

رابطه حمایت اجتماعی، فشارزاهای تحصیلی و احساس غربت با اهمالکاری تحصیلی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز

سعید بختیارپور^۱
فرزانه هومن^۲

چکیده

به منظور بررسی رابطه بین حمایت اجتماعی، فشارزاهای تحصیلی و احساس غربت با اهمالکاری تحصیلی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز، به روش نمونه گیری در دسترس، ۱۲۰ دانشجوی انتخاب و پرسشنامه های حمایت اجتماعی، فشارزاهای تحصیلی، احساس غربت و اهمالکاری تحصیلی بین آنها توزیع شد. نتایج ضرایب همبستگی ساده نشان داد که از بین متغیرهای پیش بین تنها متغیر فشارزاهای تحصیلی با اهمالکاری تحصیلی در سطح ۰/۰۵ رابطه معنی داری داشت و رابطه دو متغیر پیش بین دیگر با متغیر ملاک معنی دار نبود. نتایج رگرسیون چندگانه نیز نشان داد که میزان همبستگی چندگانه ترکیب خطی متغیرهای پیش بین حمایت اجتماعی و فشارزاهای تحصیلی و احساس غربت با اهمالکاری تحصیلی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز برابر با $(R=0/407)$ و $(R^2=0/135)$ است که در سطح $(p \leq 0/0001)$ معنی دار بود. همچنین از میان متغیرهای پیش بین تنها متغیر فشارزاهای تحصیلی با اهمالکاری تحصیلی دانشجویان رابطه معنی داری داشت.

واژه های کلیدی: حمایت اجتماعی، فشارزاهای تحصیلی، احساس غربت و اهمالکاری تحصیلی.

۱. دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز، استادیار گروه روانشناسی، اهواز، ایران. (نویسنده مسئول). saeedbakhtiarpoor@iauhvaz.ac.ir

۲. دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز، مدرس گروه روانشناسی، اهواز، ایران

این مقاله برگرفته از یک طرح پژوهشی است که با حمایت مالی دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز اجرا شده است.

مقدمه

اهمالکاری^۱، به تأخیر انداختن شروع کار یا اجتناب از انجام وظیفه است. فراری، پارکر و ویر^۲ (۱۹۹۲) طی مطالعه‌های به این نتیجه رسیدند که ۷۰ درصد دانشجویان غالباً در شروع و یا به پایان رساندن تکالیف تحصیلی، مانند تکمیل تکالیف و آمادگی برای امتحان تأخیر نشان می‌دهند. این مسئله می‌تواند سبب بروز احساس گناه، بی‌کفایتی، حس خودکم‌بینی، اضطراب و افسردگی در میان دانشجویان شود. اضطراب و افسردگی دو نمونه از عمده‌ترین اختلالات خلقی است. اضطراب که نوعی احساس ترس و ناراحتی بی‌دلیل است، نشانه‌ی بسیاری از اختلالات روانشناختی محسوب می‌شود که اغلب به وسیله رفتارهای دفاعی مانند فرار از یک موقعیت ناخوشایند یا انجام یک عمل طبق نظم و آئین معین کاهش می‌یابد. تحقیقات نشان داده‌اند که اهمالکاری تحصیلی با استرس (راه‌رجو، جانمن و ستیانی^۳، ۲۰۱۳)، کمال‌گرایی (ساریوگلو^۴، ۲۰۱۱) و اختلال وسواسی جبری (کاگان، کاکر، ایلهام و کندمیر^۵، ۲۰۱۰) رابطه دارد.

ابری^۶ (۲۰۰۲) طی مطالعه‌ای نشان داد که بین ۸۰ تا ۹۵ درصد دانشجویان به نوعی با اهمالکاری درگیرند و ۵۰ درصد آنان همواره در انجام تکالیف و یادگیری مطالب درسی اهمالکارند. در مطالعه دیگری فراری، او کالاهان و نیوگین^۷ (۲۰۰۵) نشان دادند که اهمالکاری تحصیلی یک پدیده عمومی است که ۷۰ درصد دانشجویان دانشگاه‌ها با آن مواجه هستند. در سال‌های اخیر مطالعه اوزر، دمیر و فراری^۸ (۲۰۰۹) نشان داد که اهمالکاری در حدود ۴۰ تا ۹۵ درصد محیط‌های آموزشی را در بر می‌گیرد. مطالعه گوود^۹ (۲۰۰۸) نشان داد که ۷۰ درصد دانشجویان و ۲۰ درصد عموم مردم دارای تمایلات اهمالکاری هستند.

عوامل مختلفی ممکن است با اهمالکاری تحصیلی دانشجویان رابطه داشته باشد. یکی از متغیرهایی که در این تحقیق مورد توجه قرار گرفته است، حمایت اجتماعی^{۱۰} است. تمایلات اهمالکاری به طور معنی‌داری با رضایت از حمایت اجتماعی رابطه دارند (فراری، هاریوت و زیمرمن^{۱۱}، ۱۹۹۸). خانواده و دوستان نقش مهمی در دلگرم کردن فرد برای رسیدن به اهداف بهداشتی ایفا می‌کنند. کمک آن‌ها، مهم‌ترین جزء حمایت اجتماعی است. در این جا می‌توان حمایت اجتماعی را اینگونه تعریف کرد: "هر گونه محرکی که به پیشرفت اهداف فرد

1. procrastination
2. Ferrari, Parker & Ware
3. Rahardjo, Juneman, & Setiani
4. Sanoğlu
5. Kağan, Çakır, İlhan, & Kandemir
6. O'Brien
7. Ferrari, Ocallehan & Newbegin, I.
8. Ozer, Demir & Ferrari
9. Goode
10. social support
11. Ferrari, Harriot & Zimmerman

حمایت شده، کمک‌کند" (دیمتئو، ترجمه کاویانی، عباسپور، تقی زاده و کیمیا، ۱۳۷۸). حمایت اجتماعی به عنوان یک محافظ در برابر حوادث تنیدگی زای زندگی عمل می‌کند، چون کیفیت عاطفی آن که با حس تعلق همراه است، اطلاعات مورد نیاز را برای کاهش نتایج زیان بار جسمی یا روانشناختی در برابر حوادث زندگی فراهم می‌کند (کانلی، ۱۹۹۳). بنابراین، حمایت اجتماعی یک تأثیر محافظتی مهم در ارتباط بین بیماری و سلامت است. ارتباطات نزدیک و حمایت اجتماعی که توسط خانواده، دوستان، همکاران و جامعه فراهم می‌شود، ارتباط مثبتی با بهبود عملکرد در محیط کار، مقابله بهتر با مشکلات زندگی، سازگاری عمومی و بهزیستی جسمانی و روانشناختی دارد (کوهن، به نقل از چنتل، روس و ایگلند، ۲۰۰۷). حمایت اجتماعی اولاً با تبدیل موقعیت‌ها به وضعیتی کمتر تهدیدکننده جلوی آثار تنیدگی را می‌گیرد و ثانیاً باعث می‌شود که تنیدگی کمتر موجب بروز واکنش‌های زیان‌آور بدنی گردد. دانشجویان نیز همانند افراد دیگر جامعه در زندگی خود فشارهای زیادی را تجربه می‌کنند (ریدلی، ۲۰۰۰). به طوری که نتایج تحقیقات مختلف نشان داده است فشارهای زیاد و مستمر در زندگی دانشجویان نه تنها سبب ایجاد اختلالات جسمانی، روانی و روان‌تنی می‌شود، بلکه باعث افت عملکرد تحصیلی آنان می‌شود (پولادی ری شهری، ۱۳۷۴). بنابراین شناخت و شناساندن این فشارها در چگونگی مقابله با آن‌ها کمک می‌کند (ریدلی، ۲۰۰۰). البته تحقیقاتی نیز وجود دارند که رابطه حمایت اجتماعی و عملکرد تحصیلی را تأیید نکرده‌اند. به عنوان مثال، نیسی، نجاریان و پورفرجی (۱۳۸۰) نشان دادند که عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان فاقد پدر (پدر به عنوان یک منبع مهم حمایت اجتماعی) پایین‌تر از دانش‌آموزان واجد پدر نبود. همچنین شکری، فراهانی، کرمی نوری و مرادی (۱۳۹۱) نشان دادند که بین حمایت اجتماعی ادراک شده و تنیدگی تحصیلی رابطه معنی‌داری وجود ندارد.

