**التسويق الأكاديمي وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى عينة
من طلاب الجامعة الكويتيين**

إعداد

د / فاطمة خلف إبراهيم السعدون

دكتورة علم النفس، كلية الآداب، جامعة الإسكندرية

إختصاصي نفسي، الأمانة العامة للأوقاف، دولة الكويت

**مجلة الدراسات التربوية والانسانية . كلية التربية . جامعة دمنهور
المجلد السادس عشر، العدد الرابع (أكتوبر) - الجزء الرابع، لسنة 2024م**

التسويق الأكاديمي وعلاقته بالرضا عن الحياة

لدى عينة من طلاب الجامعة الكويتيين

د/ فاطمة خلف إبراهيم السعدون¹

ملخص:

الأهداف: هدفت الدراسة الراهنة إلى فحص العلاقة الارتباطية بين التسويق الأكاديمي والرضا عن الحياة، وتحديد مدى مساهمة التسويق الأكاديمي في التنبؤ بالرضا عن الحياة لدى عينة الدراسة من طلبة الجامعة الكويتيين، والكشف عن الفروق بينهما وفقاً للنوع. **المنهج:** وقد أجريت هذه الدراسة على عينة من طلبة البكالوريوس بلغ عددهم (253) مشارك، بواقع (141) من الإناث، و(112) من الذكور. تراوحت أعمارهم بين 18-30 عاماً. وتم تطبيق مقياس التسويق الأكاديمي من إعداد "خديجة خميس" (2021)، ومقياس الرضا عن الحياة من إعداد "دينر وآخرون" (1985) وترجمة وتقنين "أحمد عبد الخالق". وقد اتسمت هذه الأدوات بمعاملات صدق وثبات مرتفعة. **النتائج:** وقد أسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية سالبة بين التسويق الأكاديمي والرضا عن الحياة، ووجود فروق ذات دلالة احصائية تعزى للمرحلة الدراسية بين متوسطات أداء الطلبة على مقياس التسويق الأكاديمي لصالح طلاب السنة الأولى، وفي متوسطات الأداء على مقياس الرضا عن الحياة لصالح طلاب السنة الثانية. وعدم وجود فروق جوهرية تعزى للنوع لدى عينة الدراسة في متوسطات كل من التسويق الأكاديمي والرضا عن الحياة. **الخاتمة:** أهمية وضع برامج وقائية وتثقيفية للتعامل مع درجات التسويق الأكاديمي العالية لزيادة نسب الرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة.

الكلمات المفتاحية: التسويق الأكاديمي، الرضا عن الحياة.

1 دكتورة علم النفس، كلية الآداب، جامعة الاسكندرية
إختصاصي نفسي، الأمانة العامة للأوقاف، دولة الكويت
البريد الإلكتروني: dr.fatmaalsadon@hotmail.com

Academic Procrastination and Its Relationship with Life Satisfaction Among a Sample of Kuwaitis University Students

Dr. Fatima Al-Saadoun

Psychologist, General Secretariat of Endowments, State of Kuwait

Email: dr.fatmaalsadon@hotmail.com

Abstract:

Objectives: The current study aimed to examine the correlational relationship between academic procrastination and life satisfaction, to determine the extent to which academic procrastination predicts life satisfaction among a sample of Kuwaiti university students, and to reveal differences based on gender. **Method:** This study was conducted on a sample of 253 undergraduate students, consisting of 141 females and 112 males, aged between 18 and 30 years. The Academic Procrastination Scale developed by Khadijah Khamis (2021) and the Life Satisfaction Scale developed by Diener et al. (1985) and translated and standardized by Ahmed Abdel Khalek were applied. These tools demonstrated high validity and reliability coefficients. **Results:** The results indicated a negative correlation between academic procrastination and life satisfaction. Statistically significant differences were found attributed to the academic level between the average scores of students on the Academic Procrastination Scale, favoring first-year students, and on the Life Satisfaction Scale, favoring second-year students. No significant differences were found attributed to gender in the average scores of both academic procrastination and life satisfaction among the study sample. **Conclusion:** The importance of implementing preventive and educational programs to address high levels of academic procrastination in order to enhance life satisfaction among university students.

Keywords: academic procrastination, life satisfaction.

المقدمة.

يملك كل فرد أهدافا خاصة يسعى لتحقيقها خلال مراحل حياته المختلفة، والوصول إلى هذه الأهداف يحتاج إلى السعي المستمر والالتزام والمبادرة، ويختلف الأشخاص في كيفية إتمامهم وإنجازهم لأهدافهم؛ حيث أن هناك من يبادر للسعي فيها لينجز أهدافه فورا، وهناك من يتأخر في هذا السعي، فيؤجل تحقيقها وإنجازها حتى آخر لحظة ممكنة، وذلك وفق مجموعة معقدة من الخصائص الشخصية والسياقات المختلفة المحيطة للفرد، ليصل إلى ما يطلق عليه السلوك التسويفي (سمر الودناني، 2018، ص1، بوبو، شريبة، وشبيب، 2014).

ومصطلح التسويف يعني في الغد، وقد تم تبنيه أول مرة عام (1548م) تقريبا، حيث يشير هذا المصطلح إلى معاني كثيرة منها التأجيل، والتأخير والتسويف في تنفيذ ما هو مطلوب (Farran, 2004). وهو يشير إلى "التلكؤ" أو "التأجيل" أو "المماطلة" أو "الإرجاء". وكلها مصطلحات تتضمن التأجيل في أداء المهام لأسباب داخلية أو خارجية أو كليهما معاً دون مبرر، ويقتنع بها المسوف. وهو يرتبط بتأجيل ما يجب عمله اليوم إلى الغد. ويشمل التسويف جوانب كثيرة من حياة الأفراد، (Milgram & Tenne, 2000). وتوضح "Switzer" (1999) أن التسويف يتضمن في الأصل تأجيل الفرد البدء في أداء المهمة أو النشاط مع شعور الشخص بالحزن والأسى لعدم أدائه لهذا النشاط في وقت مبكر.

ويذكر (1996) "Reasinger & Brownlow" أن التسويف هو ألا تفعل عملك ذلك اليوم مادام يمكنك تأجيله إلى الغد، أو هو الطريقة التي يتعامل بها المسوفون مع جميع أوجه حياتهم، حيث يفضلون أداء المهام الاجتماعية أكثر من المهام المعرفية، في حين أنهم يختارون إنجاز المهمة المعرفية عندما يكونون في موقف جماعي حتى لا يتصفوا بالغباء عند تجنبهم مهمة صعبة لا يحبونها، كما يتصفون بأنهم تلقائيون وفضوليون ويستخدمون العناد كشكل من أشكال الانتقام.

