

Prediction of Procrastination Based on Identity Styles in Students

Marziyeh Madanifar¹

 0009-0002-0879-6974

Tayebeh Madanifar²

 0000-0002-3076-5376

Hojat Taei³

 0009-0001-6024-4387

Somayeh SHahmoradi⁴

 0000-0002-8334-0849

Abstract

This study investigated the relationship between identity styles with procrastination in students. To do this, 70 tenth grade students from a female high school in Isfahan (zone 2) were selected using stochastic sampling to complete the Identity Style Scale (ISI-6G) and Tuckman Procrastination Scale (TPS). To analyze data, Pearson's correlation, Stepwise Regression and Path Analysis were utilized. The results showed that the identity styles have a significant relation with procrastination of students ($p < 0.01$). Identity commitment made the highest (negative) contribution to the prediction of procrastination followed by diffused style (positive contribution). Moreover, the results of path analysis method using AMOS software confirmed that identity commitment has a mediating role to determine procrastination, so that the informative and normative identity styles positively and diffused identity style negatively predict identity commitment and this factor negatively predicts procrastination. The findings of this research are very useful for school counselors and can be employed to improve the identity styles of students and to decrease the procrastination.

Keywords: Procrastination, Identity Styles, Identity Commitment, Students.

1- Assistant Professor, Counseling Department, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran. m.madanyfar@gmail.com

2- Ph.D. in Counseling, Faculty of Psychology, Islamic Azad University, Khomeini Shahr Branch. (Corresponding Author) t.madanifar@gmail.com

3- M.A. in Counseling, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Tehran University, Tehran, Iran. h.taei@gmail.com

4- Assistant Professor, Counseling Department, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Tehran University, Tehran, Iran. s.shaahmoradii@ut.ac.ir

دوره ۲، شماره ۱ (پیاپی ۵)

زمستان ۱۴۰۳

صص: ۷۷-۹۴

فصلنامه علمی

پژوهش در مشاوره کودک و نوجوان

دانشکده رفاه

پیش‌بینی تعلل‌ورزی بر اساس سبک‌های هویت در دانش‌آموزان

مقاله پژوهشی

تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۳/۱

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۴/۲۹

مرضیه مدنی‌فر^۱

طیبه مدنی‌فر^۲

حجت طایی^۳

سمیه شاهمرادی^۴

چکیده

هدف از پژوهش حاضر، بررسی رابطه بین سبک‌های هویت با تعلل‌ورزی در میان دانش‌آموزان بود. بدین‌منظور با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی، ۷۰ نفر از دانش‌آموزان پایه دهم یکی از دبیرستان‌های دخترانه ناحیه دو اصفهان انتخاب شدند و به پرسش‌نامه سبک‌های هویت (ISI-6G) برزونسکی و مقیاس تعلل‌ورزی تاکنن (TPS) پاسخ دادند. برای تحلیل داده‌ها از روش همبستگی پیرسون، رگرسیون چندگانه و تحلیل مسیر استفاده شده است. یافته‌ها نشان داد بین سبک‌های هویت با تعلل‌ورزی در سطح $p < 0/01$ رابطه معنادار وجود دارد. تعهد هویت پیش‌بینی‌کننده اصلی (به‌صورت منفی) و سبک هویت سردرگم/اجتنابی پیش‌بینی‌کننده ثانویه (به‌صورت مثبت) برای تعلل‌ورزی هستند. همچنین نتایج تحلیل مسیر در نرم‌افزار AMOS نشان داد که تعهد هویت، نقش میانجی در تبیین تعلل‌ورزی دارد؛ بدین‌صورت که سبک‌های هویت اطلاعاتی و هنجاری به‌صورت مثبت و سبک هویت سردرگم/اجتنابی به‌صورت منفی، تعهد هویت را پیش‌بینی کرده و این مؤلفه نیز تعلل‌ورزی را به‌صورت منفی پیش‌بینی می‌نماید. از یافته‌های این پژوهش می‌توان برای کمک به مشاوران مدرسه و استخراج راهبردهایی در جهت غنابخشی به وضعیت هویتی دانش‌آموزان و کمک به کاهش سطح تعلل‌ورزی آنان استفاده نمود.

واژگان کلیدی

تعلل‌ورزی، سبک‌های هویت، تعهد هویت، دانش‌آموزان.

۱- استادیار گروه مشاوره، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.

m.madanyfar@gmail.com

۲- دکترای مشاوره، دانشکده روان‌شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد خمینی شهر، ایران. نویسنده مسول

t.madanifar@gmail.com

۳- کارشناس ارشد مشاوره، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، تهران، ایران

h.taei@gmail.com

۴- استادیار، گروه مشاوره، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، تهران، ایران.

s.shahmoradii@ut.ac.ir

مقدمه

تعلل‌ورزی^۵ تحصیلی تأثیر قابل‌توجهی بر زندگی دانش‌آموزان دارد و با عوامل مختلفی مانند عزت نفس پایین، اضطراب تحصیلی بالا و ترس از شکست مرتبط است (Karla Silva, 2022)؛ البته تعلل‌ورزی یکی از واقعیات بی‌چون‌وچرای زندگی است که در بین افسار و سنین مختلف وجود دارد (محمّدی و دیگران، ۱۳۹۳). تعلل‌ورزی به معنای به تعویق انداختن امری به دلیل ناخوشایندی یا ملال‌آوری آن است (سیماریان و دیگران، ۱۳۹۰). واژه لاتین تعلل، از دو کلمه پرو^۶ (به معنی رو به جلو) و کراسینوس^۷ (به معنی از فردا) تشکیل شده است (Ferrari & Emmons, 1995). استیل^۸ (۲۰۰۷) تعلل‌ورزی را تأخیر عمدی در اعمال و فعالیت‌های تصمیم‌گیری شده علی‌رغم آگاهی از پیامدهای منفی آن‌ها می‌داند که در اغلب مواقع به عملکردی که رضایت‌بخش نیست، منتهی می‌شود.

اوند (۱۹۹۶) تعلل را به صورت به تعویق انداختن عملی، به خصوص زمانی که تعویق بدون دلیل مناسبی باشد، تعریف می‌نماید (شهینی و دیگران، ۱۳۸۵). در تعریف رورباگ (۲۰۰۶): به نقل از محمودیان و دیگران، (۱۳۹۴) از تعلل نیز به تأخیر انداختن یا به تعویق انداختن عملی که شخص باید انجام دهد و از این رو سطحی از اضطراب ناشی از تعلل‌ورزی را تجربه می‌کند، مورد توجه قرار گرفته است. هر چند تعلل‌ورزی زودگذر و مقطعی باعث پیامدهای مثبتی چون کاهش فشار روانی و جلوگیری از بیماری‌های جسمی می‌شود؛ ولی تعلل‌ورزی مزمن و طولانی مدت منجر به یادگیری شتاب‌زده، اضطراب امتحانی، هراس اجتماعی، پیشرفت پایین، اعتماد به نفس و عزت نفس پایین، سطوح افسردگی بالا، کم‌رویی و استرس می‌شود (بدری و حسینی، ۱۳۸۹).

