

## Prediction of decisional procrastination based on fear of failure, self-compassion and intolerance of uncertainty in students

Kamyar Mansouri<sup>1</sup>, Ahmad Ashouri<sup>2</sup>, Banafsheh Gharraee<sup>3</sup>, Hojjatollah Farahani<sup>4</sup>

1-MSc, Department of Mental Health, Iran University of Medical Sciences, Tehran, Iran.

2- Assistant Professor, Department of Psychology, Iran University of Medical Sciences, Tehran, Iran (Corresponding Author). E-mail: Ahmad.ashouri@gmail.com

3- Associate Professor, Department of Psychology, Iran University of Medical Sciences, Tehran, Iran.

4- Assistant Professor, Department of Psychology, Tarbiat Modares University, Tehran, Iran.

Received: 27/06/2021

Accepted: 12/09/2021

### Abstract

**Introduction:** Decisional procrastination refers to a maladaptive pattern of postponing a decision when faced with conflicts and choices.

**Aim:** This study aims to investigate the role of fear of failure, self-compassion and intolerance of uncertainty in predicting decisional procrastination among the students.

**Method:** This is a descriptive and correlational study. The statistical population included the students educating at the Master's level in Tehran, in 2019-2020. In total, 440 students were selected using convenience sampling method and the informed consent form was obtained from them. The participants completed the questionnaire of Decisional Procrastination, Fear of Failure, Self-compassion and Intolerance of Uncertainty. The statistical data were analyzed by SPSS software (version 24.0) as well as the canonical correlation analysis (CCA) and multiple regression methods.

**Results:** CCA results indicated there was a significant correlation between the decisional procrastination and variables of fear of failure, self-compassion and intolerance of uncertainty among the students ( $P < 0.001$ ). Also, results of regression analysis revealed that 32% of the variance of the decisional procrastination variable could be predicted by predictor variables of fear of failure, self-compassion and intolerance of uncertainty.

**Conclusion:** Considering the role of decisional procrastination in wasting time, poor performance and increased stress and the impact of fear of failure, self-compassion and intolerance of uncertainty on decisional procrastination, it is necessary to pay more attention to this issue.

**Keywords:** Compassion, Procrastination, Uncertainty

---

**How to cite this article:** Mansouri K, Ashouri A, Gharraee B, Farahani H. Prediction of decisional procrastination based on fear of failure, self-compassion and intolerance of uncertainty in students. *Shenakht Journal of Psychology and Psychiatry*. 2021; 8 (4): 51-62 .URL: <http://shenakht.muk.ac.ir/article-1-1179-en.pdf>

Copyright © 2018 the Author (s). Published by Kurdistan University of Medical Sciences. This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-Non Commercial License 4.0 (CCBY-NC), where it is permissible to download, share, remix, transform, and buildup the work provided it is properly cited. The work cannot be used commercially without permission from the journal.

## پیش‌بینی اهمال‌کاری تصمیم‌گیری با توجه به ترس از شکست، خود شفتت ورزشی و عدم تحمل بلا تکلیفی در دانشجویان

کامیار منصوری<sup>۱</sup>، احمد عاشوری<sup>۲</sup>، بنفشه غرایبی<sup>۳</sup>، حجت‌اله فراهانی<sup>۴</sup>

۱. کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی بالینی، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران، تهران، ایران.

۲. استادیار، گروه روانشناسی بالینی، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران، تهران، ایران (مولف مسئول).

ایمیل: Ahmad.ashouri@gmail.com

۳. دانشیار، گروه روانشناسی بالینی، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران، تهران، ایران.

۴. استادیار، گروه روانشناسی، دانشگاه تربیت مدرس، تهران، ایران.

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۴۰۰/۰۶/۲۱

تاریخ دریافت مقاله: ۱۴۰۰/۰۴/۰۶

### چکیده

**مقدمه:** اهمال‌کاری تصمیم‌گیری الگویی ناسازگارانه برای به تعویق انداختن، هنگام روبه‌رو شدن با تعارضات و انتخاب‌هاست.

**هدف:** هدف از پژوهش حاضر بررسی نقش ترس از شکست، خود شفتت ورزشی و عدم تحمل بلا تکلیفی در پیش‌بینی اهمال‌کاری تصمیم‌گیری دانشجویان بود.

**روش:** این مطالعه توصیفی و از نوع همبستگی بود. جامعه‌ی آماری شامل دانشجویان مشغول به تحصیل در مقطع کارشناسی ارشد در شهر تهران در سال ۱۳۹۹-۱۳۹۸ بودند. شرکت کنندگان ۴۴۰ نفر از دانشجویان بودند که با رضایت آگاهانه و به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند و پرسشنامه‌های اهمال‌کاری تصمیم‌گیری، ترس از شکست، خود شفتت ورزشی و عدم تحمل بلا تکلیفی را تکمیل نمودند. مراحل آماری با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۴ انجام شد و داده‌ها با استفاده از روش آماری همبستگی متعارف و رگرسیون چندگانه تحلیل شدند.

**یافته‌ها:** نتایج حاصل از تحلیل همبستگی متعارف نشان داد که بین متغیرهای اهمال‌کاری تصمیم‌گیری با ترس از شکست، خود شفتت ورزشی و عدم تحمل بلا تکلیفی دانشجویان رابطه معناداری وجود دارد ( $P < 0.001$ ). همچنین، براساس نتایج تحلیل رگرسیون، ۳۲ درصد از واریانس متغیر اهمال‌کاری تصمیم‌گیری به کمک متغیرهای پیش‌بین (ترس از شکست، خود شفتت ورزشی و عدم تحمل بلا تکلیفی) قابل پیش‌بینی است.

**نتیجه‌گیری:** با توجه به نقش اهمال‌کاری در تصمیم‌گیری در اطلاق وقت، عملکرد ضعیف و افزایش استرس و تأثیر ترس از شکست، خود شفتت ورزشی و عدم تحمل بلا تکلیفی بر اهمال‌کاری تصمیم‌گیری لازم است توجه بیشتری به این موضوع گردد.

