

The relationship between obsessive-compulsive disorder and academic procrastination and the mediating role of cognitive avoidance

Said asadnia¹, Mohammad Rasoul Mofassery², Mansour Agashteh³, Parisa Hoseinpour⁴, Pone Bagheri⁵

1- PhD in Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Tabriz University, Tabriz, Iran.

2- PhD in Psychology, Faculty of Literature and Human Sciences, Urmia University, Urmia, Iran.

3- PhD student of clinical psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Tabriz University, Tabriz, Iran. (Corresponding Author). E-mail: m.agashteh@tabrizu.ac.ir

4- M.A student in educational psychology. Faculty of Educational Sciences and Psychology, Islamic Azad University, Iran.

5- M.A of Clinical psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Islamic Azad University, Bokon, Iran.

Received: 02/03/2024

Accepted: 04/05/2024

Abstract

Introduction: Identifying the factors associated with and influencing academic procrastination is of particular importance. Obsessive-compulsive disorder and cognitive avoidance appear to be significant contributors to academic procrastination.

Aim: The present research aims to examine the relationship between obsessive-compulsive disorder and academic procrastination with the mediating role of cognitive avoidance .

Method: This was quantitative research which was conducted through a descriptive-correlational method. The statistical population comprised all students at Urmia University during the second academic semester of 2022–2023. A total of 251 students were selected through multi-stage cluster sampling. Data were collected using the Revised Obsessive-Compulsive Scale, the Cognitive Avoidance Scale, and the Academic Procrastination Scale. The data were analyzed using SPSS and AMOS softwares.

Results: The results indicated that the direct effect of obsessive-compulsive disorder on academic procrastination was statistically significant ($p < 0.01$). Additionally, the results showed that the obsessive-compulsive disorder has a significant relationship with cognitive avoidance as a mediator ($p < 0.05$). Finally, the results demonstrated that the research model exhibited a good fit

Conclusion: The results indicated that cognitive avoidance mediates the relationship between obsessive-compulsive disorder and academic procrastination. It is recommended that counselors and psychologists at student counseling centers focus on the manifestations of obsessive-compulsive disorder and the cognitive avoidance resulting from it, in order to reduce academic procrastination.

Keywords: Cognitive avoidance, Obsessive-compulsive disorder, Academic procrastination.

رابطه بین اختلال وسواسی اجباری و اهمال کاری تحصیلی و نقش واسطه‌ای اجتناب شناختی

سعید اسدینیا^۱، محمدرسول مفسری^۲، منصور آگشته^۳، پریسا حسین پور^۴، پونه باقری^۵

۱. دکترای روان‌شناسی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، گروه روانشناسی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران.

۲. دکترای روان‌شناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، گروه روانشناسی، دانشگاه ارومیه، ارومیه، ایران.

۳. دانشجوی دکتری تخصصی روانشناسی بالینی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، گروه روانشناسی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران. (مؤلف مسئول). ایمیل: m.agashteh@tabrizu.ac.ir

۴. دانشجوی کارشناسی ارشد روان‌شناسی تربیتی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، ارومیه، ایران.

۵. کارشناسی ارشد، روان‌شناسی بالینی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، بوکان، ایران.

تاریخ دریافت مقاله: ۱۴۰۲/۱۲/۱۲

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۴۰۳/۰۲/۱۵

چکیده

مقدمه: شناسایی عوامل مرتبط و تأثیرگذار بر اهمال کاری تحصیلی از ضرورت و اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. به نظر می‌رسد اختلال وسواسی اجباری و اجتناب شناختی از عوامل مؤثر بر اهمال کاری تحصیلی هستند.

هدف: هدف پژوهش حاضر، بررسی رابطه اختلال وسواسی اجباری و اهمال کاری تحصیلی با نقش واسطه‌ای اجتناب شناختی بود.

روش: روش اجرای این پژوهش توصیفی-همبستگی و جامعه آماری پژوهش حاضر شامل تمامی دانشجویان دانشگاه ارومیه در نیمسال دوم تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ بودند که تعداد ۲۵۱ نفر از آن‌ها با استفاده از نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از مقیاس بازنگری شده وسواسی اجباری (فوا و همکاران، ۲۰۰۲)، مقیاس اجتناب شناختی (سکستون و دوگاس، ۲۰۰۸) و مقیاس تعلل‌ورزی تحصیلی (سولومون و راث بلوم، ۱۹۸۴) استفاده شد. تحلیل داده‌های جمع‌آوری شده در نرم افزارهای اس پی اس اس نسخه ۲۴ و آموس نسخه ۲۴ انجام شد.

یافته‌ها: نتایج نشان داد اثر مستقیم اختلال وسواسی اجباری بر اهمال کاری تحصیلی معنادار است ($p < 0/01$). همچنین نتایج نشان داد اختلال وسواسی اجباری با واسطه‌گری اجتناب شناختی رابطه معناداری دارد ($p < 0/05$). در نهایت نتایج نشان داد مدل پژوهش از برازش مطلوبی برخوردار بود.

نتیجه‌گیری: نتایج نشان داد اجتناب شناختی رابطه بین اختلال وسواسی اجباری و اهمال کاری تحصیلی را واسطه‌گری می‌کند. به مشاوران و روان‌شناسان مرکز مشاوره دانشجویی پیشنهاد می‌شود جهت کاهش اهمال کاری تحصیلی، بر تظاهرات اختلال وسواسی اجباری و اجتناب شناختی ناشی از آن نیز توجه کنند.

کلیدواژه‌ها: اجتناب شناختی، اختلال وسواسی اجباری، اهمال کاری تحصیلی.

مقدمه

مشکلات مربوط به سلامت روانی در دانشجویان نوعی نگرانی فزاینده برای سلامت عمومی و سیاست‌گذاران محسوب می‌شود. مطالعات نشان داده‌اند از هر ۵ نفر دانشجو ۱ نفر دارای مشکلات روان‌شناختی جدی است (کامپل، بلانک، کانتزل، باکستر، بلاکمر، دیکسون و گویدر^۱، ۲۰۲۲). یکی از مشکلاتی که اغلب دانشجویان با آن درگیر هستند، اهمال‌کاری تحصیلی^۲ است که شیوع آن ۷۰ درصد در دانشجویان گزارش شده است (آیشه، ایلکنور و توغبّا^۳، ۲۰۱۹). اهمال‌کاری تحصیلی به تعویق انداختن تکالیف مرتبط با تحصیل است که شامل انجام تکالیف، مطالعه دروس و آمادگی برای امتحانات می‌شود و یک پدیده گسترده در محیط‌های دانشگاهی بوده که نتایجی مانند عملکرد نامناسب آموزشی، عدم پیشرفت در تحصیل را به دنبال دارد (تیان، ژائو، یو، لی، سان، ژائو و ژانگ^۴، ۲۰۲۱). به طور کلی اهمال‌کاری شامل دو سطح، شناختی و رفتاری است. در سطح شناختی فرد در انتخاب اهداف و تصمیم‌گیری به موقع، تعلل می‌ورزد و در سطح رفتاری فعالیتی را که قصد انجام آن را دارد، بدون علت خاصی و به صورت کاملاً ارادی در زمان تعیین شده انجام نمی‌دهد (تیان و همکاران، ۲۰۲۱). دانشجویانی که اهمال‌کاری تحصیلی دارند، انگیزه‌ای برای انجام تکالیف آموزشی در مدت زمان تعیین شده را ندارند، به موقع برای امتحانات آماده نمی‌شوند و انجام تکالیف خود را تا لحظه آخر به تأخیر می‌اندازند (آیس و همکاران، ۲۰۱۹). 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 (منصوری، عاشوری، غرای و فراهانی، ۱۴۰۰).

