مجلة جامعة بني وليد للعلوم الإنسانية والتطبيقية
Bani Waleed University Journal of Humanities and Applied Sciences
تصدر عن جامعة بني وليد - ليبيا
Website: https://jhas-bwu.com/index.php/bwjhas/index
ISSN 3005-3900 الصفحات (271 -285) المجلد الحادي عشر ــ العدد الثالث ــ 2026

Academic procrastination among students of the Faculty of Education, Bani Waleed University

Amna Ashhteewi Ahmad Abdullah *
Department of Psychology, Faculty of Education, Bani Waleed University, Bani Walid, Libya
amnaabdallah@bwu.ly

التسويف الأكاديمي لدى طلبة كلية التربية جامعة بني وليد

أمنة اشتيوي أحمد عبدالله *
قسم علم النفس، كلية التربية ،جامعة بني وليد، بني وليد ، ليبيا

Received: 01-04-2026	Accepted: 06-05-2026	Published: 15-05-2026

Copyright: © 2026 by the authors. This article is an open-access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

الملخص:
تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على التسويف الأكاديمي لدى طلبة كلية التربية جامعة بني وليد، وكذلك معرفة الفروق بين أفراد العينة على مقياس التسويف الأكاديمي حسب متغيري: الجنس، والتخصص الأكاديمي، واستخدم لتحقيق ذلك المنهج الوصفي، ومقياس التسويف الأكاديمي، وقد تكون مجتمع البحث من (696) طالب وطالبة المقيدين بكلية التربية، واختيرت عينة البحث بالطريقة العشوائية المنتظمة، حيث بلغ عددها(60) طالباً وطالبة، بنسبة 10% من مجتمع الدراسة، وبعد تطبيق الدراسة وإجراء المعالجة الإحصائية وأظهرت النتائج مستوى متوسط من التسويف الأكاديمي لدى أفراد العينة، كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد عينة الدراسة ترجع لمتغير الجنس لصالح الذكور، بينما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد عينة الدراسة ترجع لمتغير التخصص الأكاديمي.

الكلمات الدالة: التسويف الأكاديمي، الطلبة، كلية التربية، جامعة بني وليد .

Abstract
This study aims to identify academic procrastination among students at the Faculty of Education, Bani Waleed University, and to determine the differences among the sample members on the academic procrastination scale according to the variables of gender and academic specialization. The descriptive method and the academic procrastination scale were used to achieve this. The research population consisted of 696 male and female students enrolled in the Faculty of Education, and the research sample was selected using systematic random sampling, resulting in 60 students, representing 10% of the study population. After conducting the study and performing statistical analysis, the results showed a moderate level of academic procrastination among the sample members. The results also showed statistically significant differences among

the study members related to the gender variable, favoring males, while no statistically significant differences were found among the study members related to the academic specialization variable.

Keywords: Academic procrastination, students, Faculty of Education, Bani Waleed Universit.

المقدمة

يعد التعليم الجامعي مرحلة حاسمة في حياة الفرد والمجتمع؛ حيث تحقق الدراسة الجامعية للطلبة العديد من فرص التعلم، وتمكنهم من اختيار مشاريعهم المهنية، وبناء تطلعاتهم وطموحاتهم؛ وهذا يتطلب من الطلبة الاستمرار في بذل الجهود والمثابرة، والتنافس، والاعتماد على الذات، وتحمل الأعباء الدراسية التي تتمثل في مسيرة من الواجبات التي يكلف بها الطالب والتي تعد أحد المرتكزات العلمية لإكسابه الخبرة التعليمية، وصقل شخصيته المعرفية، كما أن احترام الوقت وأداء المهمات في موعدها المحدد من علامات قدرة الطالب على استثمار وقته ورغبته في التعلم، وتوافقه مع الدراسة الجامعية.

ويشير (الزهراوي، 2017: 11) إلى أن التزام الطلبة بأخلاقيات التعلم مثل استغلال الوقت في الإنجاز، وكذلك مجاهدة النفس والمواظبة تساعد على رفع مستوى الأداء؛ ولكن من الملاحظ أن العديد من الطلبة يماطلون ويؤجلون إنجاز الأعمال المطلوبة منهم وهو ما يعرف بالتسويف الأكاديمي، ويعد التسويف في أداء المهام من الأمور الشائعة لدى الأفراد إلا أن تكرارها في المجال الأكاديمي بصورة مستمرة يعد مشكلة من المشكلات التعليمية المهمة لما لها من تأثيرات سلبية على حياة الطلاب.

ويعرف التسويف الأكاديمي: بأنه تأخير القيام بالمهام الدراسية لوقت متأخر مما يجعله غير قادر على إتمام المهام الدراسية أو إنجازها بشكل مرضي، ويصاحبه مشاعر القلق والضيق والندم (إبراهيم،2018 :573) .

وقد يلجأ الطلبة في حياتهم اليومية إلى تأجيل بعض المهمات والواجبات المنوطة بهم؛ وهذا يعد أمرا شائعا ومقبولا إلا أن التأجيل المستمر والمتكرر يدل على ضعف أو غياب التنظيم الذاتي للطالب مما يؤثر على تحصيله الأكاديمي، ويعتبر هدرا للوقت وعدم استثماره بالطريقة الصحيحة، وأن هذا التأجيل المستمر يسمى بالتسويف الأكاديمي (السعدي،2018: 34).

أضف إلى ذلك أن التسويف الأكاديمي يظهر قدرة منخفضة لدى الأفراد في المراحل العمرية الأكثر إنتاجية، وهو ما يسبب في إخفاق الكثير من الطلبة في إكمال دراستهم بسبب التسويف الأكاديمي؛ مما ساهم في زيادة حالة البطالة، وهو ما يمثل تهديدا خطيرا يتطلب حلولا خاصة وأن الأبحاث في مجال التسويف الأكاديمي أظهرت نسبا عالية من سلوك التسويف لدى الطلبة (عبد الخالق،2020 :512).

أما عن الإحصاءات الخاصة بنسبة انتشار التسويف الأكاديمي فقد أثبتت نتائج الدراسات المسحية أن نسبة الطلبة الذين يتسمون بسلوك التسويف تتراوح بين(80، 90%) من طلبة الجامعة وأن (75%) من هؤلاء المسوفين يعترفون بذلك؛ وأن (50%) منهم يسوفون بشكل دائم ومستمر في أنشطتهم الدراسية والعامة، ومن المتوقع أن نسبة التسويف الأكاديمي قابلة للزيادة، وعلى ذلك فإنها تعد شكلا من أشكال هدر هذه الطاقات ومعوقا كبيرا من معوقات الدراسة والإنجاز(حسن،2019: 372).

والمتسوف يتصف أكاديميا بأنه يرجئ الاستعداد للاختبار، ويقوم بأشياء غير ضرورية، يتجنب الاستذكار، ويواجه صعوبات في تنظيم وقته، ويبالغ في ترتيب مكانه الشخصي، وتنخفض ثقته بنفسه، ويشعر بالقلق والاكتئاب والنسيان وعدم التنظيم(عبد الوهاب، 2023:126).

وفي هذا الصدد أشارت دراسة(درادكة،2017 :306) بأن التسويق يؤثر على العديد من المجالات كالتأثير على عوامل الشخصية والتحصيل الدراسي، والرفاه النفسي لدى الطلبة؛ حيث يرتبط بتدني تقدير الذات وانخفاض القدرة ومستوى الدافعية والوعي والقلق المرتفع.

وللتسويف الأكاديمي العديد من الآثار السلبية على أداء المتعلم وكفاءته الذاتية؛ مما يسبب العديد من النتائج السلبية كالفشل الدراسي، وسوء إدارة الوقت، وضياع فرص النجاح، وإخراج أجيال غير قادرة على مواكبة التطور، وعدم القدرة على التفاعل مع المستجدات بفاعلية وإتقان .