وهناك كثير من أشكال سلوك التسويف، فهناك التسويف العام، حيث يكون التأجيل سمة أساسية من السمات الشخصية في كافة أنشطة الحياة، وهو تسويف في روتين الحياة، ويشير إلى الصعوبات في إتمام المهام والروتين الحياتي المتكرر في الوقت المناسب مثل: دفع الفواتير، والالتزام بالمواعيد وتحديدها، واسترجاع المكالمات الهاتفية وغيرها. وهناك التسويف القهري حيث لا يستطيع الفرد الإنجاز إلا تحت الضغط النفسي، ويشمل الإرجاء في اتخاذ القرار، والإرجاء السلوكي لدى الشخص ذاته، ولا يستطيع مقاومته. وكذلك التسويف في اتخاذ القرار ويتمثل في عدم القدرة على اتخاذ القرارات في الوقت المناسب، ويتضمن الميل إلى تأجيل القرارات الرئيسية في الحياة. وكذلك التسويف الوظيفي الإيجابي، ويستخدمه الفرد لزيادة التأكد من المهام الموكلة إليه، وجمع المعلومات لمزيد من الإلتقان، والتفكير، وتركيز الانتباه، وترتيب الأولويات. وكذلك

التسويق الأكاديمي، والذي يتمثل في إنجاز مهام الفصل الدراسي أو الاستعداد للاختبارات حتى آخر لحظة دون مبرر (Holmes, 2002; Jackson, Fritch, Nagasaka & Popel, 2003, P.112).

ويعتبر التسويق ظاهرة غير واضحة، فبالرغم من إقرار بعض الأفراد بعدم قيامهم بهذا السلوك، إلا أنهم في الواقع يسلكونه من خلال عدم تنظيم الوقت، أو عدم إنجاز المهام المطلوبة في وقتها، أو الانشغال عن المهام المملة بأعمال أخرى، أو عدم وجود العزم الصادق علي البدء في هذه الأعمال أو إدراجها ضمن خطط الإنجاز، وهذه الظاهرة تمس جميع طوائف المجتمع، ومن ضمنها الطلبة في جميع مراحلهم الدراسية، لاسيما طلبة الجامعة، حيث أشارت الأبحاث إلى أن نسبة انتشار التسويق تتراوح بين 46% إلى 95% بين طلبة الجامعة، والتي اتخذت أشكالاً عدة، منها: تأخير تسليم الواجبات الأكاديمية، أو تأجيل الامتحانات، أو التأخر المتكرر والمقصود عن حضور المحاضرات (الجعيد، 1999: 16-17؛ Ellis & knaus, 1977; Solomon & Rothblum, 1984)، وتوصل (2004) "Onwuegnuzie" إلى أن 42% من الطلبة الخريجين، كانوا يسوفون في كتابة واجباتهم الدراسية، وأن 39% يؤجلون دراستهم للامتحان إلى آخر لحظة، في حين أن 60% كانوا يسوفون في القراءة الأسبوعية المطلوبة منهم. ويقدر (1977) "Ellis & Knaus" أن 70% من الطلبة الجامعيين يعانون من مشكلة التسويق الدراسي، حيث التأخير في البدء في المهام الدراسية أو الانتهاء منها. وذلك بسبب الإهمال واللامبالاة أو الاعتقاد بضعف القدرة على تحقيق النجاح بالرغم من امتلاكهم للقدرات والمؤهلات التي تمكنهم من النجاح، مما يخفف من تقديرهم لذاتهم، وتكوين قناعة داخلية بعدم قدرتهم على مواجهة الصعوبات مهما حاولوا، ومع تكرار تلك المشاعر أثناء مواجهة الضغوط الحياتية وفي الدراسة بشكل خاص، سوف تتكون لديهم سمة التسويق الأكاديمي (Kamphorst, 2011).

ويمثل التسويق الأكاديمي تأخير (الطالب) في إنجاز الواجبات الدراسية وعدم تسليمها في الوقت المحدد، وضعف الاستعداد للامتحانات، فضلاً عن تخصيص ساعات قليلة للمذاكرة لا تتناسب مع حجم المادة المطلوب دراستها (عبد الخالق والدغيم، 2011).

وأشار الباحثون إلى أن التسويق الأكاديمي يمثل جميع حالات التأجيل الإرادي والطوعي أو التجنب الكامل للواجبات، والمهام الأكاديمية والتعليمية مهما كان نوعها، وتأخيرها وتأجيل إكمالها والبدء بها، بفعل ما يمتلكه من مدركات ومشاعر تتسحب على أدائه بطريقة سلبية ينتج عنها هبوط في الإنتاجية، وعدم الكفاية، وعدم الالتزام والوفاء بالمواعيد ضمن الوقت المتوقع، يصاحبها صراع انفعالي، واعتقاد لدى الفرد بأنه سيكون في حالة سيئة نتيجة التأجيل، كما ينتج عنه هبوط في الإنتاجية وعدم الكفاية، وعدم الالتزام أو الوفاء بالمواعيد، وكل ذلك

يؤدي إلى القلق والشعور بالذنب والإحباط والتوتر الانفعالي والإحباط لعدم تأديتها في وقت مبكر (Douglass, 1987; Lay & Schouwenburg, 1993; Senecal, Koestler & Vallerand, 1995). وهناك مجموعة من الأسباب التي تؤدي إلى التسوية الأكاديمي؛ أهمها الخوف من الفشل والنفور من المهمة، بالإضافة إلى عدم القدرة على تنظيم الوقت، والانشغال بمهام غير ضرورية وعدم القدرة على التركيز (الزينات، 2015). وهناك أسباب نفسية للتسوية الأكاديمي تتعلق بالقلق، وتدني الشعور بتقدير الذات، والهزيمة الذاتية، والتوتر، والخوف من الفشل أو من عواقب النجاح، والنفور من المهمة، وهذا قد يقلل إنتاج الشخص. بالإضافة إلى وجود الجذور الفسيولوجية للتسوية؛ حيث أن معظمها تتمركز في القشرة الأمامية من الدماغ، وقد يحدث انخفاض في أداء أجزاء من الدماغ المسؤولة عن وظائف الدماغ التنفيذية كالخطي والتقليل من التشثيت. مما يقود إلى سوء التنظيم وفقدان التركيز وزيادة التسوية، إذ يكون عدم النشاط هو الشائع (Burk & Jane, 2007).

وحدد كل العديد من خصائص للمسوفين؛ حيث أشار الباحثون إلى أنهم يمتلكون صعوبات في تنظيم الذات المعرفية والانفعالية والسلوكية، وأن ليس لديهم قدرة علي تحمل الإحباطات والضيق، فيندفعون نحو أنشطة أخرى أكثر جاذبية من المهمة الأساسية بالرغم من وجود الرغبة في أدائها، مع وجود حساسية بالغة لديهم، وأنهم قادرون على فعل الأشياء بسرعة، وفي وقت قصير، وفي اللحظات الأخيرة ولكنهم لا يهتمون ولا يفعلونه في النهاية، مما يجعلهم يعيشون في صراع نفسي شديد عندما يكون الأمر متعلقاً باتخاذ قرار محدد، فيؤدي إلى انخفاض الثقة بالذات وارتفاع سمة الاكتئاب والنسيان والابتعاد عن المنافسة وفقدان الطاقة (park & sperling, 2012: 20-22).

