



پیش‌بینی اهمال کاری تحصیلی بر اساس کیفیت زندگی، کنترل عواطف و نگرش نسبت به معلمان در دانش‌آموزان

مقطع متوسطه دوم شهر یاسوج

زهرا کرمی^۱

سمیه گودرزی^۲

چکیده

هدف: تعلق همیشه بر بهره‌وری و بهزیستی انسان آثار سوئی دارد. از طرف دیگر ارزش زمان و اهمیت آن با توجه به دنیای رقابتی فعلی، روز به روز بیشتر احساس می‌شود. این موضوع یکی از مهمترین علل شکست و عدم موفقیت دانش‌آموزان در یادگیری و دستیابی به برنامه‌های پیشرفت تحصیلی به حساب می‌آید. تعلق در بین دانش‌آموزان باعث افزایش اهمال کاری تحصیلی، یعنی تمایل غیرمنطقی برای به تعویق انداختن، آغاز، یا کامل کردن یک تکلیف تحصیلی است. با توجه به اهمیت موضوع به پژوهشی در زمینه پیش‌بینی اهمال کاری تحصیلی بر اساس کیفیت زندگی، کنترل عواطف و نگرش نسبت به معلمان در دانش‌آموزان پرداخته شد.

روش: روش بررسی این مطالعه توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری شامل کلیه دانش‌آموزان مقطع متوسطه دوم شهر یاسوج در سال تحصیلی ۹۵-۹۴ می‌باشند که از بین آنها ۵۰ نفر با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. در این مطالعه اهمال کاری تحصیلی با استفاده از پرسشنامه اهمال کاری تحصیلی سولومون و راث بلوم، کیفیت زندگی با پرسشنامه کیفیت زندگی ۲۶-آیتمی و کنترل عواطف با استفاده از پرسشنامه مقیاس کنترل عواطف و نگرش نسبت به معلمان با استفاده از پرسشنامه محقق ساخته سنجش میزان محبوبیت معلمان در بین دانش‌آموزان، مورد سنجش قرار گرفتند. قبل از اجرای پرسشنامه در مورد پرسشنامه و نحوه تکمیل آن، گفتگوهای لازم انجام شد. همچنین به منظور رعایت اصول اخلاقی، آزمودنی‌ها با رضایت کامل و با آگاهی از این که اطلاعات آنها محرمانه باقی خواهد ماند در مطالعه شرکت نمودند.

یافته‌ها: تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم افزار SPSS، آزمون‌های همبستگی و تحلیل رگرسیون انجام گردید. نتایج نشان داد که بین اهمال کاری و کیفیت زندگی و نگرش نسبت به معلمان رابطه معناداری وجود دارد و رابطه بین متغیرهای کنترل عواطف و اهمال کاری تحصیلی معنادار نمی‌باشد. تحلیل رگرسیون نشان داد که کیفیت زندگی و نگرش نسبت به معلمان ۰/۵۱ اهمال کاری تحصیلی را پیش‌بینی می‌کنند.

نتیجه‌گیری: متغیرهای کیفیت زندگی و نگرش نسبت به معلم می‌توانند اهمال کاری تحصیلی دانش‌آموزان را تا حد زیادی پیش‌بینی کنند. با توجه به نتایج پژوهش حاضر، استنباط می‌گردد که متغیرهای گوناگونی به عنوان پیش‌آیند و پس‌آیند اهمال کاری تحصیلی می‌توانند مطرح گردند بعضی از این پیش‌آیندها عوامل محیطی هستند از جمله شرایط و کیفیت زندگی فرد که با فراهم کردن شرایط محیطی و روانی مناسب و همین‌طور آموزش مهارت‌های لازم از طرف خانواده‌ها و مدرسه می‌توان از بروز مشکلات از جمله اهمال کاری تحصیلی پیشگیری کرد.

