



«نشریه علمی-پژوهشی آموزش و ارزشیابی»

سال دهم - شماره ۳۹ - پاییز ۱۳۹۶

ص. ص. ۱۰۸-۹۵

## پیش‌بینی تعلل‌ورزی تحصیلی بر اساس ارزش اهمیت و هزینه‌ی مرتبط با تکلیف

دل آرام محمدی<sup>۱</sup>

اسکندر فتحی‌آذر<sup>۲</sup>

رحیم پدري<sup>۳</sup>

امید ابراهیمی<sup>۴</sup>

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۵/۰۵/۱۶

تاریخ پذیرش نهایی مقاله: ۱۳۹۶/۰۳/۰۷

### چکیده

هدف پژوهش حاضر پیش‌بینی تعلل‌ورزی تحصیلی بر اساس ارزش اهمیت و هزینه‌ی مربوط به تکلیف بود. در راستای هدف فوق، از جامعه‌ی آماری دانش‌آموزان پایه‌ی دهم اداره آموزش و پرورش ناحیه ۲ شهر تبریز، نمونه‌ای متشکل از ۳۵۰ دانش‌آموز دبیرستانی (۱۷۵ پسر و ۱۷۵ دختر) با استفاده از روش تصادفی چند مرحله‌ای انتخاب شد. آزمودنی‌ها مقیاس تعلل‌ورزی تاکنم و مقیاس ارزش تکلیف را تکمیل کردند. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از نرم‌افزار آماری SPSS و روش تحلیل همبستگی گشتاوری پیرسون و رگرسیون چندگانه استفاده شد. نتایج همبستگی پیرسون بین متغیرهای مورد مطالعه نشان داد که بین تعلل‌ورزی تحصیلی با ارزش اهمیت رابطه‌ی منفی معنی‌دار و بین تعلل‌ورزی تحصیلی با هزینه‌ی مرتبط با تکلیف رابطه‌ی مثبت معنی‌دار وجود دارد. همچنین نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه نیز نشان داد که هزینه‌ی مرتبط با تکلیف، پیش‌بینی کننده‌ی معنی‌دار تعلل‌ورزی تحصیلی می‌باشد. این یافته‌ها می‌توانند در خدمات آموزشی و مشاوره‌ای، توسط معلمان، مشاوران و والدین به کار گرفته شوند.

**واژگان کلیدی:** تعلل‌ورزی تحصیلی، ارزش اهمیت تکلیف، هزینه‌ی مرتبط با تکلیف

۱ - باشگاه پژوهشگران جوان و نخبگان، واحد تبریز، دانشگاه آزاد اسلامی، تبریز، ایران delarammohamadi23@gmail.com

۲ - استاد گروه روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تبریز

۳ - دانشیار گروه روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تبریز

۴ - باشگاه پژوهشگران جوان و نخبگان، واحد تبریز، دانشگاه آزاد اسلامی، تبریز، ایران

## Prediction of Academic Procrastination based on Task Attainment Value and Cost

Delaram Mohammadi  
Eskandar Fathi Azar  
Rahim Badri  
Omid Ebrahimi

Date of receipt: 2016.08.06  
Date of acceptance: 2017.06.07

### Abstract

The aim of this study was to investigate academic procrastination based on task attainment value and cost. The study population was high school students of district 2 of education administration in Tabriz, among whom 350 students (175 male, 175 female), were selected by multi-stage clustering sampling based on Morgan Table. They completed Tuchman's procrastination scale and the researcher-made scale of task value. The data were analyzed by Pearson's correlation and standard multiple regression in the statistical software SPSS 18. The results showed that there was a significant negative relation between task attainment value and academic procrastination and positive relation between cost and academic procrastination. Also, the results of multiple regression analysis showed that cost was a significant predictor of academic procrastination. These findings can be beneficial for teachers, counselors and parents in providing educational and counseling services.

**Keywords:** academic procrastination, attainment value, cost

## مقدمه

تعلل‌ورزی<sup>۱</sup> یکی از پدیده‌های آزارنده است و اکثر مردم آن را مضر و احمقانه می‌دانند. با این وجود یکی از پدیده‌های شایع در جامعه می‌باشد (فتحی، فتحی‌آذر، بدری گرگری و میرنسب، ۱۳۹۴) تعلل‌ورزی به آن بخش از ویژگی‌های روانشناختی اطلاق می‌شود که در آن به تأخیر انداختن کار یا مسئولیت یک رفتار به دلیل ناخوشایندی و ملال آور بودن آن است و در اکثر موقعیت‌ها به نارضایتی از عملکرد منجر می‌شود (استیل<sup>۲</sup>، ۲۰۰۷). بررسی‌های تاریخی نشان می‌دهند که تعلل‌ورزی حداقل در سه هزار سال گذشته مصیبتی زیانبار برای افراد بوده است و در جوامع مدرن نیز از جمله مشکلات جدی در زندگی روزمره و محیط آموزشی به شمار می‌رود (سولومون و راثبلوم<sup>۳</sup>، به نقل از سپهریان و حسین‌زاده، ۱۳۹۱).

