس‌گونه؛ که متداول‌ترین شکل آن، اهمال کاری تحصیلی است (سولومون و راث‌بلوم،⁵ 1984). این نوع اهمال کاری را تمایلی غیر منطقی برای به تعویق انداختن آغاز، یا کامل کردن یک تکلیف تحصیلی می‌دانند که فراگیران با وجود قصد انجام فعالیت تحصیلی در زمان مشخص، انگیزه کافی برای انجام آن را ندارند (فراری،⁶ 1998؛ لی،⁷ 1986). دیون⁸ (2013) بر این باور هستند که دو نوع اهمال کاری تحصیلی (فعال و منفعل) وجود دارد؛ اهمال کاری تحصیلی فعال اساساً مثبت، سازنده و راهبردی بازدارنده است. اما اهمال کاری منفعل بازتاب یک رفتار منفی است که باعث می‌شود افراد اهمال‌کار دچار رفتارهای ترس، تردید و دودلی شوند و توانایی کار کردن را نداشته باشند.

-
1. Schraw, Wadkins & Olafson
 2. Aynur, Murat & Can
 3. Ellis & Knaus
 4. Schouwenburg
 5. Solomon & Rothblum
 6. Ferrari
 7. Lay
 8. Dunn

تبیین اهمال کاری تحصیلی دانشجویان بر اساس سازه دینی - اخلاقی صبر 79

اهمال کاری در خصوص تکالیف تحصیلی، مشکلی رایج در میان دانشجویان و از مهم ترین علل شکست یا عدم موفقیت فراگیران در یادگیری و دستیابی به برنامه های پیشرفت تحصیلی است. تقریباً یک چهارم دانش آموزان و دانشجویان گزارش می کنند که مکرراً تا درجه ای اهمال کاری می کنند که برای آنها استرس ایجاد می کند و این امر نیز اختلال در عملکرد آموزشی آنها را موجب می شود (بالکس و دورو،¹ 2009؛ و هس و بامستر،² 2011). این نوع اهمال کاری بر میزان یادگیری و موفقیت فعلی و آتی فراگیران تأثیر منفی می گذارد. تأخیر در شروع و اتمام تکالیف سبب خواهد شد تا یادگیری در فرصتهای مناسب از دست برود و فرد، مطالعه و انجام تکالیف را در زمان نامناسب و همواره با محدودیت زمانی پیگیری کند که این مسئله در فرایند یادگیری اختلال ایجاد می کند و موجب کاهش دقت، افزایش استرس و ارتکاب اشتباهات فراوان در انجام تکالیف و فرایند یادگیری می شود. اهمال کاری به دلیل ایجاد عدم آمادگی برای امتحانات، فرد را با اضطراب و استرس روبه رو کرده، ممکن است فرد به شیوه های غلط برای رفع فشار ناشی از حجم مطالب در روزهای پایانی روی آورد. این مسئله در حالت شدید آن، موجب عدم اتمام تحصیلات، ترک تحصیل یا حتی عدم بهره وری فردی و سازمانی می شود (توکلی، 1392؛ نقل از: رحیمی، 1394). طبق پژوهشهای انجام شده، اهمال کاری با عملکرد تحصیلی ضعیف، ناتوانی در گذراندن واحدهای درسی، افسردگی، اضطراب، عزت نفس پایین، کاهش انگیزه، تلاش کم برای موفقیت و روان نژندی ارتباط دارد (سادلر و ساکس،³ 1993). به رابطه این متغیر با سازه های مذهبی و اخلاقی کمتر توجه شده است.

صبر از جمله متغیرهای دینی و اخلاقی است که به نظر می رسد با اهمال کاری رابطه دارد. صبر فضیلتی اخلاقی است و به استقامت، شکیبایی، خویش داری، رضایت و متعالی شدن فرد در موقعیتهایی اشاره دارد که برای او دشوار و ناخوشایند است. در این تعریف، صبر فرایند فعالانه ای است که موجب می شود فرد در مواجهه با موقعیتهای دشوار و گاه غیر قابل تغییر، ناله و شکایت نکرده و بردباری ورزد. همچنین، در انجام امور و فعالیتها پایداری و ثبات داشته و در مقابل خواسته ها و امیال درونی خویش داری کند و سختی ها و ناملایمات را وسیله ای برای رسیدن به تعالی قرار دهد (خرمائی و همکاران، 1393). علامه طباطبائی (1382: 301) در مقابل صبر از واژه های مقاومت، خویش داری، باز ایستادن (کف)، حبس، باز داشتن و شکیبایی استفاده کردند. مکارم شیرازی (1372: 264) در تفسیر آیات قرآن کریم، صبر را به معنای استقامت، مهار درونی، کنترل خویش، شکیبایی، ایستادگی، پایداری، تحمل، سخت جانی و پرتاقتی مورد استفاده قرار دادند. جوادی آملی (1378: 476) نیز از باز داشتن نفس به فرمان الهی نام می برد و معتقد است از معنای صبر؛ ستبری، غلظت، نستوهی و مقاومت اخذ می شود.