**کلیدواژه‌ها:** شفتت ورزشی، اهمال‌کاری، عدم قطعیت

## مقدمه

اهمال‌کاری تصمیم‌گیری<sup>۱</sup> الگویی ناسازگارانه برای به تعویق انداختن، هنگام روبه‌رو شدن با تعارضات و انتخاب‌هاست (هن، گروشیت و ویگارتن<sup>۲</sup>، ۲۰۲۱). محرم نژادی‌فر، ساعد، طاهری و احمدنیا (۱۳۹۹) اهمال‌کاری تصمیم‌گیری را ناتوانی در تصمیم‌گیری در دوره زمانی مشخص تعریف کرده‌اند. برآورد شده است که حدود ۸۰ تا ۹۵ درصد از دانشجویان یا دست‌کم نیمی از کل دانشجویان دچار اهمال‌کاری هستند (هن و همکاران، ۲۰۲۱). طبق نتایج پژوهش هن و همکاران افرادی که اهمال‌کاری تصمیم‌گیری بیشتری دارند، به آسانی دچار پریشانی می‌شوند. براساس شواهد، اهمال‌کاری تصمیم‌گیری با انگیزه به حداقل رساندن خطر انجام کار اشتباه و اجتناب از شکست‌های شخصی مرتبط است (هن و همکاران، ۲۰۲۱). گسترش اهمال‌کاری در دانشجویان باعث خواهد شد تا آن‌ها رویدادهای ناخوشایندی را در طی تحصیل تجربه کنند تا جایی که در برخی موارد منجر به شکست تحصیلی می‌شود (گاگون، دینو و پیچای، ۲۰۱۶). در این راستا، توکلی (۱۳۹۲) در پژوهشی نشان داد که ۱۴ درصد دانشجویان اهمال‌کاری شدید و تقریباً ۷۰ درصد اهمال‌کاری متوسط دارند.

برخی تحقیقات، از ترس از شکست<sup>۳</sup> به عنوان یکی از علت‌های اصلی اهمال‌کاری یاد می‌کنند و معتقدند که این متغیر می‌تواند بر اهمال‌کاری تأثیر بگذارد (کورتویچ، وردولجاک و ایدزانویچ<sup>۴</sup>، ۲۰۱۹). ترس از شکست به صورت قابلیت میل به شرم و خجالت در تجربه کردن

شکست تعریف می‌شود (جکسون<sup>۵</sup>، ۲۰۱۷). این متغیر با گرایش به ارزیابی تهدید زا و نگران‌کننده در شرایطی که امکان شکست وجود دارد، مشخص می‌شود و با احساساتی همچون شرم، خود ناتوان‌سازی، اجتناب و کاهش علاقه نسبت به موضوع مورد نظر همراه است (دینالت، گاریو، بوریو، گادریو و لافونتاین<sup>۶</sup>، ۲۰۲۰). دانشجویانی که ترس از شکست بالاتری دارند، معمولاً راهبردهایی همچون؛ خود ناتوان‌سازی، بدبینی و عملکرد اجتنابی را بکار می‌برند که اغلب تأثیر منفی بر عملکرد تحصیلی آن‌ها دارد (رحمانی جوانمرد و محمدی، ۱۳۹۶). در این راستا محسن زاده، جهان‌بخشی، کشاورز افشار، افطاری و گودرزی (۱۳۹۵) در پژوهشی نشان دادند که ترس از شکست بهترین پیش‌بینی کننده اهمال‌کاری تحصیلی است و در مجموع اینکه ترس از شکست، وظیفه شناسی و برون‌گرایی با استفاده از واریانس مشترک قادر است ۳۷ درصد از واریانس اهمال‌کاری تحصیلی دانش‌آموزان را تبیین کنند. همچنین عبدی زرین، گراسیا و پیاکسائو<sup>۷</sup> (۲۰۲۰) در پژوهشی نشان دادند که ترس از شکست ۴/۴۹ درصد واریانس اهمال‌کاری را تبیین می‌کند.

یکی از دلایل احتمالی برای اهمال‌کاری می‌تواند فقدان شفقت به خود<sup>۸</sup> باشد (حاجی زاده و رابرت<sup>۹</sup>، ۲۰۱۷). شفقت به خود، موضعی با محبت و پذیرا نسبت به ابعاد نامطلوب خود و زندگی است و سه مؤلفه اصلی را در بر دارد که عبارت‌اند از: مهربانی با خود در مقابل قضاوت کردن، اشتراکات انسانی در مقابل انزوا، ذهن آگاهی (به

<sup>۵</sup>- Jackson

<sup>۶</sup>- Deneault, Gareau, Bureau, Gaudreau, Lafontaine

<sup>۷</sup>- Gracia, Paixao

<sup>۸</sup>- Self- Compassion

<sup>۹</sup>- Robert

<sup>۱</sup>- Decisional procrastination

<sup>۲</sup>- Hen, Goroshit, Viengarten

<sup>۳</sup>- Fear of failure

<sup>۴</sup>- Kurtovic, Vrdoljak, Idzanovic

را استرس‌زا و ناراحت کننده می‌دانند و معتقدند که باید از این بلا تکلیفی منفی اجتناب کنند و در موقعیت‌های بلا تکلیف (نامعلوم) در عملکرد خود دچار مشکل می‌شوند (زارعی و خشوعی، ۱۳۹۵). در این راستا زارعی و خشوعی (۱۳۹۵) در پژوهشی نشان دادند که تحمل ابهام، اهمال کاری ناشی از خستگی جسمی - روانی را به صورت معنادار پیش‌بینی می‌کند. همچنین تان<sup>۶</sup> (۲۰۲۱) در پژوهشی نشان داد که عدم تحمل ابهام منجر به کاهش عملکرد تحصیلی می‌گردد.

