التسويف الأكاديمي وعلاقته بالكمالية العصابية لدى طلبة الجامعة

نازەنین عثمان محمد

قسم التربية الخاصة، كلية التربية الأساسية، جامعة السليمانية، السليمانية، اقليم كوردستان، العراق

المستخلص - هدف البحث هو التعرف على التسويف الأكاديمي وعلاقته بالكمالية العصابية على عينة مكونة من (200) طالب وطالبة من جامعة السليمانية، والكشف عن الفروق في مستوى كل من التسويف الأكاديمي والكمالية العصابية لدى عينة البحث وفقا للمتغيرات: (النوع الأجتماعي، المرحلة الدراسية، التخصص الدراسي، ومكان السكن)، وقد تم استخدام المنهج الوصفي الإرتباطي، وتطبيق مقياس التسويف الأكاديمي لأبو غزال (2012)، وقامت الباحثة بإعداد مقياس للكمالية العصابية مكون من (22) فقرة موزعة على أربعة أبعاد وتطبيقه على العينة بعد استخراج الصدق والثبات وتوصلت النتائج إلى:- وجود مستوى منخفض من التسويف الأكاديمي ، ومستوى عالي في الميول الكمالية العصابية لدى عينة البحث. كما اظهرت النتائج ايضاً عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية على مقياس التسويف الأكاديمي التي ترجع للمتغيرات (النوع الأجتماعي، التخصص الدراسي، مكان السكن)، ولكن وجود فروق ذات دلالة احصائية على مقياس التسويف الأكاديمي ترجع للمتغيرات (المرحلة الدراسية لصالح المرحلة الثالثة)، ووجدت فروق ذات دلالة احصائية على مقياس الكمالية العصابية ترجع للمتغيرات (النوع الإجتماعي لصالح الطلاب ، المرحلة الدراسية لصالح المرحلة الثالثة، والتخصص لصالح التخصص العلمي، ومكان السكن لصالح الطلبة الساكنين مع عوائلهم)، واخيراً أوجدت علاقة ارتباطية موجبة دالة بين التسويف الأكاديمي والكمالية العصابية لدى طلبة جامعة السليمانية. وفي ضوء هذه النتائج قامت الباحثة بعرض بعض التوصيات والمقترحات.

الكلمات الدالة- التسويف، التسويف الأكاديمي ،الكمالية، الكمالية العصابية ، طلبة الجامعة، جامعة السليمانية.

مقدمة

نتيجة التطور التكنلوجي والكم الهائل من المعلومات والمعارف والذي انعكس بصورة مباشرة على جميع مجالات الحياة وكان للتعليم النصيب الأوفر حيث يلجأ بعض الطلبة وخاصة في المرحلة الجامعية الى المماطلة او تأجيل الواجبات المناطة بهم(رفوع، 2015،ص18)، لذلك يعد التسويف احد التحديات والعادات المذمومة والمخاطر التي تواجه الأداء الأكاديمي للطلاب في المراحل التعليمية المختلفة، حيث ان إعتياد الإرجاء والأمتناع عن أنجاز الأعمال المطلوبة وتفويت الفرص السانحة يؤدي الى زيادة تراكم الأعمال وزيادة الضغوط النفسية وتأخر وضعف الأداء (ابو غزال، 2012).

ويذكر بأن للتسويف آثار سلبية على تعلم الطلبة حيث يؤدي إلى انخفاض أدائهم في الإمتحانات مما يؤدي بدوره إلى الاكتئاب والقلق مما يزيد من احتمال شعورهم بالتردد في بدء عملهم الأكاديمي بسبب فقدانهم روح المنافسة وتؤدي الإنجازات المنخفضة والفشل المستمر إلى تطوير موقف عدائي بين طالب الجامعة (Hussain & Sultan,2010,1903)،وهذا ما اكدته نتائج كثير من الدراسات بأن هناك عواقب سلبية متعددة للسلوك التسويف الأكاديمي مثل التدني التحصيل الأكاديمي والأنقطاع المستمر عن حلقات النقاش البحثية مثل دراسة Solomon and Rothblum (1984)، ودراسة عبادة (1993).

وقد اشارت ايضاً دراسة العبيد(2020) في نتائجة بأن طلبة الجامعة لديهم تسويف اكاديمي، وكشفت دراسة ابو غزال (2011) إلى ان طلبة الجامعة لديهم تسويف مرتفع بنسبة 25.2% ونسبة 57.7% منهم من ذوي تسويف متوسط و نسبة 17.2% منهم من ذوى التسويف المتدني. واسفرت نتائج دراسة السهولي (2020) عن ارتفاع نسبة التسيوف لدى طلبة الجامعة.

فقد قامت العديد من الدراسات بالإهتمام بالمفهوم التسويف الأكاديمي وعلاقته بالعديد من المتغيرات فعلى سبيل المثال تناول دراسة السيد (2018) علاقته بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية، وتناول دراسة احمد(2008) علاقته بالدافعية الإنجاز والرضا عن الدراسة، والدراسة ابو الضيف والآخرون (2020) تناولت علاقته باليقظة الضمير.

وهناك متغير آخر مرتبط بسلوك التسويف الأكاديمي وهو الكمالية العصابية، حيث يعاني الكماليون من مشكلة التسويف،وقد يحدث التأجيل خوفاً من الفشل او ظهور بمظهر غير لائق أمام الآخرين وذلك عندما يفشلون في تحقيق آمالهم وتوقعاتهم فيسارعون الي التأجيل والتسويف للحفاظ على قيمتهم الذاتية (عطية،2009،ص284).فقد اظهرت العديد من الدراسات ارتباط دال بين التسويف والكمالية مثل دراسة عبد الجواد(2019).

وعرف الموسى(2018) الكمالية العصابية : هي التي يرى الفرد فيها أن عمله وجهوده ليست جيدة رغم جودة أدائه ويرى أنه لابد أن يكون أفضل بأستمرار ويصاحب ذلك شعوره بعدم الرضا ويضع لنفسه مستويات لايستطيع الوصول إليها بقدراته وامكانياته كما أن لديه خوفا دائما من الفشل.وتعد الكمالية العصابية من اخطر الإضطرابات السلوكية تأثيراً على الذات، وقد ترتبط بخصائص السلبية؛ كالشعور بالفشل ، والذنب، والترديد،

مجلة جامعة التنمية البشرية

المجلد 11، العدد 1(2025) ؛ عدد الصفحات (15)؛ معرف الكائن الرقمي: 10.21928/juhd.v11n1y2025.pp68-82

ورقة بحث منتظمة: أُستلم البحث في 11 أيلول 2024؛ قُبل في 15 تشرين الأول 2024؛ نُشرت في 28 كانون الثاني 2025؛

البريد الإلكتروني للمؤلف :nazaneen.mohammed@univsul.edu

حقوق الطبع والنشر ©2025 نازەنین عثمان محمد. هذه مقالة الوصول اليها مفتوح موزعة تحت رخصة المشاع الإبداعي النسبية - CC BY-NC-ND 4.0

وانخفاض تقدير الذات، كما ترتبط بالإكتئاب وقد يصاحبها أشكال خطيرة من الحالات المرضية (باظة، 1996،ص 305).

ومن كل ما سبق نجد بان ظاهرة التسويف الأكاديمي والكمالية العصابية منتشرة بالإضافة إلى تأثيرهما السلبي على التحصيل الدراسي، لذا فانه من الضروري إلقاء الضوء على هذين المتغيرين، مما يساعد على فهمها ومن ثم محاولة التقليل من الآثارهما السلبية إلى اقصى درجة ممكنة. وترى الباحثة ان التعليم في اقليم كوردستان بشكل عام والجامعي بصورة خاصة، في حاجة ملحة لمزيد من الدراسة في مجال التسويف الأكاديمي والكمالية العصابية. تقوم الباحثة بالتعريف الدراسة من خلال مشكلة البحث واهميته وتحديد الأهداف والحدود البحث ومن ثم تعريف المصطلحات، اما من خلال الإطار النظري يقدم عرضاً نظرياً للمفهومين: التسويف الأكاديمي والكمالية العصابية، ومن ثم يوضح منهجية الدراسة و خصائص السايكومترية للمقياسين المستخدمين في الدراسة و اخيراً تعرض الباحثة اهم النتائج على الوفق الأهداف المحددة للدراسة الحالية.

مشكلة البحث:

يشهد العالم المعاصر تطورات متسارعة تشمل مختلف مجالات الحياة مثل: مجال المعرفة والمعلومات الذي ادى بدوره إلى تحولات كبيرة في الأفراد والمؤسسات التعليمية كالجامعات، مما أثار كثيرا من التحديات والمشكلات التعليمية والسلوكية والشخصية لطلبة الجامعة ومن أبرزها ظاهرة التسويف الأكاديمي.

ان هذه الظاهرة ليست حكراً على مرحلة معينة من التعليم الأكاديمي وانما تشمل جميع مراحل التعليم وخاصة في مرحلة التعليم الجامعي (Maharani,2020,76)، ويعد التسويف من أخطر المشكلات التي تواجه الطلبة في البيئة التعليمية في المجتمعات الحديثة، والتي يمكن تعريفه بأنه تأجيل المهمات الدراسية، و يحتمل أن يكون الطالب غير قادرا على التكيف مع متطلبات الجامعة، والتي ينتج عنها الضيق النفسي وعدم الراحة في كثير من الأحيان، كما ينطوي عليه التناقض بين النوايا والسلوك الفعلي (هادي، 2021 ،ص 101). وهناك عواقب سلبية اخرى لسلوك التسويف الأكاديمي مثل تدني التحصيل الأكاديمي والانقطاع المستمر عن حلقات النقاش البحثية (عبيد، 2019، ص261) ، ولهذا يؤكد عبد السلام (2010) أن التسويف مهما تكن أسبابه - إن لم تكن أسباب قهرية - فهو سلوك سلبي, لذلك فمن يؤمن بتأجيل عمل اليوم إلى الغد فهو متسوف مهما قدم من أعذار أو مبررات (عبد السلام، 2010،ص 7).

وقد يكون التسويف الأكاديمي مصحوباً برغبة الطالب في تحقيق الكمالية، فبعض الطلاب قد يضعون لأنفسهم مستويات عالية من الطموحات تفوق كثيراً قدراتهم وإمكاناتهم، والبعض الآخر قد يبالغ في الإتقان إلى حد التزمت، وكلاهما يصاب بالقلق أثناء إقدامه على مهام البحث والإستذكار، ويدفعه إلى التهرب من المهام الأكاديمية (Capan,2010 ,P 667).فيضطر طلاب الجامعة ذوي الكمالية العصابية إلى التسويف الأكاديمي، حيث يخشى هؤلاء الطلاب من الظهور بمظهر غير لائق أمام انفسهم او الآخرين، فيسارعون إلى التسويف والتاجيل حفاظاً على قيمتهم الذاتية، فالأفكار الكمالية تؤدي إلى شعور الطالب بالقلق بشأن أدائه، مما يجعله يعيد العمل بشكل متكرر ظناً منه أنه لم يصل إلى المستوى المطلوب، وقد يدفعه هذا الإعتقاد إلى تأجيل المهام الأكاديمية من أجل التخلص من هذا الشعور،فالتسويف هنا يرجع إلى الخوف من الفشل وعدم الثقة في إمكانية النجاح (عبد الجواد، 2019: 146-147). وتتضمن الكمالية العصابية معايير عالية من الأداء، ويصاحب ذلك ويلازمه تقييمات ناقدة وزائدة، وهذا يشكل عامل خطورة، في تطور العديد من الاضطرابات النفسية مثل: الاكتئاب والقلق والعصاب القهرى، واضطرابات الأكل (Kubal, 2005: 7).

وتعد الكمالية العصابية من أخطر الإضطرابات السلوكية تأثيراً على الذات، وقد ترتبط بخصائص السلبية؛ كالشعور بالفشل ، والذنب، والترديد، وانخفاض تقدير الذات، كما ترتبط بالإكتئاب وقد يصاحبها أشكال خطيرة من الحالات المرضية (أباظة، 1996،ص305). وتهدد سير عملية التعليم وانجازهم الاكاديمي وتكيفهم الدراسي بشكل عام وقد يؤدي بهم الى الاتكالية والفشل الدراسي (الزهراني ،2010 ،ص 6-5).

فكثيرا ما واجهت الباحثة بوصفها استاذه جامعية تأخيرا في تسليم الواجبات والأعمال المطلوبة من الطلبة، حيث تجاوز الطالب الفترة المحددة لنهاية التسليم، مع عدم وجود سبب منطقي لهذا التأجيل، ومن خلال ملاحظة ما ذكر نجد بان ظاهرة التسويف منتشرة بالإضافة إلى تأثيره السلبي على التحصيل الدراسي، لذا فانه من الضروري إلقاء الضوء على هذا السلوك ودراسة المتغيرات المرتبطة به، مثل الكمالية العصابية و ترى الباحثة ان التعليم في اقليم كوردستان بشكل عام والجامعي بصورة خاصة، في حاجة ملحة لمزيد من الدراسة و البحث في مجال التسويف الأكاديمي والكمالية العصابية. وفي ضوء كل ما تقدم يمكن صياغة مشكلة البحث في الإجابة على الأسئلة التالية: ما طبيعة العلاقة بين التسويف الأكاديمي والكمالية العصابية لدى طلبة الجامعة. وما مستوى التسويف الأكاديمي والكمالية العصابية لديهم. وهل توجد فروق دالة احصائياً في التسويف الأكاديمي والكمالية العصابية تعزى لأختلاف متغير الجنس، المرحلة الدراسية، التخصص ، ومكان السكن.