1. Balkis & Duru
2. Vohs & Baumeister
3. Saddler & Sacks

آنچه از واژه صبر به ذهن می‌آید، حالتی است نفسانی که برای افراد خاصی هنگام شداید، مصیبتها و گرفتاری‌ها رخ می‌دهد و موجب می‌شود شخص خود را نسبت به فشارها، سختی‌ها، مشکلات و مصیبتها از درون، پایدار و مقاوم کند و واکنشهای تند و احساسی و دور از عقل و شرع بروز ندهد. برخلاف تصور عامه، صبر به معنای کنار کشیدن و انفعال نیست؛ بلکه اصولاً فعالیتی عقلانی است که بر اساس آن، فرد صابر برای رسیدن به اهداف خود از آن بهره می‌برد. (ایزدی طامه و همکاران، 1387؛ نقل از: خرمائی و فرمائی، 1394)

پیشینه پژوهشها اهمیت و کارآمدی صبر را در کاهش اضطراب و افسردگی (حسین ثابت، 1387؛ سادات حسینی و همکاران، 1393)، رابطه منفی آن با ناامیدی (خرمائی، و همکاران، 1393) و رابطه مثبت آن با امیدواری (غباری بناب و خدایاری فرد، 1379؛ خرمائی و همکاران، 1393) نشان داده است. صبر و رابطه مثبت آن با رضایت زناشویی (فرمائی، خرمائی و دوکوهکی، 1393) و نقش آن در سلامت روان (فرمائی، خرمائی و بانسی، 1393) نیز بررسی شده است. پژوهش حق‌جو (1391) نیز نشان داد که مؤلفه‌های صبر توانایی پیش‌بینی افکار خودکشی را دارد. خرمائی، فرمائی و کلاتری (1394) میان افراد افسرده، مضطرب و بهنجار در مؤلفه‌های صبر تفاوت معناداری گزارش کرده‌اند. کیهان‌فر (1389) نیز نشان داده است که همه مؤلفه‌های صبر با راهبرد مقابله‌ای ارزیابی مجدد، رابطه مثبت معنادار و با راهبرد مقابله‌ای فرار - اجتناب، رابطه منفی معنادار دارد. پژوهشهایی نیز رابطه منفی صبر را با پرخاشگری نشان داده‌اند (شکوفه‌فرد و خرمائی، 1393). صبر همچنین با بهزیستی رابطه دارد (اشنیکر، 2010؛ 2012). خرمائی و آزادی‌دهبیدی (1394) نیز نشان دادند که مؤلفه‌های صبر، پیش‌بینی‌کننده انگیزش پیشرفت در دانشجویان است. همچنین در پژوهش آزادی‌دهبیدی و خرمائی (1394) صبر پیش‌بینی‌کننده اضطراب امتحان بود. رحیمی (1394) در پژوهش خود با مقایسه اثربخشی راهبردهای خودتنظیمی و همچنین آموزش صبر بر کاهش اهمال‌کاری تحصیلی دانش‌آموزان، نشان داد که آموزش مؤلفه‌های صبر منجر به کاهش اهمال‌کاری تحصیلی یادگیرندگان می‌شود. پژوهش فرمائی، درخشان و خرمائی (1394) نیز نشان داد که صبر و مؤلفه‌های آن پیش‌بینی‌کننده منفی اهمال‌کاری تحصیلی دانش‌آموزان است. اما پژوهشی که رابطه صبر و اهمال‌کاری تحصیلی را در دانشجویان بررسی کرده باشد، تاکنون انجام نشده است. بنابر این، با توجه به پژوهشهای پیشین، مسئله پژوهش حاضر این است که آیا صبر و مؤلفه‌های آن، پیش‌بینی‌کننده اهمال‌کاری تحصیلی دانشجویان نیز می‌باشند؟

ب) روش

این پژوهش، توصیفی از نوع همبستگی است. بنابر این، برای توصیف داده‌ها از شاخصهای آمار توصیفی، اعم از جداول توزیع فراوانی، میانگین، انحراف معیار و همبستگی استفاده شده است. به منظور پاسخگویی به مسئله پژوهش، از روش تحلیل مسیر در مدل معادلات ساختاری (نرم‌افزار Amos21) استفاده شد.

جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری

جامعه پژوهش حاضر، دانشجویان رشته‌های مختلف تحصیلی دانشگاه شیراز به تعداد نزدیک به 6500 نفر بدون احتساب دانشکده‌های کشاورزی، دامپزشکی و داراب خارج از شهر شیراز بودند. شرکت کنندگان در پژوهش را 250 نفر از دانشجویان مقطع کارشناسی (140 پسر و 110 دختر) تشکیل دادند که بر اساس کلانین (2011) که در مدل معادلات ساختاری تعداد نمونه را $2/5$ تا 5 برابر تعداد گویه‌ها بیان می‌کند، به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی¹ انتخاب شدند؛ بدین صورت که از هر دانشکده تعدادی کلاس به صورت تصادفی انتخاب شد و کلیه دانشجویان این کلاسها، مشارکت کنندگان در پژوهش را تشکیل دادند.

ج) ابزار پژوهش

1. مقیاس صبر

مقیاس صبر به وسیله خرمائی، فرمانی و سلطانی (1393) با استناد به مؤلفه‌های قرآنی و روایتی صبر تهیه شده است. این مقیاس، 25 گویه دارد که به شیوه پنج درجه‌ای لیکرت از کاملاً درست (با نمره 5) تا کاملاً نادرست (با نمره 1) نمره‌گذاری می‌شود. بنابر این، دامنه نمره‌ها بین 25 تا 125 قرار دارد. برای تعیین روایی و پایایی این مقیاس، از تحلیل عاملی به روش مؤلفه‌های اصلی همراه با چرخش واریماکس استفاده شده است. نتایج تحلیل عاملی، وجود پنج عامل را تأیید کرده است. این مؤلفه‌ها عبارتند از: متعالی شدن² (تحمل سختی‌ها، مصائب و نامایمات برای رسیدن به مرتبه بالاتری از تعالی، قرب الهی و رشد معنوی)، شکیبایی³ (بردباری و تحمل مصائب و سختی‌ها)، رضایت⁴ (پذیرش وضع موجود بدون گله و شکایت و قبول شرایطی که فرد هم اکنون در آن قرار دارد)، استقامت⁵ (پایداری و ثبات در انجام امور و مداومت در کار و فعالیت) و درنگ⁶ (خویشتن‌داری و به تعویق‌اندازی خواسته‌ها و کنترل امیال درونی). در این میان،