تعلل‌ورزی با توجه به پیچیدگی و مولفه‌های شناختی، عاطفی و رفتاری آن، به شکل‌های گوناگونی چون؛ تعلل‌ورزی کلی یا روزمره، تعلل‌ورزی روان‌رنجورانه، تعلل‌ورزی در تصمیم‌گیری، تعلل‌ورزی وسواسی و تعلل‌ورزی تحصیلی ظاهر می‌شود (جوکار و دلاورپور، ۱۳۸۶). رایج‌ترین شکل تعلل‌ورزی، تعلل‌ورزی تحصیلی است که در محیط‌های آموزشی میان فراگیران، بسیار شایع است و با پیامدهای زیانباری از جمله گرفتن نمره‌های پایین کلاسی تا انصراف‌های دوره‌ای (هاشمی، مصطفوی، ماشینیچی و بدری، ۱۳۹۱)؛ افت تحصیلی، شکست تحصیلی، ترک درس و مدرسه و دروری از تکالیف مربوط به مدرسه همراه است (کاندمیر، ۲۰۱۴). به نظر الیس و نال<sup>۴</sup> (۱۳۸۲) تعلل‌ورزی تحصیلی به تأخیر انداختن اهداف تحصیلی به نقطه و زمانی است که در آن عملکرد مطلوب، غیرممکن و ناخوشایند می‌شود. این نوع تعلل‌ورزی «به عنوان یک مشکل در وظایف مورد انتظار از دانش‌آموزان مانند آماده شدن برای امتحان، انجام تکالیف، حضور به موقع در جلسات و پروژه‌ها دیده می‌شود» (کاندمیر و پالانجی<sup>۵</sup>، ۲۰۱۴). به طوری که ۴۰ تا ۶۰ درصد دانش‌آموزان دچار انواع تعلل‌ورزی تحصیلی هستند (آنوگبوزی<sup>۶</sup>، ۲۰۰۴). نتایج تحقیقات نشان داده است که تعلل‌ورزی تحصیلی با متغیرهای بسیاری چون؛ عوامل شخصیتی، خودتنظیمی، خودکارآمدی ضعیف، کمال‌گرایی منفی، منبع کنترل بیرونی، خودپنداره ضعیف، عزت نفس پایین، جو کلاس و روش تدریس ارتباط دارد (بالکیس و دور<sup>۷</sup>؛ نقل از یعقوبی، قلائی، رشید و کردنوقانی، ۱۳۹۴). از طرفی به نظر می‌رسد، تعلل‌ورزی ابتدا زندگی فرد را لذت بخش‌تر می‌کند ولی به زودی استرس، بهم ریختگی و شکست را به همراه می‌آورد (نقل از استیل، ۲۰۰۷). الیس و ناس (۱۳۸۲) بیان داشته‌اند که عدم تحمل ناامیدی ایجادکننده تعلل‌ورزی است. در حالی که برخی محققان بیان می‌کنند که ناامیدی دلیلی برای تعلل‌ورزی است (هارینگتون، نقل از حجازی و نقش، ۱۳۹۵). پس علیرغم مطالعات و شواهد

1. Procrastination
2. Steel
3. Solomom & Rothblum
4. Ellis & Nal
5. Kandemir & Palanci
6. Onwuegbuzie
7. Balkiss & Dower

مرتبط با عوامل کلیدی مؤثر در تعلل‌ورزی، هنوز فهم منسجمی در مورد آن وجود ندارد (ویلسون و نگاین<sup>۱</sup>، ۲۰۱۲).

در زمینه‌ی علل به وجود آورنده تعلل‌ورزی، اکثر نظریه‌پردازان آن را یک مشکل انگیزشی می‌دانند (محمدی، ۱۳۹۳). ویگفیلد و اکلز<sup>۲</sup> (۱۹۹۲) به عنوان نظریه‌پردازان انگیزشی، در نظریه انتظار - ارزش خود، چهار مؤلفه (ارزش ذاتی، ارزش کاربردی، ارزش موفقیت (اهمیت) و هزینه مرتبط با تکلیف<sup>۳</sup>) را بیان کردند که هر یک بر روی رفتارهای مداومت، انتخاب و پیشرفت تاثیرگذار است. آنها معتقدند یکی از دلایلی که افراد در انجام تکالیف خود تعلل‌ورزی می‌کنند این است که افراد تعلل‌ورز به تکالیفی که برای آنها در نظر گرفته شده‌اند اهمیت کمتری قابلند، یعنی این تکالیف از نظر آنها دارای ارزش اهمیت کمتری است. در این نظریه، ارزش اهمیت (یا به بیان ساده تر اهمیت) به عنوان اهمیت موفق شدن در یک تکلیف تعریف می‌شود. علاوه بر این، ارزش اهمیت یک تکلیف به این صورت تعریف می‌شود که چقدر آن تکلیف فرد را قادر می‌سازد تا جنبه‌های مهم یا اصلی طرح واره‌های خویش را تأیید یا رد کند (ویگفیلد و اکلز، ۱۹۹۲). به عنوان مثال، ممکن است موفق شدن در یک رویداد ورزشی برای دانش آموزی خیلی مهم باشد، زیرا یک جنبه مهم هویت او، این است که خود را ورزشکار خوبی می‌داند. در این صورت، ارزش اهمیت در اغلب رویدادهای ورزشی برای این فرد خیلی بالا خواهد بود. اما ممکن است در دانش آموز دیگری خودپنداری تحصیلی اهمیت داشته باشد. ویگفیلد و اکلز<sup>۴</sup> (۱۹۹۲) و فدر<sup>۴</sup> (۱۹۸۸) در پژوهش‌های خود نشان دادند که ارزش اهمیت رابطه‌ی مثبتی با استمرار و مداومت روی تکلیف دارد. آنها مشخص نمودند که ادراک دانش آموز از ارزش اهمیت تکلیف، پیش بینی کننده بهتری برای ادامه‌ی دروس ریاضی و تصمیم به ثبت نام در این دروس، که نشان دهنده تعلل‌ورزی پایین است (ویگفیلد؛ اکلز و ویگفیلد؛ و فدر به نقل از پینتریچ و شانک<sup>۵</sup>، ۱۳۸۶). کراندال، کاتکوفسکی و پرستن<sup>۶</sup> (۱۹۶۲)، دریافتند که ارزش اهمیت پیش‌بینی کننده‌ی انتخاب فعالیت‌های ذهنی توسط دانش‌آموزان ابتدایی و به‌خصوص دختران است (نقل از پینتریچ و شانک، ۲۰۰۲). بتل<sup>۷</sup> (۱۹۶۵، ۱۹۶۶) نشان داد که انتظار (باورها و قضاوت فرد درباره‌ی قابلیت خود در انجام کارها و موفقیت در آن) و ارزش اهمیت همبستگی مثبتی باهم دارند. به نظر می‌رسد که دانش‌آموزان برای تکالیفی که انتظار دارند در آنها موفق باشند ارزش بیشتری قائل می‌شوند و آن تکالیف را با مداومت بیشتری انجام می‌دهند و در تکالیفی که آنها را مهم و با اهمیت می‌دانند انتظار دارند که موفق باشند (نقل از محمدی، ۱۳۹۳). در نتیجه افراد با