یکی از مهمترین عوامل تأثیرگذار در بروز اهمال‌کاری تحصیلی که شیوع زیادی نیز در دانشجویان دارد اختلال وسواسی اجباری^۵ است (دوتی، ولدريج، آستاكووا، فاگان، مارینیا، کالداس و تونچالپ^۶، ۲۰۲۰؛ آک‌پور^۷، ۲۰۲۰). اختلال وسواسی اجباری با وسواس فکری یا عملی یا هر دو مشخص می‌شود. وسواس‌های فکری شامل افکار، تکانه یا تصورات مکرر و پایداری هستند که به شکل مزاحم و ناخواسته تجربه می‌شوند، حال آنکه وسواس‌های عملی (اجبارها) رفتارهای تکراری یا فعالیت‌های ذهنی تکراری هستند که فرد احساس می‌کند باید آن‌ها را در پاسخ به یک وسواس فکری یا طبق قوانینی که باید به دقت اجرا شود، انجام دهد (انجمن روان پزشکی آمریکا^۸، ۲۰۱۳). این اختلال روی ۱/۵ تا ۳ درصد جمعیت افراد بالغ تأثیر می‌گذارد (یاراحمدی، اورکی، سعادت، اسحاقیان و مومنی، ۱۳۹۹).

شواهد پژوهشی نشان می‌دهد که اختلال وسواسی اجباری بر مشکلات تحصیلی تأثیر دارد به طوری که حتی شکل خفیف‌تر آن هم منجر به کاهش انگیزه تحصیلی، ضعف در دقت و افت عملکرد تحصیلی در دانشجویان می‌شود (کادسجو و گیلبرک^۹، ۲۰۲۲؛ سولتان، فالاتا، بشار، علاقی، الشریف، بن صالح و فقیه^{۱۰}، ۲۰۲۱). اختلال وسواسی اجباری از طریق دو مولف غیرقابل پیش‌بینی دانستن آینده

7 . Akpur

8 . American Psychiatric Association

9 . Kadesjö & Christopher Gillberg

10 . Sultan, Fallata, Bashar, Olaqi, Alsharif, BinSaleh & Fakieh

1. Campbell, Blank, Cantrell, Baxter, Blackmore, Dixon & Goyder

2 . academic procrastination

3 . Ayça, İlknur & Tuğba

4 . Tian, Zhao, Xu, Li, Sun, Zhao & Zhang

5 . Obsessive-Compulsive disorder

6 . Doty, Wooldridge, Astakhova, Fagan, Marinina, Caldas & Tunçalp

تهدیدکننده و تبدیل تصور به فکر است که با هدف انحراف ذهن از موضوع نگران کننده صورت می‌گیرد (جرامیتا، یتری و احمری^۷، ۲۰۲۰). اجتناب شناختی به دلیل ایجاد باورهای غیرمنطقی از جمله اجتناب از عامل تهدیدکننده، به عنوان یکی از ماشه چکان‌های اصلی در اهمال کاری تحصیلی نقش دارد (ژانگ، لیو و فنگ^۸، ۲۰۱۹).

افراد اهمال‌کار از فرآیندهای شناختی واقع بینانه‌تر و اطلاعات روشن در مورد خود و محیط پیرامون‌شان که باعث آشکار شدن ضعف‌های شخصی می‌شود، اجتناب می‌کنند (کادسجو و گیلبرک^۹، ۲۰۲۲). از این رو می‌توان گفت اهمال کاری تصویری از یک تناقض ناهماهنگ بین نیت انجام یک عمل و انجام دادن واقعی آن عمل ارائه می‌کند (اولاتونجی و همکاران^{۱۰}، ۲۰۱۹). در همین راستا محمودزاده و محمدخانی (۱۳۹۵) نشان دادند که روابط علی معنی‌دار و مثبت بین کمال‌گرایی، اضطراب و اهمال کاری وجود دارد و اجتناب شناختی زمانی که باعث افزایش اضطراب در افراد کمال‌گرا می‌شود، اهمال کاری و تعلل ورزی بیشتری را به دنبال دارد.

از سویی اجتناب شناختی نقش مهمی در شروع و تداوم اختلال وسواسی اجباری دارد. به طوری که این افراد از اجتناب شناختی به عنوان راهبردی برای سرکوب افکار تکرار شونده و آزار دهنده استفاده می‌کنند که اغلب نتایج متناقضی در پی دارد و حتی منجر به تشدید علائم وسواسی اجباری نیز می‌شود (سلس، هاجگارد، ایوارسون، تامسن، مک‌براید، استورچ و استوارت^{۱۱}، ۲۰۲۰). به نظر می‌رسد

و فلج ناشی از عدم اطمینان بر اهمال کاری تحصیلی تأثیر دارد (فورتناس و توماس^۱، ۲۰۱۶). چرا که این افراد اغلب درگیر واریسی مکرر تکلیف تحصیلی و تردید در تصمیم‌گیری بوده و از این رو سطوح بالاتری از اهمال کاری تحصیلی را گزارش می‌کنند. (هاتچیسون، پنی و کرامپتون^۲، ۲۰۱۸). از طرفی کمال‌گرایی^۳ نیز به عنوان یکی از باورهای وسواسی اجباری، از متغیرهای مهم در پیش‌بینی اهمال کاری تحصیلی محسوب می‌شود (اولاتونجی، ايسوتانی و تولین^۴، ۲۰۱۹). کمال‌گرایی، به عنوان ترکیبی از استانداردهای شخصی بیش از حد بالا و خودارزیابی‌های انتقادی تعریف شده است (شیری پور، شمس و ملاتوروزی، ۱۴۰۳) که نقش مهمی در تداوم اهمال کاری تحصیلی دانشجویان دارد (آک‌پور، ۲۰۲۰). علی‌رغم اینکه بین اهمال کاری تحصیلی و اختلال وسواسی اجباری تا حدودی رابطه آشکاری مشاهده می‌شود؛ ولی شواهد حاکی از آن است که روابط مستقیم فقط به صورت نسبی می‌تواند تبیین‌گر این رابطه باشد (محمودزاده و محمدخانی، ۱۳۹۵). از این رو به نظر می‌رسد متغیرهایی می‌توانند به عنوان میانجی این رابطه را تشدید کنند. یکی از این متغیرها اجتناب شناختی^۵ است (فیورتس، جوز، نم‌ساین، رویو و دی‌گازمن^۶، ۲۰۲۰). اجتناب شناختی به عنوان الگوهای فکری که شامل نگرانی هستند ظاهر می‌شود و از طریق «تقویت» فرد برای وقوع اتفاق بد یا معطوف کردن توجه به سوی نتایج منفی آینده عمل می‌کند و شامل سرکوب افکار ناخوشایند و یا خاطرات از طریق حواس‌پرتی، اجتناب از محرک

7 . Geramita, Yttri & Ahmari

8 . Zhang, Liu & Feng

9 . Selles, Højgaard, Ivarsson, Thomsen, McBride, Storch & Stewart

1 . Fourtounas & Thomas

2 . Hutchison, Penney & Crompton

3 . perfectionism

4 . Olatunji, Ebesutani & Tolin

5 . cognitive avoidance

6 . Fuertes, Jose, Nem Singh, Rubio & De Guzman

معادلات ساختاری حداقل حجم نمونه بر اساس متغیرهای پنهان تعیین می‌شود نه متغیرهای مشاهده‌پذیر (۵ تا ۲۰ نمونه برای هر عامل یا متغیر پنهان لازم است) اما به طور کلی حداقل ۲۰۰ نمونه توصیه شده است (ژانگ، داوسون و کلاین^۲، ۲۰۲۱). از این رو، کل نمونه انتخاب شده در این پژوهش ۲۷۷ نفر بود که با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای انجام شد که از این تعداد داده‌های مربوط به ۲۵۱ نفر که قابل تحلیل بودند مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. ملاک‌های ورود شامل تمایل برای شرکت در پژوهش، تحصیل در دانشگاه ارومیه و ملاک خروج نیز عدم دقت در تکمیل پرسش‌نامه‌ها و منصرف شدن از شرکت در پژوهش بود. پس از هماهنگی و کسب مجوز از دانشگاه ارومیه ابتدا از میان چهار گروه آزمایشی علوم انسانی، فنی، علوم پایه و کشاورزی به تصادف چهار دانشکده انتخاب شد، سپس انتخاب سه رشته از هر دانشکده به روش تصادفی، انتخاب دو کلاس از هر رشته، انتخاب ۱۱ نفر از هر کلاس بر اساس لیست کلاسی و در نهایت از میان دانشجویان این دانشکده‌ها دانشجویان داوطلبی که حاضر به همکاری بودند، به صورت تصادفی انتخاب شدند و بعد از اینکه از اهداف پژوهش به طور کامل مطلع شدند، مشخصات آنها جهت معیارهای ورود به پژوهش و خروج از پژوهش بررسی شد و رضایت آگاهانه کتبی از آنها کسب شد. پس از بررسی مشخصات جمعیت شناختی، پرسشنامه‌ها آماده و در اختیار شرکت کنندگان قرار گرفت. تکمیل پرسشنامه‌ها حدود ۳۰ دقیقه زمان می‌برد. ملاحظات اخلاقی نیز شامل بی‌نام بودن ابزارهای پژوهش، محرمانه بودن اطلاعات و عدم تضاد محتوای پژوهش با ارزش‌های اخلاقی،