1. Random Cluster Sampling

2. Transcendence

3. fortitude

4. Consent

5. Persistence

6. Delay

ضرایب آلفای کرونباخ برای مؤلفه متعالی شدن با هشت گویه، 0/84؛ برای مؤلفه شکیبایی با هفت گویه، 0/67؛ برای مؤلفه رضایت با چهار گویه، 0/60؛ برای مؤلفه استقامت با سه گویه، 0/61 و برای مؤلفه درنگ با سه گویه، 0/68 محاسبه شده است. همچنین ضریب آلفای کرونباخ کل، 0/86 به دست آمده است (خرمائی و همکاران 1393). در این پژوهش برای بررسی روایی مقیاس صبر، از همبستگی هر زیرمقیاس با نمره کل استفاده شد که دامنه این همبستگی‌ها از 0/61 تا 0/71 به دست آمد. برای پایایی مقیاس نیز از روش آلفای کرونباخ استفاده شد. ضریب پایایی برای بُعد متعالی شدن 0/78، شکیبایی 0/64، رضایت 0/59، استقامت 0/54 و درنگ 0/65 به دست آمد.

2. مقیاس اهمال کاری تحصیلی

این مقیاس توسط سولومون و راث‌بلوم (1984) ساخته شده و دارای 27 گویه است. نحوه پاسخ‌دهی به گویه‌ها به این صورت است که پاسخ‌دهندگان میزان موافقت خود را با هر گویه، با انتخاب یکی از گزینه‌های «به ندرت»، «بعضی اوقات»، «اغلب اوقات» و «همیشه» نشان می‌دهند که به گزینه «به ندرت» نمره 1، «بعضی اوقات» نمره 2، «اغلب اوقات» نمره 3 و «همیشه» نمره 4 تعلق می‌گیرد. روایی مقیاس اهمال کاری تحصیلی با استفاده از روایی همسانی درونی، 0/84 گزارش شده است و پایایی این مقیاس با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ، 0/64 به دست آمد (سولومون، 1998؛ نقل از دهقانی، 1387). در این پژوهش نیز برای بررسی پایایی مقیاس، از آلفای کرونباخ استفاده شده است که ضریب پایایی برای کل پرسشنامه، 0/77 به دست آمد. با توجه اینکه در این پژوهش از نمره کل مقیاس اهمال کاری تحصیلی استفاده شده است، بنابراین برای بررسی روایی این ابزار، از همبستگی گویه‌ها با نمره کل استفاده شد. دامنه این همبستگی‌ها از 0/36 تا 0/63 بوده است.

تبیین اهمال کاری تحصیلی دانشجویان بر اساس سازه دینی - اخلاقی صبر \diamond 83

(د) یافته‌ها

یافته‌های پژوهش حاضر در دو قسمت اطلاعات توصیفی و یافته‌های حاصل از تحلیل مسیر ارائه می‌شود. در جدول 1 یافته‌های توصیفی شامل میانگین، انحراف معیار، حداقل و حداکثر نمرات آمده است.

جدول 1: میانگین و انحراف معیار و حداقل و حداکثر نمره‌های دانشجویان در متغیرهای صبر و اهمال کاری تحصیلی

متغیر	میانگین	انحراف معیار	حداقل نمره	حداکثر نمره
صبر	متعالی شدن	4/77	12	40
	شکیبایی	4/01	9	37
	رضایت	2/86	5	20
	استقامت	2/01	5	15
	درنگ	2/10	3	15
اهمال کاری تحصیلی	32/91	7/47	16	54

جدول 2: ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش

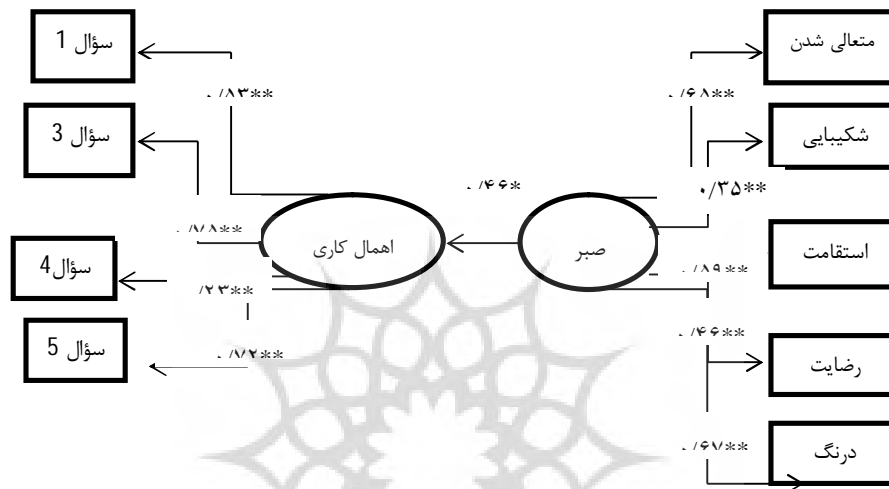
متغیر	اهمال کاری	متعالی شدن	شکیبایی	استقامت	رضایت	درنگ
اهمال کاری	1					
متعالی شدن	-0/31**	1				
شکیبایی	-0/12*	0/23**	1			
استقامت	-0/42**	0/38**	0/17**	1		
رضایت	-0/27**	0/30**	0/51**	0/27**	1	
درنگ	-0/40**	0/47**	0/23**	0/37**	0/29**	1