متغیر پیش‌بین دیگری که در این تحقیق مورد بررسی قرار گرفت، فشار روانی بود. تمامی کسانی که در کلاس درس و با مدرسه و دانشگاه سروکار داشته‌اند به طور حتم به گونه‌ای با عواملی که موجب بروز نشانه‌های فشار روانی می‌شود، روبرو شده‌اند. رایج‌ترین این عوامل که همه محصلین آن را درک کرده‌اند، امتحان و حالت‌های هیجانی و تغییرات فیزیولوژیکی همراه و متعاقب آن مانند: دلشوره، افزایش ضربان قلب و غیره است که این حالات ممکن است در هنگامی که فرد دیر به مدرسه می‌رسد یا هنگامی که فرد برای پاسخگویی به سوالات مربوطه به درس آمادگی ندارد، در دانشجویان مختلف حالت‌های هیجانی و تغییرات فیزیولوژیکی متفاوتی ایجاد کند. بنابراین بالا بودن میزان فشارهای روانی - تحصیلی موجود در فضای آموزشی دانشجویان و عدم کاهش این فشارها می‌تواند پیامدهایی مانند مشکل تحصیلی به دنبال داشته

1. Di Matteo
2. Chanelli
3. Cohen
4. Chantell, Ross & Engeland
5. Ridley

باشد (محمدزاده، ۱۳۸۵). چیر و موریس^۱، نیز هفت عامل فشارزای دانشجویی را شناسایی کردند: (۱) فشارزاهای مربوط به محدودیت زمانی، (۲) مشکلات آموزش، (۳) فشارزاهای مالی، (۴) شرایط تحصیلی، (۵) حمایت عاطفی محدود از جانب دوستان، (۶) مشکلات پیرامون وضعیت و موقعیت فرد در محیط دانشگاه و (۷) ناتوانی در تصمیم‌گیری (چیر و موریس، به نقل از علی اکبری دهکردی و نجاریان، ۱۳۸۲). امتحانات از منابع مهم فشارزاهای دانشجویی^۲ است (ریدلی، ۲۰۰۰). در زمان امتحانات میان ترم و پایان ترم دانشجویان فشار روانی زیادی را تجربه می‌کنند (های کاک^۳، ۲۰۰۰). آرچر و لامین^۴ (۱۹۸۵) نشان دادند که مهم‌ترین عوامل فشارزاهای دانشجویی مربوط به امتحانات، رقابت با همکلاسی‌ها، کمبود وقت، ارتباط با اساتید، محیط فیزیکی کلاس و انتخاب شغل آینده است. نتایج نشان داد که دانشجویانی که اهمالکار هستند نسبت به غیر اهمالکارها، استرس تحصیلی بیشتری را تجربه می‌کنند. همچنین تفاوت‌های جنسیتی در اهمالکاری نقشی ندارند (شارما و کور^۵، ۲۰۱۱).

یکی از فشارزاهایی که به طور خاص در قشر دانشجویان می‌تواند مد نظر قرار گیرد، دوری از خانواده و احساس غربت^۶ است. نظریه استرس شناختی پیشنهاد می‌کند که عوامل پیشاینده موقعیتی و فردی به واسطه عوامل میانجی شناختی (ارزیابی و مقابله) منجر به پیامدهای آنی و بلندمدتی می‌شوند. بر این اساس ترک خانه منجر به برهم خوردن تعادل میان منابع فردی و مطالبات موقعیت جدید می‌گردد، سپس فرد به ارزیابی این عدم تعادل (مشکل در سازش) می‌پردازد و در صورت تلقی تهدید دست به مقابله می‌زند، اگر مقابله موفقیت‌آمیز صورت نگیرد (مثلاً نشخوار فکری در مورد محیط قبلی)، پیامدهای آنی که همان علائم احساس غربت (احساس تنهایی) هستند به وجود می‌آیند و در صورت ادامه یافتن احساس غربت، آثار بلندمدت آن یعنی افسردگی و اضطراب را خواهیم داشت (علی اکبری دهکردی و نجاریان، ۱۳۸۲). همچنین در شرایط تحصیلی احساس غربت شدید در بین نوجوانان و جوانان می‌تواند منجر به مشکلات تحصیلی، حواسپرتی، عزت نفس پایین، اضطراب و یا افکار و رفتارهای وسواسی گردد. بنابراین توجه به این پدیده و بررسی آن می‌تواند در پیشگیری از موارد مذکور موثر واقع شود. بین ۳۰ الی ۶۰ درصد دختران و پسران دانشجوی انگلیسی در طول سال اول در دانشگاه دچار احساس غربت می‌شوند (فیشر، موری و فرازر^۷، ۱۹۸۵؛ فیشر و هود^۸، ۱۹۸۸؛ بروین، فرنهام، هوویز^۹،

1. Chair & Morris
2. academic stressores
3. Haycook
4. Archer & Lamin
5. Sharma & Kaur
6. homesickness
7. Fisher, Murray & Frazer
8. Fisher & Hood
9. Brewin, Furnham & Howes

۱۹۸۹). لو (۱۹۹۰) و برت^۲ (۱۹۹۳) این پدیده را در گروهی از دانشجویان سال اول استرالیایی و چینی بررسی کردند و دریافتند که همگی به درجاتی از احساس غربت مبتلا بودند. گرچه بسیاری از دانشجویان به سادگی به این مسئله اعتراف نمی‌کنند، اما ۶۰ الی ۷۰ درصد افرادی که برای گرفتن اقامت در دانشگاه نقل مکان می‌کنند، دچار آن می‌شوند که از این عده ۷ الی ۱۰ درصد به انواع شدیدی از احساس غربت مبتلا می‌گردند (ون تیلبرگ، وینجرهوتز و ون هک^۳، ۱۹۹۹). لووینگر، هی، لین و چنگ^۴ (۲۰۱۴) در تحقیقی بر روی ۲۶۴ دانشجوی چینی که در سه دانشگاه در ایالات متحده امریکا تحصیل می‌کردند، دریافتند که بین احساس غربت و اهمالکاری در دانشجویان پسر رابطه معنی داری وجود دارد، ولی این رابطه در گروه دانشجویان دختر معنی دار نبود. همچنین رابطه اهمالکاری تحصیلی با سایر متغیرهای جمعیت شناختی مثل سن، وضعیت تاهل، مقطع تحصیلی و طول مدت دوری از خانه، معنی دار نبود.