اضطراب و اهمال‌کاری در ارتباطی دوسویه بر هم دارند. به طوری که افراد اهمال‌کار به واسطه احساس تهدید حرمت خود، اضطراب شدیدی را تجربه می‌کنند که باعث می‌شود انجام تکلیف را به تاخیر بیندازند تا از رنج ناشی از آن رهایی یابند. علاوه بر این اهمال‌کاری به دلیل اجتناب از تجربه اضطراب، شکل می‌گیرد و به طور موقت اضطراب را کاهش می‌دهد؛ ولی در بلند مدت منجر به افزایش اضطراب می‌شود (کوفیاک^۱، ۲۰۲۲).

با در نظر گرفتن نقشی که اهمال‌کاری تحصیلی می‌تواند بر عملکرد تحصیلی دانشجویان داشته باشد شناسایی عوامل مؤثر در اهمال‌کاری تحصیلی اقدام مهمی در حیطه تحصیل و دانشگاهی به شمار می‌آید. پژوهش‌های موجود حاکی از رابطه اختلال وسواسی اجباری و اجتناب شناختی با اهمال‌کاری تحصیلی است و نشان داده‌اند اختلال وسواسی اجباری از عوامل دخیل در امتناع از احساسات ناخوشایند افراد، نظیر اجتناب شناختی است؛ باین حال، پژوهشی که به بررسی رابطه بین اختلال وسواسی اجباری و اهمال‌کاری تحصیلی و نقش واسطه‌ای دیگر عوامل روانی هیجانی از جمله اجتناب شناختی پرداخته باشد، یافت نشد و در این زمینه خلأ پژوهشی مشاهده می‌شود؛ بنابراین، هدف پژوهش حاضر رابطه بین اختلال وسواسی اجباری و اهمال‌کاری تحصیلی و نقش واسطه‌ای اجتناب شناختی بود.

روش

روش پژوهش توصیفی-همبستگی و جامعه آماری پژوهش حاضر کلیه دانشجویان دانشگاه ارومیه در نیمسال دوم تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ بودند. از آنجا که در مدل‌سازی

2. Zhang, Dawson & Kline

1. Kuftyak

فرهنگی و دینی جامعه بود؛ و به شرکت‌کننده‌ها اطمینان داده شد که شرکت در پژوهش هیچ‌گونه آسیب احتمالی برای آنان نداشته است.

به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها روش‌های توصیفی و استنباطی به کار گرفته شد. در بخش توصیفی اطلاعات جمعیت‌شناختی و شاخص‌هایی چون میانگین و انحراف معیار ارائه می‌شود. در بخش آمار استنباطی پس از محاسبه ضریب همبستگی پیرسون و بررسی مفروضه‌های معادلات ساختاری از جمله نرمال^۱ بودن توزیع داده‌ها که با آماره‌های چولگی^۲، کشیدگی^۳ و وجود رابطه خطی^۴ که با استفاده از نمودار پراکندگی واریانس‌های استاندارد شده خطاها^۵ و عدم وجود رابطه همخطی^۶ که با آماره‌های ضریب تحمل^۷ و عامل تورم واریانس^۸ بررسی می‌شوند برازش مدل ساختاری با استفاده از شاخص‌های برازش، برآورد بیشینه احتمال^۹ و ضرایب رگرسیون بتا و نرم‌افزارهای SPSS و AMOS مورد بررسی قرار گرفت.

ابزار

مقیاس بازنگری شده وسواسی اجباری^{۱۰} (OCI-R): این مقیاس ۱۸ ماده‌ای توسط فوآ، هاپرت، لیرگ، لانگر، کیچی، هاجاک و سالکوسکیس^{۱۱} (۲۰۰۲) به منظور ارزیابی شدت علائم وسواسی اجباری در جمعیت‌های بالینی و غیر بالینی طراحی شده است. این مقیاس ۶ خرده آزمون (شستشو^{۱۲}، واریسی^{۱۳}، نظم^{۱۴}، وسواس فکری^{۱۵}، انباشت^{۱۶} و خنثی‌سازی^{۱۷}) را شامل می‌شود. هر گویه بر

مبنای یک مقیاس سه‌درجه‌ای از صفر تا دو (هرگز صفر نمره، برخی مواقع ۱ نمره و همیشه ۲ نمره) تعلق می‌گیرد. فوآ و همکاران (۲۰۰۲) همسانی درونی، پایایی پیش-آزمون-پس‌آزمون و اعتبار افتراقی خوبی را برای این مقیاس نشان داده‌اند. به‌طوری که ضریب آلفای کرونباخ برای مقیاس کلی برابر با ۰/۸۵، برای زیرمقیاس واریسی، ۰/۶۶، زیرمقیاس نظم ۰/۶۹، زیرمقیاس شست‌شو ۰/۶۹، زیرمقیاس انباشت ۰/۶۳ و زیرمقیاس خنثی‌سازی ۰/۵۰ گزارش کرده‌اند. کانها، موریاس، سوسا، کاستانهو، پیکوپرز، فریا و مورگادو^{۱۸} (۲۰۲۳) در پژوهشی جدید اعتبار و روایی این مقیاس را مورد بررسی قرار داده‌اند و ضریب آلفای کرونباخ برای مقیاس کلی برابر با ۰/۸۸، برای زیرمقیاس واریسی، ۰/۶۹، زیرمقیاس نظم ۰/۶۶، زیرمقیاس وسواسی فکری ۰/۷۴، زیرمقیاس شست‌شو ۰/۶۷، زیرمقیاس انباشت ۰/۶۸ و زیرمقیاس خنثی‌سازی ۰/۵۷ گزارش کرده‌اند. محمدی، زمانی و فتی (۱۳۸۷)، به نقل از اسدنیا، محمود علیلو، بیرامی و بخشی‌پور، (۱۴۰۰) همسانی درونی برای کل مقیاس، ۹۱٪ و برای زیرمقیاس‌های واریسی، نظم، شست‌شو و خنثی-سازی را به ترتیب ۰/۸۶، ۰/۷۲، ۰/۷۹، ۰/۸۲، ۰/۶۳ و ۰/۷۱ گزارش کرده‌اند و پایایی آزمون بازآزمون با فاصله دوهفته برابر ۰/۸۱ و در سطح ۰/۱. نیز معنادار به‌دست آمده است. اسدنیا و همکاران (۱۴۰۰) نیز همسانی درونی این پرسش-نامه را با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۹۲ گزارش کرده‌اند.

12. washing

13. checking

14. ordering

15. obsessing

16. hoarding

17. neutralizing

18. Cunha, Moreira, Sousa, Castanho, Pico-Perez, Ferreira & Morgado

1. normal

2. skewness

3. kurtosis

4. inearity

5. standardized residuals

6. collinearity

7. tolerance coefficient

8. variance inflation factor

9. Maximum Likelihood (ML)

10. Obsessional Compulsive Inventory – Revised

11. Foa, Huppert, Leiberg, Langner, Kichic, Hajcak & Salkovskis

فکر، جانشینی فکر، توجه برگردانی، تبدیل تصاویر به افکار و برای تغییر تصاویر ذهنی به افکار کلامی، به ترتیب ۰/۹۰، ۰/۷۱، ۰/۸۹، ۰/۹۰ و ۰/۸۴ گزارش شده است. هوشمندی و صفرنیا (۱۴۰۲) نیز آلفای کرونباخ این مقیاس را ۰/۷۹ گزارش کرده‌اند. در پژوهش حاضر برای بررسی همسانی درونی پرسش‌نامه بر روی دانشجویان دانشگاه ارومیه از آلفای کرونباخ استفاده شد که ضریب ۰/۸۴ به دست آمد.