کلید واژه‌ها: اهمال کاری تحصیلی، کنترل عواطف، کیفیت زندگی، نگرش نسبت به معلمان، دانش‌آموزان

۱ کارشناسی ارشد مشاوره دانشگاه علامه طباطبایی. نویسنده مسئول: Karamiz64s@gmail.com

۲ کارشناسی ارشد مشاوره دانشگاه علامه طباطبایی



مقدمه

آموزش و پرورش نهادیست اجتماعی که می‌تواند در رشد و بالندگی، هویت افراد جامعه و تبلور شخصیت آنان نقش بسیار مهمی ایفا کند. از این رو سرمایه‌گذاری، برنامه‌ریزی و رفع موانع و مشکلات آموزش و پرورش از حساس‌ترین و مهمترین وظایف مسئولان جامعه بوده و باید از اولویت ویژه‌ای برخوردار باشد. از مسائل قابل توجه نظام آموزش و پرورش این است که با افزایش تعداد دانش‌آموزان مدارس و همزمان با رشد جامعه بر نوع و میزان مشکلات تحصیلی دانش‌آموزان افزوده می‌شود. یکی از مهمترین مسائل تأثیرگذار بر رشد و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان اهمال‌کاری و تعلل در انجام تکالیف است که از دیرباز مورد توجه و بررسی روانشناسان و مربیان تعلیم و تربیت قرار داشته است که همبسته‌های متفاوتی می‌تواند داشته باشد. بر این اساس، در پژوهش حاضر، از میان همبسته‌های زیادی که اهمال‌کاری تحصیلی دارد رابطه‌ی متغیرهایی چون کنترل عواطف، نگرش نسبت به معلمان و کیفیت زندگی با اهمال‌کاری تحصیلی مورد بررسی قرار گرفت.

اهمال‌کاری^۱ یکی از واقعیات بی‌چون و چرای زندگی است که میان اقشار مختلف تمام جوامع وجود دارد. تعلل و اهمال را یک مشکل رفتاری می‌دانند که حتی بسیاری از بزرگسالان در کارهای منظم روزانه‌ی خود تجربه می‌کنند به ویژه در تکالیفی که بایستی در مدت معینی انجام شوند (سواری، ۱۳۹۰). مطالعه‌ی ارتباط و تعامل اهمال‌کاری و عملکرد تحصیلی نشان می‌دهد که بر میزان یادگیری، مشارکت در فعالیت‌های کلاسی، اضطراب امتحان و شکست در امتحانات و در نهایت ضعف در عملکرد کلی تحصیلی تأثیر می‌گذارد (حسین و سلطان، ۲۰۱۰).

اهمال‌کاری از فعل لاتین (procrastinate) به معنی مسامحه کردن، طفره رفتن و تعامل ورزیدن مشتق شده است که معنی تحت‌اللفظی آن به تعویق انداختن کارها به روز دیگر است (سواری، ۱۳۹۰). می‌توان ریشه‌ی تنبلی را اهمال‌کاری دانست، عادت به سهل‌انگاری و ساده‌انگاری منجر به تنبلی در فرد می‌شود. اهمال و تعلل در بین دانش‌آموزان باعث افزایش اهمال‌کاری تحصیلی، یعنی تمایل غیرمنطقی برای به تعویق انداختن، آغاز، یا کامل کردن یک تکلیف تحصیلی است. دانش‌آموزان ممکن است قصد انجام فعالیت‌های تحصیلی در زمان مشخص را داشته باشند، ولی نمی‌توانند برای انجام دادن آن در خود انگیزه‌ی کافی ایجاد کنند. در نتیجه به جای انجام دادن تکلیف در فاصله‌ی زمانی تعیین شده به دلیل انجام کارهای غیر ضروری و خوش‌گذرانی‌های زودگذر دچار شکست می‌شوند (سپهریان، ۱۳۹۰).