*P < 0/05

** P < 0/01

همچنان که در جدول 2 آمده است، هم، مؤلفه‌های صبر با اهمال کاری تحصیلی دانشجویان رابطه منفی معنادار دارند. در این میان، رابطه بین متعالی شدن و اهمال کاری ($r = -0/31$ ، $P < 0/01$)، رابطه شکیبایی و اهمال کاری ($r = -0/12$ ، $P < 0/05$)، رابطه بین استقامت و اهمال کاری ($r = -0/42$ ، $P < 0/01$)، رابطه بین رضایت و اهمال کاری ($r = -0/27$ ، $P < 0/01$) و در نهایت، رابطه بین درنگ و اهمال کاری ($r = -0/40$ ، $P < 0/01$) بوده است.

به منظور تعیین نقش صبر در پیش‌بینی اهمال‌کاری تحصیلی، بر اساس مبانی نظری و پیشینه تحقیقاتی، مدلی طراحی شد که از متغیر برون‌زاد (مؤلفه‌های صبر) و متغیر درون‌زاد (اهمال‌کاری تحصیلی) تشکیل شده بود. مدل پیشنهاد شده با استفاده از روش تحلیل مسیر در مدل معادلات ساختاری بررسی شد. مدل نهایی پژوهش در شکل 1 ارائه شده است.



شکل 1: نقش مؤلفه‌های صبر در پیش‌بینی اهمال‌کاری تحصیلی در دانشجویان

* $P < 0/05$

** $P < 0/01$

در شکل 1، رابطه صبر و اهمال‌کاری تحصیلی نشان داده شده است. صبر و اهمال‌کاری تحصیلی سازه‌های مکنون مدل پیشنهادی پژوهش حاضر بودند. صبر شامل پنج نشانگر (متعالی شدن، شکیبایی، استقامت، رضایت و درنگ) و اهمال‌کاری تحصیلی شامل چهار نشانگر (چهار سؤال از پرسشنامه اهمال‌کاری) بودند. نتایج نشان داد تمام نشانگرهای مربوط به سازه‌های مکنون در مدل، ضرایب مسیر بالایی دارند. ترتیب ضرایب در مدل برای مؤلفه‌های صبر از $0/35$ تا $0/67$ و اهمال‌کاری تحصیلی از $0/23$ تا $0/75$ به دست آمد. همچنین تمامی ضرایب مسیر معنادار بودند. شکل 1 اثرات (ضرایب β) صبر بر اهمال‌کاری تحصیلی را نشان می‌دهد.

نتایج حاصل از این تحلیل نشان داد که مدل نهایی از برازش مطلوبی برخوردار است. جدول 3 شاخصهای برازش مدل را نشان می‌دهد.

جدول 3: شاخصهای برازش مدل

شاخص	CMIN/DF	NFI	IFI	GFI	AGFI	CFI	RMSEA
مقدار	1/39	0/90	0/98	0/97	0/95	0/98	0/04

و) بحث و نتیجه گیری

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که صبر به صورت منفی و معناداری اهمال کاری تحصیلی را پیش‌بینی می‌کند. این نتایج با یافته‌های فرمائی، درخشان و خرمائی (1394) و رحیمی (1394) همسو است. خرمائی و فرمائی (1394) هسته محوری صبر را گشادگی در آستانه تحمل یا سعه صدر می‌دانند. این محققان معتقدند که هسته محوری در مؤلفه‌هایی مانند استقامت، شکیبایی، رضایت، متعالی شدن و درنگ تجلی می‌یابد. از سوی دیگر، کاربرد صبر در موقعیتهایی است که فرد از آن اکراه دارد. به عبارتی؛ صبر در موقعیتهایی استفاده می‌شود که برای فرد ناخوشایند است. گاه انجام تکالیف درسی و حضور در موقعیتهای آموزشی کاری سخت و دشوار برای دانشجویان است. انجام فعالیتهای تحصیلی نیازمند به تعویق انداختن خواسته‌های لذت‌بخش است و چنانکه در تعریف اهمال کاری آمده است، فرد اهمال کار تکلیف یا وظیفه‌ای را که باید انجام دهد، به صورت عمدی به تعویق می‌افکند یا به آینده محول می‌سازد (فراری، 1998). به عبارتی؛ با این عمل می‌خواهد انجام تکالیفی را که مستلزم تلاش و سختی است و برای او ناخوشایند است، به تعویق افکند و با اجتناب از شرایط ناخوشایند، آن را به شرایطی خوشایند برای خویش تبدیل سازد. این پژوهش نشان داد که مؤلفه‌هایی مانند متعالی شدن که بر اساس تعریف خرمائی و فرمائی (1394) به عنوان تحمل سختی‌ها به منظور رشد بیشتر تعریف شده است، می‌تواند پیش‌بینی کننده منفی اهمال کاری تحصیلی باشد. گفتنی است که افراد متعالی، در تحمل مصائب و سختی‌ها معنایی یافته و برای دستیابی به هدفی والاتر، راحت‌تر آن را تحمل می‌کنند. بنابر این، رابطه منفی متعالی شدن و اهمال کاری تحصیلی قابل تبیین است. روساتی و همکاران¹ (2007) نیز صبر را به معنای چشم‌پوشی از منافع زمان حال به منظور به دست آوردن پادشاهای ارزشمندتر در آینده تعریف می‌کنند که از این موضوع حمایت می‌کند.