وهناك العديد من النماذج المفسرة للتسوية الأكاديمي، منها نظرية "اليس ونويس" التي فسرت التسوية بأنه الرغبة في تجنب الأنشطة والقيام بها، وتقديم الأعذار التي تبرر التأخير حتى يتجنبوا اللوم، وذلك بسبب عدم قدرتهم على التنظيم الذاتي (Taura, 2014)، بالإضافة إلى وجود بعض المعتقدات اللاعقلانية التي تجعل المسوفين يعتقدون أنهم لا يستطيعون النجاح في إتمام واجباتهم، ويجدون الأعذار المناسبة ليشعروا بالراحة. وإذا قاموا بالمهام المطلوبة منهم فإن أدائهم يكون غير جيد مما يعزز معتقداتهم الخاطئة بعدم قدرتهم على القيام بالمهام المطلوبة منهم والنجاح فيها (صالح، وصالح، 2013).

أما نظرية فاعلية الذات؛ فهي تؤكد أن التسوية يتعلق بالكفاءة الذاتية للأفراد، حيث إن المعتقدات غير العقلانية لها تأثير على أداء الأشخاص بطريقة مباشرة أو غير مباشرة، وذلك من خلال الأفكار التي تدفعهم للتقدم في مهمة ما، أو اتباع سلوك المماثلة الذي يؤدي بدوره إلى الفشل في أداء المهمات (Roghani, 2015; Katz, 2014).

وكذلك نظرية التحفيز المؤقت، للعالم "Steel" الذي يرى أن الفرد يلجأ للتسويق كلما أصبح الموعد النهائي لإنجاز المهمة أطول، فكلما اقترب من نيل مكافأة تعاضمت هذه المكافأة بعينه، وقل احتمال التأجيل لها، ويرى أن جاذبية المهمة تزداد كلما قصر الفاصل الزمني ما بين أدائها وتلقي العقوبة أو المكافأة، وأن الأفراد يميلون للتسويق عندما تكون المهمات صعبة، وأنه يرتبط ارتباطاً مباشراً بالتوقع؛ أي أن الأفراد يميلون إلى التسويق عندما لا يمتلكون القدرة الكافية لتحقيق أهدافهم. وأن التسويق يتعلق بشكل كبير بالحساسية تجاه التأخير؛ أي يميل الأفراد الانفعاليون الذين لا يمتلكون السيطرة على النفس إلى التسويق أكثر من غيرهم. وأنه كلما كان تقييم الأفراد للمهام غير جيد ازدادت فرصة التسويق في هذه المهام. وأن هناك مجموعة من العوامل التي تؤثر على استجابات الأفراد المتعلقة، هي النفور من المهمة، والخوف من الفشل، والاكتئاب، والتمرد، وإدارة الوقت، والاندفاعية (Steel, 2007:64-95). ويمكن القول إن التسويق يعد استجابة شرطية متعلمة تنتج من مصادر عديدة ومتداخلة، أهمها ما يتعلق بأسلوب التفكير الذي ينتهجه الفرد في تفسيره للمواقف التي يتعرض لها، والتي تفضي به إلى الاستسلام عند مواجهة المشكلات والمواقف الضاغطة أو قد يكون وليد الظروف الخارجية، بأنه مصدراً لحدوثه، أو لضعف تقدير الفرد لذاته في تحقيق ما يريد الوصول إليه (خميس، 2021).

وبينت الدراسات السابقة أن مرتفعي التسويق يعانون من ضغوط نفسية تؤثر على صحتهم، بل على كافة مجالات حياتهم المهنية، والأكاديمية، وعلاقاتهم الاجتماعية، ومعاملاتهم الإنسانية، مما يؤثر على تقدمهم في عملهم، ويضيع عليهم فرص عديدة في الحياة، بسبب التأثير السلبي على الإدارة والإنتاج، وتوافق الدماغ مع متطلبات الحياة، بالإضافة إلى تأثير ذلك على نوعية الحياة لديهم، فقد يصل بهم إلى الشعور بالتعاسة مدى الحياة، مما يؤثر على صحتهم النفسية أيضاً، حيث يظهر ذلك في الجانب الانفعالي لديهم، من خلال الإحساس بالندم، واليأس، ولوم الذات، وهذه الآثار مجتمعة تؤثر على مجالات الحياة لديهم وتشعرهم بعدم الرضا عن الحياة (الوذناني، 2018؛ Balkis & Duru, 2016).

ويعد موضوع الرضا عن الحياة من المواضيع المهمة التي تناولتها العلوم النفسية، ومن المصطلحات شائعة الاستخدام في حياتنا على اعتبار أن الرضا عن الحياة يدل على تمتع الفرد بالصحة النفسية، وأنه حالة داخلية يشعر بها الفرد، ويظهر في سلوكه، واستجاباته، ويشير إلى ارتياحه وتقبله لجميع مظاهر الحياة من خلال تقبله لنفسه وللآخرين، وأن رضا الطالب عن حياته يزيد من تحمسه وتوجهه نحو الدراسة والحياة. فالرضا عن الحياة أقصى ما يطمح إليه الفرد، بهدف مساعدته على مواجهة الإحباطات والصراعات النفسية والقلق الذي ينشأ من المواقف التي يتعرض لها الشخص، فالحياة لا تسير على وتيرة واحدة، بل تعترضها بعض المصاعب التي تنغص سعادته ورضاه، ويشتمل على المقارنة بين ما حققه الفرد، وما يأمل

تحقيقه، وما حققه الآخرون (إبراهيم، 2021؛ الوداني، 2018).

ويشير مفهوم الرضا عن الحياة إلى تقبل الفرد لصحته وسماته الجسدية التي يتسم بها ويتميز بها عن غيره، وإنجازاته، وتقبله للمحيطين به في منزله وعمله ومدرسته، وشعوره بالراحة نحوهم، والاهتمام القوي بالحاضر، والاستقلال الاقتصادي، والصلات الاجتماعية مع الناس من كل الأعمار، والاستمتاع بالعمل السار المفيد غير المرهق، والمشاركة في مؤسسات المجتمع، والقدرة على توفير السكن المريح، والاستمتاع بالأنشطة الحاضرة من دون نسيان الماضي، وتجنب الشكوى والاعتراض، ليصل إلى الحد الأدنى من القلق، وبخاصة ما يتعلق بالظروف المعيشية ومعاملة الآخرين، والاستمتاع بالأنشطة اليومية حتى مع تكرارها (إسحاق، 2013)، مما يزيد من التحمس للحياة، والإقبال عليها، والتفائل، وتوقع الخير، والرضا عن النفس، وتقبلها واحترامها، والتكيف مع المشكلات، وتحقيق السعادة، مما يجعل الفرد مسيطراً على بيئته لكونه صاحب القرار، وقادراً على تحقيق أهدافه، حيث أن ممارسة الإنسان لعمل ما يشعره بالرضا، وبخاصة حين يتسم بالجاذبية وإتاحة الفرصة لاستخدام المهارات الشخصية، وهو ما يؤثر بدوره على الصحة النفسية والجسدية، مما ينتج عنه الرضا عن الحياة بوجه عام؛ إذ أنه سوف ينظم وقت الفرد، ويزيد من إحساسه بمكانته وهويته، ويحسن من علاقاته الاجتماعية، ويعد عدم الشعور بالرضا عن الحياة أحد المشكلات المهمة التي تترتب عليها مشكلات نفسية أخرى (العصفور، 2014؛ النملة، 2013). وذلك بسبب ارتباط مفهوم الرضا عن الحياة بعدد من المتغيرات الإيجابية؛ مثل التفتح على الخبرات، ووجهة الضبط الداخلي، والرضا المهني، والاتزان الانفعالي، وتقدير الذات، والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية، والعلاقات بين شخصية الإيجابية، وعلى ردود فعل إيجابية توافقية في المواقف الضاغطة، ويرتبط سلبياً بالصراعات الأسرية والمهنية، والقلق والاكتئاب، والشعور بالوحدة النفسية، والغضب، وعدم الشعور بالسعادة (النملة، 2013).