اهمال کاری تصمیم‌گیری منجر می‌شود فرد مستعد شکست و پریشانی شود و این شکست‌ها و تأخیرها در فرایند تحصیل طیف وسیعی از عواقب و اثرات منفی را بر روی فرد بر جای می‌گذارند (هن و همکاران، ۲۰۲۱). اهمال کاری تصمیم‌گیری حتی می‌تواند بر بهزیستی جسمی، روانی و اجتماعی دانشجویان تأثیر منفی بگذارد. درصد بالای اهمال کاری در دانشجویان و پیامدهای منفی این نوع اهمال کاری که می‌تواند آسیب‌های جدی و جبران ناپذیری برای میلیون‌ها دانش‌آموز و دانشجو به همراه داشته باشد و آینده آن‌ها را تحت تأثیر قرار دهد، قابل تأمل است (گاگنون و همکاران، ۲۰۱۶). در واقع، انجام تحقیقات بیشتر ضرورت دارد تا ضمن ایجاد روشنگری‌های لازم، با ارائه راهکارهایی جهت کاهش اهمال کاری و افزایش انگیزه تحصیلی دانشجویان، به پیشرفت هر چه بیشتر آن‌ها کمک شود. لذا پژوهش حاضر به دنبال پیش‌بینی اهمال کاری تصمیم‌گیری با توجه به ترس از شکست، خود شفتت ورزی و عدم تحمل بلا تکلیفی در دانشجویان بود.

هوشیاری) در مقابل همانندسازی افراطی. شفتت به خود بر پذیرش خود یا پذیرش تجربه خود در چارچوب مهربانی با خویشتن و به هوشیاری (ذهن آگاهی) تأکید دارد (بلوت و نف<sup>۱</sup>، ۲۰۱۸). پژوهش‌های مختلفی به بررسی رابطه بین شفتت خود و اهمال کاری تحصیلی پرداخته‌اند. برای مثال جئون، لی و کئون<sup>۲</sup> (۲۰۱۶) ضمن پژوهشی به این نتیجه رسیدند شفتت خود با اهمال کاری تحصیلی رابطه معنادار منفی داشت. همچنین اطهری، برزگر بفرئی و زارع (۱۳۹۹) در پژوهشی نشان دادند که شفتت به خود به صورت مستقیم، منفی و معنادار اهمال کاری تحصیلی را پیش‌بینی می‌کند.

یکی دیگر از متغیرهایی که با در نظر گرفتن نتایج پژوهش‌های اخیر می‌تواند اهمال کاری را پیش‌بینی کند، عدم تحمل بلا تکلیفی<sup>۳</sup> است (فورچوناس و توماس<sup>۴</sup>، ۲۰۱۶). عدم تحمل بلا تکلیفی، یک ویژگی شخصیتی است که از مجموعه‌ای از عقاید منفی درباره عدم قطعیت تشکیل شده است. برای مثال، افرادی که عدم تحمل بلا تکلیفی دارند معتقدند که بلا تکلیفی، پریشان کننده است، وجود شک و تردید در مورد آینده غیرقابل تحمل است، وقایع غیرمنتظره منفی هستند و باید از آن‌ها اجتناب کرد، شک و تردید موجب ناتوانی فرد برای عمل کردن می‌شود (دنیز<sup>۵</sup>، ۲۰۲۱). عدم تحمل بلا تکلیفی نوعی سوگیری شناختی است که بر چگونگی دریافت، تفسیر و واکنش فرد به یک موقعیت نامطمئن در سطوح شناختی، هیجانی و رفتاری تأثیر می‌گذارد، افرادی که دچار عدم تحمل بلا تکلیفی هستند، بلا تکلیفی

<sup>۱</sup>- Bluth, Neff

<sup>۲</sup>- Jeon, Lee, Kwon

<sup>۳</sup>- Intolerance of uncertainty

<sup>۴</sup>- Fourtounas, Thomas

<sup>۵</sup>- Deniz

<sup>۶</sup>- Tan

## روش

روش پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه‌ی آماری شامل دانشجویان مشغول به تحصیل در مقطع کارشناسی ارشد در شهر تهران در سال ۱۳۹۸-۱۳۹۹ بودند که به روش نمونه‌گیری در دسترس ۴۴۰ دانشجوی دختر و پسر (بر طبق دیدگاه جیمز استیونس<sup>۱</sup> در تحلیل رگرسیون چندگانه با روش معمولی کمترین مجذورات استاندارد، باید به ازای هر متغیر پیش‌بین ۱۵ مورد در نظر گرفت، با این حال در صورتی که شرایط اجازه می‌دهد، در صورتی که به ازای هر متغیر پیش‌بین تقریباً ۳۰ شرکت‌کننده وجود داشته باشد، محقق توان بهتری برای نمایان ساختن یک اندازه اثر کوچک خواهد داشت (دلاور، ۱۳۹۶)) انتخاب شدند. ملاک‌های ورود به پژوهش شامل: دانشجوی کارشناسی ارشد دانشگاه‌های مستقر در شهر تهران بودن، سن بین ۲۰-۴۰ سال و ملاک‌های خروج پژوهش شامل: بی‌پاسخ بودن بیش از ۳۰ درصد سؤالات و استفاده از الگوی پاسخ‌دهی مشخص (یکسان پاسخ دادن به سؤالات زوج یا علامت زدن یک گزینه در سؤالات متوالی که با بررسی تک‌تک پرسشنامه‌ها توسط محقق بررسی شد) بودند.