أهمية البحث :

قامت العديد من الدراسات بالإهتمام بمفهوم التسويف الأكاديمي وعلاقته بالمتغيرات مثل؛ الدافعية الإنجاز والرضا عن الدراسة مثل دراسة احمد عطية (2008)، ودراسة ابو الضيف والآخرون (2020) حيث درست علاقته بيقظة الضمير، واهتم البحث الحالي بدراسة علاقة التسويف الأكاديمي بالكمالية العصابية، ويمكن ان نستخلص اهمية الدراسة الحالية بالتالي:-

اولاً: الأهمية النظرية

1. أهمية المتغيرات التي تتناولها الدراسة الحالية وهي التسويف الأكاديمي والذي يعتبر مشكلة منتشرة بين طلاب الجامعة، بالإضافة إلى الكمالية العصابية والتي تعد مشكلة نفسية منتشرة بين طلاب الجامعة، ولها عديد من الآثار السلبية على الأداء للطالب الأكاديمي والتي تمتد لحياتهم الشخصية ، وحالتهم الصحية.
2. اهمية الشريحة التي تجري عليها الدراسة، وهم طلبة المرحلة الجامعية، باعتبارهم ثروة المجتمع و العمود الذي يسهم بشكل فعال في بناء المجتمع. لذلك يجب الإهتمام بهم.
3. تقدم هذه الدراسة نموذجاً مصوراً للعلاقة ما بين كل من التسويف الأكاديمي والكمالية العصابية.
4. إثراء مجال الدراسات النفسية الخاص بمهومي التسويف الأكاديمي والكمالية العصابية ومعرفة العلاقة بينهما.

ثانياً: الأهمية التطبيقية

1. في حدود علم الباحثة لا توجد دراسة محلية ربطت بين متغيرات الدراسة الحالية.
2. يحاول البحث الحالي ان يطلع أعضاء الهيئة التدريسية في الجامعة، والآباء والمؤسسات التربوية على انتشار هذه الظاهرة الخطيرة، وبالتالي يساهم في تحقيق فهم نظري متعمق لها. و ايجاد حلول واقعية وعملية لها.
3. قد تفيد نتائج هذه الدراسة وتوصياتها المسؤولين وصانعي القرار في العمل على الإهتمام بمشكلة التسويف الأكاديمي و الكمالية العصابية وإجراء المزيد من الدراسات و الأبحاث التي تتناول متغيرات الدراسة الحالية مع متغيرات اخرى.

أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على :

1. مستوى التسويف الأكاديمي لدى طلبة جامعة السليمانية
2. مستوى الفروق في مستوى التسويف الأكاديمي لدى طلبة جامعة السليمانية على وفق المتغير: النوع الإجتماعي (الذكور، الإناث) ، والمرحلة الدراسية (الأولى و الثالثة)،والتخصص الدراسي (الانساني، العلمي) ، ومكان السكن (مع العائلة، في الأقسام الداخلية).
3. مستوى الكمالية العصابية لدى طلبة جامعة السليمانية .
4. مستوى الفروق في الكمالية العصابية لدى طلبة جامعة السليمانية على وفق المتغير: النوع الإجتماعي (الذكور، الإناث) ، والمرحلة الدراسية (الأولى و الثالثة)،والتخصص الدراسي (الانساني ، العلمي) ، ومكان السكن (مع العائلة، في الأقسام الداخلية).
5. العلاقة بين التسويف الأكاديمي والكمالية العصابية لدى طلبة الجامعة.

حدود البحث:

حدود بشرية: طلبة الجامعة السليمانية
حدود مكانية: مدينة السليمانية
حدود زمانية: الفصل الثاني لعام الدراسي 2023 ـ 2024
حدود موضوعية: التسويف الأكاديمي والكمالية العصابية.

مصطلحات البحث:

1. التسويف الأكاديمي : Academic Procrastination

تعريف ابو غزال (2011):"هو ميل الفرد لتأجيل البدء في المهات الأكاديمية أو اكمالها،و ينتج عنه شعور الفرد بالتوتر الإنفعالي".(ابوغزال، 2011،ص 134)
تعريف هنري (2011):" بأنه ظاهرة معقدة من العناصر المعرفية والإنفعالية والسلوكية التي تتضمن التأجيل المتعمد للأعمال التي يكلف بها الطالب على الرغم من وعيه للنتائج السلبية المحتملة لهذا التأجيل.(Henry, 2011).

وتبنت الباحثة تعريف ابو غزال كتعريف نظري للتسويف الأكاديمي لأنها طبقت مقياس ابوغزال للتسويف الأكاديمي في هذا البحث. وتعرفه اجرائياً: بأنه ، الدرجة التي تحصل عليها عينة الدراسة على مقياس التسويف الأكاديمي المستخدم في البحث الحالي والتي تشير الدرجة المرتفعة إلى زيادة في سلوك التسويف الأكاديمي.

2. الكمالية العصابية Neurotic Perfectionism

تعريف القريطي والآخرون (2015) :" بأنها بناء معرفي سلوكي يتشكل عن طريق تبني الفرد لأفكار اللاعقلانية ، مما يجعل الفرد يحاول تحقيق أهداف وأداء جيد و مثالي، معتقداً بأنه سوف ينال التقدير والإستحسان من الآخرين، وهذا يسبب له حالة من عدم الرضا عن أي أداء وشعور مستمر بالفشل والعجز، والإهتمام الزائد بالأخطاء ومن ثم ينخفض لديه تقديره لذاته (القريطي وشند ويحي، 2015 ،ص 712).
وتعرف الباحثة الكمالية العصابية نظرياً بانها :" رغبة الفرد المستمرة فى تحقيق أعلى مستويات الأداء مدفوعاً بحاجته لإستحسان الآخرين له وتجنب نقدهم نتيجة لأفكار وسواسية تسلطية بداخله وتتضمن الكمالية شقين إحداهما تكيفي وآخر لا تكيفي". و تعرفه اجرائياً : الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب في مقياس الكمالية المستخدم في هذه الدراسة، و التي بدورها تحدد مستوى الكمالية العصابية لديه.

الأطار النظري والدراسات السابقة

ا. مفهوم التسويف الأكاديمي

كلمة التسويف في اللغة الأنجليزية يقابلها "procrastination" وهي كلمة لاتينية ويرجع تاريخ ظهورها إلى أواخر القرن السادس عشر وتعني المماطلة في إنجاز شيء ما أو تأجيل الأعمال او المهام إلى وقت آخر. وفي اللغة العربية كما اشار اليه في معجم المعاني الجامع ان تسويف اسم ومصدره (**سَوَّفَ**) مِنَ الْمُمَاطَلَةِ فِي أَدَاءِ دَيْنٍ أَوْ مَا شَابَهَ ذَلِكَ (معجم المعاني، 2023،انترنت).

يعتبر التسويف مفهوماً قديماً في نشأته، حديثاً في تنظيره، فقد كان يفسر على أنه طريقة من طرق الحفاظ قديماً على الطاقة البشرية من الإهدارو نوع من الفطنة والرزانة، ولكن في العصر الحديث ظهر التسويف على أنه مشكلة تربوية وسلوكية ومعرفية، تعني تأخير وتأجيل الأعمال الواجب إنجازها (زغبي، 2020،ص90)،و كغيره من المصطلحات العلمية التسويف له معاني متنوعة نظراً لطبيعته، مما أدى إلى محاولات عدة لتعريفه، بحسب عالم النفس ويليام كناوس (2002) يُعرّف التسويف بأنّه: حالة من انشغال النفس والتشتّت الذي يسبق قيامنا بالمهام اليومية الرئيسة المُراد إنجازها، والمحاولة لإقناع النفس بإمكانية تأخير إنجازها إلى وقتٍ آخر، وهذا يؤدي إلى عدم إنجاز المهام عن طريق مواصلة تأجيلها وتأخيرها لوقتٍ لاحق (Knaus,2000,p33). أما العبيدي (2013) في تعريفها تؤكد على ان التسويف الأكاديمي هو الحالة التي تتصل اتصالاً وثيقاً بكيفية إدارة الإنسان لوقته وإنجازه للمهام أو المسؤوليات المطلوبة منه بشكل فعال (العبيدي، 2013،ص 138).

بينما يرى العالم النفسي كلاري لاي (Lay,1986) إن عادة التسويف تحدث عندما تكون هناك فجوة بين السلوك الذي ينوي الشخص إصداره وبين السلوك الذي يدخل حيز التنفيذ أي وجود الفجوة بين النية والتنفيذ الفعلي، فعادة ما يظهر التسويف عندما تكون هناك فترة ملحوظة فاصلة بين ما ينوي الشخص فعله من المهمة وبين ما ينجزه فعلياً (عبيد، 2019، ص263). وطبقا لآراء أليس ونوس فإن إحدى تلك المعتقدات غير المنطقية الأساسية التي تؤدي إلى التأجيل هي المعتقد الذي يؤمن به الفرد والذي فحواه: (لأثبت للآخرين بأنني شخص له قيمته ، يجب علي أن أقدم أداء جيداً) (احمد، 2008 ،ص 13).

لاحظت الباحثة بأن التعريفات أكثرها ركزت على جوهر المصطلح وتحديد العناصر المشتركة فيه وهو: (مكون السلوكي) وهو المماطلة أو تأجيل القيام بالأعمال أو المهات بشكل اختياري ، مع عدم وجود مبرر لهذا التأجيل، مع العلم بأهمية المهمة بالنسبة

للفرد (مكون معرفي)، الشعور بعدم الارتياح بسبب عدم أداء هذه المهمة في وقتها المحدد (مكون وجداني)

أنواع التسويف:

لقد أظهرت نتائج الدراسات إلى أن الأفراد يسوفون في ستة مجالات مختلفة من مجالات الحياة وهي: المجال الأكاديمي والعمل، الواجبات اليومية، الصحة، الترفية، الأسرة، والعلاقات الاجتماعية (Janssen,2015) وقد أشارت دراسة(Chandel, et. al. 2023) أن التسويف بصورة عامة له عدة أشكال وهي :- التسويف الأكاديمي: يعني تأجيل ومماطلة الطلاب للمهات الأكاديمية للحظات الأخيرة (شبيب،2015،ص22) والتسويف في إتخاذ القرار: الذي يتمثل في عدم القدرة على إتخاذ قرار في وقته سواء للمواقف أو الموضوعات الأساسية أو الثانوية، والتسويف العصابي، اما ما هو منتشر بين اواسط الطلبة في الجامعات هو النوع التسويف الأكاديمي وهو متغير الدراسة الحالية وهذا ما اشارت اليه دراسة احمد (2021) الى وجود مستوى المتوسط من التسويف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة، وأكدت دراسة زغبي (2020) بأن نسبة انتشار سلوك التسويف الأكاديمي بين طلبة الجامعة بلغت (56.4) وهي نسبة مرتفعة مقارنة بالنسب العالمية.

أسباب التسويف الأكاديمي:

بعد قرأة وتمحص الباحثة في نتائج الدراسات المتعلقة بالأسباب والعوامل المؤثرة على مستوى التسويف الأكاديمي لدي الطلبة تبين أن هناك أسباب داخلية وتتكون من : أسباب ترتبط بالسمات الشخصية: مثل : الخوف من الفشل (وهذا ما أكدته نتئج دراسة كل من ابو غزال (2011) و دراسة Lay(1986)، والقلق، وتقدير الذات المنخفض، والكمالية السلبية، السعي نحو الكمالية الذاتية والإجتماعية (دراوشة والسفاسفة،2023،ص167).وأسباب فسيولوجية: تتمثل في (المرض، الإرهاق الجسدي والعقلي...الخ وأسباب تتعلق باتجاهات الطالب الدراسية: والتي تتمثل في طبيعة المهمة وخصائصها سواء من حمة صعوبة القيام بها أو سهولة القيام بها) (السيد، 2018،ص 188).

وهناك أسباب خارجية منها ما يتعلق بأسباب بيئية مثل: في (المشتتات، والأمور الترفيهية التي تتمثل في البيئة الأسرية، وأساليب التنشئة، والأصدقاء، والضوضاء..الخ (السيد،2018،ص188).وأسباب متعلقة بطبيعة المهمة الدراسية وهي: صعوبة المهمة وسهولتها، كراهية المهمة وعدم الرضا عن دراسة اتساع الفترة الزمنية لإنجاز المهام...الخ (احمد وعبد التواب، 2020،ص 132).