شکیبایی نیز با اهمال کاری رابطه منفی دارد. شکیبایی به معنی بردباری و تحمل سختی‌هاست (خرمائی و فرمائی، 1394). مورینیس² (2007) مطرح می‌کند که صبر می‌تواند افراد را برای کنار آمدن با مشکلات زندگی توانمند سازد و فرد صبور سعی در بهتر کردن شرایط را دارد. استیل (2007) یکی از علل اهمال کاری را پایین

1. Rosati, Stevens, Hare & Hauser
2. Morinis

بودن آستانه تحمل می‌داند؛ یعنی فرد اهمال‌کار به این دلیل که توانایی تحمل سختی‌ها را ندارد، از انجام کار اجتناب می‌ورزد. لذا با توجه به اینکه شکیبایی ترویج‌کننده بردباری در شرایط سخت است، این بردباری از شدت سختی‌ها می‌کاهد و در نتیجه، اهمال‌کاری کاهش می‌یابد.

از یافته‌های دیگر این پژوهش، رابطه منفی مؤلفه استقامت و اهمال‌کاری تحصیلی است. خرمائی و فرمانی (1394) استقامت را پایداری و ثبات در انجام امور و مداومت در کار و فعالیت تعریف کردند. انجام تکلیف برای دانشجویان کاری دشوار و ناخوشایند است. طبیعت لذت‌گرای انسان به دنبال آسایش و عدم انجام کارهای دشوار است؛ اما انجام این تکلیف بخش اجتناب‌ناپذیری از زندگی است. همچنین همان‌گونه که گفته شد فرد اهمال‌کار، تکلیف را به آینده محول می‌کند و این راهی برای گریز از شرایط ناخوشایند است. اما فردی که نمره بالایی در مؤلفه استقامت می‌آورد، در مقابل سختی‌ها پایداری ورزیده و به سادگی در انجام امور قصور نمی‌ورزد و در به اتمام‌رسانی کار و تکلیف اصرار می‌ورزد. بنابر این، استقامت در انجام تکلیف از جمله مؤلفه‌هایی است که به کاهش اهمال‌کاری دانشجویان کمک می‌کند. نتایج تحقیق کومر و سیکرکا¹ (2014) نیز نشان می‌دهد فردی که صبورانه رفتار می‌کند، توانایی مقابله خوب با شرایط ناخوشایند را دارد. لذا اگر انجام تکلیف را به عنوان عملی ناخوشایند در نظر بگیریم، صبر می‌تواند سبب کاهش اهمال‌کاری شود.

از سوی دیگر، نتایج این پژوهش نشان داد که بین رضایت و اهمال‌کاری تحصیلی، رابطه منفی وجود دارد. رضایت عبارت است از پذیرش وضع موجود بدون گله و شکایت و قبول شرایطی که فرد در آن قرار دارد (خرمائی و فرمانی، 1394). آقا تهرانی (1385) یکی از علل اهمال‌کاری را نارضایتی از وضع موجود می‌داند. افرادی که از وضعیت رضایت ندارند را می‌توان به گونه‌ای کمال‌گرا نامید. این افراد فکر می‌کنند شرایط لازم و کافی برای شروع کار وجود ندارد و از وضع موجود برای آغاز کردن کار رضایت ندارند و به همین دلیل، زمان زیادی را از دست می‌دهند. در واقع؛ همیشه انجام تکلیف و وظیفه، خوشایند نیست. فرد گاه با وظایف و تکالیفی مواجه می‌شود که انجام آنها ضروری است، اما برای او لذت‌بخش نیست یا شرایط لازم و کافی برای انجام آنها وجود ندارد. در اینجا لازم است وی شرایط کنونی را بپذیرد و انجام تکلیف را قبول کند. بنابر این، مؤلفه رضایت می‌تواند در کاهش کمال‌گرایی و در پی آن، کاهش اهمال‌کاری تحصیلی کمک‌کننده باشد. نتایج تحقیقات یازیکی و بولوت² (2015)، جدیدی، محمدخانی و زاهدی تجربی (2011) و شاطریان و همکاران (1390) همین موضوع را نشان می‌دهد.

1. Comer & Sekerka
2. Yaziki & Bulut

تبیین اهمال کاری تحصیلی دانشجویان بر اساس سازه دینی - اخلاقی صبر 87

از دیگر نتایج این پژوهش، رابطه منفی درنگ و اهمال کاری تحصیلی است. درنگ به عنوان خویشن داری و به تعویق انداختن خواسته‌ها و کنترل وسوسه‌های درونی تعریف می‌شود (خرمائی و فرمائی، 1394). فرد اهمال کار توانایی خویشن داری در برابر وسوسه‌ها را ندارد و انجام کارهای لذت بخش را به انجام تکالیف ناخوشایند ترجیح می‌دهد. آقا تهرانی (1385) از جمله عوامل بیرونی و محیطی مؤثر در اهمال کاری را عوامل هوس انگیز و سرگرم کننده می‌داند. فرد اهمال کار به صورت مداوم وسوسه می‌شود که تکالیف ناخوشایند و سخت را رها کند و به انجام امور لذت بخش و خوشایند بپردازد. لذا اگر مؤلفه درنگ، توانش کنترل وسوسه‌ها دانسته شود، رابطه منفی آن با اهمال کاری تحصیلی قابل تبیین است.