ابتدا لیست کلیه دانشجویان مقطع کارشناسی ارشد دانشگاه‌های تحت نظر وزارت علوم و بهداشت تهران تهیه شد و لینک پرسشنامه در گروه‌های دانشگاه‌هایی که تمایل به همکاری داشتند، قرار داده شد. بدین صورت که ابتدا با مسئولین دانشگاه‌های مربوطه صحبت شد و اهداف پژوهش برای آن‌ها توضیح داده شد. سپس لینک پرسشنامه در اختیار مسئولین مربوطه قرار گرفت تا در دسترس دانشجویانی که به صورت آگاهانه برای شرکت

در پژوهش رضایت داشتند، قرار بگیرد. تعدادی از پرسشنامه‌ها (۲۰ عدد) به علت منطبق نبودن با ملاک‌های ورود پژوهش کنار گذاشته شد و در نهایت ۴۴۰ پرسشنامه به عنوان نمونه نهائی در نظر گرفته شد (لازم به ذکر است که به دلیل شیوع ویروس کرونا و تعطیل شدن دانشگاه‌ها و خوابگاه‌ها، داده‌ها به صورت آنلاین جمع‌آوری شد). برای رعایت اصول اخلاق پژوهشی و رعایت حقوق افراد از آنان خواسته شد تا در صورتی که مایل نیستند در تکمیل پرسشنامه‌ها شرکت نکنند. نهایتاً توضیح داده شد که پرسشنامه‌ها محرمانه و بدون نام است، نتایج آن برای یک کار پژوهشی است. برای تحلیل داده‌ها از روش‌های آماری همبستگی متعارف و تحلیل رگرسیون چندگانه استفاده شد. پس از گردآوری پرسشنامه‌ها داده‌ها توسط آزمون‌های آماری مورد نیاز و به وسیله برنامه آماری SPSS نسخه ۲۴ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

## ابزار

**مقیاس اهمال‌کاری تصمیم‌گیری:** این مقیاس پنج ماده خود گزارش دهی دارد که مان<sup>۳</sup> (۱۹۸۲) آن را برای سنجش اهمال‌کاری در تصمیم‌گیری ساخته است. ماده‌های این مقیاس به روش لیکرت و به کمک پنج گزینه بین یک (هرگز) تا پنج (همیشه) نمره‌گذاری می‌شوند و نمره بیشتر در این مقیاس نشان دهنده میزان بیشتر اهمال‌کاری است. هن و همکاران (۲۰۲۱) میزان پایایی این آزمون را به روش آلفای کرونباخ برابر ۰/۷۲ تا ۰/۸۰ و به روش بازآزمایی برابر ۰/۶۲ تا ۰/۶۹ گزارش

<sup>۲</sup>- Decisional Procrastination Scale

<sup>۳</sup>- Mann

<sup>۱</sup>- Stevens

این پرسشنامه را نشان داده‌اند در ایران نیز همسانی درونی این پرسشنامه در ۸۰ دانشجوی دانشگاه تهران با آلفای کرونباخ ۰/۸۴ مناسب ارزیابی شده است (سعیدی، قربانی، سرافراز و شریفیان، ۱۳۹۱).

**مقیاس عدم تحمل بلا تکلیفی**<sup>۴</sup>: این مقیاس برای اولین بار توسط فرستون<sup>۵</sup> در سال ۱۹۹۴ ساخته شده است. مقیاس عدم تحمل بلا تکلیفی یا عدم تحمل قطعیت نسخه‌ی ۲۷ گویه‌ای است و گویه‌های آن بر روی مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت نمره‌گذاری می‌شوند، بوهر و داگاس<sup>۶</sup> ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۴ را برای این مقیاس به دست آورده‌اند و ضریب پایایی باز آزمون بعد از ۵ هفته را ۰/۷۴ گزارش کرده‌اند (بوهر و داگاس، ۲۰۰۶). در پژوهش شرافتی، طاهری، اسمائی مجد و امیری (۱۳۹۶) در نمونه بیماران مبتلا به اضطراب اجتماعی، ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۸ و پایایی بازآزمایی ۰/۷۶ گزارش شد.

#### یافته‌ها

در این پژوهش ۴۴۰ نفر شرکت‌کننده دانشجوی کارشناسی ارشد با دامنه سنی ۲۲-۴۰ سال، با میانگین ۲۷/۳۰ و انحراف استاندارد ۴/۱۸ شرکت داشتند که ۲۸۳ نفر (۶۴/۳ درصد) زن و ۱۵۷ نفر (۳۵/۷ درصد) مرد بودند. ۳۵۹ نفر (۸۱/۶ درصد) نمونه پژوهش مجرد، ۷۵ نفر (۱۷ درصد) متأهل و ۶ نفر (۱/۴ درصد) جدا شده بودند. ۳۲۰ نفر (۷۲/۷ درصد) نمونه دانشجویان پژوهش شاغل نبودند و ۱۲۰ نفر (۲۷/۳ درصد) شاغل بودند. در

کرده‌اند. در پژوهش حسینی و خیر (۱۳۸۸) در جمعیت ایرانی پایایی به روش همسانی درونی بررسی شد و ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۸ به دست آمد.

**مقیاس ارزیابی شکست در عملکرد**<sup>۱</sup>: کونروی، ویلو و متزلر<sup>۲</sup> ابتدا در سال ۲۰۰۱ نسخه ۴۱ گویه‌ای ترس از شکست را ساختند؛ اما در سال ۲۰۰۲ نسخه کوتاه‌تر ۲۵ سؤالی را با همان زیر مقیاس‌ها ساخته شد، گویه‌ها در یک مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت نمره‌گذاری می‌شوند، زیر مقیاس‌ها یا مؤلفه‌ها عبارت از ترس از تجربه شرم و خجالت، ترس از کاهش عزت نفس خود، ترس از داشتن آینده نامعلوم، ترس از دست دادن علاقه افراد مهم و ترس از ناراحت شدن افراد مهم می‌باشند. ویژگی‌های روانسنجی این مقیاس در پژوهش‌های مختلف و معتبر به دست آمد است. کونروی و همکاران (۲۰۰۲) ضریب پایایی آلفای کرونباخ ۰/۷۷ تا ۰/۸۸ را برای پنج زیر مقیاس به دست آورده‌اند. در ایران نیز عبدلی، احمدی، عظیم زاده و افشاری (۱۳۹۲) روایی و پایایی فرم ۲۵ سؤالی این پرسشنامه را در نمونه ۲۰۳ دانشجوی ورزشکار مناسب گزارش کردند.