مقیاس تعلل ورزی تحصیلی دانشجویان (PASS): این مقیاس توسط سولومون و راث بلوم^۵ (۱۹۸۴) تهیه شد. این مقیاس دارای ۲۳ گویه است. مقیاس تعلل ورزی تحصیلی دانشجویان شامل ۳ مولفه بوده که عبارتند از ۱. آماده شدن برای امتحانات (۸ گویه)، ۲. آماده شدن برای تکالیف (۱۱ گویه) و ۳. آماده شدن برای مقالات پایان ترم (۸ گویه). آزمودنی‌ها بر اساس طیف لیکرتی از ۱ (هرگز) تا ۵ (همیشه) به سؤالات پاسخ می‌دهند. سولومون و راث بلوم (۱۹۸۴) ضریب پایایی این مقیاس را از طریق آلفای کرونباخ، ۰/۶۴ گزارش شده است. محمودزاده و محمدخانی (۱۳۹۵) نیز پایایی این مقیاس را با استفاده از روش آلفای کرونباخ برای نمره کل ۰/۸۵، برای آمادگی در امتحانات ۰/۷۸، برای آمادگی برای تکالیف ۰/۸۲ و برای آمادگی برای مقالات ۰/۸۳ گزارش کرده‌اند. همچنین تحلیل عاملی تأییدی نیز برای مقیاس آمادگی برای امتحانات از ۰/۵۲ تا ۰/۷۰ و برای خرده مقیاس آمادگی برای تکالیف از ۰/۵۰ تا ۰/۷۴ و برای خرده مقیاس آمادگی برای مقالات از ۰/۵۵ تا ۰/۷۵ متغیر گزارش شده است (محمودزاده و محمدخانی، ۱۳۹۵).

در پژوهش حاضر برای بررسی همسانی درونی پرسش‌نامه بر روی دانشجویان دانشگاه ارومیه از آلفای کرونباخ استفاده شد که ضریب ۰/۸۹ به دست آمد.

مقیاس اجتناب شناختی (CAQ): این پرسش‌نامه توسط سکستون و دوگاس^۲ (۲۰۰۸) طراحی و اعتباریابی شده و شامل ۲۵ گویه و ۵ خرده‌مقیاس است و ۵ نوع راهبرد اجتناب شناختی را مورد بررسی قرار می‌دهد. سؤالات ۱، ۲، ۵، ۶ و ۱۴ مربوط به فرونشانی فکر، سؤالات ۴، ۱۱، ۱۷، ۲۰ و ۲۵ مربوط به جانشینی فکر، سؤالات ۸، ۱۰، ۱۲، ۱۳ و ۲۱ مربوط به حواس‌پرتی، سؤالات ۷، ۹، ۱۶، ۱۸ و ۲۲ مربوط به اجتناب از محرک تهدیدکننده و سؤالات ۳، ۱۵، ۱۹، ۲۳ و ۲۴ مربوط به تبدیل تصورات به افکار است. آزمودنی‌ها بر اساس طیف لیکرتی از ۱ (هرگز) تا ۵ (همیشه) به سؤالات پاسخ می‌دهند. در پژوهشی جدید لاتور، نیتو، روس، فونت، هراس و ریکارت^۳ (۲۰۲۰) پایایی و روایی این مقیاس را مورد بررسی قرار دادند و نتایج نشان داد ضریب پایایی برای کل مقیاس برابر با ۰/۹۵ و برای زیرمقیاس‌های فرونشانی فکر، جانشینی فکر، توجه برگردانی، تبدیل تصاویر به افکار و برای تغییر تصاویر ذهنی به افکار کلامی، به ترتیب ۰/۸۶، ۰/۷۳، ۰/۸۹، ۰/۸۷ و ۰/۸۷، به دست آمد. روایی و پایایی این پرسش‌نامه در ایران توسط بساک‌نژاد و همکاران (۱۳۹۸)، به نقل محمودزاده و محمدخانی، (۱۳۹۵) مورد بررسی قرار گرفت و روایی آن با سیاهه فرونشانی فکر خرس سفید، برابر با ۰/۴۸ به دست آمد که نشان می‌دهد پرسش‌نامه از ویژگی‌های روان‌سنجی مناسبی برخوردار است و ضریب پایایی آن برای کل مقیاس ۰/۹۱ و برای زیرمقیاس‌های فرونشانی

5. Solomon & Rothblum

1. Cognitive Avoidance Questionnaire

2. Sexton & Dugas

3. Latorre, Nieto, Ros, Font, Heras & Ricarte

4. The Procrastination Assessment Scale for Students

مارتین-آنتون، آلمدیا، سائز-مانزانارس، آلوارز-کانیسو و کاربونرو^۱ (۲۰۲۳) پایایی و روایی این مقیاس را مورد بررسی قرار دادند و ضریب پایایی برای نمره‌ی کل ۰/۸۳ و برای آمادگی در امتحانات، آمادگی برای تکالیف و آمادگی برای مقالات به ترتیب ۰/۷۶، ۰/۷۹، ۰/۸۶ به در این پژوهش ۱۲۶ نفر (۵۰/۲ درصد) زن و ۱۲۵ نفر (۴۹/۸ درصد) مرد بودند. ۲۱ نفر (۴/۲ درصد) زیردیلم، ۱۲۲ نفر (۲۴/۴ درصد) دیلم، ۱۹۷ نفر (۳۹/۴ درصد) کاردانی، ۱۴۱ نفر (۲۸/۲ درصد) لیسانس، ۱۹ نفر (۳/۸

دست آمد. در پژوهش حاضر نیز برای بررسی همسانی درونی پرسش‌نامه بر روی دانشجویان دانشگاه ارومیه از آلفای کرونباخ استفاده شد که ضریب ۰/۸۲ به دست آمد.

یافته‌ها

درصد (فوق لیسانس بودند. میانگین سن افراد نمونه ۳۱/۳۵ سال و انحراف معیار سن، ۳/۰۳ بود. در جدول ۱ میانگین، انحراف استاندارد، چولگی، کشیدگی متغیرهای مورد استفاده در پژوهش، ارائه شده است.

جدول ۱. شاخص‌های مرکزی، پراکندگی و آماره Z جهت بررسی نرمال بودن توزیع داده‌ها N=۲۵۱

متغیرها	میانگین $\pm$ انحراف استاندارد	کجی	کشیدگی
شستشو	۲/۱۸ $\pm$ ۴/۵۸	-۰/۱۱۱	-۱/۲۶۲
واریسی	۲/۳۷ $\pm$ ۵/۲۳	۰/۰۷۰	-۱/۲۴۴
نظم	۲/۳۶ $\pm$ ۴/۳۶	۰/۲۱۲	-۱/۱۹۰
وسواس فکری	۱/۸۴ $\pm$ ۴/۵۰	۰/۱۲۷	-۱/۳۲۴
انباشت	۲/۱۴ $\pm$ ۳/۹۷	۰/۲۹۴	--۰/۹۸۰
خنثی سازی	۲/۰۶ $\pm$ ۴/۱۳	۰/۳۲۴	-۰/۰۴۸
نمره کل وسواس جبری	۱۱/۶۸ $\pm$ ۲۶/۷۹	۰/۱۵۳	-۱/۱۲۲
فروشناسی فکر	۲/۳۷ $\pm$ ۱۲/۷۷	-۰/۷۶۰	-۰/۳۸۴
جانشینی فکر	۲/۴۳ $\pm$ ۱۲/۶۱	-۰/۷۲۲	-۰/۴۰۴
توجه برگردانی	۲/۳۱ $\pm$ ۱۲/۰۷	-۰/۳۷۶	-۰/۹۳۷
اجتناب از موقعیت‌ها	۳/۸۷ $\pm$ ۱۲/۷۵	۰/۱۰۲	-۰/۴۴۵
تغییر تصاویر ذهنی به افکار کلامی	۲/۶۵ $\pm$ ۱۲/۳۴	-۰/۲۰۸	-۰/۹۹۸
نمره کل اجتناب شناختی	۹/۱۴ $\pm$ ۶۲/۵۶	۰/۰۷۱	-۱/۴۶۰
آماده شدن برای امتحانات	۳/۹۶ $\pm$ ۲۳/۹۹	-۱/۴۴۴	۱/۸۲۹
آماده شدن برای تکالیف	۲۰/۸۰ $\pm$ ۵۶/۷۳	۰/۱۱۵	-۰/۹۳۷
آماده شدن برای مقالات پایان ترم	۴/۱۷ $\pm$ ۲۳/۴۶	-۰/۲۱۸	-۱/۲۳۳
نمره کل اهمال کاری تحصیلی	۱۰/۲۵ $\pm$ ۶۲/۲۳	-۰/۷۴۱	-۰/۱۴۲