- 
1. Wilson & Nguyen
  2. Wigfield & Eccles
  3. Intrinsic interest, Utility value, attainment value, cost
  4. Feather
  5. Pintrich & Schunk
  6. Crandall, Katkovskt & Preston
  7. Battle

انتخاب و شروع تکالیف با اهمیت، از تعلق‌ورزی در انجام این امور دوری می‌کنند. زیرا افراد ابتدا تکالیفی را کامل می‌کنند که بالاترین ارزش و بیشترین فایده و نتیجه را به دنبال دارد (استیل، ۲۰۰۷). از طرفی در نظریه استرس، زمانی که فرد در موقعیت انجام تکلیف آزارنده قرار می‌گیرد، برای رهایی از استرس آن (که نوعی هزینه برای فرد است) دست به اجتناب از تکلیف می‌زند. در چنین شرایطی فرد تکالیف را به تعویق می‌اندازد و دچار تعلق‌ورزی می‌شود (لازاروس و فولکمن<sup>۱</sup>، ۱۹۸۹). «ارزش هزینه» یا هزینه به صورت جنبه‌های منفی ادراک شده از پرداختن به تکلیف تعریف می‌شود. وقتی افراد به انجام تکلیفی مشغول می‌شوند، معمولاً بدین معنی است که نمی‌توانند همزمان به تکلیف دیگری (مثلاً انجام یک ورزش مورد علاقه یا حضور در یک مراسم مهمانی) بپردازند. بنابراین انتخاب هر تکلیف هزینه‌هایی به همراه دارد. به عبارتی در نظریه انتظار-ارزش ویگفیلد و اکلز (۱۹۹۲) هزینه به عنوان میزان تلاشی که فرد گمان می‌کند برای انجام تکالیف لازم است. و همچنین حالت‌های هیجانی قابل پیش‌بینی برای آن تکلیف (مثلاً اضطراب عملکرد، ترس از شکست) تعریف شده است. به عنوان مثال، یک دانش‌آموز دبیرستانی ممکن است به انتخاب دروس علوم یا ریاضی ادامه ندهد چون فکر می‌کند که هزینه‌ی این کار، یعنی تلاشی که لازم است به خرج دهد، در زمان کنونی برایش قابل تحمل نیست. اگر این دروس به تلاش و صرف وقت زیاد برای مطالعه نیاز داشته باشند، وقت سایر فعالیت‌ها همچون ورزش و حضور مرتب در موقعیت‌های اجتماعی را می‌گیرند (پینتریچ و شانک، ۲۰۰۲). در این زمینه مطالعات والترز (۲۰۰۳)، نشان داده که اجتناب از کار و تکلیف به دلیل استرس و هزینه‌های مرتبط، قوی‌ترین پیش‌بینی‌کننده تعلق‌ورزی می‌باشد. بامیستر، هیدرتون و تیس<sup>۲</sup> (۱۹۹۴)، در بررسی‌های خود نشان داده‌اند که افراد در تکالیفی که دارای استرس و اضطراب زیاد (که نوعی هزینه برای فرد می‌باشد) است، تعلق‌ورزی بیشتری دارند و آنها را به تعویق می‌اندازند. پژوهش‌های پیچل، لی، تیبودیه و بلونت<sup>۳</sup> (۲۰۰۰) نشان می‌دهد که افراد در موقعیت‌های استرس‌آور و در شرایطی که تکلیف مشکل بود، دچار تعلق بیشتری می‌شدند (به نقل از موسوی و همکاران، ۱۳۹۲). و این عوامل استرس‌زای شرایط تحصیلی (محیط مدرسه، تکالیف و...) می‌تواند به شکل معناداری تعلق‌ورزی تحصیلی را پیش‌بینی کند (عباسی، درگاهی، محمدعلیپور و محرابی، ۱۳۹۴).

با توجه به میزان بالای شیوع تعلق‌ورزی در بین افراد جامعه (فراری، جانسون و مک‌کاون<sup>۴</sup>، ۱۹۹۵) و در محیط‌های آموزشی میان یادگیرندگان که با پیامدهای زیانبار از جمله گرفتن نمره پایین و انصراف‌های دوره‌ای همراه است (حجازی و نقش، ۱۳۹۵) و بار سنگینی که تعلق‌ورزی به عنوان یک آسیب جدی بر پیکره‌ی نظام بهداشت روانی و جسمی هر جامعه به ویژه دانش‌آموزان تحمیل می‌کند (الیس و نال،

1. Lazarus & Folkman

2. Baumeister & Heatherton & Tice

3. Pychyl, Lee, Timbodeau & Blunt

4. Ferrari, Johnson & McGown

۱۳۸۲). هم چنین به دلیل عدم توجه کافی به ابعاد هزینه و اهمیت تکالیف ارائه شده برای دانش‌آموزان، که از عوامل موثر در تعلل‌ورزی تحصیلی است. پس در این پژوهش سعی شده است به این سؤال پاسخ داده شود که: ارزش اهمیت و هزینه‌ی مرتبط با تکلیف چه رابطه‌ای با تعلل‌ورزی تحصیلی دارند؟