بر اساس نظریه‌ی روانکاوی فروید^۲ اهمال‌کاری در نتیجه‌ی اضطراب به وجود می‌آید، به اعتقاد روانکاوان ایگو (خود) به محض تشخیص اضطراب برای دفاع آماده می‌شود و بر اساس مکانیزم دفاعی اجتناب تکالیفی که به اتمام نمی‌رسند به دلیل تهدید «خود»^۳ کنار گذاشته می‌شوند. رفتارگراها، رفتار اهمال‌گرانه را بر اساس محیط و تجربه‌ی قبلی فرد تبیین می‌کنند. فرد رفتار اهمال‌گرانه را یاد می‌گیرد و از انجام تکالیف طفره می‌رود؛ به ویژه زمانی که پیامدهای مطلوبی به دنبال آن برای فرد وجود نداشته باشد. فرد بیشتر به کارهایی مشغول می‌شود که به دنبال آن پیامدهای مطلوب کسب کند (جاردات^۴، ۲۰۰۴). طرفداران رویکرد شناختی نیز اهمال‌کاری را ریشه در افکار غیرمنطقی می‌دانند. وقتی دانش‌آموز ارزش خود را فقط در موفقیت در انجام تکالیف می‌داند به طور غیرمنطقی عمل نموده و از تکالیفی که توانایی زیادی در آن ندارند اجتناب می‌کنند. پژوهش‌های زیادی در زمینه پیشایندهای اهمال‌کاری صورت گرفته است و ارتباط آن را با عواملی همچون کمال‌گرایی (کاپان ۲۰۱۰؛ سپهریان، ۱۳۹۰)؛ خودکارآمدی عمومی (تمدنی، حاتمی و رزینی، ۱۳۹۰)؛ برنامه‌ریزی؛ مشکل در شروع؛ کار؛ مدیریت زمان؛ تحمل فشار کاری

1. procrastination
2. Freud
3. Ego
4. Jaradat



(حسین و سلیمان، ۲۰۱۰)؛ هوش هیجانی و منبع کنترل (نامیان و حسینچایی، ۱۳۹۰؛ دنیز، تراس و آیدونگ^۱، ۲۰۰۹)؛ (کرمی، ۱۳۸۸)؛ کیفیت زندگی؛ خودکفایتی و اعتماد به خویشتن (آرمو، آگوکی و اوگاجی^۲) و افکار و باورهای غلط (کاپان، ۲۰۱۰؛ فرجاد، ۱۳۸۵) بررسی نموده‌اند. کنترل عواطف از مؤلفه‌هایی است که در این پژوهش با اهمال‌کاری بررسی شده است. عواطف بخش مهم و اساسی زندگی انسان را تشکیل می‌دهند به گونه‌ای که تصویر زندگی بدون آن پنداری دشوار است. ویژگی‌ها و تغییرات عواطف، چگونگی ارتباط عاطفی و درک و تفسیر عواطف دیگران نقشی مهمی در رشد و سازمان شخصیت، تحول اخلاقی و روابط اجتماعی، شکل‌گیری هویت و مفهوم خود دارد. همه انسان‌ها، هیجان‌ها و عواطف را در زندگی خود تجربه می‌کنند و این کاملاً طبیعی است که در رویارویی با موقعیت‌گونگون هیجان‌ها و عواطفی متفاوت از خود نشان دهند، اما هیجان‌ها و عواطف منفی شدید غیر عادی است و نه تنها سازنده نیست، بلکه آثار مخرب و زیان‌باری نیز دارد (قدیری، ۱۳۸۴). افراط و تفریط هیجان‌ها افراد را منجر به ناسازگاری، پرخاشگری، خشونت، نفرت و اضطراب می‌کند که به صورت کنترل نشده، بهداشت روانی و عاطفی افراد را به گونه جدی تهدید می‌کند. منظور از مهارت کنترل عواطف این است که فرد بیاموزد که چگونه عواطف خود را در موقعیت‌های گوناگون تشخیص دهد و آن را ابراز و کنترل کنند. مهارت کنترل عواطف بر جنبه‌های مختلف زندگی فرد، تعاملات بین فردی، بهداشت روانی و سلامت فیزیکی و جسمی تأثیر دارد (لین لی و جوزف^۴، ۲۰۰۹). در واقع، مدیریت و کنترل عواطف موجب می‌شود افراد واقع بین، نیک اندیش و درست‌کردار شوند و فردی مفید و کارآمد در پیشرفت جامعه به شمار آیند. یکی دیگر از مؤلفه‌های دیگری که بدون تردید بر وضعیت تحصیلی دانش‌آموز تأثیر می‌گذارد کیفیت و سطح زندگی وی می‌باشد. کیفیت زندگی، برداشت هر شخص از وضعیت سلامت خود و میزان رضایت از این وضع می‌باشد. سازمان جهانی بهداشت کیفیت زندگی را درک افراد از موقعیت خود در زندگی در حیطه‌های فرهنگی، ارزش‌های سیستمی که در آن زندگی می‌کنند و روابطشان با اهداف، آرزوها و دغدغه‌هایشان عنوان می‌کند (اورلی^۵، ۱۹۹۴). کیفیت زندگی موضوعی چند بعدی و پیچیده دارد و دربرگیرنده عوامل عینی و ذهنی است و ارزیابی فرد در مورد رفاه و آسایش در جنبه‌های مهم زندگی را مورد توجه قرار می‌دهد. ویژگی مهم کیفیت زندگی که مورد توافق اغلب صاحب‌نظران علوم اجتماعی است، شامل چند بعدی بودن، ذهنی بودن و پویا بودن آن است. سنجش کیفیت زندگی مبتنی بر رویکردها و مؤلفه‌های متفاوتی است (پروتکین^۶، ۲۰۰۲). اما یکی از عوامل مهمی که در امر تحصیلی دانش‌آموز باید به طور جدی به آن توجه شود رفتار و نحوه برخورد معلم با دانش‌آموز است که باعث شکل‌گیری نگرش و ادراک دانش‌آموز به معلم می‌شود. ادراک دانش‌آموزان از رفتار معلم متفاوت است و نوع این ادراک بر خودپنداره و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان اثر می‌گذارد.