ويشير الرضا عن الحياة إلى كيفية تقييم الفرد لحياته بأبعادها المختلفة، وهذا التقييم يكون في جانبين، هما: المعرفي: ويعكس إدراك الفرد وتقييمه لحياته بصورة عامة، أو في جوانب معينة كالرضا عن العمل. والتقييمي: والذي يمثل كيفية تقييم الفرد لحياته وفقاً لتكرار الأحداث السارة أو غير السارة، ومن ثم الشعور بالرضا أو عدمه (جبر، ومنشد، 2015). ويمكن اعتبار الرضا عن الحياة القوة الدافعة أو المحبطة لأداء الفرد في مجالات الحياة، ومن ضمنها تحصيله العلمي ونجاحه، كما يترك آثاره النفسية الواضحة في شخصيته التي سوف تتسم بالشعور بالفرح والسعادة، والراحة، والطمأنينة، والتفائل، والحماسة، وتقبل الذات، وقبول الواقع، والاستقلال المعرفي، والإقبال على الحياة بحيوية، والرضا عن إشباع الحاجات، والتقبل، والإحساس بالأمن والطمأنينة، وبناء جسور من العلاقات الإيجابية مع المحيطين به (طشوش، 2015؛ ميخائيل،

(2013). والرضا عن الحياة يمثل أقصى هدف يسعى الإنسان للوصول إليه من أجل تجنب الصراعات النفسية، والقلق، ويظهر أثر ذلك في سلوكه والأحداث التي يعيشها. ويتباين الأفراد فيما بينهم في درجة شعورهم بالرضا عن حياتهم بسبب تأثير الظروف، ودرجة الاقتراب من الطموح والإنجاز (عليوة، 2014).

ويتصف الشخص الراضي عن حياته بالدافعية، وتقدير العمل، والسيطرة على القلق، والتركيز على الحاضر، وتكوين علاقات اجتماعية مع الآخرين، والإبداع، ومرونة الأفكار، وهو ما يتيح له القدرة على حل المشكلات في مهامه، مما ينشأ عن ذلك تأثيراً محفزاً لاستمرار الإنتاجية وزيادة الطموح والتطلعات، بالإضافة إلى الصبر وزيادة تحمل الضيق والتوتر النفسي، ومواجهة الأزمات، والتفاوض عند مواجهة المواقف الصعبة، والسعي الدائم للأفضل وللنجاح. أما عدم رضا الفرد عن حياته فيمثل قوة محبطة لنشاط الفرد وأدائه المهني، وقدرته الإنتاجية للمنظمة (العدواني، 2014).

يضاف إلى ذلك أن ممارسة الإنسان لعمل ما سيشعره بالرضا، وبخاصة حين يتسم هذا العمل بالجاذبية وإتاحة الفرصة لاستخدام المهارات الشخصية، وهو ما يؤثر بدوره على الصحة النفسية والجسدية، مما ينتج عنه الرضا عن الحياة بوجه عام؛ إذ أنه سينظم وقت الفرد، ويزيد من إحساسه بمكانته وهويته، ويحسن من علاقاته الاجتماعية (العصفور، 2014).

وهناك العديد من النماذج المفسرة للرضا عن الحياة، منها نظرية الخبرات التي يرى أصحابها أن الفرد يمكن أن يحقق الرضا عن حياته عند وجود الخبرات الممتعة، مع العلم بأن هذه الخبرات ليست مصدراً للرضا، بل إدراكه لهذه الخبرات، وأن مجرد وضع الفرد في حالة مزاجية عابرة سيكون له تأثيره في حكمه على الرضا عن حياته. وكذلك النظرية الموضوعية التي يرى أصحاب هذه النظرية أن الفرد يرضى عن حياته عندما يعيش في ظروف طيبة، ويشعر بالأمن والنجاح في تحقيق أهدافه. ونظرية الفجوة: ويسمى أصحابها بالفجوة بين الطموح والإنجازات؛ فالفرد يرضى عن حياته عند تحقيق طموحاته، أما الذي يضع طموحات أعلى من قدراته فسيكون ساخطاً متدمراً من حياته. وأخيراً نظرية المقارنة الاجتماعية التي يرى أصحابها أن الفرد يعتمد رضاه عن حياته على مقارنة المعايير الذاتية، أو الاجتماعية، أو الاقتصادية، أو الثقافية، والتفوق فيها (أبو عبيد، 2013).

وأظهرت الدراسات أن الطلاب الذين حصلوا على درجات عالية في التسويق الأكاديمي كانوا أقل رضا عن حياتهم بشكل ملحوظ مقارنة بالطلاب الذين حصلوا على درجات أقل، وذلك بسبب العواقب السلبية للتسويق الأكاديمي؛ حيث أن الطلاب المماثلين تكون لديهم التجربة الجامعية غير سارة، إذ أن التسويق الأكاديمي وتأجيل الواجبات سمة غالبية لدى الطلبة

المسوفين، وذلك للتهرب من المسؤوليات، ومحاولة تأجيلها ضمن تبريرات واهية، فتسبب عدم تحقيقهم لأهدافهم وتطلعاتهم الأكاديمية المهمة، مما يخلق مشكلة كبيرة تضر بسير العملية التعليمية، وتحقيق الإنجاز الأكاديمي، مما يؤدي إلى عدم رضاهم عن حياتهم الأكاديمية، ومن ثم سوف يؤثر ذلك على رضاهم عن حياتهم بشكل عام، كما أن تحقيق الرضا للطالب يؤهله نفسياً واجتماعياً لأداء مهامه مستقبلاً بنجاح (السعدي، 2018؛ Balkis, 2013).

ومما سبق؛ يتضح وجود علاقات ارتباطية أحياناً، وسببية أحياناً أخرى، بين التسويف الأكاديمي والرضا عن الحياة، وستحاول هذه الدراسة أن تتحقق من هذه العلاقة الارتباطية لدى عينة الدراسة.

مشكلة الدراسة.