**مقیاس خود شفقت ورزی**<sup>۳</sup>: نف در سال ۲۰۰۳ این مقیاس را طراحی کرد. این مقیاس دارای ۲۶ گویه است و شامل شش عامل دو وجهی مهربانی با خود در مقابل قضاوت خود، مشترکات انسانی در مقابل انزوا و ذهن آگاهی در مقابل بیش همانندسازی است که پاسخ‌های آن در یک مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت ۱ (تقریباً هرگز) تا ۵ (تقریباً همیشه) نمره‌گذاری می‌شوند. مطالعات روایی همگرا، روایی افرافی، همسانی درونی و پایایی بازآزمایی مناسب

<sup>۴</sup>- Intolerance of Uncertainty Scale

<sup>۵</sup>- Freston

<sup>۶</sup>- Buhr, Dugas

<sup>۱</sup>- Fear of Failure Scale

<sup>۲</sup>- Conroy, Willow, Metzler

<sup>۳</sup>- Self-Compassion Scale

جدول ۱ شاخص‌های متغیرهای پیش‌بین و ملاک آورده شده است.

جدول ۱ میانگین و انحراف معیار ترس از شکست، خود شفتت ورزی و عدم تحمل بلا تکلیفی

متغیر	میانگین	انحراف استاندارد	کمترین	بیشترین
اهمال‌کاری تصمیم‌گیری	۱۶/۲۶	۳/۸۰	۵	۲۲
عدم تحمل بلا تکلیفی	۸۰/۳۱	۱۹/۷۹	۲۷	۱۲۶
شفقت به خود	۵۳/۷۹	۱۱/۸۰	۲۷	۹۵
ترس از شکست	۸۰/۳۴	۱۹/۵۴	۲۸	۱۲۲

نتایج جدول ۱ نشان می‌دهد که میانگین اهمال‌کاری تصمیم‌گیری ۱۶/۲۶ با انحراف استاندارد ۳/۸۰، میانگین عدم تحمل بلا تکلیفی ۸۰/۳۱ با انحراف استاندارد ۱۹/۷۹، میانگین شفتت خود ۵۳/۷۹ با انحراف استاندارد ۱۱/۸۰، میانگین ترس از شکست ۸۰/۳۴ با انحراف استاندارد ۱۹/۵۴ است. نتایج آزمون‌های معناداری مدل کامل تحلیل همبستگی متعارف در این پژوهش در جدول ۲ آمده است.

نتایج جدول ۱ نشان می‌دهد که میانگین اهمال‌کاری تصمیم‌گیری ۱۶/۲۶ با انحراف استاندارد ۳/۸۰، میانگین عدم تحمل بلا تکلیفی ۸۰/۳۱ با انحراف استاندارد ۱۹/۷۹، میانگین شفتت خود ۵۳/۷۹ با انحراف استاندارد ۱۱/۸۰، میانگین ترس از شکست ۸۰/۳۴ با انحراف استاندارد ۱۹/۵۴ است. نتایج آزمون‌های معناداری مدل کامل همبستگی متعارف در این پژوهش در جدول ۲ آمده است.

جدول ۲ آزمون معناداری مدل کامل همبستگی متعارف

نام آزمون	مقدار	F	درجه آزادی فرضیه	درجه آزادی خطا	سطح معنی‌داری	ضرایب اتا
اثر پیلاپی	۰/۳۹۷	۶۱/۲۳	۳	۴۹۷	۰/۰۰۱	۰/۶۲
لامبدای ویلکز	۰/۶۸۷	۴۹/۶۵	۳	۴۱۲	۰/۰۰۱	۰/۶۲
هتلینگ	۰/۴۳۲	۸۲/۲۹	۳	۴۵۲	۰/۰۰۱	۰/۶۲
ریشه روی	۰/۲۲۳	-	-	-	۰/۰۰۱	۰/۶۲

همان‌طور که در جدول ۲ مشاهده می‌شود، معناداری لامبدای ویلکز نشان می‌دهد که بین متغیرهای اهمال‌کاری تصمیم‌گیری با ترس از شکست، خود شفتت ورزی و عدم تحمل بلا تکلیفی دانشجویان رابطه معناداری وجود دارد ( $P < 0/001$  و  $\lambda = 0/687$  و  $F = 49/65$ )؛ یعنی؛ ترس از شکست، خود شفتت ورزی و عدم تحمل بلا تکلیفی با اهمال‌کاری تصمیم‌گیری دانشجویان رابطه معناداری وجود دارد. همچنین، مدل بدست آمده در این پژوهش، ۳۲ درصد از واریانس ترس از شکست، خود شفتت ورزی و عدم تحمل بلا تکلیفی (در نقش متغیر پیش‌بین) اهمال‌کاری تصمیم‌گیری (در نقش متغیر ملاک) را تبیین می‌کند. جدول ۳ ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد.

همان‌طور که در جدول ۲ مشاهده می‌شود، معناداری لامبدای ویلکز نشان می‌دهد که بین متغیرهای اهمال‌کاری تصمیم‌گیری با ترس از شکست، خود شفتت ورزی و عدم تحمل بلا تکلیفی دانشجویان رابطه معناداری وجود دارد ( $P < 0/001$  و  $\lambda = 0/687$  و  $F = 49/65$ )؛ یعنی؛ ترس از شکست، خود شفتت ورزی و عدم تحمل بلا تکلیفی با اهمال‌کاری تصمیم‌گیری دانشجویان رابطه معناداری وجود دارد. همچنین، مدل بدست آمده در این پژوهش، ۳۲ درصد از واریانس ترس از شکست، خود شفتت ورزی و عدم تحمل بلا تکلیفی (در نقش متغیر متغیر پیش‌بین) اهمال‌کاری تصمیم‌گیری (در نقش متغیر ملاک) را تبیین می‌کند. جدول ۳ ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد.