از منظر مکاتب مختلف روان‌شناسی، دیدگاه‌های متنوعی در مورد تعلل‌ورزی وجود دارد که مهم‌ترین آن‌ها عبارت‌اند از: دیدگاه روان تحلیل‌گری، دیدگاه رفتارگرایی و دیدگاه شناختی. در دیدگاه روان‌تحلیل‌گری، تعلل‌ورزی یک رفتار مسئله‌دار بوده که نشان‌دهنده

5. Procrastination

6. Pro

7. Crasinus

8. Steel, p

نوعی هیجان روانی زیربنایی است. این دیدگاه بر وقایع ناهوشیار (امیال و ترس‌ها) با تجربیات آسیب‌زای کودکی که موجب رفتارهای خودکم‌بینی می‌شود، تأکید می‌کند. با تحلیل این عوامل، روان‌تحلیل‌گران علت تعلل‌ورزی را کشف و راهکارهای درمان آن را ارائه می‌نمایند. در دیدگاه رفتارگرایی، تعلل برحسب نظریه تقویت تبیین می‌شود. در این نظریه، به تعویق انداختن کار اثر تقویتی بیشتری از انجام آن برای فرد به‌دنبال دارد. در این دیدگاه هدف درمان، کاهش نسبت یا درصد زمان تعلل و افزایش نسبت یا درصد مطالعه است. برای کاهش تعلل از روش‌هایی نظیر الگوسازی، شرطی‌سازی، مدیریت زمان و فنون برنامه‌ریزی استفاده می‌شود. دیدگاه شناختی نیز باورهای غیرمنطقی و انتظارات غیرواقع‌بینانه از خود را عامل اساسی در تعلل‌ورزی می‌داند. مشاوران شناختی تلاش می‌کنند باورهای غیرمنطقی فرد را به او بشناسانند و روشن کنند که ریشه اهمال‌کاری، باور نداشتن به توانایی‌های فردی است. فردی که توانایی‌های خود را باور دارد؛ در انجام مسئولیت‌هایش تلاش بیشتری می‌کند و بنابراین تعلل‌ورزی کمتری دارد (گلستانی بخت و شکری، ۱۳۹۲؛ سلیمی و دیگران، ۱۳۹۳). پژوهش‌های گسترده‌ای در مورد ریشه‌های تعلل‌ورزی صورت گرفته است که در جدیدترین آن‌ها، پایه‌های ژنتیکی و شناختی (Gustavson et al., 2025) و نیز شبکه‌های اجتماعی (Meier et al., 2016) به‌عنوان عواملی تأثیرگذار تبیین شده‌اند. تعلل‌ورزی با توجه به مؤلفه‌های شناختی، عاطفی و رفتاری آن تظاهرات گوناگونی دارد که ازجمله آن‌ها می‌توان به تعلل‌ورزی کلی یا روزمره، تعلل‌ورزی در تصمیم‌گیری، تعلل‌ورزی روان‌رنجورانه، تعلل‌ورزی وسواس‌گونه و تعلل‌ورزی تحصیلی اشاره نمود؛ اما متداول‌ترین شکل تعلل‌ورزی که مطالعات بیشتری در خصوص آن صورت گرفته است، تعلل‌ورزی تحصیلی می‌باشد (قربان‌جهرمی و دیگران، ۱۳۹۴). به نظر روساریو^۹ و همکاران (۲۰۰۹)، با وجود اینکه تعلل‌ورزی در تمام فعالیت‌های زندگی روزانه ممکن است اتفاق بیفتد؛ ولی تعلل‌ورزی در زمینه انجام تکالیف تحصیلی، فراوانی بیشتری دارد. سولومون و راثبلوم^{۱۰} (۱۹۸۴) تعلل‌ورزی تحصیلی را به تأخیر انداختن وظایف تحصیلی تعریف می‌کنند. تعلل‌ورزی درواقع شکست در مدیریت اهداف است. این شکست از عدم توانایی

9. Rosario et al.

10. Solomon, L. & Rothblum, E.

در ترمیم هیجانات منفی ناشی از تکالیف درسی پیش رو، ایجاد می شود (Miyake & Kane, 2022). گلستانی بخت و شکری (۱۳۹۲) نیز معتقد هستند که تعلل‌ورزی تحصیلی عبارت است از: به تأخیر انداختن ارادی یک تکلیف تحصیلی که باید در چهارچوب زمانی مورد انتظار به انجام رسانده شود. باید گفت که میزان تعلل‌ورزی تحصیلی مشکل‌آفرین در بین دانشجویان حداقل ۷۰ تا ۹۵ درصد گزارش شده است (هاشمی و دیگران، ۱۳۹۱). تعلل‌ورزی در دانش‌آموزان متوسطه و ابتدایی اسپانیایی نیز گزارش شده است. این تعلل‌ورزی که در پسران به‌طور معناداری بیشتر از دختران وجود دارد با میزان اضطراب دانش‌آموزان نیز ارتباط معناداری دارد (Martín-Puga et al., 2022). در پژوهش رادمنش و بخشایش (۱۳۹۳) نیز میزان تعلل‌ورزی تحصیلی در دانش‌آموزان دختر مقطع دبیرستان شهرستان یزد ۸۴ درصد گزارش شده که شیوع بالایی را نشان می‌دهد. توکلی (۱۳۹۲) نیز در پژوهش دیگری دریافت که ۱۴ درصد دانش‌آموزان دارای تعلل‌ورزی شدید و ۷۰/۸ درصد دانش‌آموزان دارای تعلل‌ورزی متوسط هستند. با توجه به این میزان تأثیرگذاری تعلل‌ورزی بر فرایند تحصیلی دانش‌آموزان، بررسی ریشه‌ای عوامل زمینه‌ساز آن در نوجوانان از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است.

هویت^{۱۱} و تشکیل آن یکی از مسائل مهم در زندگی هر انسان است که معمولاً از سن نوجوانی با آن روبه‌رو می‌شود. هویت، تلاشی است برای پاسخگویی به پرسش: «من کیستم؟» به عبارتی، هویت یعنی کسب شناخت از خود و پذیرفتن خویش از طریق پاسخ به پرسش‌هایی چون: من کیستم، از کجا آمده‌ام، جایگاهم کجاست، چه هدفی در این دنیا دارم و بنابراین بخشی از «خود» که به این پرسش پاسخ می‌دهد، هویت فرد است (امیدیان، ۱۳۸۸). می‌توان گفت، هویت همان پنداره شخص از خود می‌باشد و از طریق آن، افراد به مفهوم یکپارچه‌ای از خویش دست می‌یابند و بر آن اساس در زندگی خود به قضاوت ارزشی می‌پردازند (Brewer & Gardner, 1996). با این تعریف از هویت، به‌نظر می‌رسد که این عامل ارتباط زیادی با تعلل‌ورزی تحصیلی در دانش‌آموزان دارد.