وهذا يفرض على القائمين على العملية التعليمية والمتخصصين في مجال علم النفس ضرورة إعادة النظر في الأساليب التربوية التي تلائم التطورات الحديثة والاهتمام بجميع العوامل التي من شأنها أن تؤثر بشكل إيجابي في إعداد متعلم يواكب التطورات الحديثة وثورة المعلومات بحيث يستطيع أن يكون له دورا فاعلا في مواكبة التطورات العلمية التي يشهدها العالم في كل لحظة (حسن،2019، 370)

واستناداً على ما سبق فالتسويف الأكاديمي هو أحد الظواهر التي تؤثر على فاعلية الأفراد ودافعيتهم نحو الإنجاز بمختلف جوانب الحياة وأنشطتها، ويعد الجانب الأكاديمي من أبرز المجالات التي تتأثر بها ظاهرة التسويف الذي يؤدي بالطالب إلى تأجيل المهام الدراسية، وتجنب إنجاز الأنشطة والمهمات التي يرى أنها غير ممتعة رغم أهميتها؛ مما يعيقه عن تحقيق أهدافه ويعرقل نجاحه الأكاديمي.

وفي الوقت الحالي، يوجد عدد متزايد من الطلبة الذين يلجئون إلى تأجيل القيام بنشاطات العلم الخاصة بهم ويعانون من التأخير المستمر في أدائها، وفي هذا الصدد يجب الإشارة إلى أن التسويف الأكاديمي له تأثير سلبي على التطوير المهني المستقبلي للطلبة نتيجة ما يسببه التسويف من ضعف في المكتسبات.

لذلك يعتبر تناول موضوع التسويف الأكاديمي بالدراسة والبحث عملاً في غاية الأهمية، انطلاقًا من مبدأ أن تحقيق أهداف الجامعة يعتمد في المرتبة الأولى على مدى كفاءة وفعالية مخرجات التعلم.

- **مشكلة الدراسة :**

يعد التسويف الأكاديمي من أهم المشكلات التي يواجهها كثير من الطلاب لتعلقها بالمذاكرة وتحصيلهم الدراسي؛ فالتسويف يؤثر على العملية الأكاديمية بصفة عامة وعلى الطالب بصفة خاصة؛ لما ينتج عنه من تدني في مستوى المذاكرة والتحصيل العلمي، فالطلبة الذين لديهم ميل قوي إلى عملية التسويف يحصلون على درجات منخفضة في الامتحان إذا تمت مقارنتهم بالطلاب الذين لا يعانون من مشكلة التسويف الاكاديمي.

ويعد التسويف الأكاديمي مشكلة لدى طلاب الجامعة إذ يؤدي بهم إلى انخفاض الأداء الأكاديمي والابتعاد عن المحاضرات والتهرب منها، وتأجيل المهام الدراسية، وتكمن خطورة التسويف في الآثار الناجمة عنه والتي لا تقتصر على الجانب الأكاديمي فقط بل يشمل مناحي حياة الطالب الشخصية والاجتماعية والنفسية وتمتد لتؤثر على جودة مخرجات التعلم.

كما أشار أحمد (2008) إلى أن تأجيل المهمات الأكاديمية يؤثر على الفرد تأثيرا داخليا؛ ويظهر ذلك في الناحية النفسية مسببا الصراع النفسي ومشاعر الذنب ولوم الذات، والإحباط والاكتئاب واليأس؛ مما يؤدي إلى اكتساب الغالب لبعض السلوكيات غير الأخلاقية كالكذب لمحاولة تبرير موقفه من التسويف المستمر وتأجيل تسليم مهامه الأكاديمية (إبراهيم، 2018، 575).

ومّن خلال ما سبق تتضح أهمية متغير التسويف الأكاديمي ليس في تأثيره على المسار الدراسي للطالب فقط بل تأثيراته السلبية والتي تشكل عائقا في الالتزام بالأداء الأكاديمي، وتقلل من فرص نجاحه الدراسي، وهذا يقلل من جودة وكفاءة مخرجات التعلم.

وفي ضوء ما سبق تتحدد مشكلة الدراسة في الفروض الآتية:

1. توجد مستويات متباينة في التسويف الأكاديمي لدى طلبة كلية التربية.
2. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد عينة الدراسة ترجع لمتغير الجنس.
3. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد عينة الدراسة ترجع لمتغير التخصص الأكاديمي.

- **أهمية الدراسة :**

تنبثق أهمية هذه الدراسة في معالجة موضوع من المواضيع الهامة والحديثة في التعليم العالي لضمان جودة مخرجات التعلم، فالحديث عن التسويف الأكاديمي أمر بالغ الأهمية لما له من أثر في تدني مستوى التحصيل العلمي والأكاديمي والمهاري للطلبة، وما يترتب عليه من ضعف كفاءات مخرجات التعليم العالي.

وفي ضوء ما سبق تتحدد أهمية الدراسة في النقاط التالية :

- دراسة التسويف الأكاديمي موضوع لم يسبق دراسته من قبل الباحثين في مدينة بني وليد على حد علم الباحثة، مما يعطيه أهمية جديرة بالدراسة والبحث، أضف إلى ذلك أهمية الشريحة التي يتناولها هذا الموضوع، وقد نصل من خلال هذه الدراسة إلى لفت أنظار القائمين على العملية التعليمية والمختصين

في إعادة النظر في الأساليب التربوية والاهتمام بجميع النواحي التي من شأنها أن تؤثر بشكل إيجابي في إعداد متعلم يواكب التطورات، والحد من هذه الظاهرة، الأمر الذي ينعكس إيجابيا على أداء الطالب مما يعود على جودة مخرجات العملية التعليمية التي يعتمد عليها المجتمع في تقدمه.

- تبرز أهمية الدراسة في كونها تبحث في ظاهرة حظيت باهتمام العديد من الباحثين التربويين، وتمثل مشكلة خطيرة ومعقدة تعيق التقدم العلمي للطلبة الجامعيين من أجل التنبيه للحد من هذه الظاهرة التي تهدد سير العملية التعليمية بشكل أمثل وتؤثر على مخرجات التعلم.
- يمكن الاستفادة من نتائج هذه الدراسة في بناء برامج لخفض مستوى التسويف الأكاديمي لدى الطلبة ومعالجة الآثار الناتجة عنه؛ كما يمكن أن تشكل الدراسة الحالية منطلقا لدراسات لاحقة تتناول متغيرات أخرى ذات علاقة.
- **أهداف الدراسة :**

تهدف هذه الدراسة إلى ما يأتي:

1. التعرف على مستوى التسويف الأكاديمي لدى طلبة كلية التربية.
2. التعرف على الفروق في التسويف الأكاديمي تبعا لمتغير الجنس.
3. التعرف على الفروق في التسويف الأكاديمي تبعا لمتغير التخصص الأكاديمي.

- **حدود الدراسة:**

الحدود الموضوعية: التسويف الأكاديمي لدى طلبة كلية التربية.

الحدود البشرية: اقتصرت الدراسة على طلبة كلية التربية ذكوراً وإناثاً بالعلوم الإنسانية والتطبيقية.

الحدود الزمانية: طُبقتْ الدراسة في الفترة من(2026/01/01) إلى (2026/01/10)، وهي فترة إجراء الدراسة الميدانية.

الحدود المكانية: اشتملت الدراسة الحالية على كلية التربية/ جامعة بني وليد.

- **مصطلحات الدراسة:**

التسويف الأكاديمي: يعرف ستيل (Steel2007,66) التسويف الأكاديمي بأنه: التأخير المقصود في إنجاز نشاط معين مهم وضروري على الرغم من توقع عواقب سلبية محتملة تفوق التبعات الإيجابية لهذا التأخير(خليفة، 2023،462).