هریک از متغیرها کوچکتر از ۱۰ بودند. همچنین آماره تحمل (Tolerance)، این پژوهش تقریباً ۰/۲ را نشان داد. برای شناسایی داده‌های پرت تک تغییری از جداول فراوانی استفاده شد که داده‌ای پرتی شناسایی نشد. در جدول ۲ ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش ارائه شده است.

پژوهش متغیرهای همبستگی ماتریس ۲ جدول

متغیرهای پژوهش	۱	۲	۳
۱- وسواسی اجباری	۱		
۲- اجتناب شناختی	۰/۴۱۶ ^{۰۰}	۱	
۳- اهمال کاری تحصیلی	۰/۵۳۶ ^{۰۰}	۰/۳۹۷ ^{۰۰}	۱

با توجه به نتایج جدول ۲، بین وسواس اجباری و اجتناب شناختی با اهمال کاری در سطح ۰/۰۱ رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. به منظور پاسخ به پرسش اصلی پژوهش مبنی بر اینکه: آیا مدل تبیین اهمال کاری تحصیلی با توجه به وسواس جبری و نقش میانجی

اجتناب شناختی با داده‌های تجربی برازش دارد؟ از روش مدل یابی معادلات ساختاری و نرم افزار ایموس- ۲۶ استفاده شده است. در جدول ۳ مهم ترین شاخص‌های برازش گزارش شده‌اند.

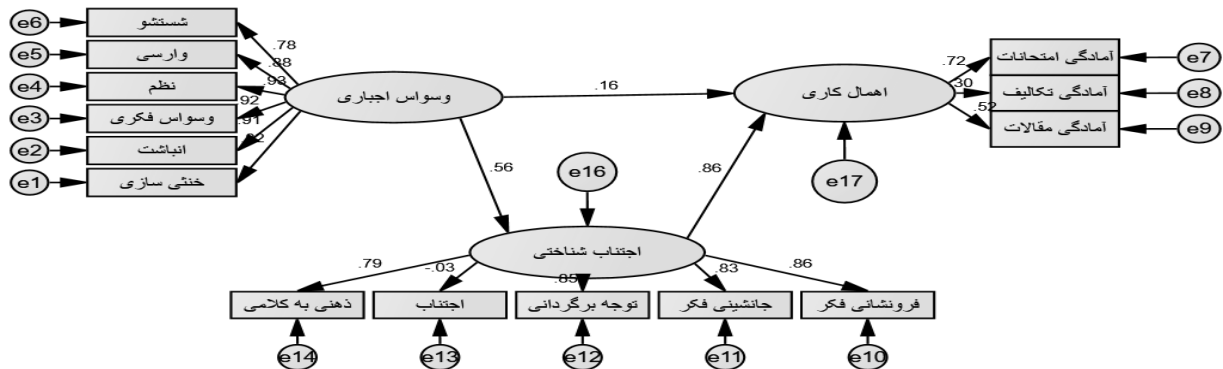
جدول ۳. شاخص‌های برازش در مدل

شاخص‌های برازش مدل	χ^2/df	GFI	AGFI	NFI	CFI	RMSEA
مقدار به دست آمده	۲/۲۴	۰/۹۷	۰/۹۵	۰/۹۲	۰/۹۷	۰/۰۳
حد قابل پذیرش	کمتر از ۳	بالاتر از ۰/۹	بالاتر از ۰/۹	بالاتر از ۰/۹	بالاتر از ۰/۹	کمتر از ۰/۱

با توجه به مشخصه‌های نکویی برازش که در جدول ۳ گزارش شده برازش مدل پیش بینی اهمال کاری تحصیلی در سطح نسبتاً خوبی است و مدل مفهومی ارائه شده از نظر شاخص‌های برازش مدل، چارچوب مناسبی را

جهت بررسی اهمال کاری تحصیلی ارائه می‌دهد. شکل ۱ الگوی آزمون شده پژوهش حاضر همراه با ضرایب استاندارد مسیرها را نشان می‌دهد.

شکل ۱. الگوی آزمون شده همراه با ضرایب استاندارد مسیرها



همان‌طور که در شکل ۱ مشاهده می‌شود، وجود رابطه، اهمال کاری تحصیلی است. در جدول ۴ اثرات مستقیم حاکی از اثر مستقیم و غیرمستقیم وسواس جبری بر متغیرها گزارش شده است.

اهمال کاری تحصیلی جدول ۴. ضرایب مسیرهای مستقیم وسواس اجباری و اجتناب شناختی بر

مسیرهای مستقیم	ضریب بتا (β)	خطای معیار (S.E)	نسبت بحرانی (C.R.)	معناداری
وسواسی اجباری ← اجتناب شناختی	۰/۵۷۸	۰/۰۶۴	۱۰/۸۳۱	۰/۰۰۱
وسواسی اجباری ← اهمال کاری تحصیلی	۰/۱۱۶	۰/۰۹۸	۱/۹۷۲	۰/۰۴۸
اجتناب شناختی ← اهمال کاری تحصیلی	۰/۹۲۱	۰/۰۹۹	۱۲/۸۶۹	۰/۰۰۱

با توجه به جدول ۴، مسیرهای مستقیم بین وسواس جبری با اجتناب شناختی ($p < ۰/۰۰۱$) $\beta (۰/۵۷۸)$ و اهمال کاری تحصیلی ($p < ۰/۰۴۸$) $\beta (۰/۱۱۶)$ معنادار است. جهت بررسی اثر متغیر میانجی اجتناب شناختی در رابطه بین وسواس جبری و اهمال کاری تحصیلی، از آزمون بوت استروپ در برنامه ماکرو استفاده شد که نتایج آن در جدول ۵ آمده است.

جدول ۵. نتایج بوت استروپ بین وسواس جبری بر اهمال کاری تحصیلی با نقش میانجی اجتناب شناختی

مسیر غیرمستقیم	ضریب مسیر	بوت	سطح اطمینان ۰/۹۵
وسواس جبری ← اجتناب شناختی ← اهمال کاری تحصیلی	۰/۱۰۹	۰/۲۵	حد بالا حد پایین
			۰/۱۶۱ ۰/۰۶۵

نقش میانجی اجتناب شناختی صدق می‌کند؛ بنابراین می‌توان گفت اجتناب شناختی در رابطه بین وسواسی اجباری با اهمال کاری تحصیلی دانشجویان نقش میانجی ایفا می‌کند.