11. identity

سوئننس^{۱۲} و همکاران (۲۰۰۵) مفهوم هویت را یک «نظریه راجع به خویشتن»^{۱۳} می‌دانند و اظهار می‌کنند هر فرد، فرضیاتی درباره خودش دارد که آن‌ها را در تعامل با جهان فیزیکی و اجتماعی تجربه شده، ادغام کرده و یک ساختار مفهومی از خود ترسیم می‌کند. به عقیده اریکسون هویت احساسی است که فرد در اوایل سن نوجوانی خود را از دیگران مجزا و متمایز دانسته، برای خود ثبات و یکپارچگی قائل است و خویشتن را شبیه به تصور دیگران از خود می‌داند. این تصور، حد مطلوب است و گاهی هم در شکل‌گیری این احساس و تصور از خود خلأ به‌وجود می‌آید و فرد از خودش یکپارچگی ندارد و در چنین حالتی است که او دچار بحران هویت می‌شود (آخوندی، ۱۳۸۳). نوجوانان در صورت رسیدن به تعهدی مبتنی بر اکتشاف و آگاهی در شکل‌دهی به هویت خویش، در عرصه تصمیم‌گیری‌های مهم دیگر زندگی چون تصمیمات تحصیلی و عدم تعلل‌ورزی در راستای نیل به این اهداف نیز موفق خواهند شد.

موشمن^{۱۴} (۱۹۹۸) معتقد است با وجود اینکه در زمینه رویکرد وضعیت‌های هویت پژوهش‌های زیادی انجام شده و شناخت خوبی نیز در زمینه هویت نوجوانان به‌دست آمده است؛ اما در رابطه با فرایندهای رشد هویت کمتر کار شده است و پرسش‌های زیادی در این زمینه وجود دارد که چگونه شخص به یک وضعیت هویتی دست می‌یابد. مایکل برزونسکی^{۱۵} یکی از افرادی است که توجه خود را به‌طور جدی بر فرایندها یا سبک‌های شناختی- اجتماعی‌ای قرار داد که توسط نوجوانان با وضعیت‌های هویتی متفاوت به‌کار گرفته می‌شود. وی بر اساس دیدگاه روانی- اجتماعی هویت اریکسون، وضعیت‌های هویت در نظریه مارسیا، فرایند اکتشاف (رفتار حل مسئله از طریق گردآوری اطلاعات درباره خود و محیط با هدف تصمیم‌گیری برای انتخاب‌های مختلف زندگی) و تعهد (پذیرفتن مجموعه خاصی از اهداف، ارزش‌ها و باورها) مدلی فرایند محور از هویت ارائه داده است (Schwartz, 2001).

12. Soenens

13. self Theory

14. Moshman, D.

15. Berzonsky, M. D.

براساس دیدگاه برزونسکی^{۱۶} (۱۹۹۰)، انسان‌ها به شیوه‌های متفاوتی به نظریه‌پردازی راجع به خویشتن می‌پردازند، یعنی در چگونگی مواجهه و پردازش اطلاعات، اتخاذ تصمیم‌ها و حل تعارضات مرتبط با هویت، با هم تفاوت دارند و با شیوه‌های گوناگون به تشکیل هویت می‌پردازند. این شیوه‌ها، به سبک‌های هویت معروف و عبارت‌اند از: سبک اطلاعاتی^{۱۷}، سبک هنجاری^{۱۸}، و سبک سردرگم/اجتنابی^{۱۹}.

افرادی که از شیوه اطلاعاتی استفاده می‌کنند، اطلاعات‌مدار هستند و همواره به جستجو، پردازش و ارزیابی اطلاعات مربوط به خود می‌پردازند؛ به عبارتی می‌توان گفت، آن‌ها درگیر یک فرایند خودکاوشگری فعال هستند. این افراد دارای سطوح بالایی از پیچیدگی شناختی، آمادگی برای تصمیم‌گیری^{۲۰}، نیاز بالا به کسب شناخت و اطلاعات، استفاده از راهبرد مقابله مسئله‌مدار^{۲۱} و استقلال هستند (Berzonsky et al., 2013).

سبک هویت هنجاری را جوانانی به کار می‌گیرند که انتظارات و ارزش‌های مراجع قدرت و دیگر افراد مهم زندگی خود (مثل والدین) را درونی می‌کنند و با آن هماهنگ می‌شوند (برزونسکی و همکاران، ۲۰۰۷). آن‌ها پیوسته تلاش می‌کنند تا ساختارهای مربوط به خود که از قبل موجود است را حفظ کنند و در مقابل تهدید این ساختارها از طریق پاسخ‌های قالبی به دفاع بپردازند. پژوهش‌ها نشان می‌دهد که جوانان با سبک هویت هنجاری دارای تعهد پایدار و محکمی هستند و از سطوح بالای وظیفه‌شناسی برخوردارند (Berzonsky et al., 2013).

جوانان با سبک سردرگم/اجتنابی برای اجتناب از تعارض‌های شخصی در حیطه هویتی‌شان، مرتب در تلاش هستند. آن‌ها تصمیم‌گیری‌ها را تا زمان فرارسیدن یک الزام موقعیتی به تأخیر می‌اندازند و به‌طور مداوم رفتارها و نظرهای خود را مطابق با تقاضا و الزامات اجتماعی تغییر می‌دهند؛ بدون اینکه ساختار هویت خود را اصلاح کنند. باید گفت،

16. Brewer, M., Gardner, W.

17. Informational

18. Normative

19. Diffuse-avoidant

20. Decisional vigilance

21. Problem focused coping

اصلاحاتی هم که به‌صورت فعالیت‌های رفتاری و یا حتی هم‌نوایی شفاهی انجام می‌دهند؛ آنی و زودگذر است. چنین راهبردهایی احتمالاً به یک ساختار هویت پراکنده منجر می‌شود که به‌صورت بی‌هدف و ناپایدار یا اتفاقی یکپارچه شده است (Berzonsky et al., 2013). با توجه به مطالب فوق، پژوهش حاضر در تلاش است رابطه سبک‌های هویت دانش‌آموزان دختر پایه دهم یکی از دبیرستان‌های ناحیه دو اصفهان با تعلل‌ورزی تحصیلی آنان را تبیین کرده و سهم هر یک از سبک‌های هویت را در پیش‌بینی تعلل‌ورزی تحصیلی دانش‌آموزان تعیین نماید؛ بنابراین پرسش اصلی این پژوهش آن است که آیا سبک‌های هویت و مؤلفه تعهد هویت دانش‌آموزان دختر می‌تواند تعلل‌ورزی آن‌ها را پیش‌بینی کند یا خیر؟ همچنین در صورت مثبت بودن پاسخ این پرسش، سهم نسبی هریک از سبک‌های هویت (اطلاعاتی، هنجاری و سردرگم/اجتنابی) و تعهد هویت در پیش‌بینی تعلل‌ورزی دانش‌آموزان دختر چقدر است؟ پرسش نهایی این پژوهش نیز آن است که سهم هر یک از سبک‌های هویت و مؤلفه تعهد هویت در تعلل‌ورزی با استفاده از روش تحلیل مسیر چقدر است؟