التعريف الإجرائي: وهي الدرجة التي يحصل عليها الطالب من خلال إجابته على فقرات مقياس التسويف الأكاديمي المستخدم في هذه الدراسة.

الطالب الجامعي: يقصد به في هذه الدراسة كل طالب يدرس داخل كلية التربية بجامعة بني وليد في أي فصل دراسي، وفي أي تخصص دراسي سواء علوم إنسانية أو تطبيقية.(**2025-**) .

- **الإطار النظري:**

تظهر الأدبيات والدراسات السابقة أن للتسويف آثارا سلبية متعددة؛ على رأسها انخفاض الأداء الأكاديمي للطلبة من الناحية الدراسية، فضلا عن الآثار النفسية المصاحبة مثل: القلق والتوتر وفقدان الثقة بالنفس؛ بالإضافة لتنمية عادات سلوكية ضارة مثل التدخين والإدمان والسلوك العدواني.

وتعد ظاهرة التسويف عموماً من الظواهر واسعة الانتشار في الحياة اليومية؛ فالتسويف مشكلة مؤرقة تواجه الأفراد والمجتمعات نتيجة تأجيل الأعمال والمهام إلى أوقات لاحقة؛ فهو لا يقتصر على فئة بعينها، بل أصبح شائعاً لدى الذكور والإناث، والصغار والكبار، والمتعلمين وغير المتعلمين، في مختلف جوانب حياتهم؛ ومن هؤلاء فئة طلاب الجامعة الذين يميلون إلى تسويف وتأجيل المهام الأكاديمية إلى وقت لاحق، وهذا النوع من التسويف يعرف بالتسويف الأكاديمي.

- **التسويف الأكاديمي**

يعتبر التسويف بصفة عامة مفهوما قديما في نشأته حديثا في تنظيره وتطبيقاته، فقديما كان يفسر التسويف بأنه نوع من الحكمة والرزانة والحفاظ على الطاقة من الإهدار، لكن في العصر الحديث ظهر التسويف كمشكلة سلوكية وتربوية، تعني التأجيل و تأخير ما يجب إنجازه من أعمال (حسن،2019: 374).

وتعد ظاهرة التسويف الأكاديمي من الظواهر شائعة الانتشار بين الكثير من الطبة في المراحل الدراسية المختلفة، وتختلف درجته وأسبابه من طالب إلى آخر، فنجد البعض يعاني من درجة تسويف مرتفعة بينما الآخر قد تكون درجة التسويف لديه متوسطة أو منخفضة نوعا ما، كما يرجع البعض أسباب التسويف إلى أسباب نفسية، أو معرفية، أو سلوكية، وفي كل الأحول يؤثر التسويف الأكاديمي تأثيرا سلبيا على الطالب بشكل عام وعلى مستواه التحصيلي.

ويعرفه (عبد الوهاب ،2015 :207) على أنه تأخير متعمد للطالب في إنجاز المهام الأكاديمية والأنشطة التعليمية، وعدم الالتزام بإكمالها، وتجاهل الوقت والادعاء بأن المهمة صعبة وغير قابلة للتكيف نفسيا، وتأخير المواعيد، والادعاء بأنه يحتاج إلى وقت لإكمال مهمة يجب عليه إكمالها، أو تأجيلها وإنجازها في نهاية الوقت المحدد لها، أو التكاسل في أدائها .

وتعرفه (خليفة،2023: 461) بأن التسويف الأكاديمي هو ميل المتعلم إلى تأجيل مهامه الدراسية مهما كانت طبيعتها بالرغم من أهميتها، مع وعي المتعلم بالعواقب السلبية الناجمة عن هذا التأخير غير المبرر.

وأشار أبو غزالة إلى أن التسويف الأكاديمي هو تأجيل المهام التعليمية في الوقت المخصص لذلك، أو هو تأجيل البدء في المهام التي ينوي إنجازها، وينتج عن هذا التأجيل القلق والتوتر الانفعالي لعدم تأدية المهمة في وقتها. (أبو غزال، 2012: 131).

ويعرف أيضا على أنه "تأجيل طوعي لإكمال المهمات الأكاديمية ضمن الوقت المرغوب فيه أو المتوقع، رغم إدراك الفرد بأن عدم إنجازه لتلك المهمات سوف يؤثر عليه سلبا. (المخالفي وآخرون، ،2020، 92).

ويضيف(العنري، الدغيم،2003 :105) بأن التسويف الأكاديمي هو تأخير مقصود في الابتداء أو الانتهاء من المهام أو الواجبات الدراسية، والتسويف سلوك أو نزعة لتأجيل الأشياء التي يجب أن تنفذ اليوم إلى وقت آخر.

ويعرفه الباحث: بأنه سلوك شائع يتمثل في التأخير المتعمد والمقصود لإنجاز المهام الأكاديمية وتجاهل المواعيد المحددة لها؛ رغم وعي الطالب بالعواقب السلبية الناجمة عن هذا التأخير مما ينتج عنه تدني المستوى الأكاديمي لدى الطالب، وتأثيرات نفسية مثل القلق والخوف والندم والإحباط.

- **أسباب التسويف الأكاديمي.**

ويرجع الباحثين التسويف الأكاديمي لعدة أسباب قد تكون داخلية:

- أسباب تتعلق باتجاهات الطالب: وتتضمن الخوف من الفشل، والخوف من النجاح، وتقدير الذات المنخفض، والاكتئاب، ومشاعر الذنب والخجل.
- أسباب معرفية: وتتمثل في نقص المعرفة والمعلومات، وكيفية تناول المشكلة .
- أسباب فسيولوجية: وتتمثل في المرض والإرهاق الجسمي والعقلي.(الجمعان،2019:318).

أسباب خارجية متمثلة في:

- أسباب بيئية: كالمشتتات، والأمور الترفيهية المتمثلة في البيئة الأسرية، وأساليب التنشئة، والأصدقاء، والضوضاء، وعدم الترتيب أو التنظيم، وضعف إدارة الوقت وتنظيم، والبيئة الصفية، وأسلوب المعلم وطرق تدريسه.
- أسباب متعلقة بالمهمة الدراسية: وهي أسباب مرتبطة بطبيعة المهمة وخصائصها : كصعوبتها أو سهولتها أو كراهية المهمة وعدم الرضا عن الدراسة.(إبراهيم،2018: 579).

وقد أشار السلمي (2015) إلى أن هناك عددا من الأسباب التي تؤدي إلى التسويف الأكاديمي:

- عدم القدرة على تنظيم الوقت، مما يتسبب في تأجيل إنجاز المهام.
- عدم التركيز أثناء إنجاز المهمات، مما يسبب في تشتت الانتباه.
- القلق والخوف من الوقوع في أخطاء أثناء أداء المهمة.(حسن،2019: 375).

وقد أضاف (nora) أسبابا أخرى للتسويف الأكاديمي:

- ضعف إدارة الوقت وتنظيمه، إذ يشير المسوفين إلى أنهم غير قادرين على تنظيم الوقت بحكمة، وهذا يتضمن غموض الأولويات والأهداف، وانغماس المسوف بالمهمات؛ مما يدفعه إلى تأجيل إنجاز بعض مهماته الأكاديمية والتركيز على نشاطات غير منتجة.

- عدم القدرة على التركيز أو المستويات المنخفضة من اليقظة عند أداء المهمات؛ وهذا ربما ينتج عن مشتتات في البيئة كالإزعاج، ومقعد الدراسة المزعج، وعمل الوظائف في الفراش.
- الخوف والقلق المرتبط بالفشل، إذ يقضي الفرد في مثل هذه الحالة معظم وقته وهو في حالة قلق حول قرب موعد الامتحانات والمشاريع أكثر.(عمارة،2023: 157).