خصائص المسوفين:

لقد أوضحت نتائج بعض البحوث أن من خصائص الطالب الذي يرجئ الإستعداد للإمتحان أنه عندما يأتي وقت الإستعداد للإمتحان تراوده أحلام اليقظة والسرحان ويقوم بعمل أشياء غير ضرورية، ويتجنب الجلوس للإستذكار، ويصعب عليه تنظيم أوقات الإستذكار، ويكثر من الأنشطة والزيارات ومشاهدة التلفاز ويبالغ في ترتيب طاولة الإستذكار، ويجد رغبة شديدة في النوم، ، ويتسم بإنخفاض تقدير الذات وإرتفاع قلق والإكتئاب والنسيان وعدم التنظيم (Ferrari, 1991 , p1233) ويخلق التسويف بعض الممارسات غير الصحية المرتبطة بالمواقف أو القيم الإجتماعية غير المقبولة بما في ذلك الإدمان وتمية عادات الشرب والتدخين وتناول الحبوب المنومة في ليال مما يجعل الطلبة سلبيين وأكثر استعدادا لإنقطاع عن الدراسة & Hussain Sultan,2010,p1903).

ب. مفهوم الكمالية العصابية Neurotic perfectionism concept

مفهوم الكمالية من المفاهيم التي حظيت بالبحث والدراسة بشكل واسع في مجال السايكولوجي منذ ستينات القرن العشرين، وقد اتخذ هذا المفهوم اسماء متنوعة مثل: طلب الكمال، والنزعة نحو الكمال، والسعي لتحقيق الكمال ، والكمالية، وقد استخدمت الباحثة المفهوم الأخير لأنها الأكثر تداولاً في البحوث والدراسات العربية.

يمكن اعتبار الكمالية بعداً من أبعاد الشخصية، وهي خاصية ثابتة نسبياً تؤثرعلى افكارنا ومشاعرنا وسلوكياتنا، ويمكن قياسها باستخدام اختبارات الشخصية. إلا ان هناك جدلا واسعاً بين العلماء والباحثين حول طبيعته وخصائصة وأبعاده، وهل هو مفهوم احادي البعد أم ثنائي البعد، أم متعدد الأبعاد وهل هو سمة أو أسلوب معرفي؟ أو نمط للتفكير يعكس التشوهات المعرفية لدى الفرد؟ أومن حيث كونه مصطلحاً إيجابياً تؤدي إلى النجاح والإنجاز أو مفهوماً سلبياً تؤدي إلى العديد من الإضطرابات السلوكية والأمراض النفسية (خشبة وبدوي، 2022،ص540).**ولا يوجد تشخيص محدد للكمالية العصابية في DSM-5** الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية ولكن، يمكن اعتبار بعض أعراض الكمالية العصابية أعراضًا لاضطرابات نفسية أخرى، مثل: اضطراب الوسواس القهري (OCD) ، اضطراب القلق العام (GAD)، واضطراب الشخصية النرجسية.

من التعاريف التي أكدت على احادية البعد للكمالية هو تعريف براون (2015) وذلك في كتابه (نعمة عدم الكمالية)، ويعرفها بأنها نظام معتقدات إدماني مدمرة للنفس يغزي هذه الفكرة الأساسية: إن بدوت كاملاً، وعشت بمثالية، وقمت بكل شيء بمثالية، فبوسعي تجنب او تقليل المشاعر الأليمة من الخزي والحكم واللوم. ويقول بروان :"ان الكمالية مدمرة للنفس، ببساطة لأنه لا يوجد هناك شيء كامل. فالكمال هدف لا يدرك. وعلاوة على هذا، الكمالية تتمحور حول إدراك الآخرين، فليس هناك من طريقة للتحكم بالإدراك، بغض النظر عن مقدار الوقت والطاقة التي نقضيها بالمحاولة (براون، 2015،ص 57)، أما التعاريف التي تناول هذا المفهوم من منظور الثنائي (السوي وغير السوي) هو التعريف شولير(Schuler,1999) بأنها مفهوم مركب من الأفكار والسلوكيات التي ترتبط بالمستويات والمعايير المرتفعة بشدة والآمال والتوقعات بالنسبة لأداء الفرد، والكمالية قد تكون سوية أو صحية أو تكون عصابية ذات خلل وظيفي (Schuler,1999,p14)، وفي المقابل، أكدت وجهات النظر الحديثة أن الكمالية متعددة الأبعاد بطبيعتها (تيري شورت، أوينز، سليد وديوي، 1995). و لكن في كيفية تحديد هذه الأبعاد هناك اختلاف وقد وجد عدة تقسيمات لأبعاد الكمالية، فمن جمة قام كل من فروس وآخرون بتقسيم أبعاد الكمالية إلى ستة أبعاد وهي : اعطاء اهمية كبيرة للأخطاء، والمعايير الشخصية العالية، والنقد الأبوي، والتوقعات الوالدية، والشك في العمل، والتنظيم، ومن جمة أخرى قسم كل من هويت وفليت الكمالية إلى ثلاثة أبعاد وهي: الكمالية بتوجيه الذات، وتعني أن الفرد يتوقع الكمال من نفسه، ويضع لها معايير شخصية عالية، أما الكمالية بتوجيه الآخرين، فتعني أن الفرد يتوقع الكمال من الآخرين، في حين أن الكمالية المكتسبة اجتماعياً تعني أن الفرد يرى بأن الآخرين يتوقعون منه الكمال (Rice et al., l996).

مما سبق لاحظت الباحثة اختلاف علماء النفس حول تعريف الكمال العصابية وخصائصها، مما يُصعب الوصول إلى تعريف جامع لها ولعدة اسباب: لأنها تتضمن مجموعة واسعة من الخصائص، وتختلف الكمالية من شخص لآخر، حيث تختلف شدة خصائصها وطريقة تأثيرها على حياة الفرد.وتبنت الباحثة وجهة النظر الحديثة للكمالية بأنها متعددة

أبعاد وفي اعدادها لمقياس الكمالية العصابية حددت أربعة أبعاد تمثلت في: معايير الأداء العالية، طلب الإستحسان، خوف من الفشل والنقد، والأفكار الوسواسية.

العلاقة بين التسويف الأكاديمي والكمالية :

يعتقد ين وبروكا (Burka&Yuen,1983) أن الساعين إلى الكمال والمتسوفين يتمتعون بخصائص تجعلهم يعتمدون على معايير مطلقة وخالية من العيوب. يؤكد بيسويك وروثبلوم و مان ,Beswick) (Rothblum&Mann,1988أيضًا على أن المعتقدات غير العقلانية هي عامل مشترك بين الكماليين والماطلين ، بالإضافة إلى ذلك، يعاني كلا النوعين من الأفراد من الخوف من ارتكاب الأخطاء و يظهرون ميلًا إلى إعطاء الأهمية لاستمرار النجاح الدائم (Fleet, et al., 1991).

وعند النظر في علاقة السبب والنتيجة بين السعي للكمال والتسويف، يقترح الباحثون أن معظم الناس يظهرون التسويف لأنهم يسعون إلى الكمال (Burke & Yuen, 1983; Onwuegbuzie, 2004).

ويذكر فيراري (1989) أن المتسوفين غالبًا ما يكون لديهم سمة الكمال فيما يتعلق بكيفية تقييم الآخرين لهم. إنهم غير قادرين على إكمال المهام التي يتعين عليهم القيام بها لأنهم يركزون بشكل مفرط على المعايير الموضوعة لهم ويفكرون كثيرًا في كيفية تقييم الآخرين لها. ولهذا السبب، هناك علاقة سببية بين الكمالية والتسويف الأكاديمي (Onwuegbuzie, 2004).

غالبًا ما يكون التسويف أحد أعراض الكمالية. والسبب هو أنه نظرًا لأن الكماليين يهتمون بإكمال المهمة على أكمل وجه، فإنهم يميلون إلى تأجيلها لأطول فترة ممكنة، مما قد يتحول إلى فترة حضانة لتحسين نتائج المهمة. نظرًا لأن الكماليين يخشون عدم القدرة على إكمال المهمة على أكمل وجه، فإنهم يؤجلونها لأطول فترة ممكنة. وأكدت دراسة جديدي (2011)، وكابان (2010)، (2009) .Kağan, M وكاجان (2010)، وغوش وروي (2017) .Ghosh, R. & Roy, S، أن هناك علاقة إيجابية كبيرة بين أبعاد التسويف والكمالية، ولكن هناك اعتراض من قبل عدد قليل من الباحثين على وجود علاقة إيجابية بين التسويف والكمالية العصابية وتفيد بوجود الارتباط السلبي بينهما (Chandel,at,al,2023,p.1148).

الدراسات السابقة

الدراسات التي تناولت التسويف الأكاديمي

دراسة عبيد (2019) بعنوان (التسويف الاكاديمي لدى طلبة الجامعة) هدف البحث التعرف على التسويف الأكاديمي لدى الطلبة والتعرف على الفروق في مستوى التسويف الأكاديمي تعزى إلى متغير الجنس (ذكر/انثى) ومتغير التخصص (علمي، انساني) وقد اتبعت الباحثة المنهج الوصفي لإستخراج نتائج بحثها وتحقيق أهدافه وقد بلغت عينة البحث الاساسية (300) طالب وطالبة وبواقع(174) طالبا و(126) طالبة. وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية من كليات جامعة بغداد. ولتحقيق أهداف البحث فان الباحثة تبنت مقياس التسويف الاكاديمي من اعداد (لفتة،2017) لقياس متغير البحث، وتوصلت الباحثة إلى النتائج الآتية: ان طلبة الجامعة لديهم تسويف أكاديمي مرتفع وتوجد فروق دالة احصائيا في الدرجة بين الذكور والإناث في مستوى التسويف الاكاديمي ولصالح الإناث وكذلك فروق ذات دلالة احصائية في متغير التخصص (العلمي / الإنساني) ولصالح العلمي.

دراسة الزغيبي (2020) بعنوان " التسويف الأكاديمي لدى طلبة الكلية الجامعية بحقل وعلاقته ببعض المتغيرات".هدفت الدراسة التعرف على مدى انتشار السلوك التسويف الأكاديمي بين طلبة الكلية الجامعة بحقل، والفروق في درجة هذا السلوك تبعاً لأختلاف متغيرات الجنس، التخصص، والسنة الدراسية. ولتحقيق هدف الدراسة، قام الباحث بإعداد مقياس التسويف الأكاديمي، وتم تطبيقه على عينة مكونة من (227) طالب وطالبة. وقد اظهرت نتائج الدراسة أن نسبة انتشار السلوك التسويف الأكاديمي بين طلبة الكلية الجامعة بحقل قد بلغت (4.56%) وهي نسبة مرتفعة مقارنة بالنسب العالمية. كما بينت النتائج الدراسة أن هناك فروق دالة إحصائياً في التسويف الأكاديمي تعزى لمتغير الجنس ولصالح الذكور، بينما لم تجد النتائج فروق دالة إحصائياً في التسويف الأكاديمي تعزى لمتغيرى التخصص، و السنة الدراسية.

الدراسات التي تناولت الكمالية العصابية

دراسة الحسيني (2017) بعنوان"الكمالية العصابية وعلاقتها بالسعادة لدى عينة من طلاب و طالبات الجامعة. اتسهدفت الدراسة الكشف عن فروق بين الطلاب و الطالبات الجامعة في الكمالية العصابية و السعادة، و كذلك الكشف عن العلاقة الإرتباطية بين الكمالية العصابية و السعادة، و كانت عينة الدراسة مكونة من (100) طالب وطالبة من كلية الآداب – جامعة المنصورة، و كشفت النتئج عن وجود فروق دالة احصائياً بين الطلبة والطالبات في الكمالية العصابية عند المستوى (0.01) لصالح الطلاب، و كان معامل الإرتباط بين الكمالية العصابية والسعادة دالاً عند مستوى (0.01).

دراسة الرفو و عبايجي (2023) بعنوان "السمات الكمالية وعلاقتها بالصورة الوالدية لدى طلبة جامعة الحمدانية". هدفت الدراسة إلى التعرف عن العلاقة بين السمات الكمالية و الصورة الوالدية لدى طلبة جامعة الحمدانية. فضلاً عن قياس مستوى السمات الكمالية و قياس الصورة الوالدية و الكشف عن الدلالة الإحصائية للعلاقة بينهما في ضوء المتغيرات: الجنس ، و المرحلة (الثانية و الرابعة) و التخصص (العلمي و الإنساني)، ولتحقيق هدف البحث اختارت الباحثة عينة طبقية عشوائية من طلبة جامعة الحمدانية، اذ بلغ حجم العينة(850) طالباً وطالبة. و قامت الباحثة بإعداد مقياس السمات الكمالية والذي تكون من (32) فقرة خماسية البدائل. و تبنت مقياس الصورة الوالدية الذي اعده موسى:2016) والذي تكون من (28) فقرة ثلاثية البدائل. اظهرت النتائج عن مستوى المتوسط من السمات الكمالية لدى طلبة جامعة الحمدانية.