روش پژوهش

تمامی دانش‌آموزان پایه دهم دبیرستان مزبور (ناحیه دو اصفهان) جامعه آماری پژوهش حاضر را تشکیل می‌دهند. جامعه مذکور با این هدف انتخاب شد که دانش‌آموزان این مقطع همگی در سنین نوجوانی بوده و علاوه بر سبک‌های هویت متعدد، دارای سطوح مختلفی از تعلل‌ورزی می‌باشند. طبق آمار موجود در دبیرستان، تعداد کل دانش‌آموزان پایه دهم این دبیرستان ۸۶ نفر است. بر اساس جدول مورگان حجم نمونه برای جامعه‌ای با این تعداد، ۷۰ نفر می‌باشد. روش گردآوری داده‌ها در این پژوهش به‌صورت تصادفی بود؛ به‌صورتی‌که پرسش‌نامه در میان دانش‌آموزان توزیع شد و پس از تکمیل پرسش‌نامه‌ها، داده‌های لازم از آن استخراج گردید. اجرای پژوهش با رعایت کامل مسائل اخلاقی و حقوقی شرکت‌کنندگان همراه بود. دانش‌آموزان با اختیار خود، به‌صورت داوطلبانه و با فرصت کافی به پرسش‌نامه‌ها پاسخ دادند. توضیحات کافی در مورد نحوه پرکردن پرسش‌های در اختیار آن‌ها قرار گرفت و این اطمینان به آنان داده شد که نیازی به ذکر

نام و نام خانوادگی نیست و نیز، اطلاعات محرمانه و صرفاً برای اهداف پژوهشی است. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش همبستگی پیرسون، رگرسیون گام به گام و تحلیل مسیر استفاده شده است.

ابزارهای پژوهش

مقیاس ۱۶ گویه‌ای تاکمن: برای سنجش تعلل‌ورزی دانش‌آموزان از مقیاس ۱۶ گویه‌ای تاکمن (TPS)^{۲۲} استفاده شده است. این مقیاس در سال ۱۹۹۱ توسط تاکمن ساخته شده و آیتم‌های آن در مقیاس ۴ درجه‌ای لیکرت نمره‌گذاری می‌شود. تاکمن در بررسی عوامل مکنون این پرسش‌نامه معین کرده است که یک عامل اختصاصی تعلل‌ورزی را مورد ارزیابی قرار می‌دهد و پرسش‌های آزمون قادر است ۰/۶۹ واریانس تعلل‌ورزی را پوشش دهد. مطالعات اخیر که پرسش‌نامه مقیاس تعلل‌ورزی تاکمن را به کار برده‌اند، پایایی بالای ۰/۹ را نشان داده‌اند. در ایران نیز مصطفوی (۱۳۸۹): به نقل از محمدی و دیگران، (۱۳۹۳)، ضریب پایایی ۰/۸۶ و محمدی و همکاران (۱۳۹۳)، ضریب پایایی ۰/۶۸ را برای این مقیاس گزارش نموده‌اند. در این پژوهش هم از طریق بازآمایی به روش ضریب آلفای کرونباخ، ضریب پایایی ۰/۹۲۷ برای این مقیاس محاسبه شد.

پرسش‌نامه ۴۰ گویه‌ای برزونسکی: برای بررسی سبک‌های هویت دانش‌آموزان از پرسش‌نامه ۴۰ گویه‌ای برزونسکی استفاده شده است. پرسش‌نامه سبک‌های هویت (ISI)^{۲۳} اولین بار توسط برزونسکی در سال ۱۹۸۹ ساخته شده و آیتم‌های آن در مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت نمره‌گذاری می‌شود. وایت و همکارانش (۱۹۹۸) برای اجرای این مقیاس در میان گروه‌های جوان‌تر با سطح تحصیلات پایین‌تر به تجدیدنظر در پرسش‌نامه ISI با دستور زبان و ساختاری ساده‌تر پرداختند و نسخه جدید آن را با نام (ISI-6G) ارائه نمودند. براین اساس، سه سبک هویت و خرده‌مقیاس تعهد از طریق ۴۰ گویه سنجیده می‌شود. ۱۱ گویه به سبک هویت اطلاعاتی، ۹ گویه به سبک هویت هنجاری، ۱۰ گویه سبک هویت

22. Tuckman Procrastination Scale

23. Identity Style Inventory

سردرگم/اجتنابی و ۱۰ گویه به خرده‌مقیاس تعهد هویت اختصاص دارد (مدنی‌فر و دیگران، ۱۳۹۴). وایت و همکارانش (۱۹۹۸)، به‌منظور بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس تجدیدنظر شده، آن را بر روی یک نمونه ۳۶۱ نفری اجرا کردند. آن‌ها برای بررسی ضریب قابلیت اطمینان، از روش همسانی درونی استفاده کردند و ضریب آلفای کرونباخ خرده‌مقیاس‌های سبک هویت اطلاعاتی، هنجاری، سردرگم/اجتنابی و تعهد هویت را به ترتیب ۰/۵۹، ۰/۶۴، ۰/۷۸ و ۰/۷۶ به‌دست آورده‌اند. این پرسش‌نامه در ایران توسط فارسی‌نژاد (۱۳۸۳) زیر نظر برزونسکی مورد تحلیل عامل قرار گرفت و نتایج بسیار نزدیک به نسخه اصلی به‌دست آمد. در این پژوهش هم از طریق بازآمایی به‌روش ضریب آلفای کرونباخ، ضریب پایایی برای سبک هویت اطلاعاتی ۰/۶۹۴، برای سبک هویت هنجاری ۰/۶۰۵، برای سبک هویت سردرگم/اجتنابی ۰/۶۵۵ و برای خرده‌مقیاس تعهد هویت ۰/۷۵۴ محاسبه شد.

یافته‌های پژوهش

تجزیه و تحلیل داده‌ها با دو روش آماری شامل ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه به روش گام‌به‌گام با استفاده از نرم افزار SPSS 24 صورت گرفت. در مقاله حاضر به تناسب سؤال پژوهش، دو دسته متغیر یعنی ملاک و پیش‌بین مورد مطالعه قرار گرفتند. شاخص‌های توصیفی مؤلفه‌های اصلی پژوهش در جدول شماره ۱ نشان داده شده است. با توجه به آماره‌های کجی و کشیدگی می‌توان استنتاج کرد که توزیع همه متغیرها، نرمال می‌باشد.