ومن الأسباب التي تدفع الطلبة إلى التسويف يمكن أن نذكر منها:

- ضعف إمكانيات الفرد في وضع برنامج دراسي وخطوات دراسية ناجحة .
- ضعف الثقة بالنفس بشأن قدرات الفرد الدراسية في إنجاز الواجبات المطلوبة .
- تدني الرغبة في النجاح والتفوق في الحياة الدراسية أو النفور من الأنشطة الدراسية .
- قلق الامتحانات، والخوف من الفشل.
- انخفاض دافعية الأفراد للقيام بأعمالهم الخاصة .

فالمسوفون تنقصهم الدافعية للقيام بالواجبات والمسؤوليات بحماس ونشاط كبيرين، فحين يكلف هؤلاء الأفراد بهذه الواجبات نراهم يتلكئون ويتململون ويتهربون عن أدائها، أو قد يشغلون أنفسهم في أشياء أخرى أكثر متعة ومرغوبة (الأحمد، ياسين، 2018: 20).

وبالرغم من اختلاف مداخل تفسير الظاهرة إلا أنه يوجد مجموعة من المسببات لنشوء التسويف واستمراره لدى المتعلمين والتي يمكن تقسيمها إلى العوامل الرئيسية التالية :

- عوامل خاصة بالمهام الأكاديمية : كالتفضيلات الشخصية لدى المتعلمين واتجاهاتهم نحو المحتوى التعليمي الذين يتعاملون معه، أو من يقوم بتقديمه، أو من سيقوم بتقييم الأداء سواء بالحب أو الكره؛ حيث تؤثر تلك المستويات على حماسهم اتجاه أداء المهام.
- عوامل خاصة بالسياق الذي يقوم المتعلم بتأدية المهام من خلاله : كعوامل التشتت المحيطة بالمتعلم سواء النفسية أو الفيزيائية أثناء أداء المهام.
- عوامل خاصة بالمتعلم ذاته : كمستويات فعالية الذات المتدنية والخوف من الفشل الذي يؤدي لتحاشي أداء المهام، والأفكار غير العقلانية، وأساليب التفكير وغيرها.(عيسى،2021: 303).

وتم حصر أسباب التسويف الأكاديمي بأسباب شخصية: كـــ (الخوف من الفشل، الكمالية والاندفاعية، الفوبيا، نقص الضمير، والتمرد)، وأسباب مرتبطة بالمهمة: كـــ (كره المهمة، ضغوط الوقت، سوء إدارة الوقت)، وأسباب مرتبطة بالإدراكات والانطباعات الذاتية للأفراد (انخفاض في كل من تقدير الذات ،ومفهوم الذات، والفعالية ذاتية)، وأسباب أخرى متمثلة في انخفاض الدافعية الذاتية والخارجية، والإهمال والكسل، والفشل في التنظيم الذاتي للتعلم، واضطراب الانتباه، وفرط النشاط، وانخفاض الثقة بالنفس، ونقص الوعي بالذات (المخلافي وآخرون، 2020: 20).

ويخلص الباحث إلى أن أسباب التسويف الأكاديمي هي مزيج من العوامل النفسية والسلوكية والمعرفية من أهمها: الخوف من الفشل، وضخامة المهام، وضعف الدافع، وعدم القدرة على تنظيم الوقت لإنجاز المهام بالشكل الصحيح وفي الموعد المحدد، والميل إلى المهام التي تحقق المتعة حيث يميل الطالب إلى الأنشطة التي تحقق إشباعا فوريا لتجنب المشاعر السلبية المرتبطة بالعمل الأكاديمي الشاق.

مكونات التسويف الأكاديمي.

التسويف الأكاديمي يتكون من ثلاثة مكونات وهي:

- المكون الوجداني :component affective يتضمن هذا المكون المتغيرات الوجدانية التي تساهم في التسويف ومنها المشاعر السلبية مثل: القلق أو الخوف من الفشل، أو عدم وجود دافع يمكن أن يعيق قدرتهم على بدء المهام أو إكمالها.
- المكون السلوكي :component behavioral يتضمن هذا المكون الأفعال والسلوكيات التي يقوم بها الأفراد عند التسويف، مثل تجنب المهام أو الانخراط في أنشطة مشتتة، أو الدراسة عن أنشطة ممتعة بدلاً من العمل على المهام المطلوبة .

- المكون المعرفي :component cognitive يتضمن هذا المكون الأفكار والمعتقدات غير العقلانية التي لدى الأفراد حول التسويف، مثل الاعتقاد بأنهم يعملون بشكل أفضل تحت الضغط او لديهم متسع من الوقت لإكمال المهمة، مما يمكن أن يؤدي إلى استمرار سلوك التسويف. (الخليل،2023 :373).

خلاصة ما سبق: المكون السلوكي يتمثل في التأجيل القطعي والمقصود للمهام الأكاديمية مثل الدراسة، كتابة الأوراق البحثية، أو إنجاز الواجبات ويصاحبه الانخراط في أنشطة ممتعة أو غير ضرورية توفر إشباعا فوريا مثل: تصفح وسائل التواصل الاجتماعي، أو مشاهدة التلفاز، أو القيام بأعمال منزلية غير ملحة، بينما يتضمن المكون الوجداني مجموعة من المشاعر السلبية التي يعاني منها الطالب نتيجة التأجيل مثل الشعور بالندم والإحباط والقلق؛ ولتجنب هذه المشاعر يتجه إلى المماطلة أو تأجيل هذه المهام، في حين أن المكون المعرفي يتعلق بأنماط التفكير غير العقلانية التي يتبناها الطالب، والتي تشمل الخوف من الفشل، وضعف الثقة بالنفس، وسوء تقدير الوقت اللازم لإنجاز المهام الدراسية.

الدراسات السابقة.

1. **دراسة عمارة،(2023)** بعنوان:(الصلابة النفسية وعلاقتها بالتسويف الأكاديمي لدى الطلبة بجامعة سطيف).

وهدفت هذه الدراسة إلى التعرف على الصلابة النفسية وعلاقتها بالتسويف الأكاديمي لدى الطلبة بجامعة سطيف، وتكونت عينة الدراسة من (120) طالباً وطالبة، وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى التسويف الأكاديمي متوسط .

2. **دراسة عبد الوهاب،(2023)** بعنوان:(الخصائص السيكومترية لمقياس التسويف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة بكلية التربية).

وهدفت هذه الدراسة إلى التعرف على الخصائص السيكومترية لمقياس التسويف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة بكلية التربية، وتكونت عينة الدراسة من (100) طالباً وطالبة، وأظهرت نتائج الدراسة انخفاض مستوى التسويف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة .

3. **دراسة خليفة، (2023)** بعنوان: (التسويف الأكاديمي لدى الطالب الجامعي في ضوء متغيري الجنس والتخصص الدراسي).

وهدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى التسويف الأكاديمي لدى الطالب الجامعي في ضوء متغيري الجنس والتخصص الدراسي، وتكونت عينة الدراسة من (276) طالباً وطالبة، وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى متوسط من التسويف الأكاديمي لدى أفراد العينة، توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور، وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة تعزى لمتغير التخصص العلمي لصالح العلوم الإنسانية والاجتماعية.

4. **دراسة شوشان، ومختار، (2022)** بعنوان: (التلكؤ الأكاديمي لدى طلبة العلوم الاجتماعية بجامعة باتنة).

وهدفت هذه الدراسة إلى التعرف على التلكؤ الأكاديمي لدى طلبة العلوم الاجتماعية بجامعة باتنة، وتكونت عينة الدراسة من (173) طالباً وطالبة، وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى التلكؤ الأكاديمي لدى الطلبة مرتفع .

5. **دراسة شبس، الشريف، (2022)** بعنوان: (التسويف الأكاديمي لدى طلبة جامعة مصراته).