لاحظت الباحثة وجود عدد من الدراسات أكدت وجود علاقة ارتباطية موجبة للتسويف الأكاديمي مع الكمالية العصابية ، مثل: دراسة جابان (2010) وكانت بعنوان " العلاقة بين الكمالية والتسويف الأكاديمي والرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة " وجد في نتائجها بأن سمة الكمالية الموجهة نحو الذات تتنبأ بشكل كبير بالتسويف الأكاديمي والرضا عن الحياة. و دراسة جديديا والآخرون (Jadidia, et, al., 2011) كانت بعنوان (الكمالية العصابية والتسويف الأكاديمي) أظهرت في نتائجه أن الدرجات الكلية للكمالية العصابية ترتبط ارتباطاً إيجابياً ومعنوياً بالتسويف الأكاديمي. ودراسة زراتي وخير (2015). بعنوان " التنبؤ بالصحة النفسية على أساس أبعاد الكمالية والتسويف لدى طلاب كلية الطب"الغرض من هذا البحث هو دراسة العلاقة بين الكمالية والتسويف وتحديد الدور التنبؤي لهذين المتغيرين في الصحة النفسية للطلاب وأظهرت النتائج وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجات الطلبة على المقياس التسويف ودرجاتهم على المقاييس الكمالية. و دراسة عبد الجواد (2019) بعنوان " التسويف الأكاديمي في علاقته بالكمالية العصابية و المرونة النفسية لدى طلاب الجامعة" واظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائياً بين التسويف الأكاديمي والكمالية

العصابية ، كما أظهرت النتائج وجود فروق دالة احصائياً في متغيرات البحث تعزى للجنس والفرقة الدراسية والتخصص.

مناقشة الدراسات السابقة

هناك تنوع واضح في أهداف الدراسات السابقة إلى انها اقتصرت جميعها على الدراسات الإرتباطية او التنبؤية، حيث تبنت الدراسة الحالية المنهج الوصفي الإرتباطي ايضاً، وأغلب الدراسات السابقة استهدفت التعرف على الفروق وفق المتغيرات: النوع الإجتماعي ، والمرحلة والتخصص الدراسي، كما في الدراسة الحالية ، وأضافت هذه الدراسة متغير مكان السكن للطلبة (الساكنين مع العائلة و الساكنين في الاقسام الداخلية)، وتنوعت العينات في الدراسات السابقة من عينات صغيرة الحجم إلى عينات كبيرة الحجم من طلاب الجامعة وتراوحت بين (200-850)،وكانت عينة الدراسة الحالية (200) طالب وطالبة جامعية . و بهدف جمع البيانات اما ان تبنوا الباحثين المقاييس التسويف الأكاديمي كما في دراسة عبيد (2019) و دراسة جديديا و الآخرون (2011) أو قاموا باعداد المقياس كما في دراسة الزغيبي (2020) و دراسة عبد الجواد (2019)، وكذلك في الدراسة الحالية قامت الباحثة بتبني مقياس ابو غزال (2012) ، ولغرض القياس الكمالية العصابية قامت الدراسة جابان (2010) و دراسة جديديا والآخرون، ودراسة الزراتي وخير (2015) بتبني المقياس للكمالية العصابية، اما دراسة عبد الجواد (2019) ودراسة الرفو(2023) إعد الباحثين مقياساً للكمالية العصابية كما في الدراسة الحالية . حصلت أغلبية الدراسات في نتائجها على العلاقة الأرتباطية الإيجابية بين المتغيرين (التسويف الأكاديمي والكمالية العصابية) كما في الدراسة الحالية، وتعرفوا على المستوى اما المتوسط في التسويف الأكاديمي او عالي كما في الدراسة عبيد (2019) و دراسة الزغيبي (2019)، اما في الدراسة الحالية فكانت المستوى التسويف الأكاديمي اقل من المتوسط. اما بالنسبة لمستوى الميول الكمالية العصابية تراوحت بين مستوى المتوسط كما في الدراسة الرفو(2023) ، اما في الدراسة الحالية كانت المستوى الكمالية العصابية لدى الطلبة اعلى قليلاً من المتوسط.

3. منهج البحث وإجراءاته

منهج البحث: اعتمدت الباحثة في البحث الحالي على المنهج الوصفي الارتباطي ، لكونه المنهج المناسب لطبيعة البحث ومتغيراته، ويهتم بوصف وتفسير ماهو كائن، ويركز على تصنيف المعلومات وتنظيمها والتعبير عنها كماً وكيفاً، بحيث يسهل فهم العلاقات بين متغيرات الدراسة.

مجتمع الدراسة: شمل مجتمع الدراسة جميع الطلاب والطالبات المداومين في الدراسة الصباحية للسنة الدراسية (2024-2023) في كلية التربية الأساسية لجامعة السليمانية والبالغ عددهم (629) طالبا وطالبة في المرحلة الأولى و(541) طالب وطالبة في المرحلة الثالثة حسب الإحصائيات المأخوذة من قسم التسجيل بكلية التربية الأساسية.

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من (200) طالب وطالبة ، وتم اختيارهم بطريقة عشوائية طبقية، حيث تمثل عينة الدراسة ما نسبته 5.85% من مجتمع الدراسة من أربعة اقسام في كلية التربية الأساسية ،و الجدول(1) يوضح ذلك .

جدول(1)
يوضح عدد عينات الدراسة و خصائصها

المتغير	التصنيف	العدد		النسبة	العدد الكلي
نوع	ذكر	82		41%	200
	انثى	118		%59	
المرحلة	اولى	125		62.5%	200
	الثالثة	75		%37.5	
التخصص	الإنساني	46	التربية الخاصة	24.5%	200
		55	الرياض الأطفال	%27.5	
	علمي	42	علوم الكومبيوتر	%21	200
		57	علوم الرياضيات	%28.5	
مكان السكن	داخل الأقسام الداخلية	107		54.7%	200
	خارج الأقسام الداخلية	93		%45.3	
المستوى الأقتصادي	ضعيف	31		11.3%	200
	متوسط	127		%71.3	
	جيد	42		%17.3	
المتغير	التصنيف	العدد		النسبة	العدد الكلي
نوع	ذكر	82		41%	200

أدوات الدراسة:

1.مقياس التسويف الأكاديمي: بعد ان اطلعت الباحثة على الدراسات والأدب النظري المتعلقة بالبحث ومقاييس التسويف الأكاديمي لطلبة الجامعة ؛ مثل مقياس هناء صالح شبيب (2015)و مقياس جعافرة (2016) ومقياس شواشرة وحجازي، ومقياس ابو غزال (2012). توصلت الباحثة إلى ان المقياس ابو غزال هو المقياس الأنسب لأستخدامه في البحث الحالي نظراً لدقته و وضوح فقراته والذي يتكون من (21) فقرة ، وتكون الإستجابة عن هذه الفقرات من خلال اسلوب ليكرت ذي التدرج الخماسي؛ بدرجات : (منخفظة جداً، منخفظة، متوسطة، كبيرة، كبيرة جداً). وتأخذ الدرجات على التوالي (5، 4، 3، 2، 1).حيث بلغت درجات المقياس بين (21 - 105) درجة، وكلما ارتفعت الدرجة كلما كان ذلك مؤشراً على ارتفاع مستوى التسويف الأكاديمي لدى المستجيب، وتجدر الإشارة إلى وجود بعض الفقرات السلبية هي (1، 3، 5،6،10،12،17).والتي يجب ان يكون تدريجها بشكل عكسي قبل تحليل البيانات. وقام ابو غزال بالتحقق من الصدق الظاهري والصدق البناء باستخدام معامل ارتباط بيرسون بين الفقرة والمقياس وتراوحت بين (36-73)، وبلغت معامل الأتساق الداخلي بطريقة ألفا كرونباغ (0.90).

صدق الترجمة: بعد ان قامت الباحثة بترجمة المقياس من اللغة العربية إلى اللغة الكوردية،ومن ثم ترجمة عكسية من الكوردية إلى العربية وذلك لأختلاف عينة الدراسة الحالية عن عينات التقنين السابقة، وعرضت النسخة المترجمة والنسخة الأصلية للمقياس على (3) المتخصصين في اللغة العربية واللغة الكوردية وأساتذة علم النفس للتأكد من دقة الترجمة، وتم تعديل الترجمة حسب ملاحظات المراجعين.

على الرغم من ان المقياس تم تقنينه سنة (2012) إلى ان الباحثة ارادت ان تتأكد من صدق المقياس بطريقتين وهي صدق المحكمين وصدق الأتساق الداخلي والثبات بطريقة ألفا كرونباخ ، ليتناسب مع عينة الدراسة الحالية.

صدق المحكمين: قامت الباحثة بتقديم المقياس الى (7) خبراء من اساتذة علم النفس واتفقوا بالنسبة (89%) على مدى مناسبة مفردات المقياس للهدف الذي تقيسه ولمجالاتها وللمرحلة العمرية للعينة والبيئة التي سيتم التطبيق فيها.

صدق البناء: لأجل التاكد من صدق البناء للمقياس في هذه الدراسة،قامت الباحثة بحساب معامل ارتباط بيرسون بين كل فقرة والدرجة الكلية لمقياس التسويف الأكاديمي، وأظهرت النتائج وجود ارتباط بين المفردات والدرجة الكلية للمقياس عند مستوى الدلالة (0.01)، وبهذا يمكن اعتبار ان معامل التميز يمثل دلالة للصدق لكل مفردة على شكل معامل ارتباط بين كل فقرة والدرجة الكلية والتي تراوحت بين (612-844) و هذا يدل على ان المقياس يتصف بدرجة عالية من التجانس الداخلي، الجدول (2) يوضح قيمة معاملات الإرتباط :

جدول (2)

يوضح قيمة معاملات الإرتباط بين درجة الفقرات و الدرجة الكلية لمقياس التسويف الاكاديمي

رقم الفقرة	معامل ارتباط	رقم الفقرة	معامل ارتباط	رقم الفقرة	معامل ارتباط
1	0.814**	8	0.654*	15	0.821*
2	0.787**	9	0.811**	16	0.612*
3	0.689**	10	0.654*	17	0.790*
4	0.821**	11	0.712**	18	0.833*
5	0.799*	12	0.659*	19	0.786*
6	0.671*	13	0.789*	20	0.677*
7	0.769*	14	0.822**	21	0.844**

مستوى الدلالة (0.01)

ثبات مقياس التسويف الأكاديمي: بطرية التجزئة النصفية

طبقت الباحثة المقياس على العينة الإستطلاعية المكونة من (50) طالباً و طالبة من كلا الجنسين ومن كلا الإختصاصين (الإنساني، و العلمي)، ومن ثم تم تقسيم الفقرات إلى نصفين (الدرجات الفردية والزوجية ، وبالتالي ايجاد معامل الإرتباط بيرسون بين درجات القسمين وبلغ (0.720) ونظراً لأن عدد الفقرات في المقياس كانت (21) لذلك ، تم ادخال معامل الإرتباط في معادلة التصحيح لتجزئة النصفية لسبيرمان براون و التي بلغت (0.853)، كما وضح في الجدول(3):

جدول(3)

يوضح الثبات لمقياس التسويف الأكاديمي بطريقة التجزئة النسبية

الأقسام	العدد	قيمة معامل الثبات	قيمة ارتباط بيرسون	معادلة التصحيح سبيرمان براون
الجزء الأول	10	0.678	0.720	0.853
الجزء الثاني	11	0.812		

1. مقياس الكمالية العصابية.

بعد ان درست الباحثة الأدبيات النظرية في مجال الكمالية العصابية والدراسات السابقة حول هذا المفهوم والتصفح في مواقع الانترنت، وجدت ان هناك اختلافات واسعة في هذه المقاييس على الأبعاد التي تتألف منها الكمالية وأغلبية المقاييس الموجودة طبقت على البيئات غير الكوردية، (حسب علم الباحثة) لم تجد مقياس للكمالية العصابية سبق وان طبقت على طلاب الجامعة في اقليم كوردستان. ومن هذا المنطلق رأت الباحثة ضرورة اعداد المقياس لتلبي اهداف الدرسة الحالية.

خطوات اعداد المقياس: قامت الباحثة بقراءة التعاريف المتنوعة للمفهوم الكمالية بشكل عام والمفهوم الكمالية العصابية بشكل خاص في المقاييس المختلفة التي تم بنائه في البيئات العربية (وفق ما تمكن من الحصول عليه) : مثل المقياس شند والآخرون، (2016) وتكونت من (26) مفردة وشملت أربعة أبعاد: المعايير المرتفعة للأداء، الحاجة للأستحسان، الحساسية للنقد، الأفكار الوسواسية)، مقياس هيل والآخرون (2004) وتكونت من (59) فقرة وتوزعت على ثمانية أبعاد (الإهتمام بالأخطاء،النضال من أجل الامتياز، المعايير العالية للآخرين، الحاجة للموافقة، الضغوط الوالدية،التأمل، التنظيم، التخطيط). والمقياس الصاوي (2015) و تكونت من ثلاثة أبعاد هي: (التقدير المتدنى للذات، عدم الرضا عن الأداء، الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية). مقياس خشبة و البديوي، و تكونت من (32) فقرة و توزعت على (3) ابعاد كالتالي: الحساسية للنقد، الحاجة للأستحسان، معايير الأداء العالية.