جدول شماره ۱: شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیر	کمینه	بیشینه	میانگین	انحراف معیار	کجی	کشیدگی
اطلاعاتی	۲۵	۵۲	۴۰/۶۷	۵/۶۴	-۰/۴۷	-۰/۰۶
هنجاری	۲۰	۴۳	۳۳/۵۹	۴/۵۳	-۰/۲۳	۰/۳۹
سردرگم / اجتنابی	۱۳	۴۰	۲۶/۲۶	۵/۷۳	۰/۰۹	-۰/۲۶

متغیر	کمینه	بیشینه	میانگین	انحراف معیار	کجی	کشیدگی
تعهد هویت	۱۷	۴۸	۳۵/۹۷	۶/۴۷	-۰/۲۸	۰/۳۰
تعطل ورزشی	۲۰	۵۹	۳۷/۸۰	۱۰/۵۵	۰/۲۳	-۰/۸۸

در *Error! Not a valid bookmark self-reference.* ضرایب همبستگی گشتاوری پیرسون برای مؤلفه‌های اصلی پژوهش آورده شده است. همان‌طور که مشاهده می‌گردد، بین تعطل ورزشی با تعهد هویت در سطح $p < ۰/۰۱$ رابطه معکوس معناداری وجود دارد ($r = -۰/۷۰۸$). همچنین بین تعطل ورزشی با سبک هویت سردرگم/اجتنابی در سطح $p < ۰/۰۱$ رابطه مثبت معنادار وجود دارد ($r = ۰/۴۸۶$). همچنین طبق نتایج، تعطل ورزشی با سبک‌های هویت هنجاری ($r = -۰/۴۲۳$) و اطلاعاتی ($r = -۰/۴۰۶$) در سطح $p < ۰/۰۱$ همبستگی معکوس معناداری دارد.

جدول شماره ۲: ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

متغیر	اطلاعاتی	هنجاری	اجتنابی	تعهد هویت	تعطل ورزشی
اطلاعاتی	۱				
هنجاری	۰/۶۶۰**	۱			
اجتنابی	-۰/۱۹۵	-۰/۰۱۹	۱		
تعهد هویت	۰/۶۲۶**	۰/۶۶۵**	-۰/۳۵۴**	۱	
تعطل ورزشی	-۰/۴۰۶**	-۰/۴۲۳**	۰/۴۸۶**	-۰/۷۰۸**	۱

** $p < ۰/۰۱$

جدول شماره ۳ مبین نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون گام‌به‌گام برای بررسی تأثیر هر یک از سبک‌های هویت در پیش‌بینی تعطل ورزشی است و همان‌طور که مشاهده می‌شود؛ در گام اول تعهد هویت وارد معادله رگرسیون شده و به میزان ۰/۵۰۱ واریانس را برای تعطل-ورزی تبیین کرده و در گام دوم سبک هویت سردرگم/اجتنابی وارد معادله شده و ۰/۵۶۵ از واریانس را برای متغیر ملاک تبیین کرده است. به عبارتی با متغیرهای پیش‌بین تعهد هویت و سبک هویت سردرگم/اجتنابی می‌توان ۵۶/۵٪ از کل واریانس نمرات تعطل ورزشی را پیش‌بینی نمود. مقایسه مقادیر بتا نشان می‌دهد که با ورود سبک سردرگم/

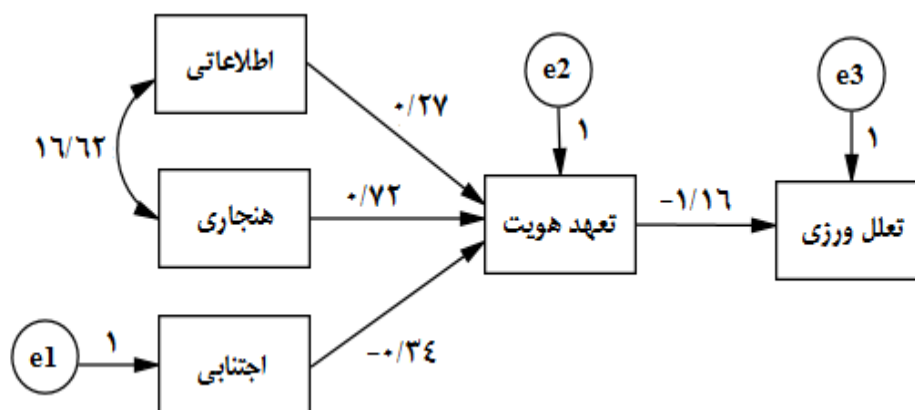
اجتنابی در گام دوم، ضریب بتای تعهد هویت تفاوت زیادی نکرده و همین امر نشان‌دهنده این است که مهم‌ترین عامل در پیش‌بینی تعلل‌ورزی، تعهد هویت بوده و سایر عوامل نقش کمتری را در مقایسه با آن دارند.

جدول شماره ۳: نتایج تحلیل رگرسیون گام‌به‌گام برای بررسی پیش‌بین بودن سبک‌های هویت

متغیر پیش‌بین	ضریب غیر استاندارد	ضریب استاندارد بتا	سطح معناداری	نسبت F	سطح معناداری	ضریب تعیین
تعهد هویت	-۱/۱۵۶	-۰/۷۰۸	۰/۰۰۰	۶۸/۳۹۰	۰/۰۰۰	۰/۵۰۱
تعهد هویت سردرگم/اجتنابی	۰/۴۹۷	۰/۲۷۰	۰/۰۰۳	۴۳/۵۲۱	۰/۰۰۰	۰/۵۶۵

متغیر وابسته: تعلل‌ورزی

در شکل شماره ۱، سهم هر یک از سبک‌های هویت و مؤلفه تعهد هویت در تعلل‌ورزی با روش تحلیل مسیر و با استفاده از نرم‌افزار AMOS بررسی شده است. این نرم‌افزار با استفاده از یک مدل گرافیکی که محقق را در نحوه بررسی روابط علی یا همبستگی بین مؤلفه‌ها یاری می‌رساند، تحلیل‌های کمی دقیقی ارائه می‌دهد و با توجه به شاخص‌های برازش و اصلاحاتی که ارائه می‌دهد، مسیر تحلیل را ساده می‌سازد. با این توضیح، مدل نهایی که برای این پژوهش ارائه می‌گردد، به صورت شکل شماره ۱ خواهد بود.



شکل شماره ۱: مدل مسیر پژوهش در نرم‌افزار AMOS

برای برازش این مدل از شاخص‌های متعددی استفاده شده و در مراحل مختلف، با توجه به فرضیات و پیشینه پژوهش، نتایج همبستگی و رگرسیون‌ها و نیز پیشنهادهای ارائه شده توسط نرم‌افزار؛ اصلاحات لازم صورت گرفته است. شاخص‌های برازش این مدل را می‌توان به صورت جدول شماره ۴ فهرست نمود که نتایج حاکی از برازش بهینه و مناسب مدل موجود است. این مدل نشان می‌دهد که مؤلفه تعهد هویت به عنوان یک متغیر میانجی بین سبک‌های هویت و تعلل‌ورزی عمل می‌کند.