تمدنی (۱۳۸۹) اهمالکاری در دانشجویان را بررسی کرد چولگی منفی و معنی دار توزیع اهمالکاری در دانشجویان زن و دانشگاه‌های آزاد اسلامی نشان دادند که این دو گروه نسبت به دانشجویان مرد دانشگاه‌های دولتی سطوح بالاتری از رفتار اهمالکاری را گزارش کرده‌اند.

گورویی، خیر و هاشمی (۱۳۹۰) در پژوهشی تحت عنوان بررسی رابطه‌ی بین کمال‌گرایی و خودپنداره تحصیلی با توجه به نقش واسطه‌ای اهمالکاری تحصیلی در دانشجویان به این نتیجه رسیدند که در بین متغیرهای پژوهش (کمال‌گرایی خودمدار، خودپنداره‌ی تحصیلی و اهمالکاری تحصیلی) رابطه مثبت و معنی دار وجود دارد. همچنین کمال‌گرایی خودمدار پیش‌بینی‌کننده بهتری نسبت به اهمالکاری تحصیلی، برای خودپنداره‌ی تحصیلی بود و کمال‌گرایی خودمدار نتوانست اهمالکاری تحصیلی و هم چنین خودپنداره تحصیلی را پیش‌بینی کند.

محمدیگی و همکاران (۱۳۹۱) در تحقیقی با عنوان بررسی رابطه بین طرح‌واره‌های ناکارآمد با اهمالکاری و سلامت روان دانشجویان پزشکی و غیرپزشکی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی به این نتیجه رسیدند که بین طرح‌واره‌های ناکارآمد اولیه با اهمالکاری و سلامت روان در دانشجویان پزشکی و غیرپزشکی رابطه مثبت معنی داری وجود دارد.

فولادوند، فرزاد، شهر آرای و سنگری (۱۳۸۸) اثر حمایت اجتماعی، استرس تحصیلی و خودکارآمدی تحصیلی را بر سلامت روانی جسمانی بررسی کردند. نتایج نشان داد که سطوح بالاتر سلامت روانی و جسمانی از طریق نمرات بالاتر حمایت اجتماعی و خودکارآمدی تحصیلی و نمرات پایین‌تر استرس تحصیلی پیش‌بینی می‌شود. همچنین، رابطه بین حمایت اجتماعی و سلامت روانی جسمانی از طریق خودکارآمدی تحصیلی و استرس تحصیلی و رابطه بین خودکارآمدی تحصیلی و سلامت روانی جسمانی از طریق استرس تحصیلی میانجی‌گری می‌شود.

1. Lu
2. Burt
3. Van Tilburg, Vingerhoets & Van Heck
4. Lowinger, He, Lin, & Chang

حیدری، عسگری، مرعشیان و سراج خرمی (۱۳۸۷) در تحقیقی که به بررسی فشارزاهای تحصیلی، تفکرات مذهبی و سلامت روان با عملکرد تحصیلی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز پرداختند، به این نتیجه رسیدند که بین فشارزاهای تحصیلی و عملکرد تحصیلی، هم‌چنین بین سلامت روانی و عملکرد تحصیلی دانشجویان رابطه معنی‌دار وجود دارد. ولی بین تفکرات مذهبی و عملکرد تحصیلی آنان ارتباطی مشاهده نشد. بنابراین در تحقیق حاضر محققین بر آن هستند که مشخص سازد آیا بین حمایت اجتماعی، فشارزاهای دانشجویی و احساس غربت با اهمالکاری تحصیلی در دانشجویان رابطه معنی‌داری وجود دارد؟ همچنین با توجه به سوال پژوهش، فرضیه‌های زیر تدوین و آزمون شدند.

- ۱- بین حمایت اجتماعی با اهمالکاری تحصیلی دانشجویان رابطه وجود دارد.
- ۲- بین فشارزاهای تحصیلی با اهمالکاری تحصیلی دانشجویان رابطه وجود دارد.
- ۳- بین احساس غربت با اهمالکاری تحصیلی دانشجویان رابطه وجود دارد.
- ۴- بین حمایت اجتماعی، فشارزاهای تحصیلی و احساس غربت با اهمالکاری تحصیلی دانشجویان رابطه وجود دارد.

روش

روش تحقیق از نوع همبستگی بود. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز بود که در سال تحصیلی ۹۳-۹۲ مشغول تحصیل بودند. نمونه این تحقیق مشتمل بر ۱۲۰ دانشجوی دختر و پسر که با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. توان آزمون حاکی از کفایت حجم نمونه بود ($p < 0/80$). مطابق جدول ۱، ویژگی‌های جمعیت شناختی اعضای نمونه شامل، جنسیت، وضعیت تاهل، وضعیت سکونت و رشته تحصیلی آورده شده است.

جدول ۱: ویژگی‌های جمعیت شناختی اعضای نمونه

شاخص	جنسیت		وضعیت تاهل		وضعیت سکونت		رشته تحصیلی	
	دختر	پسر	متاهل	مجرد	بومی	غیر بومی	علوم انسانی	فنی و مهندسی
فراوانی	۶۴	۵۶	۴۱	۷۹	۸۹	۳۱	۶۸	۱۸
درصد فراوانی	۰/۵۳	۰/۴۷	۰/۳۵	۰/۶۵	۰/۷۴	۰/۲۶	۰/۵۶	۰/۱۵
								۳۴
								۰/۲۸

مطابق جدول شماره ۱، نمونه تحقیق از لحاظ جنسیت شامل ۶۲ دختر و ۵۶ پسر، از لحاظ وضعیت تاهل شامل ۷۹ مجرد و ۴۱ متاهل، از لحاظ وضعیت سکونت شامل ۸۹ بومی و ۳۱ غیر بومی و از لحاظ رشته تحصیلی شامل ۶۸ دانشجوی علوم انسانی، ۱۸ دانشجوی فنی و مهندسی و ۳۴ دانشجوی کشاورزی بود.

در این پژوهش به منظور اندازه‌گیری متغیرهای مورد نظر از ابزارهای زیر استفاده شده است: الف) پرسشنامه اهمالکاری، ب) پرسشنامه فشارزاهای تحصیلی، ج) پرسشنامه حمایت اجتماعی و د) پرسشنامه احساس غربت

الف) پرسشنامه اهمالکاری

این پرسشنامه توسط سواری (۱۳۹۱) ساخته شد. و حاوی ۱۲ ماده و سه عامل به عنوان اهمالکاری عمدی (۵ ماده)، اهمالکاری ناشی از خستگی جسمی- روانی (۴ ماده) و اهمالکاری ناشی از بی‌برنامگی (۳ ماده) می‌باشد. پایایی آزمون از طریق آلفای کرونباخ برای کل آزمون ۰/۸۵، برای عامل اول ۰/۷۷ و برای عامل دوم ۰/۶ و برای عامل سوم ۰/۷ به دست آمد. روایی آزمون یاد شده از طریق همبسته کردن با آزمون اهمالکاری تاکمن^۱ (۱۹۹۱) تعیین و مقدار آن ۰/۶۹ برآورد گردید که نشان از روایی نسبتاً خوب آن آزمون است. همچنین این پرسشنامه توسط مقدس بیات (۱۳۸۲) هنجاریابی و روی دانشجویان رودهن اجرا گردیده است. شیوه نمره گذاری به صورت مقیاس چهار درجه ای لیکرت: همیشه (۵)، بیشتر اوقات (۴)، بعضی اوقات (۳)، به ندرت (۲) و هرگز (۱) صورت می‌گیرد. در تحقیق حاضر، ضرایب پایایی پرسشنامه با استفاده از روش آلفای کرونباخ و تصویف محاسبه گردید که به ترتیب برابر با ۰/۹۶ و ۰/۹۴ می‌باشد که بیانگر ضرایب پایایی مطلوب پرسشنامه مذکور است.