طبقاً لما ذكر سابقاً اعد مقياس الكمالية العصابية في ضوء التعريف الإجرائي للكمالية العصابية بأنها : ميل الطالب المكرر لتحقيق مستويات الأداء العالية ومدفوعاً بحاجته لإستحسان الآخرين له وتجنب نقدهم نتيجة لأفكار وسواسية تسلطية بداخله. وحددت أربعة أبعاد لتشكل المقياس كعامل عام و بدأت الباحثة بتحديد واختيار الفقرات حسب كل البعد من الأبعاد المحددة وتكونت من (22) فقرة .

البعد الأول : معايير الأداء العالية: ويشير هذا البعد إلى رغبة الطالب لتقييم وإنجاز أعماله وفق معايير عالية الجودة (5) فقرة.

البعد الثاني : طلب الإستحسان ويشير هذا البعد إلى رغبة الطالب في كسب الشكر وتقدير الآخرين لأدائه ويحاول تحقيق الكمال من أجل نيل تقدير واستحسان المحيطين به من (العائلة والأصدقاء ....الخ) (6) فقرة.

البعد الثالث: الخوف من الفشل والنقد: ويشير هذا البعد إلى زيادة تركيز وانشغال الطالب بآراء الآخرين عن أعماله ويحاول التجنب والهروب من اللوم والإنتقادات عن طريق تبني معايير عالية وسلوكيات صارمة لأدائه (6) فقرة.

البعد الرابع: الأفكار الوسواسية هي الأفكار القهرية التي تراود الطالب من حيث الشك في أداء أعماله ومراجعة الذات والإنشغال الزائد بالتفاصيل وعدم الثقة بأداء الآخرين (5) فقرة.

الخصائص السيكومترية للمقياس الكمالية العصابية.

الصدق الظاهري: قامت الباحثة بعرض الصورة الأولية للمقياس والمكون من (22) فقرة على (7)[i] من الخبراء المحكمين من الأساتذة من المختصين في علم النفس والتربية الخاصة، بغرض التحقق من مدى صلاحية الفقرات وصياغته وهل الفقرة مناسبة للعينة، وهل تقيس مفهوم الكمالية العصابية، وتحديد نسبة الموافق على كل عبارة بأن لا تقل من (80%)، وبناءً على ملاحظات الخبراء تم تعديل صياغة بعض الفقرات، وبذلك بلغ الصدق الخبراء للمقاييس الكمالية العصابية (0.91).

الصدق البناء

القوة التميزية للفقرات: بعد تطبيق المقياس على العينة المكونة من (200) طالباً وطالبة، تم ادخال إستجابات الطلبة في برنامج (SPSS21) وتم ترتيب الدرجات تنازلياً أي من الأعلى إلى الأدني، وتم فرز نسبة (27%) من المجموعة العليا (54) استبياناً من المجموعة الحاصلة على أعلى الدرجات) ونسبة (27) من المجموعة الدنيا (54) استبياناً من المجموعة الحاصلة على أدنى الدرجات)، وعند استخدام اختبار التائي لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفروق بين المجموعتين متطرفتين لكل فقرة من فقرات المقياس الكمالية العصابية و البالغة (22) فقرة، وجد ان القيمة التائية المحسوبة بلغت (19.07) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (106) أكبر من القيمة التائية الجدولية (1.96) الجدول (4) يوضح ذلك.

جدول(4)

يوضح القوة التميزية للفقرات لمقياس الكمالية العصابية

عدد العينة	العدد	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	القيمة التئية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
مجموعة العليا	54	65.54	66	19.07	1.96	دالة 0.05
مجموعة الدنيا	54	51.32				

الإتساق الداخلي للمقياس: وهو طريقة للتأكد من صدق المقياس عن طريق ايجاد معامل ارتباط بيرسون بين الدرجة الكلية للمقياس ودرجة كل الفقرة من فقراته،. حيث بلغت قيمة معاملات ارتباط بين (0.288 - 0. 683) ، وبمقارنته مع معيار ايبل (Ebel), والذي حدد اكثر من (0.19) معياراً لصدق الفقرة. وكانت لكل فقرة ذو دلالة في (0.01).كانت قيم معاملات الإرتباط لجميع الفقرات مقبولة، والجدول(5) يوضح ذلك.

جدول(5)

يوضح درجات معامل ارتباط بيرسون بين جميع الفقرات والدرجة الكلية لمقياس الكمالية العصابية

رقم الفقرة	معامل الإرتباط	مستوى الدلالة	رقم الفقرة	معامل الإرتباط	مستوى الدلالة
1	0.435**	غير دالة	12	0.563**	0.01
2	0.324**	0.01	13	0.562**	0.01
3	0.584**	0.01	14	0.288**	0.01
4	0.418**	0.01	15	0.471**	0.01
5	0.488**	0.01	16	0.683**	0.01
6	0.488**	0.01	17	0.683**	0.01
7	0.484**	0.01	18	0.683**	0.01
8	0.363**	0.01	19	0.299**	0.01
9	0.444**	0.01	20	0.399**	0.01
10	0.475**	0.01	21	0.562**	0.01
11	0.447**	0.01	22	0.567**	0.01

أما بالنسبة لإيجاد معامل ارتباط بيرسون بين درجات الكلية للبعد والفقرة التي تنتمي اليه. حيث بلغت قيمة معاملات ارتباط بيرسون بين(0.203 – 673) و كانت جميعها مقبولة و دالّة معنوياً عند مستوى الدلالة (0.01) والجدول (6) يوضح ذلك.

جدول(6)

يوضح درجات معامل ارتباط بيرسون بين فقرات البعد والدرجة الكلية للبعد على مقياس الكمالية العصابية

الأبعاد	رقم الفقرة	معامل الإرتباط	مستوى الدلالة		رقم الفقرة	معامل الإرتباط	مستوى الدلالة
معايير الأداء العالية	1	0.652**	0.01	خوف من الفشل و النقد	3	0.664**	0.01
	5	0.265**	0.01		7	0.278**	0.01
	9	0.381**	0.01		12	0.219**	0.01
	13	0.256**	0.01		15	0.303**	0.01
	17	0.336**	0.01		19	0.303**	0.01
طلب الأستحسان	2	0.342**	0.01		22	0.444**	0.01
	6	0.673**	0.01	الأفكار الوسواسية	4	0.303**	0.01
	10	0.304**	0.01		8	0.203**	0.01
	14	0.303**	0.01		11	0.600**	0.01
	18	0.203**	0.01		16	0.367**	0.01
	21	0.535**	0.01		20	0.542**	0.01

ثبات المقياس الكمالية العصابية:

قامت الباحثة بإستخراج الثبات بإستخدام طريقة الفاكرونباخ (Cronbach s' Alpha): بعد ان طبقت المقياس على العينة الأستطلاعية المكونة من (50) طالباً وطالبة من طلاب كلية التربية الأساسية، تم تفريغ البيانات وباستخدام برنامج (SPSS20) بلغت قيمة معامل الثبات (0.86). و بإستخدام طريقة جتمان بلغت قيمة معامل الثبات(0.74).وهي قيمة مرتفعة مما يشير على ثبات المقياس.

الصورة النهائية للمقياس

بعد استخراج الخائص السايكومترية لمقياس الكمالية العصابية تكونت المقياس من (22) فقرة و موزعة على أربعة أبعاد ، كما وضحت في الجدول(7).

جدول(7)

الأبعاد الأربعة لمقياس الكمالية العصابية و الفقرات المنتمية لها.

البعد	ارقام الفقرات	عدد الفقرات
المعايير الأداء العالية	1،5، 9 ، 13 ، 17 ، 21	5
طلب الإستحسان	2، 6 ، 10 ، 14 ، 18، 21	6
خوف من الفشل والنقد	3،7 ، 11 ، 15 ، 19	6
الأفكار الوسواسية	4، 8 ، 11 ، 16 ، 20	5

الوسائل الإحصائية:

استخدمت الباحثة برنامج الحقيبة الإحصائية للعلوم الإجتماعية (SPSS21) لمعالجة البيانات ، و استخدمت مجموعة من الوسائل الإحصائية منها:

1. معامل ارتباط بيرسون لإستخراج الصدق البناء لمقياس الكمالية العصابية. و الثبات بطريقة اعادة الإختبار و التجزئة النصفية، و ايجاد العلاقة بين المتغيرين في الدراسة.
2. معادلة ألفا كورنباخ لإستحراج الثبات.
3. معامل ارتباط سبيرمان لتصحيح معامل الثبات
4. الإختبار التائي (T-test) لعينة واحدة، للتعرف على مستوى ميول الكمالية العصابية و مستوى التسويف الأكاديمي لدى عينة البحث.
5. الإختبار التائي (T-test) لعينتين مستقلتين. للتعرف على الفروق بين المتغيرات في البحث.
6. المتوسط الحسابي والإنحراف المعياري

4. نتائج البحث ومناقشته

عرض النتائج التي توصل إليها هذا البحث على وفق أهدافه المرسومة ومناقشة تلك النتائج و من ثم التوصل إلى الإستنتاجات والتوصيات والمقترحات كما يأتي :

الهدف الأول : التعرف على مستوى التسويف الأكاديمي لدى طلبة جامعة السليمانية.

أظهر التحليل الأحصائي للبيانات بأن متوسط أفراد العينة بلغ (57.06) بانحراف معياري (9.24) درجة اما المتوسط الفرضي فبلغ (63) درجة، ولغرض معرفة دلالة الفرق بينهما تم استخدام الأختبار التائي لعينة واحدة حيث بلغت القيمة التائية المحسوبة (75.58) درجة و كانت أكبرمن القيمة التائية الجدولية البالغة (1,96) عند مستوى الدلالة (0.05) و لوحظ فرق بين الوسط الفرضي ومتوسط أفراد العينة، والجدول (8) يوضح ذلك :

جدول(8)
الوسط الحسابي و الإنحراف المعياري و الوسط الفرضي و القيمة التائية المحسوبة و الجدولية لمقياس التسويف الأكاديمي.

عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	المتوسط الفرضي	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة عند 0,05
					المحسوبة	الجدولية	
200	57.06	9.24	63	199	75.58	1.96	دالة

أظهرت نتيجة هذا الهدف كما في الجدول (8) بأن عينة البحث من طلبة الجامعة لديهم مستوى قريب من المتوسط في التسويف الأكاديمي، أي ان مستوى التسويف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة كان منخفضا، وتفسر الباحثة هذه النتيجة وفق ما جاء في نظرية المعرفية والتي ترى بأن السلوك التسويف الأكاديمي مرتبط بالخوف والقلق اللامنطقي من الوظائف والأنشطة والمهام التي يكلف بها الطالب والتي تفوق قدراته مما يسبب التأجيل والمماطلة للقيام بها. وخلال ملاحظة المناهج والنظام الدراسي في الجامعة ترى بأنه لا يشكل ضغوطاً ملحوظاً على الطلبة أو لا توجد مطالب تفوق قدرات الطالب الأكاديمي لكي يفكر في تأجيلها، وعدم ملاحظة خوف كبير لدى الطالب الجامعي من الفشل وعدم النجاح لأن المنهج المتبع حالياً المسمى (البولونى) يقدم فرص كبيرة للنجاح. ولا تتفق هذه النتيجة مع دراسة كل من عبيد (2019) ودراسة الزغيبي (2020).

الهدف الثاني :التعرف على مستوى التسويف الأكاديمي لدى طلبة جامعة السليمانية على وفق المتغير: الجنس ، والمرحلة الدراسية ،و التخصص الدراسي ، ومكان السكن . لتحقيق هذا الهدف يجب ان نقسمه إلى الفروع التالية:

ا. التعرف على مستوى التسويف الأكاديمي لدى طلبة جامعة السليمانية على وفق متغير الجنس ، بلغ متوسط درجات أفراد العينة من الذكور والبالغ عددهم (82) طالباً (60.59) درجة و بإنحراف معياري (9.73) درجة ، بينما بلغ متوسط درجات الإناث البالغ عددهن (118) طالبة (58.41) درجة و بانحراف معياري (10.58)، وعند استخدام الإختبار التائي لعينتين مستقلتين لإختبار الفرق بين هذين المتوسطين تبين أن الفرق غير دال عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة الحرية (198)، وهذا ما يوضحة الجدول(9). بالرغم من عدم وجود الفروق الدالة احصائياً ، الإ ان المتوسط الحسابي للطلاب كان أعلى من المتوسط الحسابي للطالبات، أي ان الذكورلديهم مستوى أعلى في التسويف الأكاديمى من الإناث، وتعزى الباحثة هذه النتيجة إلى ان الطلاب اقل إلتزاماً و أكثر تغيباً عن المحاضرات ولا يهتمون كثيراً لتأدية الواجبات والمهام الأكاديمية ولا يقلقون مقارنة بمستوى القلق و الخوف عند الطالبات، ومن الجانب الآخر هناك تاثير الأوضاع الإقتصادية التي يدفع بالطلاب إلى العمل والكسب المادي إلى جانب الدراسة أكثر من الطالبات.وهذا ما يدفعهم إلى التسويف و المماطلة في أداء مهامهم الأكاديمية. تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة بيلكين (2019) ولا تتفق هذه النتيجة مع دراسة عبيد (2019) و دراسة عبد الجواد (2019).