اختلال، به تعویق انداختن، تعلل ورزیدن و سهل‌انگاری در انجام کارها است که هم در امور فردی و هم در امور تحصیلی جلوه می‌کند (سولتان و همکاران، ۲۰۲۱). از طرفی بر اساس نظریه شناختی رفتاری می‌توان گفت دانشجویانی که باورهای وسواسی مانند استانداردهای سطح بالا و غیر واقع‌بینانه برای خود تعیین می‌کنند، با احساس فشار زیادی از طرف محیط برای کامل بودن روبرو می‌شوند، از این رو بین عملکرد واقعی و استانداردها و آرمان‌های خود فاصله زیادی را ادراک می‌کنند، این باورهای وسواسی موجب شک و تردید اجبارگونه در امور و پرهیز از انجام دادن به موقع عملکردهای شخصی و تحصیلی شده و زمینه‌ساز اهمال کاری تحصیلی می‌شوند (دوتی و همکاران، ۲۰۲۰). یافته دیگر پژوهش حاضر نشان داد اختلال وسواسی اجباری رابطه معنی‌داری با اجتناب شناختی دارد. این یافته با نتایج حاصل از پژوهش‌های سلس و همکاران (۲۰۲۰)، فیورتس و همکاران (۲۰۲۰)، محمودزاده و محمدخانی (۱۳۹۵)، جرامیتا و همکاران (۲۰۲۰)، ژانگ و همکاران (۲۰۱۹) هم‌سواست. در تبیین این یافته می‌توان گفت در افراد مبتلا به اختلال وسواسی اجباری، سرکوب افکار و اجتناب از هیجان‌ها، فرآیند یادگیری واکنش‌های اضطرابی را تداوم می‌بخشد. همچنین بازداری از عمل، پاسخ‌های ناسازگارانه را در پی دارد که منجر به تشدید و

بر اساس جدول ۵ نتایج بوت استروپ آمده است. در این روش چنانچه حد بالا و پایین این آزمون هر دو مثبت یا هر دو منفی باشند و صفر مابین این دو حد قرار نگیرد در آن صورت مسیر علی غیرمستقیم معنی‌دار خواهد بود. این قاعده در مورد وسواس جبری بر اهمال کاری تحصیلی با

بحث

این پژوهش با هدف رابطه بین اختلال وسواسی اجباری و اهمال کاری تحصیلی و نقش واسطه‌ای اجتناب شناختی انجام شد. نتایج پژوهش حاضر نشان داد که رابطه معنی‌داری بین اختلال وسواسی اجباری و اهمال کاری تحصیلی وجود دارد، یعنی با افزایش علائم اختلال وسواسی اجباری میزان اهمال کاری تحصیلی نیز افزایش می‌یابد. این یافته با نتایج پژوهش‌های پیشین در این زمینه هم‌سواست (دوتی و همکاران، ۲۰۲۰؛ کاد سجو و گیلبرک، ۲۰۲۲؛ اولاتونجی و همکاران، ۲۰۲۹؛ سولتان و همکاران، ۲۰۲۱؛ فورناس و توماس، ۲۰۱۶).

در تبیین یافته حاضر می‌توان گفت دانشجویانی که علائم وسواسی اجباری دارند، دچار نوعی بی‌ارادگی و عدم تحمل ابهام هستند که باعث رفتارهای ناسازگارانه‌ای از جمله چک کردن و اهمال کاری می‌شود (فورتوناس و توماس، ۲۰۱۶). کمال‌گرایی نیز به عنوان یکی از باورهای وسواسی در صورت مداومت منجر به سهل‌انگاری در انجام تکالیف درسی و اهمال کاری می‌شود (اولاتونجی و همکاران، ۲۰۱۹). دانشجویان مبتلا به اختلال وسواسی اجباری، میزان زیادی از اهمال کاری تحصیلی را گزارش می‌کنند. به طوری که با جزئیات انجام تکالیف تحصیلی، قواعد و برنامه‌ریزی‌های زمان‌بندی شده، به شدت اشتغال ذهنی دارند. تا جایی که می‌توان گفت جوهره این

تداوم علائم اختلال وسواسی اجباری می‌شود (فیورتس و همکاران، ۲۰۲۰)؛ بنابراین اجتناب شناختی می‌تواند خصیصه مهمی در اختلال وسواسی اجباری باشد، چرا که این اختلال در بردارنده مقاومت و اجتناب از رویدادهای درونی ناراحت کننده از قبیل افکار وسواسی ناخواسته است. از طرفی به کارگیری اجتناب شناختی و تمایل برای سرکوب افکار چرخه معیوبی را شکل می‌دهد که به موجب آن علائم وسواسی اجباری بیشتر می‌شود زیرا مشکلات و تکالیف فرد حل نشده باقی می‌ماند (ژانگ و همکاران، ۲۰۱۹). افراد مبتلا به اختلال وسواسی اجباری در مقایسه با افراد سالم، بازداری رفتار را به طور اختصاصی به عنوان یک سبک رفتاری نشان می‌دهند و بیشتر از راهبردهای خنثی سازی، منع و سرکوب استفاده می‌کنند که این اجتناب از هیجان‌های منفی، به نوبه خود منجر به تداوم علائم اختلال وسواسی اجباری در طول زمان می‌شود (جرمیتا و همکاران، ۲۰۲۰).

یافته دیگر پژوهش حاضر مؤید آن است که اهمال کاری تحصیلی رابطه معنی داری با اجتناب شناختی دارد. این یافته با نتایج پژوهش‌های کوفیاک و همکاران (۲۰۲۲)، فیورتس و همکاران (۲۰۲۰)، ژانگ و همکاران (۲۰۱۹)، اسپودل و همکاران (۲۰۱۸)، محمودزاده و محمدخانی (۱۳۹۵) هم‌سو است. در تبیین این یافته می‌توان گفت که اجتناب شناختی با هدف پرهیز از شرایط استرس‌زا است که به نظر می‌رسد در این حالت فرد با اجتناب از درس خواندن به دنبال کاهش اضطراب خود است. از این رو افرادی که دچار اجتناب شناختی هستند، به جای رویارویی با مسائل مرتبط با تحصیل، یادگیری و استفاده از راهبردهای حل مسئله، تلاش می‌کنند از مشکلات و فکر کردن در مورد آن‌ها کناره‌گیری

کنند که همین امر منجر به مشکلات حل نشده تحصیلی و اضطراب در آنان می‌شود (اسپودل و همکاران، ۲۰۱۸). در واقع دانشجوی در موقعیت استرس‌زای مرتبط با تحصیل، ابتدا به ارزیابی توانایی‌ها، داشته‌های خود و میزان دشواری و تهدید آمیز بودن تکلیف می‌پردازد و اگر بر مبنای این ارزیابی، موقعیت برای فرد، آزاردهنده یا ناخوشایند باشد، دچار هیجانات منفی از جمله اضطراب و نگرانی می‌شود. در اینجا فرد برای رهایی از اضطراب به اجتناب شناختی روی می‌آورد. از این رو دانشجویی که دچار اهمال کاری تحصیلی است، برای جلوگیری از پری‌شانی و نگرانی مرتبط با مشکلات تحصیلی سعی می‌کند از موقعیت‌ها و افکار مربوط به تحصیل و دانشگاه اجتناب کند که به نوبه خود می‌تواند منجر به تعلل ورزی در انجام تکلیف و اهمال کاری تحصیلی شود.

یافته دیگر پژوهش حاضر نشان داد اجتناب شناختی در رابطه بین اختلال وسواسی اجباری و اهمال کاری تحصیلی نقش واسطه‌ای دارد. همان گونه که پیش‌بینی می‌شد یافته‌ها نقش واسطه‌ای این سازه را مورد تأیید قرار دادند. گرچه پژوهشی کاملاً هم‌سو در ارتباط با تحقیق حاضر یافت نشد؛ ولی می‌توان گفت یافته به دست آمده از جهاتی با نتایج حاصل از پژوهش‌های هاتچین و همکاران (۲۰۱۸)، فورتوناس و توماس (۲۰۱۶)، کاگان و همکاران (۲۰۲۰)، محمودزاده و محمدخانی (۱۳۹۵) هم‌سو است. در تبیین این یافته می‌توان گفت دانشجویان با علائم اختلال وسواسی اجباری به علت برتری مکرر، استرس ناشی از بی‌نقص بودن و اطمینان جویی از انجام تکالیف تحصیلی، اضطراب زیادی را تجربه می‌کنند (هاتچین و همکاران، ۲۰۱۸). از این رو برای کاهش اضطرابشان راهبردهای اجتناب شناختی را به کار می‌گیرند (فیورتس

سپاسگزاری

این پژوهش، مستخرج از پژوهش فردی و با هزینه شخصی پژوهشگران است. بدین وسیله از همه افرادی که در این پژوهش شرکت کردند، همچنین مسئولین دانشگاه ارومیه که با همکاری خود امکان این پژوهش را فراهم آوردند تشکر و قدردانی می‌شود. هیچ گونه تضاد منافی بین نویسندگان برای این مطالعه وجود نداشت.