جدول شماره ۴: نتایج برازش مدل تحلیل مسیر

شاخص	GFI	CMIN/DF	NFI	CFI	RMSEA	IFI	P
مقدار	۰/۹۳۲	۲/۸۱۸	۰/۹۱۳	۰/۹۴۱	۰/۱۰۲	۰/۹۴۲	۰/۰۱۵
بازه مجاز	بزرگ‌تر از ۰/۹۰	۱ - ۳	بزرگ‌تر از ۰/۹۰	بزرگ‌تر از ۰/۹۰	کمتر از ۰/۱	بزرگ‌تر از ۰/۹۰۰	کمتر از ۰/۰۵

بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش، پاسخ به این سؤال بود که «آیا سبک‌های هویت و مؤلفه تعهد هویت می‌توانند تعلل‌ورزی را پیش‌بینی کنند یا خیر؟». نتایج پژوهش حاکی از آن است که سبک هویت اطلاعاتی، سبک هویت هنجاری و مؤلفه تعهد هویت به صورت معکوس و سبک هویت سردرگم/اجتنابی به صورت مثبت با تعلل‌ورزی همبستگی دارند. نتایج رگرسیون گام‌به‌گام نیز نشان می‌دهد به ترتیب تعهد هویت (با ضریب منفی) و سبک هویت سردرگم/اجتنابی (با ضریب مثبت) تعلل‌ورزی را تبیین می‌کنند و این بدان معناست که تعهد هویت بیش از سه سبک هویتی می‌تواند تغییرات مربوط به تعلل‌ورزی را پیش‌بینی نماید. نتایج تحلیل مسیر نیز نشان می‌دهد که می‌توان مؤلفه تعهد هویت را به عنوان یک متغیر میانجی بین سبک‌های هویت و تعلل‌ورزی در نظر گرفت. در برخی پژوهش‌های دیگر نیز به نقش واسطه تعهد هویت در مقابل سبک‌های هویت برای پیش‌بینی متغیرهای وابسته گوناگون اشاره شده است (مدنی‌فرو و دیگران، ۱۳۹۴).

برزونسکی (۲۰۰۳) معتقد است، چهارچوب «تعهد» به کنترل، ارزیابی و نظم‌دهی رفتار می‌پردازد. تعهد موجب وضوح ملاک‌ها، اهداف، عقاید و ارزش‌هایی می‌شود که افراد به آن‌ها علاقه داشته و خواستار حفظ آن‌ها هستند. لذا می‌توان نتیجه گرفت، تعهد بیشتر موجب هدفمندی بیشتر می‌گردد. از این رو طبیعی است که دانش‌آموزان با میزان تعهد بالاتر، از تعلل‌ورزی کمتری برخوردار باشند؛ چرا که به اعتقاد استیل (۲۰۰۷) یکی از مهم‌ترین علل تعلل‌ورزی، نداشتن انگیزه لازم برای کنترل اهداف و حتی زندگی روزمره است. از سوی دیگر، اوسایا (۲۰۱۰؛ به نقل از رجب‌پور و دیگران، ۱۳۹۱) معتقد است که فرد اهمال‌کار بدون داشتن یک مجموعه ارزشی مشخص و بدون توجه به اهداف اصلی، انجام دادن تکالیف ضروری را به تعویق می‌اندازد و بر کارهای بی‌نتیجه و کمتر ضروری متمرکز می‌گردد. با مقایسه ویژگی افراد دارای تعهد هویتی پایین و افراد دارای تعلل‌ورزی، متوجه اشتراکات آن‌ها خواهیم شد و همین مسئله دلیل روشنی بر همبستگی و رگرسیون بالای این دو متغیر است. نتایج پژوهش میرعرب‌رضی و جعفری (۱۳۹۴) نیز این یافته را تأیید می‌نماید.

از نتایج تحلیل رگرسیون مشخص می‌گردد که سبک سردرگم/اجتنابی نیز پیش‌بینی‌کننده مناسب به‌صورت مثبت برای تعلل‌ورزی است. نتایج تحلیل مسیر نیز نشان می‌دهد که سبک هویت سردرگم/اجتنابی از طریق میانجی تعهد تأثیر بسزایی در تعلل‌ورزی افراد دارد. افراد با این سبک هویت از تعارض‌های شخصی در حیطه مسائل و تصمیم‌گیری‌های مهم زندگی خود (از جمله انجام تکالیف تحصیلی)، اجتناب می‌ورزند؛ آن‌ها تصمیم‌گیری‌ها را تا زمان فرارسیدن یک الزام موقعیتی به تأخیر می‌اندازند (Berzonsky, 1994؛ به نقل از Berzonsky et al., 2007)؛ در نتیجه همان‌طور که انتظار می‌رفت دانش‌آموزان دارای سبک هویت سردرگم/اجتنابی، نمرات نسبتاً بالایی در مقیاس تعلل‌ورزی کسب کرده‌اند. از سوی دیگر افراد دارای سبک هویت سردرگم/اجتنابی تصمیم‌گیری‌ها را تا زمان فرارسیدن یک الزام موقعیتی به تأخیر می‌اندازند (Berzonsky, 1994؛ به نقل از Berzonsky et al., 2007)، یعنی به‌نوعی در فریند خود تنظیم‌گیری دچار اخلاص می‌شوند و از این رو در انجام تکالیف و وظایف تعلل می‌نمایند. این یافته در پژوهش‌های روزنتال و کارلبرینگ^{۲۴} (۲۰۱۴)،

24. Rozental, A., & Carlbring, P.

هاول و واتسون^{۲۵} (۲۰۰۷) و الیس و کناوس (۱۹۹۷): به نقل از هاشمی و دیگران، (۱۳۹۱) نیز تأیید شده است. تعلل‌ورزی تحصیلی یک رفتار نابهنجار است که به مرور زمان یک ویژگی شخصیتی می‌شود. ممکن است مشکلات هویتی خود منجر به عدم سلامت روانی و در نتیجه تعلل‌ورزی شود. همچنین افراد دارای سبک هویت سردرگم / اجتنابی چون اهداف خاصی را تعیین نکرده‌اند و به تعریف مشخصی از خود نرسیده‌اند، به تعلل‌ورزی بیشتری مبتلا می‌گردند؛ اما افراد دارای سبک هویت هنجاری یا اطلاعاتی چون تعریف و اهداف مشخصی دارند، انگیزه بالاتری پیدا می‌کنند و لذا کمتر به ورطه تعلل‌ورزی می‌افتند (میرعرب‌رضی و جعفری، ۱۳۹۴).