روش پژوهش

روش بررسی این مطالعه توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری شامل کلیه دانش‌آموزان مقطع متوسطه دوم شهر یاسوج در سال تحصیلی ۹۵-۹۴ می‌باشند که از بین آنها ۵۰ نفر با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. در این مطالعه اهمال‌کاری تحصیلی با استفاده از پرسشنامه اهمال‌کاری تحصیلی سولومون و راث بلوم، کیفیت زندگی با پرسشنامه کیفیت زندگی ۲۶- آیتی و کنترل عواطف با استفاده از پرسشنامه مقیاس کنترل عواطف و نگرش نسبت به معلمان با استفاده از پرسشنامه

1. Deniz, Tras, & Aydogan
2. Aremu, Agokei, & Ugoji
3. capan
- 4- Linley & joseph
- 5 - Orley
- 6 - prutkin



محقق ساخته سنجش میزان محبوبیت معلمان در بین دانش‌آموزان، مورد سنجش قرار گرفتند. قبل از اجرای پرسشنامه در مورد پرسشنامه و نحوه تکمیل آن، گفتگوهای لازم انجام شد. همچنین به منظور رعایت اصول اخلاقی، آزمودنی‌ها با رضایت کامل و با آگاهی از این که اطلاعات آنها محرمانه باقی خواهد ماند در مطالعه شرکت نمودند.

ابزار پژوهش

مقیاس کنترل عواطف^۱: کنترل عواطف، ابزاری برای سنجش میزان کنترل افراد بر عواطف خود است و شامل ۴۲ سوال با چهار زیرمقیاس فرعی با عناوین خشم، خلق افسرده، اضطراب و عاطفه مثبت است. پاسخ سوالات در مقیاس هفت درجه‌ای از ۱ به معنای به شدت مخالف تا ۷ به معنای به شدت موافق است. تعداد ۱۲ سوال به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شود. اعتبار درونی و بازآزمایی آزمون به ترتیب برای نمره کل مقیاس ۰/۹۴، ۰/۷۸ و برای زیرمقیاس‌های خشم ۰/۷۲، ۰/۷۳، زیرمقیاس خلق افسرده ۰/۹۱، ۰/۷۶، زیرمقیاس اضطراب ۰/۸۹، ۰/۷۷ و زیرمقیاس عاطفه مثبت ۰/۸۴ و ۰/۶۴ گزارش شده است (ویلیامز، جامبلز و اهرنز، ۱۹۹۷).