ب) پرسشنامه فشارزاهای تحصیلی

این پرسشنامه توسط علی اکبری دهکردی و نجاریان (۱۳۸۲) ساخته شد. این پرسشنامه یک مقیاس کوتاه ۲۸ ماده ای دو عاملی بوده که ۱۷ ماده روی عامل اول (شرایط فشارزای تحصیلی) و ۱۱ ماده روی عامل دوم (شرایط فشارزای غیر تحصیلی) قرار داشت. پاسخ‌ها بر پایه گزینه های خیلی زیاد، زیاد، کم، خیلی کم، رتبه بندی شده اند و به ترتیب نمره‌های ۴، ۳، ۲ و ۱ به هر پاسخ اختصاص می‌یابد. نتایج بررسی پایایی این مقیاس به روش همسانی درونی (۰/۸۷) رضایت بخش بود. همچنین این ضرایب برای عامل اول و دوم به ترتیب ۰/۸۳ و ۰/۹۱ بود. جهت بررسی اعتبار از مقیاس اضطراب عمومی ANQ استفاده گردید و ضریب همبستگی مقیاس اضطراب عمومی با کل مقیاس ۰/۴۲ با عامل اول ۰/۳۴ و با عامل دوم ۰/۳۸ بود. در تحقیق حاضر، ضرایب پایایی پرسشنامه فشارزاهای تحصیلی با استفاده از روش آلفای کرونباخ و تصویف محاسبه گردید که به ترتیب ۰/۷۷ و ۰/۷۸ می‌باشد که بیانگر ضرایب پایایی قابل قبول پرسشنامه مذکور است.

ج) پرسشنامه حمایت اجتماعی

پرسشنامه ارزیابی حمایت اجتماعی توسط واکس، فیلیپ، هلی، تامسون، ویلیامز و استوارت^۲ (۱۹۸۶) تهیه گردیده است. ساختار نظری این مقیاس بر اساس تعریف کوب^۳ (۱۹۷۶) از حمایت اجتماعی استوار است. او حمایت اجتماعی را به سه میزان برخوردار از محبت، مساعدت اعضای خانواده، دوستان و سایر افراد تعریف نموده است. این مقیاس دارای ۲۳ ماده، خرده مقیاس خانواده ۸ ماده، خرده مقیاس دوستان دارای ۷ ماده و خرده مقیاس سایرین دارای ۸ ماده

1. Tuckman

2. Vaux, Phillips, Holly, Thomson, Williams & Stewart

3. Cobb

است. حمایت خانواده نمره ایست که فرد با توجه به پاسخ هایش به پرسش‌های شماره ۲، ۴، ۷، ۹، ۱۱، ۱۳، ۱۸ و ۲۲ می‌گیرد و حمایت دوستان نمره ایست که فرد در پاسخ به پرسشنامه‌های شماره ۱، ۶، ۱۰، ۱۵، ۱۶، ۱۹ و ۲۳ می‌گیرد. حمایت سایرین نیز نمره ایست که فرد با توجه به پاسخ هایش به پرسش‌های شماره ۳، ۵، ۸، ۱۲، ۱۴، ۱۷، ۲۰، ۲۱ می‌گیرد. همچنین حداقل و حداکثر نمره، ۰ و ۲۳ می‌باشد (عسکری، نادى و شرف‌الدین، ۱۳۸۸).

در پژوهش مشاک (۱۳۸۵). برای تعیین روایی این پرسشنامه نمره کل آزمون و آزمون اضطراب اجتماعی همبسته و ضریب همبستگی $0/17$ به دست آمد و ضرایب پایایی به دوروش آلفای کرونباخ و تصنیف برای کل مقیاس به ترتیب $0/72$ و $0/70$ به دست آمد. همچنین در پژوهش عسکری و همکاران (۱۳۸۸) برای تعیین روایی مقیاس یاد شده، نمره آن را با نمره پرسشنامه شادکامی همبسته نمودند و مشخص گردید که رابطه مثبت معنی داری بین آنها وجود دارد ($p \geq 0/001$ و $r = 0/60$ و $N = 50$)، که بیانگر برخوردارى مقیاس رضایت از زندگی از روایی لازم می‌باشد. در تحقیق حاضر، ضرایب پایایی پرسشنامه حمایت اجتماعی با استفاده از روش آلفای کرونباخ و تصنیف محاسبه گردید که به ترتیب $0/77$ و $0/78$ می‌باشد که بیانگر ضرایب پایایی قابل قبول پرسشنامه مذکور است.

د) پرسشنامه احساس غربت

پرسشنامه احساس غربت: پرسشنامه ۴۵ ماده‌ای احساس غربت که توسط ون فیلت^۱ (۲۰۰۱) ساخته شده است، توسط اژه‌ای، دهقانی، گنجوی و خداپناهی (۱۳۸۷) ترجمه و اعتباریابی شد و نهایتاً فرم فارسی پرسشنامه احساس غربت با ۳۶ ماده به دست آمد. اگرچه تعداد ماده‌ها کاهش یافت اما تعداد سازه‌ها همانند نسخه اصلی پنج سازه می‌باشد. این پنج عامل عبارتند از: ۱- دل‌تنگی برای خانواده (۱۰ ماده)، ۲- احساس تنهایی (۱۰ ماده)، ۳- دل‌تنگی برای دوستان (۸ ماده)، ۴- مشکلات در سازش (۴ ماده)، ۵- نشخوار فکری در مورد خانه (۴ ماده). سوالات بر روی یک مقیاس لیکرت ۵ نمره‌ای قرار دارند. بدین ترتیب که آزمودنی با انتخاب هر یک از گزینه‌های هر گز، کمی، متوسط، زیاد، و خیلی زیاد، به ترتیب نمره‌های ۰، ۱، ۲، ۳، ۴ و ۵ را کسب می‌کند. ضریب آلفای کرونباخ برای هر یک از عوامل بالا به ترتیب عبارتند از: $0/90$ ، $0/85$ ، $0/87$ ، $0/88$ ، $0/80$ که همگی نمایانگر ثبات درونی بالای این پرسشنامه هستند. جهت بررسی روایی همگرای پرسشنامه احساس غربت همبستگی موجود بین عوامل پنجگانه احساس غربت و عوامل سه‌گانه اضطراب، استرس و افسردگی مورد بررسی قرار گرفت. تمامی عوامل احساس غربت در سطح $p = 0/01$ همبستگی معنی داری با اضطراب، استرس و افسردگی دارند. در تحقیق حاضر، ضرایب پایایی پرسشنامه احساس غربت با استفاده از روش آلفای کرونباخ و تصنیف محاسبه گردید که به ترتیب برابر با $0/92$ و $0/92$ می‌باشد که بیانگر ضرایب پایایی مطلوب پرسشنامه مذکور است.