حيث هدفتْ هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى التسويف الأكاديمي لدى طلبة جامعة مصراتة، وتكونت عينة الدراسة من (538) طالباً وطالبة، وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى التسويف الأكاديمي لطلبة جامعة مصراتة متوسط، وأظهرت النتائج كذلك وجود فروق لدى طلبة الجامعة ترجع لمتغير الجنس لصالح الذكور، ولا توجد فروق ترجع لمتغير التخصص الأكاديمي.

6. **دراسة عبدالخالق، (2021)** بعنوان: (مستوى التسويف الأكاديمي لدى طلبة السنة التحضيرية في ضوء متغيري الجنس والتحصيل الدراسي).

هدفتْ هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى التسويف الأكاديمي لدى طلبة السنة التحضيرية في ضوء متغيري الجنس والتحصيل الدراسي، وتكونت عينة الدراسة من (182) طالباً وطالبة، وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى متوسط من التسويف الأكاديمي، وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطي درجات طلبة السنة التحضيرية يعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور، ولا توجد فروق دالة ترجع لمتغير التخصص الدراسي.

7. **دراسة مغاري، وعساف، (2021)** بعنوان: (التسويف الأكاديمي وعلاقته بالاغتراب النفسي لدى طلبة كلية الجامعات الفلسطينية).

وهدفت هذه الدراسة إلى التعرف التسويف الأكاديمي وعلاقته بالاغتراب النفسي لدى طلبة كلية الجامعات الفلسطينية، وتكونت عينة الدراسة من (348) طالباً وطالبة، وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى التسويف الاكاديمي لدى الطلبة متوسط ، وجود فروق في التسويف الأكاديمي بين أفراد العينة تبعا لمتغير الجنس لصالح الذكور.

8. **دراسة خليل، (2020)** بعنوان: (التسويف الأكاديمي لدى طلبة جامعة مصراتة).

وهدفت هذه الدراسة إلى التعرف التسويف الأكاديمي لدى طلبة جامعة مصراتة، وتكونت عينة الدراسة من (410) طالباً وطالبة، وأظهرت النتائج أن مستوى تقدير أفراد العينة لمستوى التسويف الأكاديمي جاء منخفضا ، ولم يكن هناك فروقاً في متوسط استجابات أفراد العينة تبعاً لمتغير الجنس، ومتغير التخصص، في حين وجدت فروقات تبعا لمتغير المستوى الدراسي لصالح الطلبة الدارسين أكثر من أربع فصول دراسية.

9. **دراسة حسن (2019).** بعنوان: (التسويف الأكاديمي وعلاقته بالتعلم المنظم ذاتيا والمعتقدات المعرفية لدى طلبة المرحلة الجامعية).

وهدفتْ هذه الدراسة إلى التعرف على التسويف الأكاديمي وعلاقته بالتعلم المنظم ذاتيا والمعتقدات المعرفية لدى طلبة المرحلة الجامعية، وتكونت عينة الدراسة من (634) طالبة، وأظهرت نتائج الدراسة أن التسويف الأكاديمي لدى طلبة جامعة أم القرى متوسطا، وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور، كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة تعزى لمتغير التخصص العلمي لصالح العلوم الإنسانية

10.دراسة زغيبي(2019) بعنوان: (انتشار سلوك التسويف الأكاديمي بين طلبة الكلية الجامعية بحقل).

وهدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مدى انتشار سلوك التسويف الأكاديمي بين طلبة الكلية بجامعة حقل، وتكونت عينة الدراسة من (227) طالباً وطالبة، وأظهرت نتائج الدراسة أن نسبة انتشار سلوك التسويف الأكاديمي بين طلبة الكلية الجامعية بحقل قد بلغت (456%) وهي نسبة مرتفعة مقارنة بالنسب العالمية، كما بينت نتائج الدراسة وجود فروق في التسويف الأكاديمي تبعا لمتغير الجنس لصالح الذكور، ولا توجد فروق بين الحسابية ترجع لمتغير التخصص الأكاديمي والسنة الدراسية .

التعقيب على الدراسات السابقة.

من حيث الأهداف: إن معظم الدراسات هدفت إلى دراسة التسويف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة باستثناء دراسة كلٍّ من حسن(2019) ومغاري وعساف (2021) حيث درسا التسويف الأكاديمي مع متغيرات أخرى، (التنظيم الذاتي، الاغتراب النفسي) وتناولت الدراسة الحالية التسويف الأكاديمي لدى طلبة كلية التربية.

من حيث العينة: تراوحت عينات الدراسات السابقة بين (100) طالب وطالبة إلى (634) طالب وطالبة، أما الدراسة الحالية فتكونت العينة من (60) طالب وطالبة بكلية التربية.

من حيث المنهج: استخدمت الدراسات السابقة المنهج الوصفي وكذلك الدراسة الحالية استخدمت المنهج الوصفي.

من حيث النتائج: توصلت نتائج الدراسات السابقة إلى أن مستوى التسويف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة جاء متوسطا مثل دراسة كل من: عمارة (2023)، خليفة (2023)، شيس، والشريف (2022)، عبد الخالق (2021)، مغاري، وعساف(2021)، وأظهرت نتائج دراسات أخرى انخفاض مستوى التسويف الأكاديمي مثل دراسة كل من عبد الوهاب (2023)، خليل (2020)؛ في حين أظهرت نتائج دراسة شوشان،

ومختار(2022) مستوى التسويف الأكاديمي مرتفعا؛ بينما توصلت نتائج الدراسة الحالية إلى أن مستوى التسويف الأكاديمي لدى طلبة كلية التربية كان متوسطا.

ومن خلال العرض السابق للدراسات التي أجريت في هذا الموضوع يمكن استخلاص الآتي:

1. اتفقت الدراسات على انتشار التسويف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة ومدى تأثيره على المستوى الأكاديمي والجانب النفسي.
2. يلاحظ أن الدراسات السابقة تهدف إلى تحديد مستوى التسويف الأكاديمي للطالب الجامعي، لكنها اختلفت في مكان إجراء الدراسة وزمانها، وتفاوتت عينات الدراسة من حيث الكم نتيجة أهداف تلك الدراسات وإجراءاتها.
3. تناولت معظم الدراسات التسويف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة.
4. استخدمت الدراسات المنهج الوصفي ومقياس التسويف الأكاديمي كأداة لجمع البيانات.
5. تختلف الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة في اقتصارها على كلية التربية بجامعة بني وليد.

الاستفادة من الدراسات:

استفادت الدراسة الحالية من الدراسات السابقة في اختيار منهج الدراسة وفي أداة الدراسة(مقياس التسويف الأكاديمي)، وتحديد الأساليب الإحصائية المناسبة لتحليل البيانات، والتعرف على نوع المعالجات الإحصائية المستخدمة، ومقارنة نتائج الدراسة الحالية بنتائج الدراسات السابقة والاستعانة بها في التعليق على نتائج الدراسة الحالية.

وفي ضوء ما تقدم فإن الدراسة الحالية تسلط الضوء على التسويف الأكاديمي لدى طلبة كلية التربية، حيث لوحظ في الوقت الحالي تزايد عدد الطلبة الذين يلجئون إلى تأجيل القيام بالمهام الدراسية الخاصة بهم، ويعانون من التأخير المستمر في أدائها، وفي هذا الصدد يجب الإشارة إلى أن التسويف الأكاديمي له تأثير سلبي على التطوير المهني المستقبلي للطلبة؛ نتيجة ما يسببه التسويف من ضعف في المكتسبات، خاصة إذا ما نظرنا لهم كشريحة يعول عليها في تقدم المجتمع وتطوره.