تدور مشكلة الدراسة الراهنة حول العلاقة بين التسويف الأكاديمي وعلاقته بالرضا عن الحياة، وبناء على ذلك، تم صياغة مشكلة الدراسة في الأسئلة التالية:

- 1- هل توجد علاقة ارتباطية موجبة بين التسويف الأكاديمي والرضا عن الحياة لدى عينة من طلبة الجامعة الكويتيين؟
 - 2- وهل توجد فروق جوهرية وفقاً للنوع والمرحلة الدراسية لدى عينة طلبة الجامعة الكويتيين في متوسطات درجات الأداء على مقاييس التسويف الأكاديمي والرضا عن الحياة؟
- ### أهداف الدراسة.

- دراسة العلاقة بين التسويف الأكاديمي والرضا عن الحياة لدى عينة الدراسة من طلبة الجامعة الكويتيين.
 - التعرف على الفروق لدى عينة الدراسة في التسويف الأكاديمي والرضا عن الحياة وفقاً للنوع والمرحلة الدراسية.
- ### فروض الدراسة.

- 1- توجد علاقة ارتباطية سلبية بين التسويف الأكاديمي والرضا عن الحياة لدى عينة من طلبة الجامعة الكويتيين.
- 2- توجد فروق جوهرية وفقاً للنوع لدى عينة طلبة الجامعة الكويتيين في متوسطات درجات الأداء على مقاييس التسويف الأكاديمي والرضا عن الحياة.
- 3- توجد فروق جوهرية وفقاً للمرحلة الدراسية لدى عينة طلبة الجامعة الكويتيين في متوسطات درجات الأداء على مقاييس التسويف الأكاديمي والرضا عن الحياة.

4- أهمية الدراسة.

أ) الأهمية النظرية.

ستحاول الدراسة الراهنة على المستوى النظري والدراسات السابقة أن تكشف العلاقة بين التسويق الأكاديمي والرضا عن الحياة، والتحقق من فروض الدراسة الراهنة ومعرفة ما إذا كانت هناك فروقا ترجع للنوع والمرحلة الدراسية في كل من التسويق الأكاديمي في الرضا عن الحياة، وكذلك إثراء الثقافة العربية النفسية وذلك بإضافة مفاهيم نفسية جديدة هي التسويق الأكاديمي والرضا عن الحياة والاستفادة منهم في مجال علم نفس الشخصية وعلم النفس التربوي.

ب) الأهمية التطبيقية.

- الاهتمام بتقديم برنامج إرشادية لزيادة التنظيم والتخطيط واستثمار الوقت لدى طلبة الجامعة.

- الاهتمام بتقديم برامج توعوية تلقي الضوء على أهمية التسويق الأكاديمي، وما يتعلق به من مشكلات سلوكية ونفسية وتربوية تتعلق بالطلاب الجامعيين، للتقليل من نسبة التسويق الأكاديمي لدى طلبة الجامعة.

- مساعدة الطلبة في وضع برامج إرشادية للوصول إلى الأهداف التي تتناسب مع قدراتهم، والتوعية بأهمية التنظيم الذاتي لتحقيق تلك الأهداف للوصول إلى الرضا عن الحياة.

مصطلحات الدراسة.

أولاً: التسويق الأكاديمي.

عرفه (Burns et al) (2000) بأنه تأخير (الطالب) إنجاز الواجبات الدراسية وعدم تسليمها في الوقت المحدد وضعف الاستعداد لامتحانات فضلاً عن تخصيص ساعات قليلة للمذاكرة لا تتناسب مع حجم المادة المطلوب دراستها (عبد الخالق والدغيم، 2011).

التعريف الاجرائي: هي الدرجة التي يحصل عليها الفرد من خلال إجابته على مقياس التسويق الأكاديمي الذي يعرض عليه.

ثانياً: الرضا عن الحياة.

هو مدى اقتناع الفرد بحياته وتقبله لها بوجه عام، وشعوره بالراحة من جوانب محددة فيها، مثل النواحي المهنية، والاجتماعية، والشخصية (عبد الخالق والحويلة، 2013).

التعريف الاجرائي: هي الدرجة التي يحصل عليها الفرد من خلال إجابته على مقياس الرضا عن الحياة الذي يعرض عليه.

حدود الدراسة.

-حدود موضوعية: وتتمثل في متغيرات الدراسة وهي التسوييف الأكاديمي والرضا عن الحياة.

-حدود بشرية: وهم الأفراد المشاركين في الدراسة من طلبة البكالوريوس الكويتيين الذين تتراوح أعمارهم بين 18-30 عاما.

-حدود مكانية: تم تطبيق الدراسة في دولة الكويت.

-حدود زمانية: استغرق تطبيق هذه الدراسة مدة شهر.

الدراسات السابقة.

قام (2013) "Balkis" دراسة على عينة من طلبة جامعة باموكالي في تركيا، للتعرف على الدور الوسيط للمعتقدات العقلانية للتسوييف الأكاديمي والرضا عن الحياة الأكاديمية، وتكونت العينة من 290 طالب وطالبة، وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة سالبة بين التسوييف الأكاديمي والرضا عن الحياة لدى عينة الدراسة، وأظهرت النتائج أن الرضا عن الحياة الأكاديمية توسط العلاقة بين التسوييف الأكاديمي والإنجاز الأكاديمي.

وقام (2023) "Nagpal" بدراسة متعددة الثقافات هدفت إلى التعرف على العلاقة بين التسوييف والرضا عن الحياة لدى الشباب في كل من الهند، والمملكة المتحدة، والولايات المتحدة الأمريكية، وبلغ عدد أفراد العينة 90 شابا، بواقع 30 شاب من كل دولة، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة سالبة بين التسوييف والرضا عن الحياة بين الشباب في الولايات المتحدة الأمريكية، في حين لم توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التسوييف والرضا عن الحياة بين الشباب في الهند والمملكة المتحدة.

وفي دراسة أجرتها "السعدي" (2018) على عينة من طلبة جامعة الاستقلال في مدينة أريحا، وهدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين التسوييف الأكاديمي والرضا عن الدراسة الجامعية، وتكونت عينة الدراسة من (230) طالب وطالبة، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة سلبية ذات دلالة إحصائية بين متوسطات التسوييف الأكاديمي وبين الرضا عن الدراسة الجامعية، بالإضافة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات التسوييف الأكاديمي تبعا لمتغير الجنس والسنة الدراسية، وكذلك عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تبعا لمتغير الرضا عن الدراسة الجامعية لمتغيرا الجنس والسنة الدراسية.

وأجرت "الوذناني" (2018) بدراسة للتعرف على العلاقة بين التسوييف الأكاديمي والرضا عن الحياة لدى عينة من عضوات هيئة التدريس بجامعة الملك عبد العزيز بجدة، وكانت العينة مكونة من 104 عضوة من كليات مختلفة، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة سالبة بين التسوييف

الأكاديمي والرضا عن الحياة، وعدم وجود فروق في مستويات كل من التسويق الأكاديمي والرضا عن الحياة لدى عينة الدراسة تبعا لمتغير الجنسية ونوع الكلية.