پیشنهادها

با توجه به اثر صبر بر کاهش اهمال کاری تحصیلی، پیشنهادهای ذیل مطرح می‌شود:

- 1- پیشنهاد می‌شود بسته‌هایی برای آموزش صبر طراحی و به شکل کارگاه‌های آموزشی در طول سال تحصیلی و به خصوص در ابتدای ورود به دانشگاه، به دانشجویان ارائه شود.
- 2- به پژوهشگران پیشنهاد می‌شود ارتباط میان صبر و اهمال کاری تحصیلی را با توجه به عامل جنسیت بررسی کنند. همچنین استفاده از طرح‌های پژوهشی آزمایشی برای بررسی رابطه بین صبر و اهمال کاری تحصیلی توصیه می‌شود.

محدودیتها

تحقیق حاضر از نوع همبستگی است و به همین سبب استنباط روابط علی از نتایج، باید با احتیاط صورت می‌گرفت. همچنین شرکت کنندگان در این پژوهش، دانشجویان دانشگاه شیراز بودند؛ لذا تعمیم ناپذیری نتایج حاصل به کل دانشجویان، از محدودیت‌های پژوهش است. از طرفی، با وجود اثرات مثبت صبر بر زندگی تحصیلی دانشجویان و کاهش اهمال کاری تحصیلی، پژوهش‌های اندکی در رابطه با این موضوع انجام شده است. بنابر این، فراهم بودن امکان مقایسه یافته‌ها با نتایج مطالعات دیگر، از دیگر محدودیت‌های مطالعه حاضر بوده است.



منابع

- آزادی ده‌بیدی، فاطمه و فرهاد خرمائی (1394). «نقش مؤلفه‌های صبر در پیش‌بینی اضطراب امتحان دانشجویان». کنفرانس بین‌المللی روان‌شناسی و علوم تربیتی. شیراز.
- آقا تهرانی، مرتضی (1385). اهمال‌کاری: بررسی علل و راهکارهای درمان. قم: مؤسسه آموزش و پژوهشی امام خمینی.
- ایزدی طامه، احمد؛ احمد برجعلی، علی دلاور و حسین اسکندری (1387). «صبر، مبانی نظری و کارکردهای روانی - اجتماعی». *تعلیم و تربیت اسلامی*، ش 17(78): 101-128.
- جوادی آملی، عبدالله (1378). *تفسیر تسنیم*. قم: اسراء.
- حسین ثابت، فریده (1387). «اثربخشی آموزش صبر بر اضطراب، افسردگی و شادکامی». *مطالعات اسلام و روان‌شناسی*، ش 1(2): 79-92.
- حق‌جو، شیوا (1391). *پیش‌بینی افکار خودکشی در دانشجویان بر مبنای مؤلفه‌های صبر و تنظیم هیجانی*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی. شیراز: دانشگاه شیراز.
- خرمائی، فرهاد و فاطمه آزادی ده‌بیدی (1394). «پیش‌بینی انگیزش پیشرفت بر اساس مؤلفه‌های صبر در دانشجویان». *سومین کنفرانس ملی روان‌شناسی و علوم رفتاری*. تهران.
- خرمائی، فرهاد؛ فرشته زارعی، منصوره مهدی‌یار و اعظم فرمائی (1393). «نقش صبر و مؤلفه‌های آن به عنوان فضایل اخلاقی در پیش‌بینی امید دانشجویان». *مجله ایرانی اخلاق و تاریخ پزشکی*، ش 7(3): 58-68.
- خرمائی، فرهاد و اعظم فرمائی (1394). «مدل پنج عاملی صبر بستوی مناسب برای تبیین مفهومی نظریه صبر». *سومین کنگره بین‌المللی علوم انسانی - اسلامی*. تهران و قم.
- خرمائی، فرهاد؛ اعظم فرمائی و اسماعیل سلطانی (1393). «ساخت و بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس صبر». *مجله اندازه‌گیری تربیتی*، ش 17: 50-67.
- خرمائی، فرهاد؛ اعظم فرمائی و شکیبا کلاتری (1394). «مقایسه مؤلفه‌های صبر در بیماران مبتلا به افسردگی اساسی، اضطراب تعمیم یافته و افراد بهنجار». *مجله علوم رفتاری*، ش 9(1): 77-84.
- دهقانی، یوسف (1387). *پیش‌بینی اهمال‌کاری تحصیلی بر اساس راهبردهای خودتنظیمی در یادگیری*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی.
- رحیمی، فیروزه (1394). *مقایسه اثربخشی راهبردهای خودتنظیمی و آموزش صبر بر کاهش اهمال‌کاری تحصیلی دانش‌آموزان*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی.
- سادات حسینی سلطان‌نصیر، محبوبه؛ افسانه عزیزاده عصار و عباس رحمتی (1393). «آموزش مهارت‌های معنوی صبر و ذکر به شیوه گروهی در کاهش علائم افسردگی دانشجویان». *هفتمین سمینار سراسری بهداشت روانی دانشجویان*. اصفهان: دانشگاه صنعتی اصفهان.