ويعمل الجانب الميداني على تكملة وتأكيد ما جاء في الجانب النظري، فهو وسيلة لنقل مشكلة الدراسة إلى الميدان العملي وتوضيحها، وأهم الإجراءات المنهجية للدراسة ما يلي :

1. منهج الدراسة:

استخدمت الباحثة في هذه الدراسة المنهج الوصفي، وهو أفضل الأساليب للكشف عن ظاهرة معينة.

2. مجتمع الدراسة:

يتكون من جميع الطلبة الدراسين بكلية التربية جامعة بني وليد، خلال فصل الخريف(2025) والبالغ عددهم (696) طالباً وطالبة، فمن حيث الجنس، منهم (116) ذكوراً، و(580) إناثاً، ومن حيث المجال، منهم (127) بالعلوم التطبيقية (569) بالعلوم الإنسانية.

3. عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من (60) طالب وطالبة بنسبة10% من المجتمع الأصلي، وثم اختيار (30) طالباً وطالبة من العلوم الإنسانية موزعة بين (5) من الذكور، و(25) من الإناث، و(30) طالباً وطالبة من العلوم التطبيقية، موزعة بين (5) من الذكور، و (25) من الإناث، والجدول رقم (1) يبين توزيع أفراد العينة حسب التخصص والجنس .

جدول (1) يوضح توزيع عينة الدراسة حسب التخصص والجنس

العينة	العلوم التطبيقية	العلوم الإنسانية	المجموع
ذكور	5	5	10
إناث	25	25	50
المجموع	30	30	60

4. أداة الدراسة:

تبنت الباحثة في هذه الدراسة مقياس التسويف الأكاديمي الذي أعده عماد عبد حمزة العتابي (2019)؛ لأنه يتناول مظاهر التسويف التي يعاني منها الطلبة الجامعيين بشكل أنسب من بقية المقاييس التي وجدتها الباحثة. يتكون المقياس من (24) فقرة .

وتتم الإجابة على فقرات المقياس وفق ثلاث بدائل(دائما، أحيانا، أبدا)، وتعطي كل فقرة درجة (3، 2،1) على التوالي، لأن كل الفقرات باتجاه واحد (سلبية) ، وبذلك تكون الدرجة الكلية للاختبار(72) وأقل درجة (24). وبالتالي يكون المعيار المحدد للتسويف الأكاديمي بالدرجة (48) باعتبارها الوسط الفرضي للمقياس.

الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة :

- **صدق المحكمين (الصدق الظاهري) :**

تمّ عرض استبيان التسويف الأكاديمي في صورته الأولية المكونة من (24) فقرة على (12) محكماً من أساتذة: علم النفس وعلوم التربية، وطُلب منهم تحديد آرائهم حول أداة الدراسة من حيث قياسها لموضوع الدراسة، وإضافة أو تعديل أو حذف أي فقرة يرى المحكمين أنها غير مناسبة، وبعد الأخذ بالآراء تم اعتماد الفقرات التي أجمع عليها (85%) منهم على الأقل، وتمّ قبول جميع الفقرات، وبذلك أصبحت أداة الدراسة تتكون في صورتها النهائية من (24) فقرة، وهي التي تم اعتمادها وتوزيعها على أفراد عينة البحث .

- **الصدق الذاتي:**

قامت الباحثة باستخراج معامل الصدق الذاتي للمقياس حيث بلغ(**$\sqrt{0.91}$=0.95**) مما يشير إلى صدق الأداة في قياس ما وضعت لقياسه .

- **ثبات الأداة :**

للتأكد من ثبات مقياس التسويف الأكاديمي تم استخراج معامل الثبات بطريقة معادلة سبيرمان براون، وكان معامل الثبات (0.91) مما يدل على أنّ المقياس يتمتع بدرجة من الثبات، وبالتالي فهو صالح للتطبيق في الدراسة الحالية ومناسب لأهداف الدراسة.

- **عرض نتائج الدراسة ومناقشتها:**

1. للتحقق من الفرضية الأولى والتي تنص على وجود مستويات متباينة في مستوى التسويف الأكاديمي لدى طلبة كلية التربية جامعة بني وليد تم استخراج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للدرجة الكلية على مقياس التسويف الأكاديمي، والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (2) يبين المعيار المعتمد للتسويف الأكاديمي

الدرجات	المستوى
24- 40	منخفض
41- 57	متوسط
58 فما فوق	مرتفع

جدول (3) يبين مستويات التسويف الاكاديمي لدى افراد عينة الدراسة

العينة	المستوى	المتوسط الحسابي	النسبة
23	المنخفض	34.78	%38
37	المتوسط	45.81	%62
-	المرتفع	-	-

يتضح من الجدول(3) أن البيانات الإحصائية تشير إلى عدم وجود مستوى مرتفع لدى طلبة كلية التربية في التسويف الأكاديمي؛ حيث أكدت النتائج الإحصائية أن المستوى المنخفض كانت نسبته 38% ، بمتوسط حسابي 34.78، كما بلغت نسبة المستوى المتوسط 62% وبمتوسط حسابي 45.81، وهذا يعني أن طلبة كلية التربية لديهم مستوى متوسط من التسويف الأكاديمي، وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة كل من: خليفة (2023)، بن عمارة (2023)،شبس، والشريف (2022)،عبد الخالق (2021)، حسن(2019)،اللاتي

أكدن على أن طلاب الجامعة لديهم مستوى متوسط من التسويف الأكاديمي، وجاءت هذه النتيجة مخالفة مع ما توصلت إليه دراسة شوشان، ومختار(2022)، وزغيبي(2019) اللاتي أكدن على وجود مستوى مرتفع من التسويف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة، بينما أكدت دراسة كل من خليل(2020)، عبد الوهاب (2023) على وجود مستوى منخفض من التسويف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة.

ويمكن تفسير هذه النتيجة إلى أن أغلب أفراد عينة الدراسة من الإناث اللواتي يظهرن في الغالب التزاماً أكبر بالمعايير التنظيمية، في حيني ميل الذكور غالباً إلى امتلاك مستويات أقل من "الضبط الذاتي" والمثابرة الأكاديمية مقارنة بالإناث. كما يلعب "الاندفاع" دوراً محورياً، حيث يميل الطلاب الذكور للبحث عن المكافآت الفورية والأنشطة الترفيهية وتأجيل المهام الشاقة، بينما تمتلك الإناث غالباً مهارات أعلى في إدارة الوقت وتخطيط الأولويات لتجنب القلق المرتبط بضغط المواعيد النهائية. بالإضافة إلى ذلك، قد تلعب التوقعات الاجتماعية دوراً، حيث تزداد لدى الإناث الرغبة في إثبات الجدارة الأكاديمية كنوع من تحقيق الذات، وتجنب الضغوط الاجتماعية، مما يقلل من نزعتهن للتأجيل. في حين يميل الذكور غالبا نحو عدم الانضباط الدراسي وتفضيل النشاطات الخارجية غير المقيدة.

2. للتحقق من الفرضية الثانية والتي تنص على أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد عينة الدراسة ترجع لمتغير الجنس.

جدول رقم (4) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة tلدرجات أفراد العينة في التسويف الأكاديمي حسب متغير الجنس

الجنس	حجم العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
الذكور	**10**	**42.4**	**8.39**	**2.65**	دالة
الاناث	**50**	**40.96**	**7.00**		

يشير الجدول (4) إلى وجود فروق دالة إحصائيا في متوسط درجات أفراد العينة على مقياس التسويف الأكاديمي لصالح الذكور، أي أن الذكور أكثر تسويفا من الإناث؛ وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة كل من: خليفة (2023)، شبس، والشريف (2022)،عبد الخالق (2021)، مغاري، وعساف(2021)، حسن(2019)، زغيبي(2019)، اللاتي أكدن على وجود فروق دالة إحصائيا في انتشار التسويف الأكاديمي تبعا لمتغير الجنس لصالح الذكور؛ وجاءت هذه النتيجة مخالفة مع ما توصلت إليه دراسة خليل(2020)،التي أكدت على عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث في التسويف الأكاديمي.