پرسشنامه اهمال‌کاری تحصیلی^۲: پرسشنامه اهمال‌کاری تحصیلی توسط سولومون و راث بلوم در سال ۱۹۸۴ برای بررسی اهمال‌کاری در سه حوزه آماده کردن تکالیف، آمادگی برای امتحان و تهیه گزارش نیم سالی ساخته شد. این پرسشنامه ۲۷ گویه دارد. نمره‌گذاری پرسشنامه بر اساس طیف لیکرت ۵ درجه‌ای می‌باشد. پایایی پرسشنامه در پژوهش نیکبخت و همکاران (۹۳) با آلفای کرونباخ برابر ۰/۸۶٪ بود.

پرسشنامه نگرش نسبت به معلمان: این پرسشنامه دارای ۲۵ سوال بوده و هدف اصلی آن سنجش میزان محبوبیت معلمان در بین دانش‌آموزان است. شیوه نمره‌گذاری آن بر روی یک طیف سه گزینه‌ای قرار دارد. برای بدست آوردن امتیاز کلی پرسشنامه، مجموع امتیازات تک تک سوالات با هم جمع می‌گردد. این امتیاز دامنه‌ای از ۲۵ تا ۷۵ خواهد داشت. بدیهی است که هر چه این امتیاز بالاتر باشد، بیانگر محبوبیت بیشتر معلم مورد نظر است و برعکس.

پرسشنامه کیفیت زندگی^۳: کیفیت زندگی سازمان بهداشت جهانی طرحی بود که برای اولین بار در سال ۱۹۹۱ اجرا شد. این پرسشنامه ادراک افراد را نسبت به سیستم‌های ارزشی و فرهنگی و همچنین اهداف شخصی، استانداردها و نگرانی‌ها خود ارزیابی می‌کنند. نسخه کوتاه شامل ۲۶ آیتم است که از نسخه ۱۰۰ آیتمی این پرسشنامه برگرفته شده است این پرسشنامه ۴ حیطه وسیع را اندازه‌گیری می‌کند، که عبارتند از: سلامت جسمی، سلامت روانشناختی، روابط اجتماعی و محیط. آیتم‌های پرسشنامه نیز بر روی یک مقیاس ۵ گزینه‌ای ارزیابی می‌شود (اسکوینگتون^۴ و همکاران، ۲۰۰۴). تحقیقات انجام شده در مورد مشخصات روانسنجی فرم کوتاه پرسشنامه WHOQOL نشان‌دهنده اعتبار افتراقی، اعتبار محتوایی، پایایی درونی (الفای کرونباخ؛ سلامت جسمی ۰/۸۰، سلامت روانشناختی ۰/۷۶، روابط اجتماعی ۰/۶۶ و محیط ۰/۸۰) سوال‌های ۳، ۴، ۲۶ معکوس نمره‌گذاری می‌شوند.

- 1 - Effective Control Scale
- 2- Educational Procrastination,
- 3 - Quality of life
- 4 - Skevington



یافته‌ها

در این بخش از پژوهش ابتدا به گزارش میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش پرداخته می‌شود.