با توجه به جایگاه سبک‌های هویت و نقش واسطه‌ای تعهد هویت در جهت کاهش تعلل‌ورزی، به نظر می‌رسد لازم است واحدهای مشاوره مدارس خدماتی در جهت کسب شناخت بیشتر دانش‌آموزان نسبت به خود و سبک تشکیل هویت فردی ارائه نمایند تا از این طریق دانش‌آموزان دارای سبک هویت سردرگم / اجتنابی به سبک هویت هنجاری ارتقاء و درنهایت به سبک هویت اطلاعاتی دست یابند. این فرایند از سوی دیگر سبب افزایش تعهد هویت‌شده و از طریق هم‌افزایی موجب کاهش تعلل‌ورزی در دانش‌آموزان می‌گردد. همچنین مدارس می‌توانند با در نظر گرفتن برنامه‌هایی جهت ارزیابی و ارتقای سبک‌های هویت، پرورش خودپنداره شخصی و افزایش احساس کنترل و مسئولیت‌پذیری دانش‌آموزان در راستای کاهش تعلل‌ورزی و نیز افزایش تعهد و موفقیت آنان در زمینه‌های مختلف زندگی مثمرتر واقع شوند.

در این پژوهش جهت سنجش متغیرها در نمونه آماری از ابزار پرسش‌نامه استفاده شده که ممکن است همراه با برخی محدودیت‌های پژوهش کمی باشد؛ بنابراین پیشنهاد می‌شود در آینده از روش‌های تحقیق کیفی و یا انجام مصاحبه در کنار پرسش‌نامه استفاده گردد. حجم نمونه پایین، عدم تحقیق بر روی دانش‌آموزان پسر و محافظه‌کاری احتمالی دانش‌آموزان در پاسخ به پرسش‌های پرسش‌نامه از مهم‌ترین محدودیت‌های پژوهش حاضر بوده‌اند.

25. Howell, A.J., & Watson, D.C.

منابع

- آخوندی، محمدباقر (۱۳۸۳). *هویت ملی - مذهبی جوانان*. قم: بوستان کتاب قم.
20.1001.1.17351901.1393.15.3.6.7
- امیدیان، مرتضی (۱۳۸۷). *هویت از دیدگاه روان‌شناسی*. یزد: انتشارات دانشگاه یزد.
10.22111/JEPS.2016.2556
- بدری، رحیم و حسینی، فریبا (۱۳۸۹). بررسی رابطه باورهای انگیزشی و راهبردهای یادگیری خودتنظیمی با تعلل‌ورزی دانشجویان دانشگاه تبریز. *تازه‌ها و پژوهش‌های مشاوره*، ۹(۳۶)، صص ۱۲۵-۱۱۱.
- توکی، محمدعلی (۱۳۹۲). بررسی شیوع اهمال‌کاری تحصیلی در بین دانشجویان و ارتباط آن با ویژگی‌های جمعیت‌شناختی، ترجیح زمان مطالعه و هدف ورود به دانشگاه. *فصلنامه روان‌شناسی تربیتی*، ۹(۲۸)، صص ۹۹-۱۲۴.
https://jep.atu.ac.ir/article_2480_184ac25634dc86ac1ffb6ddb28e1ffe9.pdf
- رادمنش، حمیده و بخشایش، علیرضا (۱۳۹۳). میزان شیوع تعلل‌ورزی تحصیلی در دانش‌آموزان دختر یزد. *اولین کنفرانس ملی توسعه پایدار در علوم تربیتی و روان‌شناسی: تهران*.
<https://www.symposia.ir/EPSCONF01>
- رجب‌پور، زهرا؛ فرمانی، سعید و امانی، حبیب (۱۳۹۱). تعلل‌ورزی: مفاهیم، علل، پیامدها و راهکارها. *مجله برخط دانش روان‌شناختی*، ۱(۱)، صص ۳۲-۲۱.
file:///C:/Users/mr/Downloads/JEI_Volume%2014_Issue%202.pdf
- سلیمی، جمال؛ بارخدا، جمال و محمدیان، کوستان (۱۳۹۳). بررسی رابطه بین انگیزش تحصیلی و اهداف پیشرفت اجتماعی با تعلل‌ورزی تحصیلی در دانش‌آموزان. *پژوهش‌های مشاوره*، ۱۳(۵۰)، صص ۷۹-۱۰۰.
<http://iranccounseling.ir/journal/article-1-95-fa.html>
- سیماریان، کوثر؛ سیماریان، قاسم و ابراهیمی، صغری (۱۳۹۰). بررسی اثربخشی آموزش خودکنترلی بر کاهش سهل‌انگاری نوجوانان دختر پایه دوم متوسطه شهر تهران. *مجله پژوهش‌های روان‌شناختی/اجتماعی*، ۱(۳)، صص ۳۵-۱۹.
https://www.socialpsychology.ir/article_124861.html
- شهنی، منیجه؛ سلامتی، عباس؛ مهربانی، مهناز و حقیقی، جمال (۱۳۸۵). بررسی شیوع تعلل و تأثیر روش‌های درمان شناختی - درمانی و مدیریت رفتار بر کاهش آن در

دانش‌آموزان دبیرستانی شهرستان اهواز. *مجله علوم تربیتی و روان‌شناسی*، ۱۳(۳)، صص ۱-۳۰.

10.22055/psy.2006.16744

فارسی‌نژاد، معصومه (۱۳۸۳)، *بررسی رابطه سبک‌های هویت با سلامت اجتماعی و خودکارآمدی تحصیلی در دانش‌آموزان دختر و پسر پایه دوم دبیرستان‌های شهر تهران*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، رشته روان‌شناسی تربیتی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران.

قربان جهرمی، رضا؛ حجازی، الهه؛ اژه‌ای، جواد و خدایاری فرد، محمد (۱۳۹۴). نقش میانجی اهداف پیشرفت در رابطه بین نیاز به شناخت و درگیری شناختی: اثر بافت تعلل‌پذیری. *مجله روان‌شناسی*، ۱۹(۱)، صص ۲۱-۳.

<http://www.iranapsy.ir/fa/Article/21276>

گلستانی، طاهره و شکری، مهناز (۱۳۹۲). رابطه تعلل‌ورزی (اهمال‌کاری) تحصیلی با باورهای فراشناختی. *دوفصلنامه شناخت اجتماعی*، ۲(۳)، صص ۱۰۰-۸۹.

20.1001.1.23223782.1392.2.1.8.7

محمدی، دل‌آرام؛ فتحی، اسکندر؛ بدری، رحیم و ابراهیمی، امید (۱۳۹۳). پیش‌بینی تعلل‌ورزی تحصیلی بر اساس ارزش کاربردی و ارزش ذاتی تکلیف در دانش‌آموزان پایه دهم شهر تبریز. *نشریه آموزش و ارزشیابی*، ۷(۲۸)، صص ۱۱۰-۹۹.

[HTTPS://JINEV.TABRIZ.IAU.IR/ARTICLE_520852.HTML](https://jinev.tabriz.iau.ir/article_520852.html)

محمودیان، حسن؛ بگیان، محمدجواد؛ عباسی، مسلم و اشتری، اباذر (۱۳۹۴). اثربخشی آموزش رهبردهای مدیریت زمان بر بهبود مهارت‌های مطالعه و تعلل‌ورزی دانش‌آموزان. *فصلنامه نوآوری‌های آموزشی*، ۱۴(۵۴)، صص ۱۰۰-۸۴.