یافته‌ها

مطابق جدول ۲، شاخص‌های توصیفی شامل، میانگین، انحراف معیار، حداقل و حداکثر نمره آزمودنی‌ها در متغیرهای اهمالکاری تحصیلی، حمایت اجتماعی، فشارزاهای تحصیلی و احساس غربت آورده شده است.

جدول ۲: میانگین، انحراف معیار، حداقل و حداکثر نمره آزمودنی‌ها در متغیرهای اهمالکاری تحصیلی، حمایت اجتماعی، فشارزاهای تحصیلی و احساس غربت

متغیر	شاخص‌های آماری آزمودنی‌ها	میانگین	انحراف معیار	حداقل	حداکثر	تعداد
اهمالکاری تحصیلی	دختر	۲۷/۸۱	۶/۰۹	۱۴	۳۶	۶۴
	پسر	۲۴/۲۱	۴/۴۰	۱۴	۳۸	۵۶
	کل	۲۶/۰۳	۵/۶۱	۱۴	۳۸	۱۲۰
فشارزاهای تحصیلی	دختر	۵۱/۴۸	۷/۷۸	۳۹	۶۴	۶۴
	پسر	۵۴/۳۴	۸/۹	۳۷	۶۸	۵۶
	کل	۵۲/۶۰	۷/۱۸	۳۷	۶۸	۱۲۰
حمایت اجتماعی	دختر	۱۴/۰۹	۳/۰۴	۷	۱۸	۶۴
	پسر	۱۶/۸۷	۳/۹۱	۹	۲۰	۵۶
	کل	۱۵/۶۲	۳/۰۸	۷	۲۰	۱۲۰
احساس غربت	دختر	۱۱۹/۵۴	۱۸/۸۴	۷۹	۱۵۹	۶۴
	پسر	۱۲۰/۰۸	۱۹/۱۹	۸۲	۱۵۹	۵۶
	کل	۱۱۷/۱۳	۱۹/۹۸	۷۹	۱۵۹	۱۲۰

مطابق جدول شماره ۲، میانگین (و انحراف استاندارد) متغیرهای اهمالکاری تحصیلی، فشارزاهای تحصیلی، حمایت اجتماعی و احساس غربت در کل نمونه، به ترتیب عبارتند از ۲۶/۰۳ (و ۵/۶۱)، ۵۲/۶۰ (و ۷/۱۸)، ۱۵/۶۲ (و ۳/۰۸) و ۱۱۷/۱۳ (و ۱۹/۹۸) بود. پژوهش حاضر، شامل فرضیه‌های زیر بود که هر فرضیه همراه با نتایج به دست آمده از تجزیه و تحلیل آن در این بخش ارائه می‌گردد.

فرضیه اول: بین حمایت اجتماعی و اهمالکاری تحصیلی دانشجویان رابطه وجود دارد. نتایج حاصل از بررسی فرضیه اول در جدول شماره ۳ نشان داده شده است.

جدول ۳: ضرایب همبستگی ساده بین حمایت اجتماعی و اهمالکاری تحصیلی دانشجویان

تعداد نمونه (N)	سطح معنی داری (p)	ضریب همبستگی (r)	شاخص آماری آزمودنی ها	متغیر ملاک	متغیر پیش بین
۶۴	۰/۵۳۱	-۰/۱۰۱	دختر	اهمالکاری تحصیلی	حمایت اجتماعی
۵۶	۰/۳۸۶	-۰/۱۱۹	پسر		
۱۲۰	۰/۳۰۱	-۰/۱۱۲	کل		

همان طوری که در جدول ۳ ارائه شده است بین حمایت اجتماعی و اهمالکاری تحصیلی رابطه معنی داری وجود ندارد ($p=۰/۳۰۱$ و $r=-۰/۱۱۲$). بنابراین فرضیه اول تایید نمی گردد. این یافته در هر دو جنس یکسان بود.

فرضیه دوم: بین فشارزاهای دانشجویی و اهمالکاری تحصیلی دانشجویان رابطه وجود دارد. نتایج حاصل از بررسی فرضیه دوم در جدول شماره ۴ نشان داده شده است.

جدول ۴: ضرایب همبستگی ساده بین فشارزاهای تحصیلی و اهمالکاری تحصیلی دانشجویان

تعداد نمونه (N)	سطح معنی داری (p)	ضریب همبستگی (r)	شاخص آماری آزمودنی ها	متغیر ملاک	متغیر پیش بین
۶۴	۰/۰۰۲	۰/۳۱۸	دختر	اهمالکاری تحصیلی	فشارزاهای تحصیلی
۵۶	۰/۰۰۳	۰/۳۰۲	پسر		
۱۲۰	۰/۰۰۵	۰/۲۹۳	کل		

همان طوری که در جدول ۴ ارائه شده است بین فشارزاهای تحصیلی و اهمالکاری تحصیلی رابطه مثبت معنی دار وجود داشت ($p=۰/۰۰۵$ و $r=۰/۲۹۳$). بنابراین فرضیه دوم تایید می گردد. به عبارت دیگر، با افزایش فشارزاهای تحصیلی دانشجویان اهمالکاری تحصیلی آنان بیشتر می شود. این یافته نیز در هر دو جنس یکسان بود.

فرضیه سوم: بین احساس غربت با اهمالکاری تحصیلی دانشجویان رابطه وجود دارد. نتایج حاصل از بررسی فرضیه سوم در جدول شماره ۴ نشان داده شده است.

جدول ۵: ضرایب همبستگی ساده بین احساس غربت و اهمالکاری تحصیلی دانشجویان

تعداد نمونه (N)	سطح معنی داری (p)	ضریب همبستگی (r)	شاخص آماری آزمودنی ها	متغیر ملاک	متغیر پیش بین
۶۴	۰/۳۵۱	۰/۱۲۸	دختر	اهمالکاری تحصیلی	احساس غربت
۵۶	۰/۱۵۱	۰/۱۴۱	پسر		
۱۲۰	۰/۱۷۱	۰/۱۴۶	کل		

همان طوری که در جدول ۵ ارائه شده است بین احساس غربت و اهمالکاری تحصیلی رابطه معنی داری وجود ندارد ($p=0/171$ و $r=0/146$). بنابراین فرضیه سوم تایید نمی‌گردد. این یافته در هر دو جنس یکسان بود.

فرضیه چهارم: بین حمایت اجتماعی، فشارزاهای دانشجویی و احساس غربت با اهمالکاری تحصیلی دانشجویان رابطه چند گانه وجود دارد. نتایج حاصل از بررسی فرضیه چهارم در جدول شماره ۶ نشان داده شده است.