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش

متغیرها	تعداد	میانگین	انحراف معیار
کنترل عواطف	۵۰	۸۹.۱۰۵	۲۰.۱۹
اهمال کاری	۵۰	۷۹.۵۰	۸۸.۹
نگرش به معلم	۵۰	۲۹.۵۷	۰۰.۱۸
کیفیت زندگی	۵۰	۱۱۰/۹۷	۶۸.۱۲

همانطور که جدول ۱ نشان می‌دهد از بین متغیرهای پژوهش متغیر کیفیت زندگی (۱۱۰/۹۷) از بیشترین میانگین و اهمال کاری (۵۰/۷۹) از کمترین میانگین برخوردار است. همچنین کنترل عواطف (۱۹/۲۰) دارای بیشترین انحراف معیار است و اهمال کاری (۹/۸۸) کمترین انحراف معیار را دارد.

جدول ۲: رابطه بین اهمال کاری تحصیلی و کیفیت زندگی

متغیر	ضریب همبستگی	سطح معناداری
اهمال کاری تحصیلی	-۰/۶۰۳	۰/۰۰۰
کیفیت زندگی		

در جدول شماره ۲ مشاهده می‌شود مقدار ضریب همبستگی برابر با -۰/۶۰۳ - گردیده در سطح ۰/۰۰۰ معنادار شده است و از آنجا که سطح قابل قبول معناداری کمتر از ۰/۰۵ می‌باشد نتیجه می‌گیریم که بین اهمال کاری تحصیلی و کیفیت زندگی رابطه‌ی معناداری وجود دارد.

جدول ۳: رابطه بین اهمال کاری تحصیلی و نگرش نسبت به معلم

متغیر	ضریب همبستگی	سطح معناداری
اهمال کاری تحصیلی	-۰/۴۹۵	۰/۰۰۰
نگرش نسبت به معلم		

همان‌گونه که در جدول شماره ۳ مشاهده می‌شود مقدار ضریب همبستگی برابر با -۰/۴۹۵ - گردیده در سطح ۰/۰۰۰ معنادار شده است نتیجه می‌گیریم که بین اهمال کاری تحصیلی و نگرش نسبت به معلم رابطه معنادار منفی وجود دارد.

جدول ۴: رابطه بین اهمال کاری تحصیلی و کنترل عواطف

متغیر	ضریب همبستگی	سطح معناداری
اهمال کاری تحصیلی	۰/۳۲۷	۰/۰۲
کنترل عواطف		

مقدار ضریب همبستگی برابر با ۰/۳۲۷ گردیده و در سطح ۰/۰۲ معنادار شده است که بنابراین نتیجه می‌گیریم که بین اهمال کاری تحصیلی و کنترل عواطف رابطه‌ی معنادار وجود دارد.



جدول ۵. تحلیل رگرسیون همزمان برای اهمال کاری تحصیلی

متغیرها	R	R ²	F	B	T	معناداری
کنترل عواطف	۰/۷۲۰	۰/۵۱	۱۵/۸۱	-۰/۲۰۲	۰/۶۲۵	۰/۵
نگرش به معلم	۰/۷۲۰	۰/۵۱	۱۵/۸۱	-۰/۲۰۲	-۳/۱۹	۰/۰۰۳
کیفیت زندگی	۰/۷۲۰	۰/۵۱	۱۵/۸۱	-۰/۴۰۵	-۴/۸۲	۰/۰۰۰

جدول ۵ حاکی از آن است که متغیرهای نگرش معلم ($p < ۰/۰۰۳$)، و کیفیت زندگی ($p < ۰/۰۰۰$) اهمال کاری تحصیلی را پیش‌بینی می‌کنند، F به دست آمده از این تحلیل برابر با ۱۵/۸۱ می‌باشد. همچنین از ضریب تعیین به دست آمده مشخص است که متغیرهای پیش‌بین قابلیت تبیین ۰/۵۱ درصد از واریانس متغیر اهمال کاری تحصیلی را دارند.

نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر، پیش‌بینی اهمال کاری تحصیلی بر اساس کیفیت زندگی، کنترل عواطف و نگرش نسبت به معلمان در دانش‌آموزان می‌باشد. نتایج آزمون همبستگی نشان داد که بین متغیرهای اهمال کاری و کیفیت زندگی رابطه معنادار منفی وجود دارد (فرضیه ۱ تایید می‌شود). به بیان دیگر با بالا بودن کیفیت و شرایط زندگی دانش‌آموز در زمینه اهمال کاری نمره کمتری کسب می‌کند بنابراین شرایط برای پیشرفت تحصیلی وی فراهم می‌شود که با پژوهش نوروزی (۱۳۹۱) که نشان داد بین متغیرهای اهمال کاری تحصیلی و کیفیت زندگی همبستگی منفی معناداری وجود دارد همخوان می‌باشد.

بین متغیرهای اهمال کاری و طرز نگرش نسبت به معلمان رابطه معنادار منفی وجود دارد. (فرضیه ۲ تایید می‌شود) که با پژوهش عطاپور (۱۳۷۸)، بیلز (۱۹۸۶) و فانی، خلیفه (۱۳۸۸) همسو می‌باشد. می‌توان نتیجه گرفت که هر چه ادراک از رفتار معلم و نگرش نسبت به آن مثبت تر باشد، عملکرد تحصیلی بالاتری را به همراه خواهد داشت و هر ادراک از رفتار معلم منفی تر باشد باعث به وجود آمدن افت تحصیلی و اهمال کاری می‌شود. با توجه به ارتباط مثبت بین ادراک از رفتار معلم و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان، لازم است که معلمان به نقش مهم خود در این راستا واقف بوده، شیوه و تمهیداتی را جهت ایجاد یک محیط سالم و مساعد جهت رشد و شکل‌گیری خودپنداره‌ی تحصیلی مثبت فراهم آورند و برای یادگیری بهتر و رشد عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان در فعالیت‌های آموزشی نسبت به کنترل رفتار خود مراقبت و اهتمام بیشتری نمایند.

بین متغیرهای اهمال کاری و کنترل عواطف منفی رابطه معنادار مثبت وجود دارد (فرضیه ۳ تایید می‌شود). که بیانگر این می‌باشد که هرچه فرد عواطف و هیجانات خود را بیشتر کنترل کنند احتمال اینکه اهمال کاری تحصیلی داشته باشد بیشتر است و برعکس. اما در این زمینه پژوهشی پیدا نشد که نتایج این تحقیق را تایید یا رد کند. کنترل عواطف و تنظیم هیجانات می‌توانند عملکرد فرد را در حوزه‌های مختلف از جمله موقعیت‌های تحصیلی پیش‌بینی نمایند. همین طور در کلاس درس می‌توانند مانع دلزدگی، ناامیدی، کسالت و خستگی دانش‌آموزان گردند و در نتیجه از فرسودگی تحصیلی پیشگیری نمایند. از سوی دیگر عدم ثبات هیجانی بالا باعث عملکرد تحصیلی ضعیف می‌شود. عدم کنترل عواطف و تنظیم هیجانات در موقعیت‌های استرس‌آور مانند امتحانات، اضطراب را افزایش داده و باعث به وجود آمدن اهمال کاری تحصیلی و همین طور عملکرد تحصیلی ضعیف می‌گردند (نریمانی و همکاران ۱۳۹۳). تحلیل رگرسیون نشان داد که کیفیت زندگی و نگرش نسبت به معلمان ۰/۵۱ اهمال کاری تحصیلی را پیش‌بینی می‌کنند (فرضیه ۴ تایید می‌شود) که بیانگر این است که اگر کیفیت و شرایط زندگی فرد وضعیت نامناسبی داشته باشد