### روش و ابزار پژوهش

با توجه به موضوع پژوهش و اهداف مورد نظر، این پژوهش از نوع توصیفی-همبستگی بود که تغییر تعلل‌ورزی تحصیلی بر اساس تغییرات ارزش اهمیت و هزینه‌های مرتبط به تکلیف پیش‌بینی شد. از جامعه‌ی آماری ۳۱۷۰ دانش‌آموزان دختر و پسر پایه اول دبیرستان ناحیه ۲ شهر تبریز که در سال تحصیلی ۹۳-۱۳۹۲ مشغول به تحصیل بودند؛ نمونه‌ای بر اساس جدول مورگان به تعداد ۳۵۰ نفر (۱۷۵ دختر و ۱۷۵ پسر) به صورت تصادفی چند مرحله‌ای انتخاب شد. برای این منظور از بین دبیرستان‌های ناحیه ۲ تبریز، ۸ دبیرستان به صورت تصادفی انتخاب و از بین کلاس‌های اول دبیرستان هر مدرسه، دو کلاس به صورت تصادفی گزینش شد. ابزارهای مورد استفاده پژوهش عبارت بودند از:

**مقیاس تعلل‌ورزی تاکمن**<sup>۲</sup>: مقیاس گرایش تعلل‌ورزی تحصیلی مقیاس ۱۶ گویه دارد که در سال ۱۹۹۱ توسط تاکمن ساخته شده و آیتم‌های آن در مقیاس ۴ درجه‌ای لیکرت نمره‌گذاری می‌شود. آزمودنی‌ها پاسخ‌های خود را، با گزینه‌های اصلا در مورد من صدق نمی‌کند، کم، زیاد و خیلی زیاد مشخص می‌کند. این مقیاس برای ارزیابی میزان گرایش دانشجویان و دانش‌آموزان به تعلل‌ورزی تحصیلی ساخته شده است و جنبه‌های اختصاصی تعلل‌ورزی در عرصه‌های تحصیلی و انجام امور آموزشی را مورد سنجش قرار می‌دهد. تاکمن در بررسی عوامل مکنون این پرسشنامه، معین کرده است که یک عامل اختصاصی تعلل‌ورزی تحصیلی را مورد ارزیابی قرار می‌دهد و سؤالات آزمون قادر است ۰/۶۹ واریانس تعلل‌ورزی تحصیلی را پوشش دهد. مطالعات اخیر که پرسش نامه تاکمن را به کار برده‌اند، پایایی بالای ۰/۹۰ را نشان داده‌اند. همچنین هاول و همکاران (۲۰۰۶)، رابطه معنی‌داری بین نمرات مقیاس تعلل‌ورزی و ارزیابی‌های رفتاری ( $r=0/54$ ) را گزارش کرده‌اند (نقل از هاشمی و همکاران، ۱۳۹۱). در این پژوهش هم از طریق بازآمایی بعد از دو هفته، ضریب پایایی ۰/۶۸ برای مقیاس تعلل‌ورزی تاکمن محاسبه گردید.

**مقیاس ارزش تکلیف**: برای اندازه‌گیری متغیرهای ارزش اهمیت و هزینه‌ی مرتبط با تکلیف از پرسشنامه‌های ارزش تکلیف استفاده شد با توجه به اینکه در زمینه‌ی ارزش تکلیف، چندین پرسشنامه وجود دارد که هیچ یک قادر به اندازه‌گیری مؤلفه‌های ارزش تکلیف نمی‌باشند، در پژوهش حاضر با

۱- اداره آمار سازمان آموزش و پرورش استان آذربایجان شرقی

ترجمه پرسشنامه ویگفیلد و اکلز (۱۹۹۲) که ۱۲ گویه بوده، و افزودن ۴ گویه (شماره ۴، ۸، ۱۲، ۱۶) توسط محقق، پرسشنامه‌ای ترجمه و تهیه شد که حاوی ۱۶ گویه بوده و نمره گذاری آن به صورت ۴ گزینه‌ای لیکرت از (کاملاً مخالفم = ۱ تا کاملاً موافقم = ۴) درجه‌بندی شده است. ۴ ماده آن برای اندازه‌گیری ارزش اهمیت و ۴ ماده برای هزینه مورد استفاده قرار گرفت. ۸ ماده دیگر، برای اندازه‌گیری دو مؤلفه دیگر ارزش تکلیف می‌باشد که مورد هدف این تحقیق نیست. روایی پرسشنامه مذکور پس از ترجمه و افزودن گویه‌ها، از نظر مفهومی و دقت به کارگیری کلمات معادل و جمله‌بندی مناسب، توسط چند تن از متخصصان روانشناسی دانشگاه تبریز مورد مقایسه و بازبینی قرار گرفته و تأیید شد. سپس از روش همبستگی سؤالات هر بعد با نمره کل بعد مربوطه برای تعیین روایی استفاده شد، نتایج نشان داد که همبستگی هر گویه با نمره کل آن بین ۰/۵۷ تا ۰/۷۶ بود که نشان دهنده روایی مناسب آن است (محمدی، فتحی‌آذر، بدری و ابراهیمی، ۱۳۹۳). پایایی پرسشنامه از طریق بازآزمایی بعد از دو هفته، برای مؤلفه‌ی ارزش اهمیت ۰/۶۹، هزینه ۰/۷۳ و پایایی کل آن ۰/۷۲ برآورد شد.

### یافته‌های پژوهش

در پژوهش حاضر شاخص‌های توصیفی متغیرهای ملاک و پیش‌بین در جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱: شاخص‌های توصیفی تعلل‌ورزی تحصیلی، ارزش اهمیت و هزینه

Table 1  
*Descriptive Statistics of Academic Procrastination, Attainment Value and Cost*

متغیرها Variables	تعداد N	میانگین M	انحراف استاندارد S.D	کمترین Min	بیشترین Max
تعلل‌ورزی تحصیلی academic procrastination	350	7.65	43.85	16	64
ارزش اهمیت attainment value	350	14.33	1.93	4	16
هزینه cost	350	8.93	2.22	4	16

برای تحلیل فرضیه‌های پژوهش از روش همبستگی پیرسون استفاده شد که پیش فرض‌های این روش تحلیل مورد تأیید قرار گرفت.