جدول ۶: ضرایب همبستگی چندگانه بین حمایت اجتماعی، فشارزاهای دانشجویی و احساس غربت با اهمالکاری تحصیلی دانشجویان با روش «ورود مکرر»

P	t	β	B	F p	R ²	R	متغیرهای پیش بین	متغیر ملاک
0/054	1/952	0/217	0/059	F=5/488 p=0/002	0/135	0/407	احساس غربت	اهمالکاری
0/267	-1/119	-0/125	-0/219				حمایت اجتماعی	
0/009	2/680	0/287	0/213				فشارزاهای تحصیلی	
0/051	1/984		10/940				مقدار ثابت	

همانطور که در جدول ۶ نشان داده شده است طبق نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون به روش ورود ضریب همبستگی چند گانه برای ترکیب خطی متغیرهای پیش بین حمایت اجتماعی و فشارزاهای تحصیلی و احساس غربت با اهمالکاری تحصیلی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز برابر با $R=0/407$ و $R^2=0/135$ است که در سطح $p=0/01$ معنی دار است بنابراین پژوهشگر تصمیم به رد فرضیه می‌گیرد. با توجه به مقدار ضریب تعیین (R^2) مشخص شده است که متغیرهای پیش بین ۱۳ درصد از واریانس متغیر ملاک (اهمالکاری تحصیلی) را پیش بینی می‌کند. همچنین از میان متغیرهای پیش بین تنها متغیر فشارزاهای تحصیلی با اهمالکاری تحصیلی دانشجویان رابطه معنی داری دارد.

بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر، با هدف بررسی رابطه حمایت اجتماعی، فشارزاهای تحصیلی و احساس غربت با اهمالکاری تحصیلی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز انجام گردید. پس از اجرای پرسشنامه ی حمایت اجتماعی و فشارزاهای تحصیلی، احساس غربت و اهمالکاری تحصیلی بر روی ۱۲۰ نفر از دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز، رابطه ی بین این متغیرها به شرح زیر مشخص گردید:

فرضیه اول: بین حمایت اجتماعی و اهمالکاری تحصیلی دانشجویان رابطه وجود دارد. همان طوری که در جدول ۳ ارائه شده است بین حمایت اجتماعی و اهمالکاری تحصیلی رابطه معنی

داری وجود نداشت ($p=0/301$ و $t=-0/112$). بنابراین فرضیه اول تایید نشد. با وجود اینکه تحقیق در زمینه اهمالکاری تحصیلی در خارج از کشور بیش از سی سال عمر دارد (الیس و ناس، ۱۹۷۷)، ولی تعداد سالهای تحقیق در این موضوع در داخل کشور به زحمت از تعداد انگشتان یک دست تجاوز می‌کند. نتایج این تحقیق با نتایج تحقیق (فراری و همکاران ۱۹۹۸) هماهنگ نبود. ولی با نتایج تحقیق نیسی و همکاران (۱۳۸۰) و شکری و همکاران (۱۳۹۱) هماهنگ بود. ممکن است یک دلیل وجود تفاوت در نتایج تحقیقات در زمینه رابطه حمایت اجتماعی با عملکرد تحصیلی، بحث تفاوت‌های فرهنگی باشد (نیسی، نجاریان و پورفرجی، ۱۳۸۰). دلیل دیگری که برای توجیه عدم رابطه حمایت اجتماعی با اهمالکاری تحصیلی در این تحقیق دیده شد، ممکن است این موضوع باشد که در تحقیق حاضر متغیر بومی یا غیر بومی بودن کنترل نشد و با توجه به این موضوع میزان حمایت اجتماعی دریافتی در گروه نمونه در حال حاضر مشخص نشد. به عبارت دیگر ممکن است بیشتر دانشجویان از یکی از گروه‌های بومی یا غیر بومی بوده و به این خاطر میزان پراکندگی نمرات کم شده باشد.

فرضیه دوم: بین فشارزاهای دانشجویی و اهمالکاری تحصیلی دانشجویان رابطه وجود دارد. همان طوری که در جدول ۹ ارائه شده است بین فشارزاهای تحصیلی و اهمالکاری تحصیلی رابطه مثبت معنی دار وجود داشت ($p=0/05$ و $t=0/293$). بنابراین فرضیه دوم تایید شد. به عبارت دیگر، با افزایش فشارزاهای تحصیلی، اهمالکاری تحصیلی در دانشجویان بیشتر می‌شود. بنابراین نتیجه حاصل از انجام این پژوهش با نتایج پژوهشهای انجام شده توسط شعیری، ملامیرزایی، پروری، شه مرادی و هاشمی (۱۳۸۳)، لشکری پور، بخشانی و سلیمانی (۱۳۸۵) نریمانی و آریا پوران (۱۳۸۵) حیدری و همکاران (۱۳۸۷)، فولادوند و همکاران (۱۳۸۸) همخوانی دارد.

در تبیین این یافته می‌توان اینچنین بیان نمود که در تحقیق چیر و موریس هفت عامل فشارزای دانشجویی را شناسایی شدند: (۱) فشارزاهای مربوط به محدودیت زمانی، (۲) مشکلات آموزش، (۳) فشارزاهای مالی، (۴) شرایط تحصیلی، (۵) حمایت عاطفی محدود از جانب دوستان، (۶) مشکلات پیرامون وضعیت و موقعیت فرد در محیط دانشگاه و (۷) ناتوانی در تصمیم‌گیری (چیر و موریس، به نقل از علی اکبری دهکردی و نجاریان، ۱۳۸۲). مطابق این یافته مدیریت زمان یکی از استرسورهای مهم دانشجویی است. نکته جالب اینجاست که مطابق تعریف اهمالکاری عدم توانایی مدیریت زمان بخش مهمی از اهمالکاری است. میلیگرام، میتالم و لوینسون^۲ در تعریف اهمالکاری می‌گویند: اهمالکاری یک ویژگی یا نقص رفتاری است که به شکل عقب انداختن یک تکلیف و یا یک تصمیم‌گیری نمایان می‌شود. اینکه چه عواملی در پیدایش اهمالکاری موثرند بایستی گفت که اهمالکاری از عوامل گوناگونی مانند اعتماد به نفس پایین، نداشتن طرح و برنامه کاری، عدم توانایی در مدیریت زمان، ترس از عدم موفقیت، احساس حقارت، مشکل در شروع کار، اضطراب و افسردگی تأثیر می‌پذیرد (میلیگرام، میتالم و لوینسون، به نقل

1. Ellis & Knaus

2. Milgram, May-Tal & Levison

از فرجاد، ۱۳۷۵). با توجه به این موضوع معنادر شدن رابطه فشارزاهای روانی و اهمالکاری تحصیلی قابل توجه می‌باشد.