وأجرى كل من (2023) "Topaloğlu, Tarcan, Uslu" دراسة هدفت إلى تعرف العلاقة بين الرضا عن الحياة، وسلوك التسويق الأكاديمي، وسلوكيات المسؤولية الفردية لدى طلاب الجامعة، وتكونت العينة من 401 طالب وطالبة في جامعة أكدينيز (University of Akdeniz) في تركيا، وتم إجراء مقابلات مع عينة الدراسة وتطبيق مقاييسها، وكشفت النتائج عن وجود علاقة سالبة بين التسويق الأكاديمي والرضا عن الحياة لدى عينة الدراسة، وعلاقة إيجابية بين رضا الطلاب عن الحياة وسلوكيات المسؤولية الفردية، وعلاقة سلبية بين التسويق الأكاديمي وسلوكيات المسؤولية الفردية.

وقامت "عاشور" (2022) بدراسة هدفت إلى التعرف الاختلاف في التسويق الأكاديمي لدى عينة من طلبة جامعة الفيوم في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية المتمثلة في النوع، والتخصص الدراسي، والفرقة الدراسية، على عينة قوامها (280) طالب وطالبة، من كليات مختلفة، وتوصلت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائية في التسويق الأكاديمي وفقا للنوع لصالح الذكور، كما أسفرت النتائج عن عدم وجود فروق دالة إحصائية وفقا للفرقة الدراسية، بالإضافة إلى وجود فروق دالة إحصائية تعزى للتخصص الدراسي لصالح التخصصات الأدبية.

وأجرى "سحلول" (2014) دراسة عن السلوك التسويقي الأكاديمي، والفروق فيه حسب النوع على عينة مكونة من 374 طالب وطالبة بالصف الأول والثاني الثانوي في المدارس الحكومية، واستخدم مقياس التسويق من إعداد الباحث، ووجدت فروق ترجع للنوع لصالح البنين.

وأجرى (2009) "Ozer, Demir, & Ferrari" دراسة لاستكشاف التسويق الأكاديمي بين الطلبة الأتراك، وأظهرت نتائج الدراسة أن الذكور أكثر من الإناث في التأجيل للمهام الأكاديمية. ويرجع السبب إلى التمرد الشخصي وتأجيل الإناث يرجع السبب إلى القلق والخوف من الفشل، لذا يجب مراعاة الفروق الفردية بين الجنسين.

وأجرى (1992) "Flett, Blankstein & Hewitt" دراسة للتعرف على مكونات الكمالية والتسويق لدى طلاب الجامعة، وأوضحت هذه النتائج أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في التسويق، حيث حصل الذكور على درجات مرتفعة في التسويق بالمقارنة بدرجات الإناث التي كانت منخفضة.

وكشفت دراسة أجريت على عينة من الإسبانيين عن وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في التسويق الأكاديمي في اتجاه الإناث، بالإضافة إلى أن الطلاب منخفضي

التسويق الأكاديمي أكثر رضا عن الدراسة من غيرهم مرتفعي التسويق الأكاديمي (مصيلحي، والحسيني، 2004).

وأجرى كل من "المصراطي والرفادي" (2021) دراسة بهدف التعرف على الرضا عن الحياة وعلاقته بقلق المستقبل لدى عينة من طلبة جامعة بنغازي في ليبيا، وبلغت عينة الدراسة 140 طالبا وطالبة، وتوصلت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير النوع في متغيرات الدراسة.

وقام "الزواهره" (2021) بدراسة هدفت إلى بحث العلاقة بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى عينة من طلاب جامعة نجران في المملكة العربية السعودية، وتكونت العينة من 639 طالبا وطالبة، وكشفت النتائج عن عدم وجود فروق تعزى للنوع لدى عينة الدراسة في متغيرات الدراسة.

وأجرت "إبراهيم" (2021). فعالية الذات وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الصف الثالث الإعدادي بمدينة المينا، وهدفت الدراسة إلى التعرف على دلالة الفروق بين الذكور والإناث في كل من فعالية الذات والرضا عن الحياة، وتكونت عينة الدراسة من (100) طالب وطالبة، وتوصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى للنوع في متغيرات الدراسة.

تعقيب عام على الدراسات السابقة.

- 1- أظهرت الدراسات السابقة وجود علاقة بين متغيري التسويق الأكاديمي والرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة.
- 2- أظهرت الدراسات السابقة نتائج مختلفة في الفروق التي تعزى للنوع في متغير التسويق الأكاديمي.
- 3- غالبية الدراسات بينت عدم وجود فروق تعزى للنوع في متغير الرضا عن الحياة -وذلك في حدود علم الباحثة-.
- 4- ندرت الدراسات العربية بشكل خاص ومحدودية الدراسات الأجنبية التي اهتمت بدراسة العلاقة بين متغيري التسويق الأكاديمي والرضا عن الحياة لدى العينة المختارة.

منهج الدراسة وإجراءاتها.

منهج الدراسة.

اعتمدت هذه الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، وذلك لأن متغيرات الدراسة سيتم تناولها بالوصف والتصنيف، ولا يمكن أن تخضع للتحكم العمدي.

عينة الدراسة.

1) العينة الاستطلاعية.

تم تطبيق مقياس التسويق الأكاديمي ومقياس الرضا عن الحياة على (30) فرداً من خارج عينة الدراسة، بهدف التحقق من الكفاءة السيكمترية لهذه الأدوات، وتحديد زمن كل أداة.

1) العينة الأساسية.

بلغت عينة الدراسة (253) من طلبة الجامعة الكويتيين، ويمكن توضيح عينة الدراسة كما بالجدول التالي:

جدول (1): توصيف عينة الدراسة حسب متغيرات الدراسة

النسبة	العينة	متغيرات الدراسة	
%44.3	112	ذكر	النوع
%55.7	141	أنثى	
%93.28	236	من 18 إلى 25 سنة	العمر
%6.72	17	من 25 إلى 30 سنة	
%20.2	51	الأولي	المرحلة الدراسية
%27.7	70	الثانية	
%26.5	67	الثالثة	
%25.7	65	الرابعة	
%15.8	40	الهيئة العامة التطبيقية	الجامعة
%78.7	199	جامعة الكويت	
%5.1	13	جامعة خاصة	
%0.4	1	جامعة عبد الله السالم	

ثالثاً: مقياس الدراسة.

1) مقياس التسوية الأكاديمي.

وهو من اعداد "خميس" (2021)، ويتكون المقياس الأصلي من 68 بنداً انقسمت فيما بينها إلى خمسة مقاييس فرعية، هي الالتزام بالمواعيد، والتسوية الاجتماعي، والتسوية المهني، والتسوية الأكاديمي، وأسباب التسوية. واستخدمت الباحثة المقياس الرابع من المقياس والذي يسمى بالتسوية الأكاديمي والإنجاز، ويتكون من 12 بنداً تصحح وفقاً لاختيار بديل واحد فقط من بدائل الاستجابة الخمسة للمقياس، وتقدر أعلى درجة بـ 60 درجة، وتدل على مدى ارتفاع التسوية الأكاديمي، وتقدر أدنى درجة بـ 12 درجة، وتدل على مدى انخفاض التسوية الأكاديمي والإنجاز، ويقاس بالبنود (38-49).