جدول ۲: پیش فرض همگنی واریانس‌ها با اجرای آزمون لون

Table 2  
*Leven's Test of Homogeneity of Variances*

متغیرها Variables	آزمون اف F	درجه آزادی DF	معنی‌داری Sig	عامل تحمل VIF	عامل تورم Tolerance
تعطل ورزی تحصیلی academic procrastination	0.24	348	1.6		
ارزش اهمیت attainment value	11.53	348	0.7	0.73	1.37
هزینه cost	0.09	348	0.76	0.77	1.30

با توجه به نتایج جدول ۲ مشاهده می‌شود که سطح معنی‌داری برای متغیرها ( $p > 0.05$ ) می‌باشد که نرمال بودن توزیع را نشان می‌دهد. همچنین با توجه به اینکه شاخص عامل تورم واریانس (VIF) کمتر از ۱۰ و شاخص تحمل (Tolerance) بیشتر از ۰/۱ است، از این رو می‌توان گفت متغیرهای پیش بین از یکدیگر مستقل هستند و هم خطی بودن چندگانه اتفاق نیفتاده است.

جدول ۳: پیش فرض نرمال بودن داده‌ها از طریق اجرای آزمون کولموگروف - اسمیرنوف

Table 3  
*Kolmogorov-Smirnov's Test of Normality*

متغیرها Variables	تعداد N	معنی‌داری Sig	نمره زد Z
تعطل ورزی تحصیلی academic procrastination	350	0.11	1.09
ارزش اهمیت attainment value	350	0.00	2
هزینه cost	350	0.06	1.71

در جدول ۳ مشاهده می‌شود که سطح معنی‌داری تعطل ورزی و هزینه ( $p > 0.05$ ) بوده که نشان دهنده یکسان بودن واریانس این متغیرها می‌باشد. اما برای متغیر ارزش اهمیت ( $p < 0.05$ ) بوده که تخطی از پیش فرض همگنی واریانس‌ها بوده و به دلیل حجم بالای نمونه، نسبتاً معمول است (پالانت، ۱۳۸۹).



جدول ۴: ماتریس همبستگی پیرسون بین تعلل‌ورزی تحصیلی با ارزش اهمیت و هزینه

Table 4  
Pearson Correlation between Academic Procrastination with Attainment Value and Cost

متغیرها Variables	1	2	3
تعلل‌ورزی تحصیلی academic procrastination	1		
ارزش اهمیت attainment value	-0.136*	1	
هزینه cost	0.237*	-0.323*	1

P<0.005\*

نتایج جدول ۴ نشان داد، همبستگی منفی و معنی‌دار بین دو متغیر ارزش اهمیت و تعلل‌ورزی وجود دارد ( $r = -0.136$ ،  $P < 0.005$ ). بطوری که سطوح بالای تعلل‌ورزی تحصیلی با سطوح پایین ارزش اهمیت مرتبط می‌باشد. همچنین رابطه مثبت و معنی‌داری بین این دو متغیر هزینه و تعلل‌ورزی وجود دارد ( $r = 0.237$ ،  $P < 0.005$ ).

در ادامه برای تحلیل سؤال پژوهشی و تعیین سهم هریک از متغیرهای پیش‌بین، از روش تحلیل رگرسیون چندگانه استفاده شد که نتایج در جدول ۵ آمده است.

جدول ۵: رگرسیون چندگانه برای تعیین سهم متغیرهای پیش بین

Table 5  
Multiple Regression to Determine the Share of Predictor Variables

متغیرها Variables	بنای غیراستاندارد Unstandardized Beta	بنای استاندارد standard Beta	خطای استاندارد S.E	همبستگی R	مجذور همبستگی R <sup>2</sup>	معنی‌داری Sig
ارزش اهمیت attainment value	0.06	0.01	0.25	0.08	0.006	0.08
هزینه cost	0.51	0.25	0.22	0.29	0.084	0.00
مدل کلی model summary				0.31	0.096	0.00

نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه در جدول ۵ نشان داد؛ متغیر هزینه با ( $\beta = 0.25$ ،  $P < 0.05$ ) بیشترین سهم یگانه را در تبیین واریانس تعلل‌ورزی تحصیلی دارد. اما متغیر ارزش اهمیت از لحاظ آماری سهم معنی‌داری ندارد ( $P > 0.05$ ). همچنین با توجه به همبستگی نیمه تفکیکی محاسبه شده برای هر متغیر می‌توان چنین توضیح داد که متغیر هزینه به‌تنهایی می‌تواند ۸/۴ درصد واریانس تعلل‌ورزی تحصیلی را پیش‌بینی کند. و در مجموع با توجه به مدل کلی، دو متغیر پیش‌بین توانسته‌اند ۹/۶ درصد تغییرات تعلل‌ورزی تحصیلی را تبیین کنند.

### بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر پیش‌بینی تعلل‌ورزی تحصیلی بر اساس متغیرهای ارزش اهمیت و هزینه‌ی مرتبط با تکلیف بود. نتایج به دست آمده نشان داد که بین تعلل‌ورزی تحصیلی و ارزش اهمیت یک تکلیف، رابطه‌ی منفی و معنی‌دار وجود دارد. این یافته با یافته‌های ویگفیلد و اکلز (۱۹۹۲)، فدر (۱۹۸۸)، (ویگفیلد؛ اکلز و ویگفیلد؛ و فدر، به نقل از پینتریچ و شانک، ۱۳۸۶)، و کراندال، کاتکوفسکی و پرستن (۱۹۶۲) همسو می‌باشد. در تبیین این یافته می‌توان گفت: براساس نظریه انتظار- ارزش، انگیزش دانش‌آموزان برای مشارکت در یک فعالیت به دو مؤلفه وابسته است: انتظار برای موفقیت و ارزشی که برای تکلیف قائلند که به صورت مستقیم بر پیشرفت، عملکرد، تلاش و پایداری اثر می‌گذارد. انتظار برای موفقیت به باور افراد درباره توانایی برای انجام دادن موفقیت آمیز یک تکلیف اشاره دارد و ارزش تکلیف به عنوان مشوقی برای درگیری در فعالیت‌های تحصیلی تعریف شده است (ویگفیلد و اکلز، ۲۰۰۰). بر اساس این نظریه، افرادی که دارای ارزش اهمیت بالاتری در تکالیف هستند، بیشتر احتمال دارد که به آن تکالیف بپردازند و تلاش و مداومت بیشتری را نشان داده و کمتر دچار تعلل‌ورزی تحصیلی شوند و کسانی که ارزش اهمیت کمتری برای تکالیف تحصیلی قائلند کمتر احتمال دارد که به انجام تکالیف تحصیلی مبادرت ورزند و بیشتر تعلل‌ورزی نمایند. همچنین دوریک، ویدا<sup>۱</sup>، و اکلز (۲۰۰۶) و سیمپکینز، دیویس<sup>۲</sup> و اکلز (۲۰۰۶) معتقدند که اهمیت تکلیف محرکی قوی است تا فرد را برای انجام کاری برانگیزاند برای مثال اگر دانش‌آموزی باور داشته باشد که آنچه آنها یاد می‌گیرند مهم و با اهمیت است با انگیزه بیشتری به یادگیری می‌پردازند و تلاش و پافشاری می‌کنند و در نتیجه دچار تعلل‌ورزی کمتری می‌شود (به نقل از درتاج، ۱۳۹۲).

یافته دیگر پژوهش نشان داد که بین هزینه و تعلل‌ورزی تحصیلی همبستگی مثبت و معنی‌دار وجود دارد. این یافته با یافته‌های (پیچل، لی، تیبودیه و بلونت؛ میلگرام، می- تال و لویسون<sup>۳</sup>؛ لازاروس و فولکمن، به نقل از موسوی و همکاران، ۱۳۹۲)، بامیستر، هیدرتون و تیس (۱۹۹۴) و ویگفیلد و اکلز (۱۹۹۲) همسو می‌باشد. در تبیین این یافته با استفاده از نظریه لازاروس و فولکمن (۱۹۸۹) می‌توان بیان داشت. وقتی فرد در برابر تکالیف استرس‌زا و تهدیدآمیز قرار بگیرد، برای رهایی از اضطراب و هیجانات منفی به استفاده از سبک‌های مقابله‌ای چون اجتناب از تکلیف و تعلل در آن روی می‌آورند. این نظریه گرچه در زمینه استرس و سبک‌های مقابله‌ای تدوین شده، اما به خوبی قادر به تبیین هیجانات منفی مانند استرس و اضطراب به عنوان هزینه‌های مربوط به تکلیف و تعلل است. بر همین مبنا، زمانی که فرد در موقعیت انجام تکلیف آزارنده قرار می‌گیرد، برای رهایی از این هزینه‌ها دست به اجتناب از تکلیف می‌زند. در چنین شرایطی فرد تکالیف را به تعویق می‌اندازد و دچار تعلل‌ورزی می‌شود. همچنین از نظر

---

1. Durik & VIDA  
 2. Simpkins & Davis-Kean  
 3. Milgeram, Mey-Talng & Levinson

میلگرام و همکاران (۱۹۹۸) به خاطر این که ممکن است تکالیف تحصیلی، نسبت به زندگی روزمره، به خاطر داشتن هزینه‌هایی چون محدودیت زمانی، استرس بیشتری را به فرد وارد کنند و پیامدهای جدی‌تر را برای فرد در پی داشته باشند، افراد از این تکالیف اجتناب ورزیده و دچار تعلل‌ورزی شوند (به نقل از موسوی و همکاران، ۱۳۹۲). همچنین در مدل انتظار-ارزش ویگفیلد و اکلز (۱۹۹۲) هر چه هزینه‌های مربوط به تکلیف بیشتر باشد تعلل‌ورزی هم بیشتر است. زیرا تکالیفی که هزینه بیشتری می‌طلبد، افراد را از پرداختن به فعالیت‌های مورد علاقه‌شان (مثل ورزش، موسیقی و...) دور می‌کند. وقتی هزینه ادارک شده تکلیف بالا می‌رود، نظام باورهای فرد از پتانسیل بالایی برای تولید اضطراب برخوردار شده (پکران، نقل از درتاج، ۱۳۹۲)، و در نتیجه افراد برای اینکه خود را از فشار این هزینه‌های متصور رها نمایند تعلل‌ورزی بیشتری نموده و به تکالیفی با هزینه کمتر رو خواهند آورد.

بعلاوه یافته دیگر نشان داد که متغیر هزینه در پیش‌بینی تعلل‌ورزی تحصیلی، از لحاظ آماری معنی‌دار بوده و می‌تواند به شکل مثبت تعلل‌وری تحصیلی را پیش‌بینی کند. این یافته با نتایج تحقیقات (والترز؛ عباسی و همکاران، ۱۳۹۴) همسو است. در تبیین این یافته بامیستر، هیدرتون و تیس (۱۹۹۴) بیان داشتند. که شخص پاداش‌های کوچک و در دسترس و رهایی از هیجانات ناخوشایند را به پاداش‌های بزرگ و دور از دسترس ترجیح می‌دهند. و چون ارزش هزینه یک تکلیف (استرس، اوقات صرف شده و...) نسبت به ارزش اهمیت تکلیف قابل لمس است. و فرد هزینه پرداخت شده برای تکلیف را ناخوشایند و مانع کسب لذت‌های روزمره می‌داند، و چنانچه تشخیص دهد انجام دادن تکالیف بی فایده و خسته کننده است، از پرداختن به آنها سر باز می‌زند و تعلل‌ورزی بیشتری می‌نماید. از طرفی چون اهمیت تکلیف با آینده و یا پاداش‌های دور از دسترس گره خورده است و نسبت به دوری از هیجانات ناخوشایند هزینه تکلیف، قابل لمس و در دسترس سریع نبوده پس نتوانسته به شکل معنی‌داری تعلل‌ورزی را پیش‌بینی نماید. به عبارت دیگر افراد در تکالیفی که دارای استرس و اضطراب زیاد (نوعی هزینه) باشد، تعلل‌ورزی بیشتری دارند و آنها را به تعویق می‌اندازند.