References

- Akpur, U., (2020). The Effect of Procrastination on Academic Achievement: A Meta-Analysis Study. *International Journal of Educational Methodology*, 6 (4), 681-690. <https://doi.org/10.12973/ijem.6.4.681>
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5nd Ed.). Washington, DC: Author. <https://doi.org/10.4103/2F0019-5545.117131>
- Asadnia, S., Mahmoud Alilou, M., Birami, M., Bakshipour Rudsari, A. (2022). Structural relationships of personality dimensions with obsessive-compulsive disorder: Mediated by disgust sensitivity. *Cognitive and behavioral science research*, 11 (1), 125-144. [https://dx.doi.org/10.22108/cbs.2022.130484.1567\(in Persian\)](https://dx.doi.org/10.22108/cbs.2022.130484.1567(in Persian))
- Ayça, Ç., İlknur, R., & Tuğba, T. (2019). The Relationships among Academic Procrastination, Self-Control, and Problematic Mobile Use: Considering the Differences over Personalities. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 6, 447 -468. DOI 10.15805/addicta.2019.6.3.0082
- Campbell, F., Blank, L., Cantrell, A., Baxter, S., Blackmore, C., Dixon, J., & Goyder, E. (2022). Factors that influence mental health of university and college students in the UK: a systematic review. *BMC public health*, 22(1), 1778. <https://doi.org/10.1186/s12889-022-13943-x>
- Cunha, G. V., Moreira, P. S., Sousa, M. M., Castanho, T., Pico-Perez, M., Ferreira, S., & Morgado, P. (2023). The

و همکاران (۲۰۲۰) و اجتناب شناختی نیز با سرکوب افکار ناخو شایند، حواس پرتی و انحراف ذهن از موضوع نگران کننده از جمله تکالیف مرتبط با تحصیل منجر به تعلل ورزی و افزایش اهمال کاری تحصیلی در آنان می‌شود.

نتیجه گیری

نتایج نشان داد اجتناب شناختی رابطه بین اختلال وسواسی اجباری و اهمال کاری تحصیلی را واسطه گری می‌کند؛ به عبارتی دیگر دانشجویان با علائم اختلال وسواسی اجباری سطوح بالاتری از تردید و تصمیم گیری در شروع انجام تکالیف ارائه شده را تجربه می‌کنند و برای حل و فصل آن به انواع راهبردهای اجتناب شناختی روی می‌آورند که به نوبه خود منجر به افزایش اهمال کاری تحصیلی در آنان می‌شود. به مشاوران مراکز مشاوره دانشگاه‌ها پیشنهاد می‌شود، در مشاوره تحصیلی جهت کاهش اهمال کاری تحصیلی دانشجویان، بر علائم وسواسی اجباری و اجتناب شناختی ناشی از آن توجه کنند. این پژوهش با محدودیت‌هایی چون استفاده از ابزار خود گزارش دهی، طولانی بودن پرسشنامه‌ها و اجرای آن بر جمعیت غیر بالینی و عدم اطمینان در تعمیم دادن نتایج به سایر جمعیت‌ها روبرو بود؛ لذا در تعمیم نتایج احتیاط باید صورت گیرد.

- Kadesjö, B., & Gillberg, C. (2022). Tourette's disorder: epidemiology and comorbidity in primary school children. In *Obsessive-Compulsive Disorder and Tourette's Syndrome* (pp. 56-63). Routledge. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/10802971/>
- Kufiyak, E. (2022). Procrastination, stress and academic performance in students. *Alpha Proceedings*, 5, 965-974. doi:10.3897/ap.5.e0965
- Latorre, J. M., Nieto, M., Ros, L., Font, M. A., Heras, J., & Ricarte, J. J. (2020). Cuestionario de Evitación Cognitiva: estructura factorial y propiedades psicométricas. *Anales de Psicología*, 36(3), 457-467. <https://doi.org/10.6018/analesps.397711>
- Mahmoudzadeh, R., Mohammadkhani, S. (2015). The mediating role of anxiety and cognitive avoidance in the relationship between negative perfectionism and procrastination. *Journal of Psychological Achievements (Educational Sciences and Psychology)* (4 (1) , 73-94). <https://doi.org/10.22055/psy.2016.12358> (in Persian).
- Mansouri, K., Ashouri, A., Ghamraee, B., & Farahani, H. (2021). Prediction of decisional procrastination based on fear of failure, self-compassion and intolerance of uncertainty in students. *Shenakht Journal of Psychology and Psychiatry*, 8(4), 51-62. <http://dx.doi.org/10.32598/shenakht.8.4.51> (in Persian).
- Martín-Antón, L. J., Almedia, L. S., Sáiz-Manzanares, M. C., Álvarez-Cañizo, M., & Carbonero, M. A. (2023). Psychometric properties of the academic procrastination scale in Spanish university students. *Assessment & Evaluation in Higher Education*, 48(5), 642-656. <https://doi.org/10.1080/02602938.2022.2117791>
- Olatunji, B. O., Ebesutani, C., & Tolin, D. F. (2019). A bifactor model of obsessive beliefs: Specificity in the prediction of obsessive-compulsive disorder symptoms. *Psychological Assessment*, 31 (2) , 210. <https://doi.org/10.1037/pas0000660>
- Schödl, M. M., Raz, A., & Kluger, A. N. (2018). On the positive side of avoidance motivation: An increase in avoidance motivation reduces procrastination among students. *Applied Psychology*, 67 (4) , 655-685. <https://doi.org/10.1111/apps.12147>
- Selles, R. R., Højgaard, D. R., Ivarsson, T., Thomsen, P. H., McBride, N. M., Sexton, K. A., & Dugas, M. J. (2008). The cognitive avoidance questionnaire: validation of the English translation. *Journal of obsessive-compulsive inventory-revised (OCI-R): translation and validation of the European Portuguese version. Acta Médica Portuguesa*, 36(3), 174-182. <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2010.01.006>
- Doty, D. H., Wooldridge, B. R., Astakhova, M., Fagan, M. H., Marinina, M. G., Caldas, M. P., & Tunçalp, D. (2020). Passion as an excuse to procrastinate: A cross-cultural examination of the relationships between Obsessive Internet passion and procrastination. *Computers in Human Behavior*, 102, 103-111. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.08.014>
- Foa, E. B., Huppert, J. D., Leiberg, S., Langner, R., Kichic, R., Hajcak, G., & Salkovskis, P. M. (2002). The Obsessive-Compulsive Inventory: Development and validation of a short version. *Psychological Assessment*, 14 (4) , 485-496. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/1040-3590.14.4.485>
- Fourtounas, A., & Thomas, S. J. (2016). Cognitive factors predicting checking, procrastination and other maladaptive behaviours: prospective versus inhibitory intolerance of uncertainty. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 9, 30-35. <https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2016.02.003>
- Fuertes, M. C. M., Jose, B. M. D., Nem Singh, M. A. A., Rubio, P. E. P., & De Guzman, A. B. (2020). The moderating effects of information overload and academic procrastination on the information avoidance behavior among Filipino undergraduate thesis writers. *Journal of Librarianship and Information Science*, 52 (3) , 694-712. <https://doi.org/10.1177/0961000619871608>
- Geramita, M. A., Yttri, E. A., & Ahmari, S. E. (2020). The two-step task, avoidance, and OCD. *Journal of Neuroscience Research*, 98 (6) , 1007-1019. <https://doi.org/10.1002/jnr.24594>
- Hoshmandi, R., & Safamia, A. (2023). The Efficacy of Stress-Based Group Therapy based on Awareness-Based Strategies for Emotion Regulation and Cognitive Avoidance in Female Patients with Obsessive-Compulsive Disorder. *Journal of Psychological Dynamics in Mood Disorders (PDMD)*, 2(2), 53-64. <https://doi.org/10.22034/pdmd.2023.177768> (in Persian)
- Hutchison, T. E., Penney, A. M., & Crompton, J. E. (2018). Procrastination and anxiety: Exploring the contributions of multiple anxiety-related disorders. *Current Issues in Personality Psychology*, 6 (2) , 122-129. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2011.05.001>