صدق المقياس: تم حساب معاملات صدق مقياس الكمالية بطريقة:

1) صدق المقارنة الطرفية (الصدق التمايزي):

تمت المقارنة بين الأفراد ذوي الدرجات المنخفضة في التسوية الأكاديمي وذوي الدرجات المرتفعة. وهذه الخطوة تعطينا مؤشراً لصدق المقياس، حيث تمت مقارنة الإربعي الأعلى (8) طلاب، والإربعي الأدنى (8) طلاب إحصائياً باستخدام اختبار مان وتني لدلالة الفروق بين متوسطات المجموعات المستقلة ويمكن وتوضيح ذلك في الجدول الآتي:

جدول (2): يوضح قيمة U لدلالة الفروق بين متوسطي درجات الإربعي الأعلى والأدنى

في مقياس التسوية الأكاديمي

المتغير	المجموعة	ن	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة U	قيمة Z	مستوي الدلالة
المقياس ككل	الإربعي الأعلى	8	12.5	100	صفر	-3.376	0.01
	الإربعي الأدنى	8	4.5	36			

يتضح من الجدول (2) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الإربعي الأعلى والإربعي الأدنى أي بين مرتفعي الكمالية ومنخفضي التسوية الأكاديمي، مما يدل على قدرة المقياس على التمييز بين الطلاب، وهو ما ينم عن تمتع المقياس بالصدق.

2) حساب الاتساق الداخلي:

تم حساب صدق الاتساق الداخلي لمقياس التسوية الأكاديمي، وذلك من خلال:

- حساب معامل ارتباط درجة كل مفردة بالدرجة للمقياس: تم حساب معاملات ارتباط درجة كل مفردة بالدرجة الكلية للمقياس، وجاءت النتائج كما هي مبينة بالجدول التالية:

جدول (3): قيم معاملات ارتباط درجة كل مفردة من مفردات مقياس التسويق الأكاديمي بالدرجة الكلية للمقياس

رقم المفردة	معامل الارتباط	مستوي الدلالة
1	0.801	0.01
2	0.872	0.01
3	0.812	0.01
4	0.674	0.01
5	0.695	0.01
6	0.735	0.01
7	0.689	0.01
8	0.647	0.01
9	0.857	0.01
10	0.78	0.01
11	0.585	0.01
12	0.73	0.01

من الجدول (3) يتضح أن معاملات الارتباط جاءت دالة عند مستوي دلالة 0.01، مما يدل على قوة العلاقة بين درجة مفردات مقياس التسويق الأكاديمي بالدرجة الكلية له.

(3) حساب ثبات المقياس بمعادلة ألفا كرونباخ: تم حساب ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ حيث تقوم هذه الطريقة على حساب تباين مفردات المقياس، والتي يتم من خلالها بيان مدى ارتباط مفردات المقياس ببعضها البعض، وارتباط كل مفردة مع الدرجة الكلية للمقياس، وجاءت النتائج كما هي موضحة بالجدول التالي:
جدول (4): معامل ثبات ألفا لمقياس التسويق الأكاديمي

معامل الثبات ألفا	عدد المفردات	مقياس التسويق الأكاديمي
0.925	12	

من الجدول (4) يتضح أن معامل الثبات للمقياس = 0.925، مما يدل على ملائمة المقياس لأغراض البحث.

(2) مقياس الرضا عن الحياة.

أعد هذا المقياس "دينر وآخرون" (Diener et al). عام (1985) وعربه أحمد عبد الخالق (2008). ويحتوي المقياس على (5) عبارات يجيب عنها المبحوث باختيار أحد البدائل

السبعة المتدرجة من (غير موافق مطلقاً) إلى (أوافق بشدة). والدرجة المرتفعة على المقياس تعبر عن الرضا عن الحياة بدرجة كبيرة، وقد أستخدم المقياس في بلدان كثيرة وفي لغات مختلفة.

صدق المقياس: تم حساب معاملات صدق مقياس الكمالية بطريقة:

1) صدق المقارنة الطرفية (الصدق التمايزي): تمت المقارنة بين الأفراد ذوي الدرجات المنخفضة في الكمالية وذوي الدرجات المرتفعة. وهذه الخطوة تعطينا مؤشراً لصدق المقياس، حيث تمت مقارنة الإربعاعي الأعلى (8) طلاب، والإربعاعي الأدنى (8) طلاب إحصائياً باستخدام اختبار مان وتي لدلالة الفروق بين متوسطات المجموعات المستقلة ويمكن وتوضيح ذلك في الجدول الآتي:

جدول (5): يوضح قيمة U لدلالة الفروق بين متوسطي درجات الإربعاعي الأعلى والأدنى

في مقياس الرضا عن الحياة

المتغير	المجموعة	ن	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة U	قيمة Z	مستوي الدلالة
المقياس ككل	الإربعاعي الأعلى	8	12.57	88	3	-3.041	0.01
	الإربعاعي الأدنى	8	5.33	48			

يتضح من الجدول (5) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الإربعاعي الأعلى والإربعاعي الأدنى أي بين مرتفعي الرضا عن الحياة ومنخفضي الرضا عن الحياة، مما يدل على قدرة المقياس على التمييز بين الطلاب، وهو ما ينم عن تمتع المقياس بالصدق.

2) حساب الاتساق الداخلي: تم حساب صدق الاتساق الداخلي لمقياس الرضا عن الحياة، وذلك من خلال:

● **حساب معامل ارتباط درجة كل مفردة بالدرجة للمقياس:** تم حساب معاملات ارتباط درجة كل مفردة بالدرجة الكلية للمقياس، وجاءت النتائج كما هي مبينة بالجدول التالي:

جدول (6): قيم معاملات ارتباط درجة كل مفردة من مفردات مقياس الرضا

عن الحياة بالدرجة الكلية للمقياس

رقم المفردة	معامل الارتباط	مستوي الدلالة
1	0.66	0.01
2	0.76	0.01
3	0.783	0.01
4	0.721	0.01
5	0.755	0.01

من الجدول (6) يتضح أن معاملات الارتباط جاءت دالة عند مستوى دلالة 0.01، مما يدل على قوة العلاقة بين درجة مفردات مقياس الرضا عن الحياة بالدرجة الكلية للمقياس.

3) حساب ثبات المقياس بمعادلة ألفا كرونباخ: تم حساب ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ حيث تقوم هذه الطريقة على حساب تباين مفردات المقياس، والتي يتم من خلالها بيان مدى ارتباط مفردات المقياس ببعضها البعض، وارتباط كل مفردة مع الدرجة الكلية للمقياس وذلك من خلال المعادلة التالية:

$$\text{معامل } (\alpha) = \frac{N}{1-N} \left(\frac{\text{مج } ع_{ij}^2}{ع_{ij}^2} - 1 \right)$$

حيث ن: عدد بنود المقياس $ع_{ij}^2$: التباين الكلي لدرجات الطلاب في المقياس

مج $ع_{ij}^2$: مجموع تباين درجات الطلاب على فقرة من فقرات المقياس.