این پژوهش دارای چند محدودیت اجرایی است. یکی از محدودیت‌های پژوهش حاضر آن بود که روش تحقیق از نوع همبستگی بود. به همین جهت نمی‌توان استنباط علی از نتایج آن نمود. دوم اینکه پژوهش حاضر در میان دانش‌آموزان پایه‌ی دهم و با فرهنگ خاص انجام شد. بنابراین تعمیم این یافته‌ها به مقاطع تحصیلی دیگر باید با احتیاط انجام شود. همچنین بر مبنای یافته‌های این پژوهش، پیشنهاد می‌شود. در مدارس جهت آگاهی معلمان و والدین از آثار زیان‌بار تعلل‌ورزی و شناخت بیشتر و کنترل آن در دانش‌آموزان جلسات مشاوره خانواده برگزار کنند. پیشنهاد بعدی اینکه معلمان در کلاسی دلایلی ارائه کنند که دانش‌آموزان، وقت، تلاش و سایر هزینه‌هایی را که برای انجام دادن تکالیف صرف می‌کنند، ارزشمند بدانند.

## References

## منابع

- الیس، آبرت و نال، ویلیام جیمز، (۱۳۸۲). روانشناسی اهمالکاری: غلبه بر تعلل ورزیدن. (ترجمه محمدعلی فرجاد). تهران: انتشارات رشد.
- پالانت، جولی (۱۳۸۹). تحلیل داده‌های علوم رفتاری با برنامه SPS. (ترجمه اکبر رضایی). تبریز: انتشارات فروزش.
- پنتریچ، پال آر و شانک، دیل اچ (۱۳۸۶). انگیزش در تعلیم و تربیت: نظریه‌ها تحقیقات و کاربردها. (ترجمه مهرناز شهرآرای). تهران: نشر علم.
- جوکار، بهرام و دلاورپور، محمدآقا (۱۳۸۶). رابطه تعلل‌ورزی آموزشی با اهداف پیشرفت. فصلنامه اندیشه‌های نوین تربیتی، ۳(۳ و ۴)، ۸۰-۶۱.
- حجازی، الهه و نقش، زهرا (۱۳۹۵). عوامل مؤثر بر تعلل‌ورزی: کاربرد تحلیل خوشه‌ای. فصلنامه پژوهش‌های کاربردی روانشناختی، ۷(۳): ۳۸-۱۹.
- درتاج، فریبرز، (۱۳۹۲). رابطه ارزش تکلیف و اضطراب امتحان: بررسی نقش واسطه‌ای جهت‌گیری هدفی. فصلنامه روانشناسی تربیتی، ۹(۲۷)، ۹۸-۱۱۳.
- سپهریان، فیروزه و حسین‌زاده، مهدی، (۱۳۹۱). تحلیل الگوی ساختاری رابطه بین سبک‌های مقابله و اهمالکاری تحصیلی در دانشجویان. فصلنامه اندیشه‌های نوین تربیتی، ۷(۴)، ۷۷-۹۳.
- عباسی، مسلم؛ درگاهی، شهریار؛ محمدعلیپور، زینب و محرابی، علیرضا (۱۳۹۴). نقش عوامل استرس‌زای دانشجویی در پیش‌بینی تعلل‌ورزی و فرسودگی تحصیلی دانشجویان پرستاری. مجله ایرانی آموزش در علوم پزشکی، ۱۵(۳۹)، ۳۰۳-۲۹۳.
- فتحی، آیت؛ فتحی‌آذر، اسکندر، بدری گرگری، رحیم و میرنسب، میرمحمد (۱۳۹۴). اثربخشی آموزش راهبردهای کاهش تعلل‌ورزی تحصیلی در تعلل‌ورزی تحصیلی دانش‌آموزان متوسطه شهر تبریز. فصلنامه آموزش و ارزشیابی، ۸(۳۰)، ۴۵-۵۷.
- محمدی، دل‌آرام (۱۳۹۳). پیش‌بینی تعلل‌ورزی تحصیلی براساس مؤلفه‌های ارزش تکلیف. پایان‌نامه کارشناسی‌ارشد، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه تبریز.
- محمدی، دل‌آرام؛ فتحی‌آذر، اسکندر؛ بدری گرگری، رحیم و ابراهیمی، امید (۱۳۹۳). پیش‌بینی تعلل‌ورزی تحصیلی بر اساس ارزش کاربردی و ارزش ذاتی تکلیف در دانش‌آموزان پایه دهم شهر تبریز. فصلنامه آموزش و ارزشیابی، ۷(۲۸)، ۱۱۰-۹۹.
- موسوی، معصومه؛ هاشمی، سعدالله؛ امین‌یزدی، سیدامیر؛ سلطانی، اسماعیل؛ احمدی، زینب؛ خانزاد، مصطفی و کیخاونی، ستار، (۱۳۹۲). پیش‌بینی تعلل‌ورزی تحصیلی براساس مؤلفه‌های هوش هیجانی. مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی ایلام، ۲۱(۴)، ۲۹-۲۱.
- هاشمی، تورج؛ مصطفوی، فریده؛ ماشینیچی عباسی، نعیمه و بدری گرگری، رحیم، (۱۳۹۱). نقش جهت‌گیری هدف، خودکارآمدی خودتنظیم‌گری و شخصیت در تعلل‌ورزی. روانشناسی معاصر، ۱(۷)، ۷۳-۸۴.
- یعقوبی، ابوالقاسم؛ قلائی، بهروز؛ رشید، خسرو و کردنوقانی، رسول (۱۳۹۴). عوامل مرتبط با تعلل‌ورزی تحصیلی. فصلنامه روانشناسی تربیتی، ۱۱(۳۷)، ۱۸۵-۱۶۱.