و نیز رفتار و نحوه برخورد معلم با دانش آموز به نحوی باشد که باعث شکل گیری دیدگاه و نگرش منفی دانش آموز نسبت به معلم و فضای آموزشی شود باعث به وجود آمدن اهمال کاری تحصیلی می شود و برعکس اگر شرایط زندگی و نگرش نسبت به معلم مثبت باشد باعث به وجود آمدن انگیزه پیشرفت تحصیلی می شود. آنچه مسلم است این که دانش آموزان دوره های تحصیلی مختلف از جمله دوره ی متوسطه به میزانی از اهمال کاری تحصیلی برخوردارند. برای برون رفت از وضعیت موجود باید چاره ای اندیشیده شود. در این راستا با فراهم نمودن بسترهای لازم، راهکارهای مقابله با اهمال کاری تحصیلی را عملیاتی نمود. بر این اساس برنامه ریزان، مسئولان و تصمیم گیران آموزش و پرورش و همین طور خانواده ها می توانند با اتخاذ شیوه های مناسب دانش آموزان را در کاهش میزان اهمال کاری یاری نمود.

دانش آموزان را باید به عنوان مهم ترین سرمایه یک کشور دانست که نقش کلیدی و مهمی در دستیابی به اهداف هر جامعه بر عهده خواهند داشت. امروزه هزینه های زیادی صرف آموزش و بهبود یادگیری دانش آموزان می شود. با این وجود دانش آموزان با مسایل و مشکلات عدیده ای از جمله اهمال کاری تحصیلی روبرو هستند. هرچند فرار از انجام تکالیف و اهمال کاری نسبت به آنها ممکن است لذت و راحتی کاذبی را به همراه داشته باشد، اما باید بدانیم که دانش آموزان رنجی را که در پیش دارند به شدت ماندگار بوده و پیامدهای ناگواری برای آنان خواهد داشت. از این رو لزوم توجه به این مقوله توسط همه دست اندرکاران آموزش و پرورش بیش از پیش احساس می شود.

منابع

- تمدنی، مجتبی؛ حاتمی، محمد؛ هاشمی رزینی، هادی (۱۳۹۰). خودکارآمدی عمومی، اهمال کاری تحصیلی و پیشرفت تحصیلی دانشجویان. *فصل نامه ی روانشناسی تربیتی*. ۱۷، (۶). ۶۵-۸۵
- سپهریان، فیروزه (۱۳۹۰) اهمال کاری تحصیلی و عوامل پیش بینی کننده ی آن. *مطالعات روان شناختی* ۴، (۷). ۲۶-۹
- سواری، کریم (۱۳۹۰) ساخت و اعتباریابی آزمون اهمال کاری تحصیلی. *فصل نامه ی اندازه گیری تربیتی*. ۵، (۲). بهار و تابستان ۱۳۹۰. ۹۷-۱۱۰
- عطاپور، شهلا (۱۳۷۸). بررسی ادراک از رفتار معلم و رابطه آن با خودپنداری دانش آموزان سال سوم راهنمایی با توجه به جنسیت آنها.
- قدیری، محمد حسین (۱۳۸۴) مدیریت خشم. *نشریه معرفت*، ص ۱۰۶-۹۳
- نریمانی، محمد؛ عالی نصیرلو، کریم؛ موسی زاده، توکل (۱۳۹۳). مقایسه ی اثربخشی آموزش متمرکز برهیجان و کنترل تکانه بر فرسودگی تحصیلی و عواطف مثبت و منفی دانش آموزان مبتلا به ناتوانی یادگیری. *مجله ی ناتوانی های یادگیری*، ۳(۳). ۷۹-۹۹

منابع لاتین

- Bealse, D. (1986). Teacher's personal constructs and pupils self image. *Educational Studies*. 12, 155, 263.
- Hussain, I. , & Sultan, S. (2010). Analysis of procrastination among university students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 5, 1897-1904.
- Jaradat, A. M. (2004). *Test anxiety in jordnian students: Measurement, correlates and treatment*. Philips: university of Marburg.



- Linley, P. A., & Joseph, S. (2009). Positive psychology in practice. Hoboken, New Jersey: John Wiley & Sons, Inc. Organization". *Quality of life. Assessment Internal perspective*. 12: 1-6.
- Orley, J., & Kuyken, W. (1994) "The WHOQoL Group development of the world health".
Prutkin, J. M (2002) *A History of Quality of life Measurement*. A Thesis Submitted to the Yale University School.