- Corbin JM, Strauss A. (1990). Grounded theory research: Procedures, canons, and evaluative criteria. *Qualitative Sociology*, 13, 3-21.
- Curl A, Thompson CW, Alves S, Aspinall P. (2016). Outdoor Environmental Supportiveness and Older People's Quality of Life: A Personal Projects Approach. In *Journal of Housing for the Elderly*, 30, 1-17.
- Eram S, Eskandari H, Borjali A, Asgary M. (2022). Development and validation of individual systemic psychotherapy protocol to ego depletion in individuals with depression. *Shenakht Journal of Psychology and Psychiatry*, 9(3), 97-110. (In Persian)
- Gagliardi C, Piccinini F. (2019). The use of nature-based activities for the well-being of older people: An integrative literature review. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 83, 315-327.
- Goto S, Gianfagia TJ, Munafò JP, Fujii E, Shen X, Sun M, Shi BE, Liu C, Hamano H, Hemup K. (2017). The Power of Traditional Design Techniques: The Effects of Viewing a Japanese Garden on Individuals with Cognitive Impairment. *Herd*, 10(4), 74-86.
- Goudarzi M, Gholamrezaei S, Amraei K. (2021). The effectiveness of online unified transdiagnostic treatment on psychological distress, mindfulness, meta-emotion and psychological empowerment of pregnant women. *Shenakht Journal of Psychology and Psychiatry*, 8(1), 88-105. (In Persian)
- Halaweh H, Dahlin-Ivanoff S, Svantesson U, Willén C. (2018). Perspectives of older adults on aging well: A focus group study. In *Journal of Aging Research*.
- Hashemin S, Kazemi A, Bermanian M. (2020). Examining the Influence of Healing Garden on Mental Health of the Patients by Emphasizing Stress Reduction. *Journal of Environmental Science and Technology*, 21(12). (In Persian)
- Hassink J, Vaandrager L, Buist Y, deBruin S. (2019). Characteristics and Challenges for the Development of Nature-Based Adult Day Services in Urban Areas for People with Dementia and Their Family Caregivers. *Int J Environ Res Public Health*, 16(8).
- Howarth M, Brett A, Hardman M, Maden M. (2020). What is the evidence for the impact of gardens and gardening on health and well-being: a scoping review and evidence-based logic model to guide healthcare strategy decision making on the use of gardening approaches as a social prescription. *BMJ Open*, 10(7), e036923
- Labib SM, Lindley S, Huck JJ. (2020). Spatial dimensions of the influence of urban green-blue spaces on human anxiety disorders, 22(3), 355-370. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2007.04.005>
- Shiripour C, Shams A, Molanorozi K. Develop a Model of Perfectionism for Abnormal Personality Traits. *Shenakht Journal of Psychology and Psychiatry* 2024; 11 (3) :137-160. <http://shenakht.muk.ac.ir/article-1-1868-fa.html> (in Persian).
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of counseling psychology*, 31 (4), 503. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-0167.31.4.503>
- Sultan, S., Fallata, E. O., Bashar, M. A., Olaqi, E. E., Alsharif, G. H., BinSaleh, R. A., & Fakieh, R. A. (2021). Prevalence, sociodemographic and academic correlates of obsessive-compulsive disorder in the students of college of applied medical sciences, Umm Al-Qura university. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 28, 100604. <https://doi.org/10.1016/j.jocord.2020.100604>
- Tian, J., Zhao, J. Y., Xu, J. M., Li, Q. L., Sun, T., Zhao, C. X., ... & Zhang, S. E. (2021). Mobile phone addiction and academic procrastination negatively impact academic achievement among Chinese Medical Students. *Frontiers in psychology*, 12, 5561. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.758303>
- Yarahmadi, M., Oraki, M., Saadat, S. H., Eshaghian, M., & Momeni, A. (2018). The effectiveness of acceptance and commitment therapy (ACT) on distress tolerance and the severity of obsessive-compulsive symptoms. *Shenakht Journal of Psychology and Psychiatry*, 7(6), 66-79. <http://dx.doi.org/10.32598/shenakht.8.4.51> (in Persian).
- Zhang M. F., Dawson, J. F., & Kline, R. B. (2021). Evaluating the use of covariance-based structural equation modelling with reflective measurement in organizational and management research: A review and recommendations for best practice. *British Journal of Management*, 32 (2) , 257-272. <https://doi.org/10.1111/1467-8551.12415>
- Zhang S., Liu, P., & Feng, T. (2019). To do it now or later: The cognitive mechanisms and neural substrates underlying procrastination. *Wiley Interdisciplinary Reviews: Cognitive Science*, 10 (4) , e1492. <https://doi.org/10.1002/wcs.1492>
- Cooper Marcus C. (2018). Therapeutic Landscapes. In *Environmental Psychology and Human Well-Being*. 15, 387-413.

- Fragrant Hills Nursing Home, Beijing: Interpreting the visual-behavioural relationship. In *Urban Forestry & Urban Greening*, 64, 127242.
- Mam Khezri A, Mikaeli Manieh F. (2021). Investigation into effects of Lumosity on working memory, visual Memory and executive functions among the elderly. In *Shenakht Journal of Psychology and Psychiatry*, 8, 25-38. (In Persian)
- Masel EK, Trinczek H, Adamidis F, Schur S, Unseld M, Kitta A, Kirchheiner K, Steininger B, Meixner-Katzmann K, Watzke HH. (2018). Vitamin "G"arden: a qualitative study exploring perception/s of horticultural therapy on a palliative care ward. In *Supportive Care in Cancer*, 26, 1799-1805.
- Mmako NJ, Courtney-Pratt H, Marsh P. (2020). Green spaces, dementia and a meaningful life in the community: A mixed studies review. *Health Place*, 63, 102344.
- Muroni V, Cavalli R, Basso A, Borella E, Meneghetti C, Melendugno A, Pazzaglia F. (2021). Effectiveness of therapeutic gardens for people with dementia: A systematic review. In *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18.
- Oeljeklaus L, Schmid HL, Komfeld Z, Homberg C, Norra C, Zerbe S, McCall T. (2022). Therapeutic Landscapes and Psychiatric Care Facilities: A Qualitative Meta-Analysis. In *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19.
- Taheri B, Azemati HR. (2019). Examining common features of Persian gardens and healing gardens. In *International Journal of Architectural and Urban Socio-Spatial Studies*, 3, 1-8.
- Taheri S, Ghasemi Sichani M, Shabani A. (2021). Evaluating the literature of therapeutic landscapes with an emphasis on the search for the dimensions of health: A systematic review. In *Social Science and Medicine*, 275, 113820.
- Taheri S, Shabani A, Ghasemi Sichani M. (2019). The Role of Therapeutic Landscape in Improving Mental Health of People with PTSD. In *Psychological Trauma*.
- Taheri S, Shabani A. (2016). Conceptual and practical principles in designing healing gardens for veterans with PTSD with a focus on reducing stress- A narrative review. In *Journal of Military Medicine*, 18, 230-241. (In Persian)
- Tsai M, Cushing DF, Brough M. (2020). "I've always lived in a place with gardens": Residents' homemaking experiences in Australian aged-care gardens. In *Health and Place*, 61, 102259.
- Ulrich RS, Bogren L, Gardiner SK, Lundin S. (2018). Psychiatric ward design can reduce aggressive health: A systematic review. In *Environmental Research*, 180, 108869.
- Liu J, Wei Y, Lu S, Wang R, Chen LXu F. (2021). The elderly's preference for the outdoor environment in behavior. In *Journal of Environmental Psychology*, 57, 53-66.
- Uwajeh PC, Iyendo TO, Polay M. (2019). Therapeutic gardens as a design approach for optimising the healing environment of patients with Alzheimer's disease and other dementias: A narrative review. 15, 352-362.
- World Population Prospects. (2019). In Department of Economic and Social Affairs. *World Population Prospects 2019*. 49-78.
- Zhao Y, Mourshed M. (2017). Patients' perspectives on the design of hospital outpatient areas. In *Buildings*, 7.