- Abbasi1, M., Dargahi, Sh., Mohammad Alipor, Z., & Mehrabi, A. (2015). The Role of Student Stressors in Predicting Procrastination and Academic Burnout among Nursing Students. *Iranian Journal of Medical Education*, 15(39), 293-303 [In Persian].
- Alice, A., & Null, W. J. (2003). *The Psychology of Procrastination*. [M. A. Farjad, Trans.]. Tehran: Roshd Publication.
- Baumesiter, R. F., Heatherton, T. F., & Tice, D. M. (1994). *Losingcontrol: How and why peoplefail at self-regulation*. San Diego: Academic, Press.
- Dortaj, F. (2013). The relationship between the task value and the test anxiety: Investigating the Mediating Role of Goal Orientation. *Journal of Educational Psychology*, 9 (27), 98-113 [In Persian].
- Ellis, A., & James, Nal, W. (2003). *Procrastination Psychology: Overcoming Procrastination*, (M. A. Farjad, Trans.). Tehran: Roshd Publishing [In Persian].
- Fathi, A., Fathi Azar, E., Badri, R., & Mirnasab, M. M. (2014). The effectiveness of strategies to reduce procrastination in academic procrastination of High Schools Students in Tabriz. *Journal of Education and Evaluation*, 8(30), 45-57 [In Persian].
- Feather, N. (1988). Values, valences, and course enrollment: Testing the role of personal values within an expectancy-value framework. *Journal of Educational Psychology*, 80, 381-391.
- Ferrari, J. R., Johnson, J., & Mc. Cown, W. (1995). *Procrastination and task avoidance: Theory, research, and treatment*. New York: Plenum Press.
- Hashemi, T., Mostafavi, F., Mashinchi Abbasi, N., & Badri, R. (2012). The role of goal orientation, self-efficacy of self-regulation and personality in procrastination. *Contemporary Psychology*, 7(1), 73- 84. (In Persian).
- Hejazi, A., & Nagsh, Z. (2016). Factors Affecting Procrastination: The application of Cluster Analysis. *Journal of Applied Psychological Research*, 7 (3), 38-19 [In Persian].
- Jokar, B., & Delawarepour, M. A. (2007). The Relationship between Educational Procrastination and the Goals of Progress. *Journal of Educational New Thoughts*, 3 (3 & 4), 80-61 [In Persian].
- Kandemir, M. (2014). Reasons of academic procrastination: self- regulation, academic self-efficacy, life satisfaction and demographics variables. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 152, 188–193.
- Kandemir, M., & Palanci, M. (2014). Academic functional procrastination: Validity and reliability study. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 152, 194 – 198.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1989). *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer: New York.
- Mohamadi, D. (2014). *The prediction of academic procrastination based on components of Task value*, (Unpublished master's thesis). Educational Psychology, Tabriz University.

- Mohammadi, D., FathiAzar, E., Badri, R., & Ebrahimi, O. (2014). The prediction of academic procrastination based on task value indices. *Journal of Education and Evaluation*, 7(38), 99- 110 [In Persian].
- Mousavi, M., Hashemi razini, S. A., Amin yazdi, S. A., Soltani, E., Ahmadi, Z., Khanzadeh, M., & Kikhavani, S. (2013). The Prediction of Academic Procrastination Based on Emotional Intelligence components. *Ilam University of Medical Science*, 21(4), 21- 29 [In Persian].
- Onwuegbuzie, A. J. (2004). Academic procrastination and statistics anxiety. *Assessment & Evaluation in Higher Education*, 29(1), 3-19.
- Pallant, J. (2010). *Data Analysis for the Behavioral Sciences Using SPSS* [A. Rezai Trans.]. Tabriz: Forouzes Publishing [In Persian].
- Pintrich, P. R., & Shunk, D. H. (2007). *Motivation in Education: Theory, Research, and Applications*. [M. Shahriar, Trans.]. Tehran: Nash-e-Elm [In Persian].
- Pintrich, P. R., & Schunk, D. H. (2002). Motivation and Education, *Theory, Research Journal of Educational Research*, 14, 123-141.
- Sepéhrian, F., & Hosseinzadeh, M. (2012). Structural modeling analysis of the relationship between coping styles and academic procrastination among students. *New Thoughts on Education*, 7 (4), 77-93 [In Persian].
- Steel, Piers. (2007). the nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical Review of Quintessential self- Regulatory Failure. *Psychological bulletin*, 133, 65-94.
- Wigfield, A., & Eccles, J. (1992). The development of achievement task values: A theoretical analysis. *Developmental Review*, 12, 265-310.
- Wigfield, A., & Eccles, J. (2000). Expectancy-value theory of achievement motivation, Contemporary. *Educational Psychology*, 25, 68-81.
- Wilson, B. A., & Nguyen, T. D. (2012). Belonging to tomorrow: An overview of procrastination. *International Journal of Psychological Studies*, 4, 211-217.
- Wolters, C. A. (2003). Understanding procrastination from a self-regulated learning perspective. *Journal of Educational Psychology*, 95, 179-187.
- Yaghoubi, A., Ghalae, B., Rashid, Kh., & Kord Noghani, R. (2014). Factors associated with academic procrastination. *Journal of Educational Psychology*, 11 (37), 161- 185 [In Persian].