ويمكن تفسير هذه النتيجة إلى ميل الذكور غالبا نحو عدم الانضباط الدراسي وتفضيل النشاطات الخارجية غير المقيدة، وكذلك النشاطات الأكثر متعة كمرافقة الأصدقاء، والانشغال بأمور خارجية، وفي مجتمعنا عموما يفضل الذكور البحث عن العمل أو ممارسة نشاطات تجلب أرباحا مادية للنفقة على نفسه أو مساعدة أسرته ماديا، وهذا بدوره يشكل عبئا جسديا ومعنويا يعزز من فرص التسويف الأكاديمي أو أن الطالب ينظر للدراسة الجامعية كنشاط ثانوي مقارنة بأنشطة أخرى تمثل أهمية لديه.

وللتحقق من الفرضية الثالثة والتي تنص على أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد عينة الدراسة بكلية التربية ترجع لمتغير التخصص الأكاديمي).

جدول رقم (5) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة tلدرجات أفراد العينة في التسويف الاكاديمي حسب متغير التخصص الأكاديمي

التخصص	حجم العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
الانسانية	**30**	**40.76**	**4.81**	**1.41**	غير دالة
التطبيقية	**30**	**42.40**	**8.39**		

يشير الجدول (5) إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيا في متوسط درجات أفراد العينة على مقياس التسويف الأكاديمي ترجع لمتغير التخصص الأكاديمي، وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة كل من: عبد الخالق(2021)، خليل(2020)، زغيبي(2019)، وجاءت هذه النتيجة مخالفة مع ما توصلت إليه دراستي خليفة(2023)، وحسن(2019)، اللاتي أكدن وجود فروق دالة إحصائيا في متوسط درجات افراد العينة على مقياس التسويف الأكاديمي ترجع لمتغير التخصص الأكاديمي لصالح العلوم الإنسانية.
ويمكن تفسير عدم وجود فروق إلى أن البيئة التعليمية واحدة، والظروف التي يعيشها الطلبة بالعلوم الإنسانية والتطبيقية واحدة، فهم يتبادلون على نفس القاعات ويدرسونهم نفس الأساتذة خاصة في المواد العامة المشتركة بين العلوم الإنسانية والتطبيقية.

التوصيات والبحوث المقترحة:

أولاً: التوصيات:

1. تحسين المناخ الدراسي الجامعي بكل مكوناته أي توفير بيئة دراسية تتيح للطالب حرية المشاركة والتعبير وتبادل الآراء و تساعد على التركيز بعيدا عن مسببات التشتت.
2. استخدام أعضاء هيئة التدريس للأساليب المشوقة في تناول الموضوعات الدراسية وتحفيز الطلبة معرفيا وسلوكيا للحد من ظاهرة التسويف.
3. عقد ورش العمل والبرامج النفسية الهادفة نحو تشجيع الطلبة المسوفين دراسيا، ورفع روحهم المعنوية وتعديل المعتقدات المعرفية الخاطئة المرتبطة بالخوف من الفشل.
4. تطوير نظم التنظيم عن طريق استخدام اختبارات متنوعة وقصيرة ومستمرة بدلا من الامتحانات النهائية الضخمة بالإضافة الى توزيع المهام بشكل تدريجي يمنع تراكم الواجبات في نهاية الفصل الدراسي.
5. تفعيل نظام المكافآت والتحفيز في الجامعات من خلال البرامج والأنشطة المخططة لتنمية الإنجاز الأكاديمي، ورفع مستوى الثقة بالنفس لدى الطلبة.
6. تنفيذ محاضرات توعوية تهدف إلى شرح مخاطر التسويف وآثاره على المستوى الأكاديمي والصحة النفسية.

ثانياً: المقترحات:

إنّ هذه الدراسة من شأنها أن تفتح آفاقاً أمام الباحثين والمختصين في مجال التعليم العالي للكشف والتعمق في مخاطر التسويف الأكاديمي وآثاره السلبية على الطالب الجامعي، فإننا نقترح دراسات جديدة في هذا المجال من بينها:

1. إجراء دراسة مماثلة لهذه الدراسة في مختلف الجامعات.
2. إجراء دراسة مماثلة لمختلف التخصصات في الجامعة، لإعطاء تصور أشمل عن واقع التسويف الأكاديمي، ومدى انتشاره لدى طلبة الجامعة.
3. إجراء دراسة عن المرونة الأكاديمية لدى أعضاء هيئة التدريس وعلاقتها بالتسويف الأكاديمي لدى طلبتهم.
4. الرضا عن التخصص وعلاقته بالتسويف الأكاديمي لدى طلبة الكليات بالجامعة.

المراجع:

1. إبراهيم، كوثر شعبان العبيدية(2018): فاعلية برنامج انتقائي في خفض مستوى التسويف الأكاديمي لدى طالبات مرحلة ما بعد التعليم الأساسي بمحافظة ظفار، المجلة العلمية، 34(12).
2. أبو غزال معاوية(2012): التسويف الأكاديمي انتشاره وأسبابه من وجهة نظر الطلبة الجامعيين. المجلة الأردنية في العلوم التربوية، ،(2)،939 ـــ 941.

3. الجمعان، سناء عبد الزهرة(2019) توجس الاتصال وعلاقته بالتلكؤ الأكاديمي لدى طلبة الجامعة. التحديات الجيوفيزيائية والاجتماعية والإنسانية والطبيعية في بيئة متغيرة) ص332 ـــ 392 اسطنبول، تركيا : شبكة المؤتمرات العربية.
4. الزهراوي، طراد عوض (2017): التلكؤ الأكاديمي وعلاقته بالنزعة الكمالية لدى الطالب الموهوبين. مجلة الحكمة للدراسات التربوية،(2) ،8ـــ 49.
5. السعدي، رحاب عارف (2018): التسويف الأكاديمي وعلاقته بالرضا عن الدراسة الجامعية لدى طلبة جامعة الاستقلال في مدينة أريحا، مجلة جامعة الأقصى للعلوم التربوية والنفسية، 17(1)، 154– 192.
6. العنرى فريح ؛ الدغيم محمد (2013): سلوك التسويف الدراسي وعلاقته ببعض المتغيرات الشخصية لدى طالب كلية التربية الأساسية بالكويت، مجلة كملة التربية، جامعة المنصورة.
7. الأحمد، الأمل؛ وياسين، فداء(2018): التسويف الأكاديمي وعلاقته بالثقة بالنفس لدى عينة من طلبة علم النفس في كلية التربية بجامعة دمشق، مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس، 16(1).
8. المخالفي صادق ،عبده يوسف؛ الصنعاني ،عبده سعيد ؛ و الزقار، أمين أحمد (2020): التسويف الأكاديمي وعلاقته بالمناخ الجامعي لدى الطلبة ذوي الإعاقة في بعض الجامعات اليمنية، مجلة الآداب للدراسات النفسية والتربوية، (2)،7ـــ 66.
9. حسن، هاني سعيد محمد (2019): التسويف الأكاديمي وعلاقته بالتعلم المنظم ذاتيا والمعتقدات المعرفية، مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية النفسية، 10 (2) .
10. خليفة، فاطمة(2023): التسويف الأكاديمي لدى الطالب الجامعي في ضوء متغيري الجنس والتخصص الدراسي، مجلة البحوث التربوية والتعليمية، 12(1)، 457 ــ 476
11. خليل، خليل احمد(2020): التسويف الأكاديمي لدى طلبة كلية التربية جامعة مصراتة، المجلة العلمية لكلية التربية، 5 (15)،242-263
12. خليل، نهال لطفي(2023):عدم تحمل الإحباط كمنبئ بالتسويف الأكاديمي لدى عينة من طلبة كلية التربية بالإسماعيلية، مجلة كلية التربية ببنها، 3 (135)، 372 ـــ 400
13. درادكه، صالح عليان(2017): التسويف الأكاديمي وعلاقته بالاضطرابات الانفعالية لدى طلبة المرحلة الثانوية بمنطقة الحدود الشمالية. مجلة جامعة الباحة للعلوم الإنسانية، (10) ،314 ـــ 334.
14. شبس، خيرية محمد؛ الشريف، هاجر أحمد(2022): التسويف الأكاديمي لدى طلبة جامعة مصراتة، مجلة دراسات الاقتصاد والأعمال، 433ــ 447
15. شوشان ،عمار؛ وبروال، مختار: التلكؤ الأكاديمي لدى طلبة العلوم الاجتماعية دراسة استطلاعية بجامعة باتنة ، مجلة المقدمة للدراسات الإنسانية والاجتماعية، ص193 –109.
16. عبد الخالق، هيثم محمد (2021) مستوى التسويف الأكاديمي لدى طبة السنة التحضيرية في ضوء متغيري الجنس والتحصيل الدراسي. المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية، المؤسسة العربية للتربية والعلوم والآداب ،19(2)712-712.
17. عبد الوهاب ، أسماء شعبان (2023): الخصائص السيكومترية لخصائص التسويف الأكاديمي لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية،(10)، 123 ـــ 155.
18. عبد الوهاب ، داليا خيري عبد الهادي (2015): الفروق بين مرتفعي ومنخفضي التلكؤ الأكاديمي في التعلم ذاتي التنظيم والتحكم الذاتي لدى طالب التربية الخاصة بجامعة الطائف . المجلة التربوية الدولية المتخصصة ،5 (4)،20 ــ 239.
19. عمارة، سعيدة (2023): الصلابة النفسية وعلاقتها بالتسويف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة ـــ دراسة ميدانية بجامعة سطيف 2، مجلة ميلاف للبحوث والدراسات، 9 (1) ، 148ـــ 169.
20. عيسى، إيمان خالد(2021):التبعات النفسية للتباعد الاجتماعي وعلاقته بالتسويف الأكاديمي وما وراء المزاج في ظل جائحة كوفيد- 19، مجلة كلية التربية،(45)، 279 ـــ 346.