ب.التعرف على مستوى التسويف الأكاديمي لدى طلبة جامعة السليمانية على وفق متغير المرحلة الدراسية ، بلغ متوسط درجات أفراد العينة من المرحلة الاولى والبالغ عددهم (125) طالباً (54.90) درجة و بإنحراف معياري (8.15) درجة ، بينما بلغ متوسط درجات المرحلة الثالثة البالغ عددهم (75) طالباً وطالبة (62) درجة وبانحراف معياري (10.07)، وعند استخدام الإختبار التائي لعينتين مستقلتين لإختبار الفرق بين هذين المتوسطين تبين أن الفرق الدال عند مستوى دلالة (0,05) و بدرجة الحرية (198) و لصالح المرحلة الثالثة والجدول(9) يوضح ذلك، أظهرت هذه النتيجة ان مستوى التسويف الأكاديمي لدى طلاب المرحلة الثالثة أعلى من مستواه لدى طلبة المرحلة الاولى.و ترجع الباحثة سبب هذه النتيجة إلى أن المواد المقررة للمرحلة الأولى أقل تخصصاً وأكثر شمولية وتساعد لإعداد الطالب لتخصصه الأكاديمي و لا يشكل عبئاً أو ضغوطاً في المهام و الواجبات الدراسية، ومن الجانب الآخر فان طبيعة الطلبة في المرحلة الأولى أكثر التزاماً و اهتماماً بالمحاضرات و الأنشطة المطلوبة منهم. وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة عبد الجواد (2019) و لا تتفق مع نتائج دراسة الزغيبي (2019).

ج. التعرف على مستوى التسويف الأكاديمي لدى طلبة جامعة السليمانية على وفق متغير التخصص الدراسي (العلوم الإنسانية والعلوم التطبيقية)، بلغ متوسط درجات أفراد العينة من تخصص العلوم الأنسانية والبالغ عددهم (99) طالباً (58.91) درجة و بإنحراف معياري (9.50) درجة ، بينما بلغ متوسط درجات تخصص العلوم التطبيقية البالغ عددهم (101) (58.37) درجة و بانحراف معياري (958)، وعند استخدام الإختبار التائي لعينتين مستقلتين لإختبار الفرق بين هذين المتوسطين تبين أن الفرق غير دال احصائياً عند مستوى دلالة (0,05) و بدرجة الحرية (198) وهذا ما يوضحه الجدول(9). و تفسر الباحثة هذه النتيجة إن طبيعة المواد الدراسية في كلا التخصصين لا يؤثر على مستوى سمة التسويف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة، والبيئة الجامعية لا يشكل فرقا بين الإختصاصات الإنسانية و العلمية أكثرها ذو طبيعة نظرية. ولا تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة الزغيبي (2019) و دراسة عبيد (2019) ودراسة عبد الجواد (2019).

د. التعرف على مستوى التسويف الأكاديمي لدى طلبة جامعة السليمانية على وفق متغير مكان السكن (مع العائلة، في أقسام الداخلية)، لقد بلغ متوسط درجات أفراد العينة من الساكنين في الأقسام الداخلية والبالغ عددهم (116) طالباً (55.48) درجة و بإنحراف معياري (7.612) درجة ، بينما بلغ متوسط درجات الساكنين مع عوائلهم البالغ عددهم (84) (55.80) درجة وبانحراف معياري (10.313)، وعند استخدام الإختبار التائي لعينتين مستقلتين لإختبار الفرق بين هذين المتوسطين تبين ان الفرق غير دال عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة الحرية (198)، وهذا ما يوضحه الجدول (9). على الرغم من ان القيمة التائية لم تدل على وجود الفروق الدالة احصائياً، إلا ان قيمة المتوسطات الحسابية لعينة الطلبة الساكنين في الأقسام الداخلية أعلى من قيمة المتوسطات للطلبة الساكنين مع العائلة، أي ان الطلبة الساكنين في الأقسام الداخلية لديهم مستوى التسويف الأكاديمي أعلى من الطلبة الساكنين مع العائلة،وتوضح الباحثة سبب هذه النتيجة ان البعد عن الأهل والعائلة له تاثير على المزاج والحالة النفسية للطلاب مما يدفعهم على تأجيل القيام بالمهام والنشاطات الدراسية، اضافة إلى ان السفر و أوقات الرجوع إلى الأهل يشغلهم من اداء الواجبات المطلوبة في بعض الأحيان.

جدول(9)

نتائج الاختبار التائي للفرق بين: (الذكور والإناث) و(المرحلة الأولى ، المرحلة الثانية)،(التخصص العلمي ، التخصص الإنساني)،(طلبة الساكنين مع الأهل، السكنين في الأقسام الداخلية) وفي مستويات التسويف الأكاديمي لدى الطلبة لجامعة السليمانية

المتغيرات	المجموعات	العدد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	مستوى الدلالة 0.05 •
الجنس	ذكور	82	60.59	9.73	0.723	198	غير دالة
	إناث	118	58.41	10.58			
المرحلة الدراسية	الأولى	125	54.90	8.15	2.430	198	دالة
	الثالثة	75	62	10.07			
التخصص	العلمي	101	58.37	9.58	0.255	198	غير دالة
	الإنساني	99	58.91	9.50			
السكن	مع العائلة	84	55.80	10.313	0.133	198	غير دالة
	في الأقسام الداخلية	116	55.48	7.612			

الهدف الثاني : التعرف على مستوى الكمالية العصابية لدى طلبة جامعة السليمانية . تحقيقاً للهدف الثاني تم جمع البيانات المستحصلة من تطبيق مقياس مستوى الكمال العصابية وتشير المعالجة الإحصائية إلى ان الوسط الحسابي لدرجات أفراد عينة البحث بلغ (69.94) بانحراف معياري قدره (9.850) و عند مقارنة الوسط الحسابي لأفر العينة بالوسط الفرضي للمقياس البالغ (63) درجة باستخدام الإختبار التائي لعينة واحد (T.test) تبين أن القيمة التائية المحسوبة تساوي (37.68) درجة وهي أعلى من القي التائية الجدولية (1,96) عند مستوى الدلالة (0.05) و بدرجة الحرية (199)، كما ه موضّح في الجدول (10).

جدول(10)

الوسط الحسابي و الإنحراف المعياري و الوسط الفرضي و القيمة التائية المحسوبة والجدولية لمقياس الكمالية العصابية

عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	المتوسط الفرضي	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة عند 0,05
					المحسوبة	الجدولية	
200	69.94	9.850	63	199	37.68	1.96	دال

أظهرت نتيجة هذا الهدف كما في الجدول (10) وجود دلالة احصائية للقيمة التائية المحسوبة، وكانت قيمة المتوسط الحسابي أكبر من المتوسط الفرضي لعينة البحث وتدل هذه النتيجة بأن طلبة الجامعة لديهم مستوى عالي في الميول الكمالية العصابية، وتفسر الباحثة هذه النتيجة وفق نظرية فرويد بان الكمالية هي احدى آليات الدفاع عن النفس قد يستخدمها الطلبة لحماية أنفسهم من مشاعر القلق والتوتر،أو عدم الرضا عن الذات بشكل اللاوعي، أو كما يراه آدلر بان الميول الكمالية هي أحد الاستجابات الإنسانية الأساسية لمشاعر الدونية وتدني احترام الذات. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كل الرفو(2023) و دراسة بيلكين (2019).

الهدف الرابع :التعرف على مستوى الكمالية العصابية لدى طلبة جامعة السليمانية على وفق المتغير: الجنس ، والمرحلة الدراسية ،والتخصص الدراسي، ومكان السكن. ولتحقيق هذا الهدف يجب ان نقسمه إلى الفروع التالية:

ا. التعرف على مستوى الكمالية العصابية لدى طلبة جامعة السليمانية على وفق متغير الجنس ، لقد بلغ متوسط درجات أفراد العينة من الذكور و البالغ عددهم (82) طالباً (68.76) درجة و بإنحراف معياري (13.33) درجة ، بينما بلغ متوسط درجات الإناث البالغ عددهن (118) طالبة (64.95) درجة و بانحراف معياري (8.40)، وعند استخدام الإختبار التائي لعينتين مستقلتين لإختبار الفرق بين هذين المتوسطين تبين أن الفرق دال عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة الحرية (198) و لصالح الذكور، وهذا ما يوضحه الجدول(11). وتفسر الباحثة هذه النتيجة بأن الطلبة الذكور لديهم مستوى أعلى من الميول الكمالية العصابية من الإناث بوجود الأسباب او العوامل الإجتماعية وقد يواجة الذكور ضغوطات اجتماعية أكثر للتفوق والنجاح وخاصة في المجالات الأكاديمية، مما يدفعهم إلى ان يضعوا لأنفسهم معايير عالية للأداء والسعي لتحقيقها. أوقد تكون بسبب عوامل التنشئة الإجتماعية ، قد تُؤدّي بعض ممارسات تربية الأبناء إلى تعزيز السلوكيات الكمالية لدى الذكور، مثل التركيز على الإنجاز والمنافسة وتجنب الفشل. وقد يقلّد الذكور نماذج السلوك الكمالية للرجال البارزين في مجتمعهم، مثل الآباء والمعلمين والمشاهير. و قد يكون لدى الذكور خوف أكبر من الفشل مقارنة بالإناث، مما يدفعهم إلى السعي الدؤوب لتجنب الأخطاء وتحقيق الكمال. أو قد يشعر الذكور بحاجة أكبر إلى التحكم في حياتهم ومحيطهم، مما قد يدفعهم إلى السلوكيات الكمالية كوسيلة لتحقيق ذلك. و قد يلجأ بعض الذكور إلى السلوكيات الكمالية لتعزيز شعورهم بقيمة الذات وكسب تقدير الآخرين. و أخيراً تشير بعض الدراسات إلى وجود علاقة بين مستويات هرمون التستوستيرون والكمالية، حيث قد يكون لدى الذكور مستويات أعلى من هذا الهرمون تجعلهم أكثر عرضة للسلوكيات الكمالية. وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة بيلكين (2019) و دراسة عبد الجواد(2019).ولا تتفق مع نتائج دراسة الحسيني (2017) حيث كشفت ان الطالبات لديهن ميول الكمالية العصابية أكبر من الطلاب.

ب.التعرف على مستوى الكمالية العصابية لدى طلبة جامعة السليمانية على وفق متغير المرحلة الدراسية ، بلغ متوسط درجات أفراد العينة من المرحلة الاولى والبالغ عددهم (125) طالباً (70.71) درجة و بإنحراف معياري (11.73) درجة ، بينما بلغ متوسط درجات المرحلة الثالثة البالغ عددهم (75) طالباً وطالبة (73.04) درجة وبانحراف معياري (13.56)، وعند استخدام الإختبار التائي لعينتين مستقلتين لإختبار الفرق بين هذين المتوسطين تبين أن الفرق دال عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة الحرية (198) والجدول (11) يوضح ذلك. ويكمن تفسير هذه النتيجة ارتفاع ميول الكمالية العصابية لدى طلاب المرحلة الثالثة مقارنة بطلاب المرحلة الأولى الى اقتراب موعد التخرج لأنه كلما اقترب الطالب من التخرج ازداد شعوره بالمسؤولية والضغوط لتحقيق نتائج مميزة تضمن له مستقبلاً واعداً، بالإضافة إلى احتمالية زيادة التنافس على فرص العمل بعد التخرج، مما يدفع طلاب المرحلة الثالثة إلى السعي الدؤوب لتحقيق أفضل النتائج الأكاديمية لتعزيز فرصهم في الحصول على وظيفة مناسبة. وتتفق هذه الدراسة مع دراسة عبد الجواد (2019).