فرضیه سوم: بین احساس غربت با اهمالکاری تحصیلی دانشجویان رابطه وجود دارد. همان طوری که در جدول ۵ ارائه شده است بین احساس غربت و اهمالکاری تحصیلی رابطه معنی داری وجود نداشت ($p=0/171$ و $r=0/146$). بنابراین فرضیه سوم تایید نشد. این یافته با یافته های بروین، فورنهام و هووس به نقل از مباشری، صولتی و بخشی (۱۳۹۱) و سپهریان (۱۳۹۰) هماهنگ بود. در خصوص رابطه احساس غربت با اهمالکاری تحصیلی می‌توان گفت که همانطور که بروین، فورنهام و هووس به نقل از مباشری، صولتی و بخشی (۱۳۹۱) نشان داده اند دانشجویان در سال‌های مختلف تحصیل از لحاظ میزان احساس غربت تفاوت معنی داری دارند. از طرفی سپهریان (۱۳۹۰) نشان داد که میزان اهمالکاری تحصیلی در سالهای مختلف تحصیلی تفاوت معنی داری ندارد. با توجه به نتایج این دو تحقیق و با توجه به اینکه در تحقیق حاضر از دانشجویان سالهای مختلف تحصیلی نمونه گیری شد، می‌توان انتظار داشت که بین احساس غربت با اهمالکاری تحصیلی رابطه معنی داری وجود نداشته باشد. همچنین به عنوان تبیین دیگری در این خصوص می‌توان اینگونه بیان نمود که از آنجایی که مطابق تحقیق چیر و موریس، (به نقل از علی اکبری دهکردی و نجاریان، ۱۳۸۲)، حمایت عاطفی محدود از جانب دوستان، یکی از استرسورهای دوران دانشجویی است، می‌توان نتیجه گرفت که پیامد این حمایت عاطفی محدود از جانب دوستان می‌تواند احساس غربت باشد. برخلاف تحقیق چیر و موریس (به نقل از علی اکبری دهکردی و نجاریان، ۱۳۸۲) در این تحقیق رابطه احساس غربت با اهمالکاری تحصیلی معنی دار نشد. در تبیین این یافته می‌توان اینچنین بیان نمود که با وجود اینکه مطابق بسیاری از تحقیقات در شرایط تحصیلی احساس غربت شدید در بین نوجوانان و جوانان می‌تواند منجر به مشکلات تحصیلی، حواسپرتی، عزت نفس پایین، اضطراب و یا افکار و رفتارهای وسواسی گردد، ولی با توجه به اینکه امروزه با پیشرفت‌های تکنولوژی و وجود نرم افزارهای مختلف، برقراری ارتباط با خانواده، دوستان و آشنایان بسیار تسهیل شده است، ممکن است احساس غربت به صورت سالهای قبل وجود نداشته باشد و این کم شدن میزان واریانس احساس غربت باعث معنی دار نشدن رابطه آن با اهمالکاری تحصیلی شده باشد.

به علاوه، نتایج رگرسیون به روش ورود نشان داد که تنها متغیری که رابطه معنی داری با اهمالکاری تحصیلی دارد، فشارزاهای تحصیلی است، که تبیین این یافته در بخش مربوط به فرضیه دوم بیان شده است.

منابع

- ازه ای، جواد، دهقانی، محسن، گنجوی، آناهیتا و خدایناهی، محمد کریم (۱۳۸۷). اعتبار یابی پرسشنامه احساس غربت در دانشجویان. مجله علوم رفتاری، دوره ۲، شماره ۱، صص. ۱۲-۱.
- پولادی ری شهری، اله کرم (۱۳۷۴). بررسی رابطه عوامل فشارزای روانی دانشجویان دختر و پسر دانشگاه چمران اهواز با عملکرد تحصیلی آنان. پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی دانشگاه شهید چمران اهواز.
- تمدنی، مجتبی (۱۳۸۹). اهمالکاری در دانشجویان. روان‌شناسی تحولی، ۶ (۲۴)، ۳۳۷-۳۴۴.
- حیدری، علیرضا، عسگری، پرویز، مرعشیان، فاطمه و سراج خرمی، ناصر (۱۳۸۷). بررسی فشارزاهای تحصیلی، تفکرات مذهبی و سلامت روان با عملکرد تحصیلی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز، یافته‌های نو در روان‌شناسی، ۲ (۶)، ۴۲-۳۰.
- دیمتسو، م. ر. (۱۳۷۸). روانشناسی سلامت، محمد کاویانی، محمد عباسپور، غلامرضا تقی زاده، علی اکبر کیمیا، تهران: انتشارات سمت.
- سپهریان، فیروزه (۱۳۹۰). اهمالکاری تحصیلی و عوامل پیش‌بینی کننده آن. مطالعات روانشناختی، دوره ۷، شماره ۴، صص ۹-۲۶.
- سواری، کریم (۱۳۹۱). بررسی میزان رواج اهمالکاری تحصیلی در دانشجویان (دختر و پسر) دانشگاه پیام نور اهواز. دوفصلنامه شناخت اجتماعی، سال اول، شماره ۲، ۶۸-۶۲.
- شعیری، محمد رضا، ملامیرزایی، محمدعلی، پروری، مریم، شه مرادی، فاطمه و هاشمی، اختر (۱۳۸۳). مطالعه اضطراب امتحان و پیشرفت تحصیل با توجه به جنسیت ورشته تحصیلی در دانش آموزان. مجله دانشور رفتار، ۱۱ (۶)، ۶۲-۵۵.
- شکری، امید، فراهانی، محمد نقی، کرمی نوری، رضا و مرادی، علیرضا (۱۳۹۱). حمایت اجتماعی ادراک شده و تیدگی تحصیلی: نقش تفاوت‌های جنسی و فرهنگی. روانشناسی تحولی: روانشناسان ایرانی - سال نهم، شماره ۳۴، صص: ۱۴۳-۱۵۶.
- عسگری، پرویز، نادری، فرح و شرف‌الدین، هدی (۱۳۸۸). رابطه اضطراب اجتماعی و حمایت اجتماعی با احساس ذهنی بهزیستی در دانشجویان. زن و فرهنگ، دوره ۱، شماره ۲، ۴۸-۵۸.
- علی اکبری دهکردی، مهناز و نجاریان، بهمن (۱۳۸۲). ساخت و اعتباریابی مقیاسی جهت سنجش فشارزاهای روانی دانشجویان. مجله علوم تربیتی و روان‌شناسی، ۳ (۱۰)، ۱۴۴-۱۲۵.
- فرجاد، محمد علی (۱۳۷۵). روان‌شناسی اهمالکاری و تعلل ورزیدن. تهران: انتشارات رشد.
- فولادوند، خدیجه، فرزاد، ولی اله، شهرآرای، مهناز و سنگری، علی اکبر (۱۳۸۸). اثر حمایت اجتماعی، استرس تحصیلی و خودکارآمدی تحصیلی بر سلامت روانی-جسمانی. روان‌شناسی معاصر، ۴ (۲)، ۸۱-۹۵.
- گورویی، محمد، خیر، محمد و هاشمی، لادن (۱۳۹۰). بررسی رابطه‌ی بین کمال‌گرایی و خودپنداره تحصیلی با توجه به نقش واسطه‌ای اهمالکاری تحصیلی در دانشجویان. روش‌ها و مدل‌های

روان‌شناختی، ۲، ۱۳۷-۱۵۰.

لشکری پور، کبری، بخشانی، نورمحمد، سلیمانی، محمدجواد (۱۳۸۵). بررسی ارتباط بین اضطراب امتحان با عملکرد تحصیلی در دانش‌آموزان مقطع راهنمایی شهر زاهدان در سال ۱۳۸۴. مجله تحقیقات علوم پزشکی زاهدان (طیب شرق)، ۸(۴)، ۲۵۹-۲۵۳.

مباشری، محمود، صولتی، سید کمال و بخشی، سیف‌الله (۱۳۹۱). مقایسه احساس غربت دانشجویان خوابگاهی در بدو ورود، ۶ ماه بعد و ۱۲ ماه بعد در دانشگاه علوم پزشکی شهر کرد. پژوهنده، سال هفدهم، شماره ۵، پی در پی ۸۹، صص. ۲۴۱-۲۴۵.