جدول ۳ ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

متغیر	۱	۲	۳	۴
اهمال‌کاری تصمیم‌گیری	۱			

	۱	-۰/۳۶**	شفقت به خود
۱	-۰/۴۴**	۰/۴۸**	ترس از شکست
۱	۰/۶۷**	-۰/۴۲**	عدم تحمل بلا تکلیفی

$p < 0.01$  \*\*

عدم تحمل بلا تکلیفی و ترس از شکست ( $t=0.67$ ) است. برای پیش‌بینی اهمال کاری تصمیم‌گیری براساس ترس از شکست، خود شفقت ورزی و عدم تحمل بلا تکلیفی از تحلیل رگرسیون چندگانه استفاده شد که همراه با خلاصه نتایج تحلیل رگرسیون در جدول ۴ آمده است.

با توجه به نتایج جدول ۳ می‌توان گفت بین اهمال کاری تصمیم‌گیری و شفقت خود ( $t=-0.36$ )؛ اهمال کاری تصمیم‌گیری و ترس از شکست ( $t=0.48$ ) و اهمال کاری تصمیم‌گیری و عدم تحمل بلا تکلیفی ( $t=0.45$ ) رابطه معنی‌داری وجود دارد. بیشترین ضریب همبستگی بین

جدول ۴ نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون چندگانه پیش‌بینی اهمال کاری تصمیم‌گیری براساس ترس از شکست، خود شفقت ورزی و عدم تحمل بلا تکلیفی

متغیرهای پیش‌بین	ضریب همبستگی	ضریب تعیین	F	بتای استاندارد	T	سطح معنی‌داری
شفقت به خود	۰/۳۶	۰/۱۲	۴۸	-۰/۳۴	-۶/۹۷	۰/۰۰۱
ترس از شکست	۰/۴۸	۰/۲۳	۱۱۴/۶۸	۰/۴۹	۱۱/۰۹	۰/۰۰۱
عدم تحمل بلا تکلیفی	۰/۴۵	۰/۱۸	۷۹/۶۸	۰/۴۱	۹/۱۵	۰/۰۰۱
ترکیب خطی متغیرها	۰/۵۱	۰/۲۶	۴۸/۶			

هستند. همانطور که ملاحظه می‌شود، از میان متغیرهای پیش‌بین مطالعه شده، بتای هر سه متغیر معنادار می‌باشد، با این حال، ترس از شکست با ( $\beta=0.49$ ) بیشترین قدرت پیش‌بینی را دارا است.

### بحث

پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش ترس از شکست، خود شفقت ورزی و عدم تحمل بلا تکلیفی در پیش‌بینی اهمال کاری تصمیم‌گیری دانشجویان انجام شد. نتایج پژوهش حاضر نشان داد که بین ترس از شکست و اهمال کاری تصمیم‌گیری رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. این یافته با یافته پژوهش‌های عبدی زرین و همکاران (۲۰۲۰)؛ محسن زاده و همکاران (۱۳۹۵) و

براساس نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون چندگانه با روش ورود در جدول ۴، ضریب همبستگی چندگانه برای ترکیب خطی ترس از شکست، خود شفقت ورزی و عدم تحمل بلا تکلیفی با اهمال کاری تصمیم‌گیری برابر با  $R=0.51$  و ضریب تعیین برابر با  $R^2=0.26$  است. مقدار F مربوط به همبستگی چندگانه به دست آمده برابر است با  $48/6$  که در سطح  $P \leq 0.001$  معنادار است. با توجه به ضریب تعیین به دست آمده، حدود ۳۲ درصد از واریانس متغیر اهمال کاری تصمیم‌گیری به کمک متغیرهای پیش‌بین (ترس از شکست، خود شفقت ورزی و عدم تحمل بلا تکلیفی) قابل پیش‌بینی است؛ یعنی؛ ترس از شکست، خود شفقت ورزی و عدم تحمل بلا تکلیفی پیش‌بینی کننده اهمال کاری تصمیم‌گیری دانشجویان

کورتویچ و همکاران (۲۰۱۹) همسو است. در تبیین این یافته می‌توان بیان داشت که اهمال‌کاری یک سبک مقابله‌ای برای حفظ عزت‌نفس است. دانشجویانی که اهمال‌کاری نشان می‌دهند در تحقق وظایف خود در تمام حیطه‌های زندگی اعم از تحصیلی، شغلی ناتوان‌اند که این ناتوانی با سطوح پایین عزت‌نفس در ارتباط است. عزت‌نفس پایین بیانگر شخصیتی است که ترس از شکست دارد، به گونه‌ای که تصورشان از خود و کارآمدی‌شان در انجام تکالیف منفی است و به این خاطر غالباً در آغاز، ادامه و پایان بخشیدن به تکالیف و اهداف تحصیلی خود تعلل دارند (محسن‌زاده و همکاران، ۱۳۹۵). در واقع افراد اهمال‌کار به دلیل عزت‌نفس و خود‌پنداره ضعیف، غالباً خودشان را سرزنش می‌کنند، از موقعیت‌های دشوار اجتناب می‌کنند و از سلامت روان پایینی بر خوردارند و بدین خاطر ترس از شکست با خود ناتوان‌سازی، احساس گناه، اجتناب و کاهش علاقه به موضوع مورد نظر همراه است (عبدی‌زرین و همکاران، ۲۰۲۰)؛ بنابراین خود این شرایط هم می‌تواند بر کاهش عزت‌نفس فرد اثرگذار باشد و به ارزیابی منفی بیشتر فرد از خود منجر شود؛ بنابراین منطقی به نظر می‌رسد که ترس از شکست نقش معناداری در تبیین اهمال‌کاری تصمیم‌گیری داشته باشد.