ج. التعرف على مستوى الكمالية العصابية لدى طلبة جامعة السليمانية على وفق متغير التخصص الدراسي (العلوم الإنسانية ، والعلوم التطبيقية)، بلغ متوسط درجات أفراد العينة من التخصص العلوم الأنسانية والبالغ عددهم (99) طالباً (70.17) درجة و بإنحراف معياري (12.68) درجة ، بينما بلغ متوسط درجات تخصص العلوم التطبيقية البالغ عددهم (101) (72.55) درجة و بانحراف معياري (10.82)، وعند استخدام الإختبار التائي لعينتين مستقلتين لإختبار الفرق بين هذين المتوسطين تبين أن الفرق دال احصائياً عند مستوى دلالة (0,05) و بدرجة الحرية (198) لصالح الطلبة ذوي التخصصات العلمية، وهذا ما يوضحه الجدول(11) ،وترجع الباحثة هذه النتيجة إلى وجود منهج دراسي محدد وواضح، مع تركيز أكبر على الحقائق والبيانات في التخصصات العلمية ويتطلب ذلك من الطلاب مهارات تحليلية ومنطقية قوية، ودقة في العمل، والقدرة على اتباع التعليمات بدقة، قد تُشجع هذه العوامل على تطوير سلوكيات كمالية لدى الطلاب ذوي التخصصات العلمية، مقارنة بالتخصصات الإنسانية حيث يوجد لديهم منهج دراسي أكثر مرونة، مع تركيز أكبر على الأفكار والآراء والتحليلات. . و يتفق هذه النتيجة مع دراسة الزراتي و خير (2015)

د. التعرف على مستوى الكمالية العصابية لدى طلبة جامعة السليمانية على وفق متغير مكان السكن (مع العائلة، في أقسام الداخلية)، لقد بلغ متوسط درجات افراد العينة من الساكنين في أقسام الداخلية والبالغ عددهم (116) طالباً (72.47) درجة و بإنحراف معياري (11.548) درجة ، بينما بلغ متوسط درجات الساكنين مع عوائلهم البالغ عددهم (84) (69.43) درجة وبانحراف معياري (11.930)، وعند استخدام الإختبار التائي لعينتين مستقلتين لإختبار الفرق بين هذين المتوسطين تبين ان الفرق دال عند مستوى دلالة (0,05) و بدرجة الحرية (198) ولصالح الطلبة الساكنين مع عوائلهم، وهذا ما يوضحه الجدول(11). وترى الباحثة انه من الطبيعي ان تظهرهذه النتيجة و ذلك لأن الطلاب الساكنين مع عائلاتهم يقدم لهم دعمًا عاطفيًا واجتماعيًا أكبر من زملائهم الساكنين في الأقسام الداخلية.أو قد يتعرضون لضغوطات أكثر من عائلاتهم لتحقيق نتائج استثنائية، وهذا ما يدفعهم إلى الميول الكمالية العصابية ويشجعهم للسعي الدؤوب لتحقيق النجاح و التميز.

جدول(11)

نتائج الاختبار التائي للفرق بين: (الذكور والإناث) و(المرحلة الأولى ، المرحلة الثانية)،(التخصص العلمي ، التخصص الإنساني)،(طلبة الساكنين مع الأهل، السكنين في الأقسام الداخلية) وفي مستويات الكمالية العصابية لدى الطلبة الجامعة السليمانية

المتغيرات	المجموعات	العدد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	مستوى الدلالة 0.05
الجنس	ذكور	82	68.76	13.33	1.98	198	دال
	إناث	118	64.95	8.40			
المرحلة الدراسية	الأولى	125	70.71	11.73	0.695	198	غير دال
	الثالثة	75	73.04	13.56			
التخصص	العلمي	101	72.55	10.82	0.63	198	غير دال
	الإنساني	99	70.17	12.68			
السكن	مع العائلة	84	69.43	11.930	0.858	198	غير دال
	في الأقسام الداخلية	116	72.47	11.548			

الهدف الخامس : ما طبيعة العلاقة بين التسويف الأكاديمي والكمالية العصابية لدى طلبة الجامعة.

للتعرف على العلاقة بين التسويف الأكاديمي و الأبعاد الأربعة للكمالية العصابية لدى طلبة الجامعة، تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين المتغيرين، و بلغ قيمة معامل الإرتباط الكلية بين المتغيرين (0.76) وهذا ما يوضحة الجدول (12) .

جدول(12)

قيمة معامل ارتباط بيرسون بين المتغيرين الدراسة

الكمالية العصابية	المعايير الأداء العالية	طلب الإستحسان	الخوف من الفشل و النقد	الأفكار الوسواسية
التسويف الأكاديمي	0.56	0.66	0.69	0.74
معامل ارتباط بيرسون(الكلية)	0.76			

الجدول (12) يبين قيمة معاملات الإرتباط بين درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس التسويف الأكاديمي وبين درجاتهم على أبعاد مقياس الكمالية العصابية تراوحت بين (0.56 – 0. 74) كما يتضح ان معامل الإرتباط بين الدرجة الكلية للتسويف الأكاديمي والدرجة الكلية للكمالية العصابية بلغت (0.79)،وهذه القيم دالة عند مستوى الدلالة (0.01) وهذا ما يدل على وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التسويف الأكاديمي والأبعاد الكمالية العصابية لدى طلبة الجامعة، اكدت نتائج هذه الدراسات ايضاً على وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التسوف الأكاديمي والكمالية العصابية ومنها دراسة كل من جابان (2010) ودراسة جديديا والآخرون (2011)و دراسة زراتي وخير (2015) و بيلكين (2019) و دراسة عبد الجواد (2019)،لقد أوضحت الباحثة العلاقة بين المتغيرين في الإطار النظري للبحث بشكل مفصل وأكدت على ان هناك عوامل مشتركة فيما بينهم مثل اعتمادهم على معايير مطلقة وخيالية، أو خوف من ارتكاب أخطاء، وأظهرت نتائج دراسة الندفي و كوروشنيا،2016 بانه يمكن للكمالية العصابية أن تتنبأ بشكل إيجابي بالتسويف الأكاديمي، و في دراسات اخرى ركزوا على العلاقة السببية بينهم بان التسويف الأكاديمي غالباً ما يكون أحد أعراض الكمالية. والسبب هو أنه نظرًا

لأن الكماليين يهتمون بإكمال المهمة على أكمل وجه، فإنهم يميلون إلى تأجيلها لأطول فترة ممكنة، مما قد يتحول إلى فترة حضانة لتحسين نتائج المهمة. نظرًا لأن الكماليين يخشون عدم القدرة على إكمال المهمة على أكمل وجه، فإنهم يؤجلونها لأطول فترة ممكنة. تكشف الكثير من الأبحاث السابقة التي أجريت حول الشخصية والمماطلة عن وجود علاقة واضحة بين الاثنين.

التوصيات

1. اعداد برامج ارشادية لطلبة الجامعة لتخفيض كل من التسويف الأكاديمي و الكمالية العصابية لديهم.
2. تقديم برامج ارشادية و سيمينارات أكاديمية لمعالجة الآثار السلبية لكل من الكمالية العصابية والتسويف الأكاديمي لدى الطلبة، وتنمية الكمالية السوية لديهم.
3. مراعاة الجانب الشخصي لطلبة الجامعة ذوي الميول الكمالية العصابية عند التعامل معهم.
4. جذب انتباه الأساتذة الجامعيين الى التأكيد على فهم الذات والميول الكمالية في تدريسهم ، وتشجيع الطلبة لكي يضعوا أهدافاً تناسب قدراتهم و ميولهم.

الإقتراحات

1. اجراء دراسة بهدف الكشف عن العلاقة بين التسويف الأكاديمي و الافكار اللاعقلانية.
2. اجراء دراسة بهدف الكشف عن العلاقة بين الكمالية العصابية و اعاقة الذات لدى طلبة الجامعة.
3. اجراء الدراسة بهدف الكشف عن مدى تنبؤ الكمالية العصابية لبعض الإضطرابات النفسية.

المصادر

أباظة، آمال عبد السميع. (1996)."الكمالية العصابية والكمالية السوية"، مجلة الدراسات النفسية، 6(3)، 305- 311.

ابو ضيف، ايمان محمد و اسماعيل ، آمنة قاسم و السهولي، نورة عادل زكي. (2020). "التلكؤ الأكاديمي وعلاقته بيقظة الضمير لدى عينة من طلاب كلية التربية بسوهاج"، مجلة الشباب الباحثين/كلية التربية"،جامعة سوهاج،7 ،517- 564.

ابو غزال، معاوية .(2012)." التسويف الأكاديمي: انتشاره واسبابه من وجهة نظر الطلبة الجامعيين"، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، 8(2) ، 131 – 149.

احمد ، عطية عطية محمد السيد. (٢٠٠٨)." التلكؤ الأكاديمي وعلاقته بالدافعية للإنجاز والرضا عن الدراسة لدي طلاب جامعة الملك خالد بالمملكة العربية السعودية."، تم إسترجاعه في ٤/١١/٢٠١٩ على الرابط http://www.gulfkids.com/ar/book14- 1801.htm.

احمد، عبد العاطي عبد الكريم محمد و عبد التواب، شيماء محمد محمود .(2020)." دراسة تنبؤية للعوامل مسهمة في التلكؤ الأكاديمي لدى طلاب الجامعة"، مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، 3(185) ، 111- 172.

احمد، هيثم محمد عبد الخالق .(2021)."مستوى التسويف الأكاديمي لدى السنة لتحضيرية في ضوء متغيري الجنس والتحصيل الدراسي"، المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية ، 5(19)، 509- 539.

الجمعان، سناء عبد الزهرة وعلي، سها مسعد .(2015)." الكمالية السوية - والعصابية علاقتها بالضغوط النفسية لدى طلبة الصف السادس الإعدادي"، جامعة البصرة، كلية التربية للعلوم الإنسانية.تم استراجعه في 2024/4/23 على الرابط https://faculty.uobasrah.edu.iq/uploads/publications/16318 77953.pdf

الحسيني، محمد حسين. (2017)." الكمالية العصابية علاقته بالسعادة لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة"، مجلة كلية الآداب ، جامعة المنصور ة ، 61، 1085 – 1119.

الزغبي، محمد احمد .(2020). "التسويف الأكاديمي لدى طلبة الكلية الجامعية بحقل وعلاقته ببعض المتغيرات"، المجلة الدولية التروبوية المتخصصة، 9(1)، العدد(1)، 88- 103.

الزهراني ، حسن محمد علي .(2010)." الافكار اللاعقلانية وعلاقتها بإدارة الوقت لدى عينة من طلبة حائل"، رسالة دكتوراه غير منشورة جامعة ام القرى ، المملكة العربية السعودية.تم استراجعه في 2024/3/19 على الرابط http://search.shamaa.org/fullrecord?ID=80338

السيد، هديل عثمان السيد .(2018)."العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وعلاقتها بالتلكؤ الأكاديمي لدى طلاب كلية التربية"، مجلة الكلية التربية بالمنصورة، 104(3)، 187- 219.3.

العبيدي , عفراء ابراهيم خليل .(2013). " التلكؤ الاكاديمي وعلاقته بجودة الحياة المدركة عند طلبة الجامعة"، مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس "، 35(2) ، 149- 172.\

القريشي، مازن بن صالح معيش. (2017)." المعتقدات المعرفية وعلاقتها بالتسويف الأكاديمي لدى طلاب جامعة ام قرى"، مجلة الشباب الباحثين في العلوم التربوية، 5، 1409 - 1433.

القريطي ، عبدالمطلب أمين وشند، سميرة محمد ويحي، داليا يسري. (2015)."الخصائص السيكومترية لمقياس الكمالية العصابية لدى المراهقين"، مجلة الإرشاد النفسي، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، 41 ، 709 – 748.

براون، برينية .(2015). نعمة عدم الكمالية. مملكة العربية السعودية ، مكتبة جرير.

خشبة، فاطة السيد حسن،و البديوي، عفاف سعيد فرج.(2022)."نمذجة المعادلة البنائية متعددة المجموعات في العلاقة بين الكمالية العصابية والثقة بالنفس وإعاقة الذات لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية المعدلة". مجلة كلية التربية، 41(195)، ص ص 537- 639.

دراويشة، سونيا عبد الحميد عبد القادرو السفاسفة، محمد .(2023)." مستوى الضغوطات النفسية الأسرية وعلاقتها بالتسويف الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة مؤتة قسم الارشاد والتربية الخاصة"، مجلة جدارا للدراسات والبحوث، 9 (2). 165- 193.

رفو، عذراء جوزيف والعبايجي ، ندى فتاح .(2023)." السمات الكمالية وعلاقتها بالصورة الوالدية لدى طلبة الجامعة الحمدانية"،،مجلة الفتح، 27(4)، 30-67.

رفوع ، محمد احمد.(2015). الدافعية ، نماذج و تطبيقات،الأردن، دار المسيرة للطباعة والنشر.

شبيب،هناء صالح. (2015)." الخصائص السيكومترية لمقياسي التسويف الأكاديمي واسبابه دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة تشرين"، دراسة ماجستير في الإرشاد النفسي. جامعة التشرين، كلية التربية.

شلتز، دوان .(١٩٨٣). نظريات الشخصية، ترجمة احمد دلي الكربولي، وعبد الرحمن القيسي، مطبعة جامعة بغداد، العراق.

عبد الجواد، احمد السيد عبد الفتاح .(2019)." التسويف الأكاديمي في علاقته بالكمالية العصابية والمرونة النفسية لدى طلاب الجامعة"، مجلة كلية التربية ببنها. 5(120)، 143- 234.