21.مغاري، أحمد محمد عبد الله؛ عساف، محمود عبد المجيد(2021): التسويف الأكاديمي وعلاقته بالاغتراب النفسي لدى طلبة الجامعات الجامعية، المجلة التربوية، 3(11)، 1706ــ 1741

References

1. Ibrahim, Kawthar Shaaban Al-Ubaidi (2018): The Effectiveness of a Selective Program in Reducing Academic Procrastination Among Female Students in Post-Basic Education in Dhofar Governorate, Scientific Journal, 34(12).
2. Abu Ghazal, Muawiya (2012): Academic Procrastination: Its Prevalence and Causes from the Perspective of University Students. Jordanian Journal of Educational Sciences, (2), 939-941.
3. Al-Jum'an, Sanaa Abdul-Zahra (2019): Communication Anxiety and Its Relationship to Academic Procrastination Among University Students. Geophysical, Social, Human, and Natural Challenges in a Changing Environment, pp. 332-392. Istanbul, Turkey: Arab Conference Network.
4. Al-Zahrawi, Tarad Awad (2017): Academic Procrastination and Its Relationship to Perfectionism Among Gifted Students. Al-Hikma Journal for Educational Studies, (2), 8-49.
5. Al-Saadi, Rehab Aref (2018): Academic procrastination and its relationship to satisfaction with university studies among students at Al-Istiqlal University in Jericho, Al-Aqsa University Journal of Educational and Psychological Sciences, 17(1), 154-192.
6. Al-Anari Farih; Al-Dughaim Muhammad (2013): Academic procrastination behavior and its relationship to some personality variables among students at the College of Basic Education in Kuwait, Journal of the College of Education, Mansoura University.
7. Al-Ahmad, Amal; and Yassin, Fida (2018): Academic procrastination and its relationship to self-confidence among a sample of psychology students at the College of Education, Damascus University, Journal of the Association of Arab Universities for Education and Psychology, 16(1).
8. Al-Mukhalfi Sadiq, Abdo Yousef; Al-Sanani, Abdo Saeed; Al-Zaqar, Amin Ahmed (2020): Academic procrastination and its relationship to the university climate among students with disabilities in some Yemeni universities, Journal of Arts for Psychological and Educational Studies, (2), 7-66.
9. Hassan, Hani Saeed Mohammed (2019): Academic procrastination and its relationship to self-regulated learning and cognitive beliefs, Umm Al-Qura University Journal of Educational and Psychological Sciences, 10 (2).
10. Khalifa, Fatima (2023): Academic Procrastination Among University Students in Light of the Variables of Gender and Academic Specialization, Journal of Educational and Teaching Research, 12(1), 457-476
11. Khalil, Khalil Ahmed (2020): Academic Procrastination Among Students of the Faculty of Education, Misrata University, Scientific Journal of the Faculty of Education, 5(15), 242-263
12. Khalil, Nihal Lotfi (2023): Frustration Tolerance as a Predictor of Academic Procrastination Among a Sample of Students of the Faculty of Education in Ismailia, Journal of the Faculty of Education in Benha, 3(135), 372-400
13. Daradkeh, Saleh Alian (2017): Academic Procrastination and its Relationship to Emotional Disorders Among Secondary School Students in the Northern Borders Region, Al-Baha University Journal of Humanities, (10), 314-334.
14. Shabs, Khairia Muhammad; Al-Sharif, Hajar Ahmed (2022): Academic Procrastination Among Students at Misrata University, Journal of Economic and Business Studies, 433-447.

15. Shoushan, Ammar, and Barwal, Mukhtar: Academic Procrastination Among Social Science Students: An Exploratory Study at Batna University, Al-Muqaddimah Journal for Human and Social Studies, pp. 109-193.
16. Abdel-Khaleq, Haitham Muhammad (2021): The Level of Academic Procrastination Among Preparatory Year Students in Light of the Variables of Gender and Academic Achievement, Arab Journal of Educational and Psychological Sciences, Arab Foundation for Education, Science and Arts, 19(2), 712-712.
17. Abdel-Wahab, Asmaa Shaaban (2023): Psychometric Characteristics of Academic Procrastination among University Students, Journal of the College of Education, (10), 123-155.
18. Abdel-Wahab, Dalia Khairy Abdel-Hadi (2015): Differences between High and Low Academic Procrastination in Self-Regulated and Self-Controlled Learning among Special Education Students at Taif University. International Specialized Educational Journal, 5(4), 20-239.
19. Amara, Saida (2023): Psychological Resilience and its Relationship to Academic Procrastination among University Students – A Field Study at Setif 2 University, Milaf Journal of Research and Studies, 9(1), 148-169.
20. Issa, Iman Khaled (2021): The Psychological Consequences of Social Distancing and its Relationship to Academic Procrastination and Beyond Mood in Light of the COVID-19 Pandemic, Journal of the Faculty of Education, (45), 279-346.
21. Maghari, Ahmed Mohamed Abdullah; Assaf, Mahmoud Abdel-Majeed (2021): Academic Procrastination and its Relationship to Psychological Alienation among University Students, Educational Journal, 3(11), 1706-1741

- **Disclaimer/Publisher's Note:** The statements, opinions, and data contained in all publications are solely those of the individual author(s) and contributor(s) and not of **JLABW** and/or the editor(s). **JLABW** and/or the editor(s) disclaim responsibility for any injury to people or property resulting from any ideas, methods, instructions, or products referred to in the content.