همچنین، نتایج تحقیق حاضر حاکی از ارتباط منفی و معنادار خود‌شفقت‌ورزی با اهمال‌کاری تصمیم‌گیری بود. این یافته با یافته پژوهش‌های اطهری و همکاران (۱۳۹۹)؛ حاجی‌زاده و رابرت (۲۰۱۷) و جئون و همکاران (۲۰۱۶) همسو است. در تبیین این یافته می‌توان گفت شفقت به خود به عنوان شکلی از ارتباط با خود، میزان تلاش فرد را افزایش می‌دهد و افراد دارای شفقت به خود

بالا در موقعیت‌های مختلف و چالش برانگیز، کارآمد عمل می‌کنند. افراد دارای شفقت به خود بالا زمانی که رویدادهای منفی (دشواری تکالیف و امتحانات و شکست تحصیلی) را تجربه می‌کنند به واسطه مهربانی و ملاحظت با خود، شایستگی‌های خود را شناسایی و بر مشکلات غلبه می‌کنند که این امر ابتدا باعث کاهش انتقاد از خود، نشخوار فکری و سرکوبی افکار منفی مثل اضطراب می‌شود و در نهایت باعث کاهش اهمال‌کاری می‌گردد (اطهری و همکاران، ۱۳۹۹). همچنین این افراد از تمرکز مثبت، برنامه‌ریزی منظم و پذیرش خود برخوردارند که این عوامل از طریق افزایش سلامت و انسجام روانی باعث کاهش اهمال‌کاری تصمیم‌گیری آنان می‌شود. همچنین افراد در هنگام مواجهه با تکالیف درسی و امور مربوط به تحصیل، با توجه به ذهن آگاهی و به دور از درگیری ذهنی مکرر به انجام به موقع تکالیف تحصیلی می‌پردازد. از طرفی نیز فردی که شفقت به خود دارد با توجه به حس مشترک انسانی و اینکه همه دانشجویان نیز موظف به انجام تکالیف تحصیلی هستند، با برنامه‌ریزی منظم سعی در انجام به موقع تکالیف و آماده شدن برای امتحانات را دارد (اطهری و همکاران، ۱۳۹۹)؛ بنابراین اهمال‌کاری کاهش می‌یابد.

همچنین، نتایج تحقیق حاضر حاکی از ارتباط مثبت و معنادار عدم تحمل بلا‌تکلیفی با اهمال‌کاری تصمیم‌گیری بود. این یافته با یافته پژوهش‌های رادمهر و کرمی (۱۳۹۸)؛ زارعی و خشوعی (۱۳۹۵) و تان (۲۰۲۱) همسو است. در تبیین این یافته می‌توان گفت نقش سازه تحمل ابهام در مباحث آموزشی غیرقابل انکار است. سهم معنادار این سازه در کنار دیگر متغیرهای دخیل در آموزش می‌تواند به مدرسان این آگاهی را بدهد که

هزینه‌هایی که برای کشور ایجاد می‌کند، توجه به این امر برای سیاست‌گذاران، اساتید و مشاوران تحصیلی ضروری است و در پژوهش‌های بعدی بررسی علل و راهکارهای مناسب جهت کاهش این رفتار پیشنهاد می‌گردد.

### سپاسگزاری

این مطالعه حاصل پایان‌نامه کارشناسی ارشد نویسنده اول با کد اخلاق به شماره IR.IUMS.REC.1399.168 در کمیته اخلاق دانشگاه علوم پزشکی ایران ثبت شده است. بدین وسیله از کلیه دانشجویان محترم که در این تحقیق ما را یاری کردند، کمال تشکر را داریم.

### References

- Abdi Zarin S, Gracia E, Paixao MP. (2020). Prediction of academic procrastination by fear of failure and self-regulation. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 20(3), 34-43.
- Abdoli B, Ahmadi N, Azimzadeh E, Afshari J. (2013). To Determine the Validity and Reliability of Performance Failure Appraisal Inventory. *J Mot Learn Dev*, 5, 37-48. (In Persian)
- Athari Z, Barzegar Bafrooi K, Zare M. (2020). Investigating the Role of Self- Compassion on Academic Procrastination by Mediating Role of Experimental Avoidance in Students of Yazd University. *Res in School and Virtual Learning*, 8(1), 35-44. (In Persian)
- Bluth K, Neff KD. (2018). New frontiers in understanding the benefits of self-compassion. *Self and Identity*, 17(6), 605-8.
- Buhr K, Dugas MJ. (2006). Investigating the construct validity of intolerance of uncertainty and its unique relationship with worry. *J Anxiety Disord*, 20(2), 222-36.
- Conroy DE, Willow JP, Metzler JN. (2002). Multidimensional fear of failure measurement: The performance failure appraisal inventory. *Journal of applied sport psychology*, 14(2), 76-90.

علی‌رغم وجود تمامی شرایط، به ساختار شخصیتی یادگیرندگان نیز باید توجه شود. درواقع، زمانی که یادگیرندگان با قدرت تحمل متوسط و بالا از قبل، توسط مدرسین، از محتوا و روش‌های تدریس آگاه می‌شوند و برنامه‌های آموزشی به همراهی آن‌ها تنظیم می‌گردد. احساس مسئولیت بیشتری نموده و با انگیزه و تلاش بیشتری اقدام به یادگیری می‌نمایند (زارعی و خشوعی، ۱۳۹۵). افرادی که قدرت تحمل ابهام پایین‌تری دارند، در حقیقت دچار ابهام عاطفی و ضعف جرئت‌ورزی هستند و از پیچیدگی، بی‌نظمی، چالش‌انگیزی و ابهام زیبایی شناختی اجتناب می‌کنند و همچنین به محض روبه‌رو شدن با موقعیتی پیچیده، حل‌نشدنی و دشوار احساس ناراحتی می‌کنند؛ بنابراین، امکان دارد به اهمال‌کاری روی آورند (رادمهر و کرمی، ۱۳۹۸).