عبد السلام، السيد عبد الدايم .(2010)." البناء العاملي لسوك الإرجاء للمهام الأكاديمية، ونسبة انتشاره، مبرراته وعلاقته بمستوى التحصيل لدى تلاميذ المرحلتين الثانوية والمتوسطة بمنطقة عسير بالمملكة العربية السعودية"، مجلة كلية التربية بالإسماعلية. جامعة قناة السويس،16، 1 -70.

عبيد، انعام مجيد. (2019)." التسويف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة"، مجلة كلية المعرف الجامعة، 33(3)،234-268. تم استراجعه في 2024/1/2 على الرابط https://uoajournal.com/index.php/maarif/article/view/512

عطية، اشرف.(2009)." دراس العلاقة بين الكمالية والتأجيل لدى عينة من الطلاب الجامعة المتفوقين عقلياً"، مجلة الإرشاد النفسي،281،23-325.

علي، اسماء صالح وعبد الرزاق، زينب سمير و ابراهيم ، إكثار خليل .(2019). "إدمان الأنترنت وعلاقته بالتسويف الأكاديمي لدى عينة من طلبة الجامعة"، مجلة ابحاث البصرة للعلوم الإنسانية، 44(4)، 18- 40.

محمد، سماح صالح محمود .(2020). "نمذجة العلاقات السببية بين الكمالية العصابية واخفاء الذات والإتجاهات نحو السعي لالتماس المساعدة النفسية لدى الطلاب التربية الخاصة"، مجلة كلية التربية في العلوم النفسية. 3(44)، 15 – 154.

معجم المعاني (2023). تم استراجعه في 2024/2/25 على الرابط https://www.almaany.com/ar/dict/ar-ar

هادي، نداء كاظم .(2021)." التسويف الأكاديمي وعلاقته بالتكيف الدراسي لدى طلبة الجامعة". المجلة الدولية للعلوم الأنسانية والإجتماعية" ، 19، 99 - 115.

المصادر الفارسية

ذرراتي، ناهيد و خير،محمد .(2015). "پيشبيني سلامت روان براساس ابعاد كمالگرايي واهمال كاري در دانشجويان پزشكي"، مجله راهبردهاي توسعه در آموزش پزشكي، 1(1)، 1- 10

الدراسات الأجنبية

Beswick ،G. ،Rothblum ،E. D. ،& Mann ،L. (1988).” Psychological Antecedents of student procrastination”, *Australian Psychologist Journal ،23 ،207- 217.*

Burka, J. B., & Yuen, L. M. (1983). Procrastination: Why do you do it, what to do about it? Reading, Mass.: Addison-Wesley Pub. Co 1983.

Capan, B. E. (2010). “Relationship among perfectionism, academic procrastination and life satisfaction of University students”. Procedia- social and behavioral science, 5 (2), 665-671.

Chandel, P. K., Rifa, A., Phogat, K., M.(2023, February).” Personality Correlates of Procrastination and Perfectionism among Adolescents. Department of Psychology, Central University of Haryana”. International Journal of Innovative Science and Research Technology. 8(2), 1147- 1152.

Effert, B., & Ferrari, J. (1989).”Decisional procrastination: Examining personality correlates”, Journal of Social Behavior and Personality, 4(1), 151-161.

Ferrari, J. R. (1991). “A preference for a favorable public impression by procrastinators: selecting, among cognitive and social tasks”, Personality and Individual Differences Journal, 12, 1233–1237

Flett J. L., Hewitt, P.L, Buckstein, .K, & Brien, S. (1991).” Perfectionism and and learned resource fulness in Depression and self Esteem”, personality and individual differences, 12 , 98 , 101.

Ghosh, R. & Roy, S. (2017).” Relating multidimensional perfectionism and academic procrastination among Indian university students”, Management Journal, 32(8), 518-534.

Henry, P.H. Chow (2011). "Procrastination Among Undergraduate Students: Effect of Emotional Intelligence ،School Life ،Self – Evaluation ،and Self – Efficacy" ،Alberta Journal of Educational Research. ،Vole ،57 ، No. 2.

Hussein, I.; Sultan, S. (2010).” Analysis of procrastination among university students”, Procedia Social and Behavioral Sciences, Volume 5 , Pages 1897-1904

Jadidie, F.,Mohammadkhani, S., Tajrishi, K. Z. (2011).” Perfectionism and academic procrastination”. Procedia - Social and Behavioral Sciences (30) 534 – 537

Janssen, J. (2015).” Academic procrastination: prevalence among high school and undergraduate student and relationship to academic achievement”, Doctoral dissertation, Georgia State University, Retrieved from, https://scholarworks.gsu.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1115&context=epse_diss

Kağan, M. (2009).” Determining the variables which explain the behavior of academic procrastination in university students. Ankara University”, Journal of Faculty of Educational Sciences, 42(2), 113-128.

Knaus ،W. (2000). "Procrastination ،blame ،and change" ،Journal of Social Behavior & Personality،” 15(5), 153-166. Retrieved from Ebsco host Journal database.

Kubal, A. (2005).” Perfectionism among Women Seeking help for Deliberate Self-harm and/ or Eating Disorders: A Comparative Study”, PhD, Department of Counseling, Michigan State University, Retrieved from, https://d.lib.msu.edu/etd/33923

Lay, C. H. (1986).” At last, my research article on procrastination”, Journal of Research in Personality, 20, 474-495.

Maharani, R., Neviyarni, S., & Effendi, Z. M. (2020).” Role Playing in an Effort to Reduce Academic Procrastination for College Students”, Psychocentrum Review, 2(2), 77-86.

Onwuegbuzie, A. J. (2004).” Academic procrastination and statistics anxiety”, Assessment Eval, Higher Educ., 29(1), 3-19

Rice, K.G; Ashby, J.S& Preusser, K. J .(1996).” Perfectionism, relationships with parents, and self-esteem”. Individual Psychology , 52 (3), 246-258.

Rogers, C. R. (1967).” Carl R. Rogers. In G. B. Boring, & G. Lindzey (Eds.)”, a History of Psychology in Autobiography, 5, 341-384). New York: Appleton-Century-Crofts. Retrieved from, https://doi.org/10.1037/11579-013

Schuler, P. A. (1999). “Voices of perfectionism: Perfectionistic gifted adolescents in a rural middle School (RM99140). Storrs”, University of Connecticut, The National Research Center on the Gifted and Talented.

ملحق (1)

أسماء السادة الخبراء حسب القابهم العلمية وامأكن عملهم

1. الاستاذ الدكتور.رشدي علي ميرزه الجاف/دكتورا في علم النفس الاكلينكي /كلية التربية الاساسية/جامعة السليمانية
2. الاستاذ الدكتور. كريم شريف القرجتاني/دكتوراه في علم نفس النمو /كلية التربية الاساسية/جامعة السليمانية.
3. الاستاذة الدكتورة .سولاف فائق محمد /دكتورا في طرائق التدريس /كلية التربية الاساسية\ جامعةالسليمانية.
4. المدرسة الدكتورة. كاني سالار/دكتورا في التربية الخاصة/كلية التربية الاساسية\ جامعةالسليمانية.
5. الاستاذ المساعد الدكتور صمد احمد/ دكتورا في علم النفس التربوي /كلية التربية الأساسية\ جامعة السليمانية
6. المدرسة الدكتورة . ريزين ئوميد صديق/ دكتوراه في التربية الخاصة/ كلية التربية الأساسية/ جامعة السليمانية.

الملحق(2)

الصورة النهائية للمقياسين التسويف الأكاديمي و الكمالية العصابية

عزيزي الطالب.....عزيزتي الطالبة....تحية طيبة

بين ايديكم مجموعة من الفقرات التي تعبر عن بعض المواقف، يرجى قرأة كل عبارة بدقة و تمعن و الإجابة عنها بموضوعية إذ انها تعكس درجة انطباقها عليك او عدم انطباقها، أو انها تعكس تفكيرك او تعبر عن رأيك، كما ان ليس هناك اجابات صحيحة وخاطئة، و ان اجابتك سوف تكون سرية و لا يطلع عليها احد سوى الباحثة وذلك لأغراض البحث العلمي... مع فائق الإحترام و التقدير لكم.

الجنس : الطالب .....الطالبة.....المرحلة : الأولى ..... الثالثة.....

التخصص: العلمي .....الأنساني.....مكان السكن: مع الأهل .....في الأقسام الداخلية.....

الباحثة: ا.م. د.نازەنين عثمان محمد

مقياس التسويف الأكاديمي

ر	الفقرات	تنطبق علي بدرجة				
		منخفضة جداً	منخفضة	متوسطة	كبيرة	كبيرة جداً
1	أكمل واجباتي بشكل منتظم يوماً بيوم، لذا فأنني لا أتأخر في المواد الدراسية.					
2	عندما يقترب موعد الإمتحان اجد نفسي منشغلاً بأمور اخرى.					
3	أستعجل عادة لإنجاز المهات الأكاديمية قبل موعدها المحدد.					
4	أقول لنفسي دائماً سأنجز مهماتي الأكاديمية غداً					
5	أبدأ عادة بإنجاز المهمات الدراسية فوراً بعد تحديدها					
6	أنهي واجباتي الدراسية قبل الموعد المحدد لأنجازها.					
7	أوجل البدأ بواجباتي الدراسية حتى اللحظات الأخيرة.					
8	أحاول أن اجد لنفسي أعذاراً تبرر عدم قيامي بأداء الواجبات الدراسية المطلوبة مني.					
9	أنا مضيع للوقت بشكل كبير					
10	أنهي دائماً واجباتي الدراسية المهمة ولدى وقت إضافي إحتياطي.					
11	أقول لنفسي بأنني سأقوم بإنجاز مهماتي الدراسية ثم أتراجع عن ذلك.					
12	التزم بالخطة التي أضعها لأنجاز واجباتي الدراسية.					
13	عندما أواجه مهمات الدراسية صعبة أؤمن بضرورة تأجيلها.					
14	أؤجل إنجاز واجباتي الدراسية دونما مبرر حتى لو كانت مهمة.					
15	أؤجل إنجاز واجباتي الدراسية بغض النظر عن كونها ممتعة او غير ممتعة.					
16	أشعر بعدم الراحة من مجرد تفكير بضرورة بدأ بأنجاز واجباتي الدراسية.					
17	لا أؤجل عملاً أعتقد بضرورة إنجازه.					
18	أقوم بالعديد من النشاطات الترفيهية بحيث لم يبقى لدي الوقت الكافي للدراسة.					
19	أفكر دائماً بأن لدي لاحقاً الوقت الكافي، لذا ليس هناك حاجة فعلية للبدأ بالدراسة					
20	يعد تأجيل المهات الأكاديمية مشكلة حقيقية أعاني منها بشكل مستمر.					
21	أتوقف عن الدراسة في الوقت المبكر لكي أقوم بأشياء أكثر متعة.					

المقياس الكمالية العصابية

ر	الفقرات	تنطبق علي بدرجة				
		منخفضة جداً	منخفضة	متوسطة	كبيرة	كبيرة جداً
1	يجب أن أكون أكثر كفأة فيما أقوم به من أعمال					
2	انتظر العبارات الشكر والتقدير من قبل لآخرين(الأب، الأم، الأصدقاء، استاذ)عن اي عمل أقوم به.					
3	اتقن عملي بشدة حتي لا يصفني الآخرين بالفشل.					
4	لا اسامح نفسي عن اي خطأ ارتكبه					
5	أفضل أن أقوم بعمل على أحسن الوجه بمفردي.					
6	اسعى للعمل في ضوء توقعات الآخرين العالية لي للحصول على اهتمامهم و اعجابهم					
7	اجود اعمالي تجويداً كبيراً كي لا ينتقدني احد					
8	افكر كثيراً قبل أداء اعمالي لدرجة قد تعيقني عن أدائه في الوقت المناسب.					
9	أفرض على ذاتي والآخرين درجة عالية من الجودة والضبط في الأداء الأعمال					
10	اتخوف كثيراً من فقدان احترام الآخرين اذا لم يكن ادائي مثالياً					
11	اذا فشلت فسوف افقد احترام الآخرين وحبهم.					
12	لا اثق في أداء الآخرين ممن حولي.					
13	إما أن أقوم بعمل الأشياء بشكل متقن، أو لا أقوم بها من الأساس					
14	احاول بإستمرار إثبات أني جدير بثقة الآخرين					
15	اشعر بالحزن عند نقد الآخرين لأفعالي.					
16	اكرر مراجعتي لورقة اجابتي في الأمتحانات					
17	احدد لنفسي مستويات عالية جداً في أعمال التي يجب أن احققها					
18	تقيمي لنفسي مرهون بأستحسان الآخرين للأدائي					
19	يسبب نقد الآخرين لى ارتباكاً كبيراً في عملي.					
20	اعرض عملي على المحيطين قبل الإنتهاء منه لشكوكي حول جودته.					
21	يضايقني عدم تقدير الآخرين لي عن أي عمل قمت بها من أجلهم.					
22	اخاف واخشى الفشل بدرجة كبيرة.					