تبیین اهمال کاری تحصیلی دانشجویان بر اساس سازه دینی - اخلاقی صبر 89

- شاطریان محمدی، فاطمه؛ آذر پاکدامن ساوجی و زینب شاه محمدی (1390). «رابطه کمال‌گرایی و باورهای انگیزشی با اهمال کاری تحصیلی در دانش‌آموزان پیش‌دانشگاهی شهر تهران». همایش یافته‌های علوم شناختی در تعلیم و تربیت، مشهد.
- شکوفه فرد، شایسته و فرهاد خرمائی (1393). «صبر و بررسی نقش پیش‌بین مؤلفه‌های آن در پرخاشگری دانشجویان». روان‌شناسی و دین، ش 5 (2): 99-112.
- طباطبایی، محمدحسین (1382). تفسیرالمیزان. ترجمه سید محمدباقر موسوی همدانی. قم: دفتر انتشارات اسلامی.
- غباری بناب، باقر و محمد خدایاری فرد (1379). «رابطه توکل به خدا، اضطراب، صبر و امیدواری در شرایط ناگوار». اولین همایش بین‌المللی دین و سلامت روان. معاونت پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشت درمانی ایران.
- فرمانی، اعظم؛ معراج درخشان و فرهاد خرمایی (1394). «بررسی نقش صبر و مؤلفه‌های آن در پیش‌بینی اهمال کاری تحصیلی دانش‌آموزان شهر شیراز». همایش بین‌المللی روان‌پزشکی کودک و نوجوان. تهران: دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی.
- فرمانی، اعظم؛ فرهاد خرمائی و نجمه دوکوهکی (1393). «بررسی نقش صبر و مؤلفه‌های آن در پیش‌بینی رضایت زناشویی والدین دانش‌آموزان مقطع ابتدایی شهر شیراز». ششمین همایش ملی آسیب‌شناسی خانواده. تهران: پژوهشکده خانواده دانشگاه شهید بهشتی.
- فرمانی، اعظم؛ فرهاد خرمائی و فهیمه بانسی (1393). «بررسی نقش مؤلفه‌های صبر در پیش‌بینی سلامت روان دانشجویان». همایش ملی قرآن، سلامت و سبک زندگی. فسا: دانشگاه علوم پزشکی فسا.
- کیهان‌فر، راضیه (1389). بررسی رابطه صبر و راهبردهای مقابله‌ای استرس در دانشجویان دانشگاه شیراز. پایان‌نامه کارشناسی ارشد دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه شیراز.
- مکارم شیرازی، ناصر (1372). تفسیر نمونه (جلد اول). تهران: دارالکتب الاسلامیه.
- Agha Tehrani, M. (2006). **Procrastination: Reasons and Treatment Guidelines**. Qom, Imam Khomeini Educational and Research Center.
- Aynur, P.; A. Murat & B. Can (2011). "Academic Procrastination Behavior of Pre-Service Teachers of Celal Bayar University". *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 29: 1418-1425.
- Azadi Dehbidi, F. & F. Khormaei (2015). "The Role of Patience Components in Predicting Test Anxiety in Students". *The first International Conference on Psychology and Education*. Shiraz, Iran.
- Balkis, M. & E. Duru (2009). "Prevalence of Academic Procrastination Behavior among Preservice Teachers, and its Relationship with Demographic and Individual Preference". *Journal of Theory and Practice in Education*, 5(1): 18-32.

- Comer, D.R., & L.E. Sekerka (2014). **“Taking Time for Patience in Organizations”**. *Journal of Management Development*, 33(1): 6- 23.
- Dehghani, Y. (2008). **The Prediction of Procrastination based on Self-Regulation Strategies in Learning**. Master Dissertation. Shiraz University, Shiraz, Iran.
- Dunn, K.E. (2013). **“Why Wait? The Influence of Academic Self-Regulation, Intrinsic Motivation, and Statistics Anxiety on Procrastination in Online Statistics”**. *Innovative Higher Education*. 39: 33-44.
- Ellis, A. & W.J. Knaus (1977). **Overcoming Procrastination**. New York: Signet Books.
- Farmani, A.; M. Derakhshan & F. Khormaei (2015). **“Investigating the Role of Patience and its Components in Predicting Procrastination of School Students in Shiraz”**. *The Congress on Child and Adolescent Psychiatry*. Tehran, Iran: Shahid Beheshti University.
- Farmani, A.; F. Khormaei & F. Baneshi (2014). **“The Relationship between Patience and Global Health among Shiraz University Students”**. *The National Congress on Quran*. Fasa, Iran.
- Farmani, A.; F. Khormaei & N. Dokuhaki (2014). **“Investigating the Role of Patience and its Components in Predicting Marital Satisfaction among Parents of Elementary School Students in Shiraz”**. *The 6th National Congress on Family Pathology*. Tehran, Iran: Shahid Beheshti University.
- Ferrari, J.R. (1998). **“Procrastination”**. *Encyclopedia of Mental Health*, 1-5.
- Ghobari, B. & M. Khodayarifard (2000). **“The Relationships between God, Anxiety, Patience and Hopin Adverse Conditions”**. *The first International Conference on Religion and Mental Health*. Tehran, Iran: Iran Medical Sciences University.
- Haghjo, Sh. (2012). **Prediction of Suicidal Ideation based on Components of Patience and Emotion Regulation**. Master Dissertation. Shiraz University, Shiraz, Iran.
- Hossein Sabet, F. (2008). **“Effectiveness of Patience Training in Anxiety, Depression and Happiness”**. *Study of Islamic psychology*, 1(2): 79-92.
- Izadi Tame, A.; A. Borjali, A. Delavar & H. Eskandari(2008).**“Patience, Theoretical foundation and sociopsychological functions”**. *Islamic education*, 17(78): 101-128.
- Jadidi, F.; Sh. Mohamadkhani & K. Zahedi Tajrishi (2011). **“Perfectionism and Academic Procrastination”**. *Social and Behavioral Sciences*, 30: 534-537.
- Javadi Amoli, A. (1999). **Tafsir Tasnim**. Qum: Publication Center Asra.