محمدزاده، رجب (۱۳۸۵). مقایسه با سبک‌های یادگیری متفاوت از لحاظ ویژگی‌های شخصیتی، انگیزه پیشرفت و عملکرد تحصیلی در دانشجویان پسر دانشگاه شهید چمران. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی، دانشگاه شهید چمران اهواز.

محمدیگی، علی، بختیاری، مریم، محمدخانی، شهرام و صادقی، زهره (۱۳۹۱). بررسی رابطه بین طرح‌واره‌های ناکارآمد با اهمالکاری و سلامت روان دانشجویان پزشکی و غیرپزشکی دانشگاه علوم پزشکی شهیدبهشتی. مجله دانشگاه علوم پزشکی مازندران، ۲۲(۹۷)، ۳۴-۲۶.

مشاک، رویا (۱۳۸۵). مقایسه باورهای غیرمنطقی، حمایت اجتماعی و اضطراب اجتماعی دانش‌آموزان دختر دارای مادران شاغل و غیرشاغل دبیرستانهای شهر اهواز. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز.

مقدس بیات، محمد رضا (۱۳۸۲). هنجاریابی آزمون سنجش اهمالکاری تاکنم برای دانشجویان. پایان‌نامه کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن.

نریمانی، محمد و پوران، آریا (۱۳۸۵). بررسی رابطه فشارزاهای روانی - اجتماعی و راهبردهای مقابله‌ای و رابطه آن با پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان دختر. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی.

نیسی، عبدالکازم، نجاریان، بهمن و پورفرجی، سید فرج (۱۳۸۰). مقایسه عملکرد تحصیلی، سلامت روانی و جسمانی دانش‌آموزان پسر فاقد و واجد پدر با توجه به نقش تعدیل‌کننده حمایت اجتماعی در پایه اول دبیرستانهای شهرستان اهواز. مجله علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه شهید چمران اهواز، دوره سوم، سال هشتم، شماره‌های ۳ و ۴، صص: ۶۷-۸۶.

Archer, J., & Lamin, A. (1985). An investigation of personal and academic stressors on college campuses. *Journal of College Student Personnel*, 26, 210-214.

Brewin, C., Furnham, A., & Howes, M. (1989). Demographic and psychological determinants of homesickness and confiding among students. *British Journal of Psychology*, 80, 467-477.

Burt, C. D. B. (1993). Concentration and academic ability following transition to university: an investigation of the effects of homesickness. *Journal of Environmental Psychology*, 13, 333-342.

Chanelli, D. R. (1993). Prevalence of procrastination among samples of adults. *Psychological Reports*, 78, 611-616.

Chantell, A. M., Ross, N. A. & Engeland, G. M. (2007). Social support and thriving health: A new approach to understanding the health of indigenous Canadians. *American Journal of Public*

- Health, 97(9), 1827-1833.
- Cobb, S. (1976). Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic Medicine*, 38, 300-314.
- Cohen Im, mcchague DE & Collins Fl.(2003).the health psychology handbook. 1 ed. London: sage publication.
- Ellis, A. & Knaus W. J. (2002) . Overcoming procrastination. Revised edition .New York. New American Library .
- Ferrari J., Parker, J. & Ware, C. (1992). Academic procrastination: Personality correlates with Myers-Briggs types, self-efficacy, and academic locus of control. *Journal of Social Behavior and Personality*, 7, 495-502.
- Ferrari, J. R., Ocallahan, J. & Newbegin, I. (2004). Prevalence of procrastination in the United States. United Kingdom & Australia. arousal & avoidance delay among adults North American. *Journal of Psychology*, 6, 1-6.
- Ferrari, J., Harriot, J. & Zimmerman, M. (1998). The social support networks of procrastinators: Friends or family in times of trouble? *Personality and Individual Differences*. 26(2), 321-331.
- Fisher, S. & Hood, B. (1988). Vulnerability factors in the transition to university; Self reported mobility history and sex differences as factors in psychological disturbance. *British Journal of Psychology*, 79, 309-320.
- Fisher, S., Murray, K., & Frazer, N.(1985). Homesickness, health and efficiency in first year students. *Journal of Environmental Psychology*, 5, 181-195.
- Goode, C. (2008). Effects of academic Procrastination RETRIVED FROM WEBSITE [http; // homeworktree.COM](http://homeworktree.COM) October13.
- Haycock, L. A. (1993). The cognitive mediation of procrastination: An investigation of the relationship between procrastination and self-efficacy beliefs. Unpublished doctoral dissertation, University of Minnesota, Minesota.
- Kağan, M., Çakır, O., İlhan, T., & Kandemir, M. (2010). The explanation of the academic procrastination behaviour of university students with perfectionism, obsessive – compulsive and five factor personality traits. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 2 (2), 2121-2125.
- Lowinger, R. J., He, Z., Lin, M. & Chang, M. (2014). The impact of academic self-efficacy, acculturation difficulties, and language abilities on procrastination behavior in chinese international students. *College Student Journal*, 48 (1).
- Lu, L. (1994). University transition: Major and minor life stressors, personality characteristics and mental health. *Psychological Medicine*, 24(1), 81-84.
- O'Brien, W. K. (2002). Applying the transtheoretical model to academic procrastination. *Dissertation Abstracts International*. Section B: The Sciences and Engineering. 62(11-B), 53-59.
- Ozer, B. U., Demir, A., & Ferrari, J. R. (2009). Exploring academic procrastination among Turkish students: possible gender differences in prevalence and reasons. *J SocPsychol*, 149(2), 241-57.
- Rahardjo, W., Juneman, J., & Setiani, Y. (2013). Computer anxiety, academic stress, and academic procrastination on college students. *Journal of Education and Learning*, 7 (3).
- Ridley, A.(2000). Rho GTPases. Integration intergrin signaling. *J cell boil*,150(4), 107-109.
- Sarıoğlu, A. F. (2011). Öğretmen adaylarının akademik erteleme eğilimi ile mükemmeliyetçilik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Sarma, M. & Gagandeep, K. (2011). Gender differences in Procrastination and Academic Stress among adolescents. *Indian. Journal of Social Science Researches*. Vol. 8 No. 1-2, , pp. 122-127.
- Sharma, M. & Kaur, G. (2011). Gender differences in Procrastination and Academic Stress among

- adolescents. *Indian Journal of Social Science Researches*, 8. (1-2), 122-127.
- Tuckman, B. W. (1991). The development and concurrent validity of the Procrastination Scale. *Educational and Psychological Measurement*, 51(2), 473-480.
- van Tilburg, M., Vingerhoets, A. D. & van Heck, G. (1999). Determinants of homesickness chronicity: coping and personality. *Personality and Individual Differences*, 27, 531-539.
- Van Vliet, T. (2001). Homesickness: Antecedents, consequences and mediating processes. Utrecht. Unpublished Doctorate Thesis. Utrecht University, Netherlands.
- Vaux, A., Phillips, J., Holly, L., Thomson, B., Williams, D. & Stewart, D. (1986). The Social Support Sppraisals (SS-A) Scale: Studies of reliability and validity. *American Journal of Community Psychology*, 14(2), 195-218.