[HTTPS://NOAVARYEDU.OERP.IR/ARTICLE_79062.HTML](https://noavaryedu.oerp.ir/article_79062.html)

مدنی‌فر، طیبه؛ فرح‌بخش، کیومرث؛ گلزاری، محمود و مدنی‌فر، مرضیه (۱۳۹۴). پیش‌بینی بلوغ شغلی بر اساس سبک‌های هویت و دینداری در میان دانشجویان دانشگاه علامه طباطبائی (ره). *روان‌شناسی و دین*، ۳۱، صص ۱۴۴-۱۲۹.

[HTTPS://ESHOP.IKI.AC.IR/SHOP/9/PRODUCT/2004](https://eshop.iki.ac.ir/shop/9/product/2004)

میرعرب‌رضی، رضا و جعفری، علی (۱۳۹۴). پیش‌بینی اهمال‌کاری تحصیلی بر اساس مهارت‌های ارتباطی و سبک‌های هویت دانش‌آموزان. *دوفصلنامه راهبردهای شناختی*

در یادگیری، ۳(۴)، صص ۵۵-۶۹.

[HTTPS://ASJ.BASU.AC.IR/ARTICLE_1264.HTML](https://asj.basu.ac.ir/article_1264.html)

هاشمی، تورج؛ مصطفوی، فریده؛ ماشینچی، نعیمه و بدری، رحیم (۱۳۹۱). نقش جهت‌گیری هدف، خودکارآمدی خودتنظیم‌گری و شخصیت در تعلل‌ورزی. *مجله روان‌شناسی معاصر*، ۷(۱)، صص ۷۳-۸۴.

[HTTP://BJCP.IR/BROWSE.PHP?A_ID=27&SID=1&SLC_LANG=FA](http://bjcp.ir/browse.php?a_id=27&sid=1&slc_lang=fa)

- Berzonsky, M. D. (1990). Self-Construction over the life span: A process perspective on identity formation . In G. J. Neimeyer & R. A. Neimeyer (Eds.), *Advances in Personal Psychology*, 1, pp. 155-186. <https://psycnet.apa.org/record/1992-98844-006>
- Berzonsky, M. D. (2003). Identity style and well-being: Does commitment matter Identity. *An International Journal of Theory and Research*, 3, pp. 131-142. doi.org/10.1207/S1532706XID030203
- Berzonsky, M. D., Branje, S. J. T. & Meeus, W. (2007). Identity-Processing Style, Psychosocial Resources, and Adolescents' Perceptions of Parent-Adolescent Relations. *Journal of Early Adolescence*, 27, pp. 324-345. <https://doi.org/10.1177/0272431607302006>
- Berzonsky, M. D., Soenens, B., Luyckx, K., Smits, I. & Papini, D. R. (2013). Development and Validation of the Revised Identity Style Inventory (ISI-5): Factor Structure, Reliability, and Validity. *Psychological Assessment*, 25, pp. 893-904. <https://doi.org/10.1037/a0032642>
- Brewer, M., Gardner, W. (1996). Who is this "We"? Levels of collective identity and self representations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71(1), pp. 83-93. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.71.1.83>
- Ferrari, J. R. & Emmons, R. A. (1995). Methods of procrastination and their relation to self-control and self-reinforcement: An exploratory study. *Journal of Social Behavior and Personality*, 10(1), pp. 135-142. <https://www.proquest.com/openview/311e957194201a2b8245a1092ba3d19e/1?pq-origsite=gscholar&cbl=1819046>
- Gustavson, D. E., Miyake, A., Hewitt, J. K., & Friedman, N. P. (2015). Understanding the cognitive and genetic underpinnings of procrastination: Evidence for shared genetic influences with goal management and executive function abilities. *Journal of Experimental Psychology: General*, 144(6), pp. 1063-1076. <https://doi.org/10.1037/xge0000110>
- Howell, A.J., & Watson, D.C. (2007). Procrastination: Associations with achievement goal orientation and learning strategies. *Personality and Individual Differences*, 43, pp. 167-178. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.11.017>
- Karla Silva Soares, A., Lins de Holanda Coelho, G., Alves Freires, L., & Nunes da Fonseca, P. (2022). Psychometric Properties of the Academic Procrastination Scale (APS) in Brazil. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 40(5), 634-648. <https://doi.org/10.1177/07342829221079948>

- Martín-Puga, M. E., Pelegrina, S., Gómez-Pérez, M. M., & Justicia-Galiano, M. J. (2022). Psychometric Properties and Measurement Invariance of the Academic Procrastination Scale-Short Form in Spanish Children and Adolescents. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 40(7), 880-894. <https://doi.org/10.1177/07342829221106538>
- Meier, A., Reinecke, L., & Meltzer, C. E. (2016). "Facebocrastination"? Predictors of using Facebook for procrastination and its effects on students' well-being. *Computers in Human Behavior*, 64, pp. 65-76. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.06.011>
- Miyake, A., & Kane, M. J. (2022). Toward a Holistic Approach to Reducing Academic Procrastination With Classroom Interventions. *Current Directions in Psychological Science*, 31(4), 291-304. <https://doi.org/10.1177/09637214211070814>
- Moshman, D. (1998). Identity as a Theory of Oneself. *The Genetic Epistemologist*, 26(3), pp. 1-9.
- Rosario, P., Costa, M., Nunez, J. C., Gonzalez-Pianda, J., Solano, P., & Valle, A. (2009). Academic procrastination: Associations with personal, school, and family variables. *The Spanish Journal of Psychology*, 12(1), pp. 118-127 <https://doi.org/10.1017/S1138741600001530>
- Rozental, A., & Carlbring, P. (2014). Understanding and treating procrastination: A review of a common self-regulatory failure. *Psychology*, 5(13), pp. 1488-1502. [10.4236/psych.2014.513160](https://doi.org/10.4236/psych.2014.513160)
- Schwartz, S. J. (2001). The Evolution of Eriksonian and Neo-Eriksonian Identity Theory and Research: A Review and Integration. *An International Journal of Theory and Research*, 1(1), pp. 7-58. <https://doi.org/10.1207/S1532706XSCHWARTZ>
- Soenens, B., Berzonsky, M. D., Vansteenkiste, M., Beyers, W. & Goossens, L. (2005). Identity Styles and Causality Orientations: In Search of the Motivational Underpinnings. *European Journal of Personality*, 19, pp. 427-442. <https://doi.org/10.1002/per.551>
- Solomon, L. & Rothblum, E. (1984). Academic Procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31(4), pp. 503-509. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.31.4.503>
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: a meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological bulletin*, 133(1), pp. 65-94. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65>
- White, J., Wampler R. & Winn, K. (1998). The Identity Style Inventory: A revision with a Sixth-Grade Reading Level (ISI-6G). *Journal of Adolescent Research*, 2, pp. 223-245. <https://doi.org/10.1177/0743554898132007>