- Keyhanfar, R. (2010). **Study of Relationship between Patience and Stress in Students of Shiraz University**. Master Dissertation. Shiraz University, Shiraz, Iran.
- Khormaei, F. & F. Azadi Dehbidi (2015). **“The Prediction of Achievement Motivation based on Patience Components”**. *The 2th National Conference on Psychology and Behavioral Sciences*. Tehran, Iran.
- Khormaei, F. & A. Farmani (2015). **“Five- Factor Model of Patience is Suitable for Explain the Theory of Patience”**. *The Third International Congress on Islamic Humanities (ICIH)*. Tehran and Qom
- Khormaei, F.; A. Farmani & S. Kalantari (2015). **The Comparison of Facets of Mindfulness and Patience among Patients with Major Depression, Generalized Anxiety Disorder and Normal Individuals**. Master Dissertation. Shiraz University, Shiraz, Iran.
- Khormaei, F.; A. Farmani & E. Soltani (2014). **“The Patience Scale: Instrument Development and Estimates of Psychometric Properties”**. *Journal of Educational Measurement*, 17: 50-67.
- Khormaei, F.; F. Zareie, M. Mahdiyar & A. Farmani (2014). **“Patience and the Role of its Components in Predicting Hope among University Students”**. *Journal of Medical Ethics and History of Medicine*, 7 (3): 58-68.
- Klin, R.B. (2011). **Principles and Practice of Structural Equation Modeling**. (3rd ed). New York, London, the Guilford Press.
- Lay, C. (1986). **“At Last, My Research Article on Procrastination”**. *Journal of Research in Personality*, 20: 474-495.
- Makarem Shirazi, N. (1993). **Tafsir Nemone (First Vol.)**. Tehran: Dar-al-Kotob Islamiyah.
- Morinis, A. (2007). **Every day Holiness: The Jewish Spiritual Pat of Mussar**. Trumpeter: Boston, M.A.
- Rahimi, F. (2015). **Comparing the Effectiveness of Patience Education and Self-Regulation Strategies on Procrastination Students**. Master Dissertation. Shiraz University, Shiraz, Iran.
- Rosati, A.G.; J.R. Stevens, B. Hare & M.D. Hauser (2007). **“The Evolutionary Origins of Human Patience: Temporal Preferences in Chimpanzees, Bonobos, and Human Adults”**. *Current Biology*, 17(19): 1663-1668.
- Sadat Hoseini Soltan Naser, M.; A. Alizadeh Assar & A. Rahmati (2014). **“Skills Training in Patience and Prayer for Reducing Students Depression”**. *The 7th Seminar Mental Health of Students*. Isfahan: Isfahan University of Technology.
- Saddler, C.D. & L.A. Sacks (1993). **“Multidimensional Perfectionism and Academic Procrastination: Relationships with Depression in University Students”**. *Psychological Reports*, 59: 820-871.

- Schnitker, S.A. (2010). **An Examination of Patience and Well-being**. Unpublished Doctoral Dissertation. University of California, Davis, CA.
- Schnitker, S.A. (2012). “**An Examination of Patience and Well-being**”. *The Journal of Positive Psychology*, 7(4): 263-280.
- Schouwenburg, H. (2005). “**On Counseling the Procrastinator in Academic Setting**”. *Presented at the Fedora Psyches Conference*.
- Schraw, G.; T. Wadkins & L. Olafson (2007). “**Doing the Things we do: A Grounded Theory of Academic Procrastination**”. *Journal of Educational Psychology*, 99 (1): 12-25.
- Shakofe Fard, Sh. & F. Khormaei (2014). “**Patience and Examine the Predictive Role in the University Students**”. *Psychology and Religion*, 5 (2): 92-112.
- Shaterian Mohamadi, F.; A. Pakdaman Savoji & Z. Shahmohamadi (2011). “**The Relationship between Perfectionism Motivational beliefs, and Academic Procrastination in pre-University School Students in Tehran**”. Conference Findings of Cognitive Science in Education, Mashhad.
- Solomon, L.J. & E.D. Rothblum (1984). “**Academic Procrastination: Frequency and Cognitive- Behavioral Correlates**”. *Journal of Counseling Psychology*, 31 (4): 503-509.
- Stell, P. (2007). “**The Nature of Procrastination: A Mental-Analytic and Theoretical Review of Quintessential Self-Regulatory Failure**”. *Psychological Bulletin*, 133 (1): 65-94.
- Tabatabai, M.H. (2003). **Tafsir al-Mizan**. Translate Mohamad Bagher Mosavi Hamedani. Qom: Islami Publication Center.
- Vohs, K. & R. Baumeister (2011). “**Under Standing Self-Regulation: Handbook of Self-Regulation**”. New York: Guildford Press.
- Yaziki, H. & R. Bulut (2015). “**Investigation in to the Academic Procrastination of Teacher Candidates Social Studies with Regard to their Personality Traits**”. *Social and Behavioral Sciences*, 174: 2270- 2277.