### نتیجه‌گیری

با توجه به نتایج پژوهش حاضر می‌توان گفت ترس از شکست و عدم تحمل بلا تکلیفی منجر به افزایش اهمال‌کاری در تصمیم‌گیری و خود شفتت‌ورزی منجر به کاهش اهمال‌کاری در تصمیم‌گیری در دانشجویان می‌گردد. پژوهش حاضر با محدودیت‌هایی روبه‌رو بود از جمله: در پژوهش حاضر برای اندازه‌گیری متغیرها صرفاً از پرسشنامه استفاده شد که ممکن است بخشی از نتایج به دست آمده در اثر حساسیت آزمودنی‌ها به پرسش‌های آزمون، اجرای آزمون و هنجارهای تعیین شده باشد. همچنین، با توجه به بررسی همبستگی بین متغیرها امکان نتیجه‌گیری در مورد روابط علی بین متغیرها وجود ندارد. با توجه به نقش مهم اهمال‌کاری در تصمیم‌گیری در امور تحصیلی و آموزشی و آینده شغلی دانشجویان و در نتیجه

- Delavar A. (2018). *Research Method in Psychology and Educational Sciences*. Tehran: Virayesh publication. (In Persian)
- Deneault AA, Gareau A, Bureau JF, Gaudreau P, Lafontaine MF. (2020). Fear of failure mediates the relation between parental psychological control and academic outcomes: A latent mediated-moderation model of parents' and children's genders. *Journal of youth and adolescence*, 1-16.
- Deniz ME. (2021). Self-compassion, intolerance of uncertainty, fear of COVID-19, and well-being: A serial mediation investigation. *Personality and Individual Differences*, 177, 110824.
- Dugas MJ, Koerner N. (2005). Cognitive-behavioral Treatment for Generalized Anxiety Disorder: Current Status and Guture Directions. *J Cogn Psychother*, 19, 61-68.
- Fourtounas A, Thomas SJ. (2016). Cognitive factors predicting checking, procrastination and other maladaptive behaviors: prospective versus inhibitory intolerance of uncertainty. *J Obsessive Compuls Relat Disord*, 9, 30-5.
- Gagnon J, Dionne F, Pychyl TA. (2016). Committed action: An initial study on its association to procrastination in academic settings. *J Contextual Behav Sci*, 5 (2), 97-102.
- Hajjiaziz A, Robert H. (2017). The relationship between self-compassion and academic procrastination being mediated by shame and anxiety. *EJC*, 9(1), 13-22. (In Persian)
- Hen M, Goroshit M, Viengarten S. (2021). How decisional and general procrastination relate to procrastination at work: An investigation of office and non-office workers. *Personality and Individual Differences*, 172, 1-13.
- Hosseine F, Khayyer M. (2009). Prediction of behavioral and Decisional procrastination considering meta- cognition beliefs in University students. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*, 15(3), 265-273. (In Persian)
- Jackson C. (2017). Fear of failure. In *Understanding Learning and Motivation in Youth* (pp. 30-39). Routledge.
- Jeon H, Lee K, Kwon S. (2016). Investigation of the Structural Relationships Between Social Support, Self-Compassion, and Subjective Well-Being in Korean Elite Student Athletes. *Psychol Rep*, 119(1), 39-54.
- Kurtovic A, Vrdoljak G, Idzanovic A. (2019). Predicting Procrastination: The Role of Academic Achievement, Self-efficacy and Perfectionism. *IJEP*, 8(1), 1-26.
- Mann L. (1982). Decision-making questionnaire. Unpublished inventory. Adelaide, Flinders University.
- Mohsenzadeh F, Jahanbakhshi Z, Keshavarzafshar H, Eftari S, Goudarzi R. (2016). The role of fear of failure and personality characteristics in anticipating academic procrastination. *School Psycho*, 5(2), 92-108. (In Persian)
- Neff KD. (2003). The development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and identity*, 2(3), 223-50.
- Radmehr F, Karami J. (2019). The examination of the role tolerance of ambiguity and flourishing in predicting academic engagement in students. *Edu Psycho*, 15(52), 203-216. (In Persian)
- Rahmani Javanmard S, Mohammadi S. (2017). The Role Positive and Negative Affect, Fear of failure and Goal achievement orientation in Predicting Academic Procrastination amongst Students. *JSRP*, 18(1), 110-118. (In Persian)
- Saeedi Z, Ghorbani N, Sarafraz MR, Sharifian MH. (2013). The effect of inducing self-compassion and self-esteem on the level of the experience of shame and guilt. *Contemp Psychol*, 8. (In Persian)
- Sherafati H, Taheri E, Asmaee-Majd S, Amiri M. (2017). Effectiveness of Cognitive Therapy Based on Dugas Model on Intolerance of Uncertainty, Cognitive Avoidance and Positive Beliefs about worry in Generalized Anxiety Disorder. *J Clin Psychol*, 9(34), 15-27. (In Persian)

- Tan DC. (2021). Academic hardiness among Malaysians university students: academic hardiness, academic locus of control, tolerance of ambiguity, students' engagement and automatic negative thoughts (Doctoral dissertation, UTAR).
- Tavakoli MA. (2013). A study of the prevalence of academic procrastination among students and its relationship with demographic characteristics, preferences of study time, and purpose of entering university. *Quarterly Educational Psychology*, 9(28), 99-120. (In Persian)
- Upadhye B, Sivakumaran B, Pradhan D, Lyngdoh T. (2021). Can planning prompt be a boon for impulsive customers? Moderating roles of product category and decisional procrastination. *Psychology & Marketing*.
- Zarei L, Khoshouei MS. (2016). Relationship of academic procrastination with metacognitive beliefs, emotion regulation and tolerance of ambiguity in university students. *IRPHE*, 22(3), 113-130. (In Persian)