وجاءت النتائج كما هي موضحة بالجدول التالي:

جدول (7): معاملات الثبات ألفا لمقياس الرضا عن الحياة

معامل الثبات ألفا	عدد المفردات	مقياس الرضا عن الحياة
0.778	5	

من الجدول (7) يتضح أن معامل الثبات للمقياس = 0.778، مما يدل على ملائمة المقياس لأغراض البحث.

رابعاً: وصف أساليب التحليل الإحصائي:

استخدمت الأساليب الإحصائية التالية للتحقق من تساؤلات وفروض الدراسة، وذلك باستخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية، ومن بينها الآتي:

- 1- معامل الارتباط البسيط لبيرسون لحساب الارتباط بين متغيرات الدراسة.
- 2- اختبار "ت" لحساب الفروق بين المتوسطات لعينتي الدراسة حسب النوع.
- 3- اختبار "تحليل التباين" للمجموعات المستقلة: في المقارنة بين عينة الدراسة في مقياس الرضا عن الحياة ومقياس التسويق الأكاديمي حسب المرحلة الدراسية.

نتائج الدراسة ومناقشتها.

1) الفرض الأول "توجد علاقة ارتباطية موجبة بين التسويق الأكاديمي والرضا عن الحياة لدى عينة من طلبة الجامعة الكويتيين".

لاختبار هذا الفرض استخدمت الباحثة معامل الارتباط البسيط لبيرسون، وذلك لحساب مصفوفة معاملات الارتباط بين التسويق الأكاديمي والرضا عن الحياة لدى عينة الدراسة من طلبة الجامعة الكويتيين، ويبين الجدول التالي قيم معاملات الارتباط ومستوى دلالتها.

جدول (8): معامل الارتباط بين التسويق الأكاديمي والرضا عن الحياة لدى عينة الدراسة من طلبة الجامعة الكويتيين (الذكور) (ن=112)

معامل الارتباط	الرضا عن الحياة	مستوي الدلالة
التسويق الأكاديمي	0.825-	0.01

من الجدول (8) يتضح أنه يوجد ارتباط عكسي بين التسويق الأكاديمي والرضا عن الحياة لدى عينة الدراسة من طلبة الجامعة الكويتيين (الذكور)، حيث جاءت قيم "ر = -0.825" دالة احصائياً عند مستوى دلالة 0.01.

جدول (9): معامل الارتباط بين التسويق الأكاديمي والرضا عن الحياة لدى عينة الدراسة من طلبة الجامعة الكويتيين (الذكور) (ن=141)

معامل الارتباط	الرضا عن الحياة	مستوي الدلالة
التسويق الأكاديمي	0.81-	0.01

من الجدول (9) يتضح أنه يوجد ارتباط عكسي بين التسويق الأكاديمي والرضا عن الحياة لدى عينة الدراسة من طلبة الجامعة الكويتيين (الإناث)، حيث جاءت قيم "ر = -0.81" دالة احصائياً عند مستوى دلالة 0.01.

جدول (10): معامل الارتباط بين التسويق الأكاديمي والرضا عن الحياة لدى عينة الدراسة من طلبة الجامعة الكويتيين (العينة الكلية) (ن=253)

معامل الارتباط	الرضا عن الحياة	مستوي الدلالة
التسويق الأكاديمي	0.82-	0.01

من الجدول (10) يتضح أنه يوجد ارتباط عكسي بين التسويق الأكاديمي والرضا عن الحياة لدى عينة الدراسة من طلبة الجامعة الكويتيين (العينة الكلية)، حيث جاءت قيم $r = -0.82$ دالة احصائياً عند مستوى دلالة 0.01.

ومن ثم نقبل الفرض الأول " توجد علاقة ارتباطية سالبة بين التسويق الأكاديمي والرضا عن الحياة لدى عينة الدراسة من طلبة الجامعة الكويتيين".

وتشير النتائج إلى أن المستويات العالية من التسويق الأكاديمي ترتبط ارتباطاً سلبياً بالرضا عن الحياة، أي أن الفرد الذي يتسم بالتسويق الأكاديمي العالي سوف يكون أقل رضا عن حياته، والعكس بالنسبة للمستويات المنخفضة من التسويق الأكاديمي سوف ترتبط بدرجات أعلى من الرضا عن الحياة.

ويمكن اعتبار أن ارتباط التسويق الأكاديمي ارتباطاً سلبياً بالرضا عن الحياة يبدو أمراً منطقياً، حيث أن معظم الدراسات التي فحصت الطلاب ذوي التسويق الأكاديمي استنتجت أنهم يعانون من مشكلات سلوكية ونفسية واجتماعية عديدة تتمثل في انخفاض فعالية الذات وتقديرها وارتفاع القلق، والاكتئاب، والنسيان، وعدم التنظيم وعدم المنافسة، وعدم الثقة بالنفس، والاندفاعية وضعف المهارات الاجتماعية (خميس، 2021)، والشعور بالذنب والفشل الوظيفي المتكرر، وانخفاض الثقة بالنفس بجانب العديد مما يسببه من مشاكل اقتصادية ومالية وصحية، ويحد من قدرة الفرد على إدارة الوقت بشكل أفضل (الجنادي، 2015)، وأن المسوف سوف يعاني من ضعف في إدارة الوقت بفاعلية، وقد تشوب علاقاته الاجتماعية اضمحلال ظاهر في تعاملاته في البيئة الجامعية، وبالتالي سوف تقل إنتاجيته وتتراكم عليه الأعباء وتتضخم المشكلات المتعلقة بالإنجاز والنجاح والعمل، وسوف تقل الطاقة الذاتية له كطالب (Fritzsche, Young, & Hickson, 2003)، وهي كلها أمور تؤثر على الرضا عن الحياة بشكل عام. ووفقاً لنظرية الفجوة والتي يسميها أصحابها بالفجوة بين الطموح والإنجازات؛ فالفرد يرضى عن حياته عند تحقيق طموحاته، أما الذي يضع طموحات أعلى من قدراته فسيكون ساخطاً متدمراً من حياته (أبو عبيد، 2013). واتسقت النتيجة في الدراسة الراهنة مع ما توصل إليه دراسات كل من "بلقيس" (2013) Balkis و"الوذناني" (2018)، و(2023) "Topaloglu, Tarcan, Uslu" التي توصلت إلى وجود علاقة سالبة بين التسويق الأكاديمي والرضا عن الحياة لدى عينات من طلبة الجامعة.

وبحسب نظرية العلاج العقلاني الانفعالي لسلوكي، والتي تقوم على أن الاضطرابات النفسية تنشأ من أنماط التفكير الخاطيء، والتي شرحت ضعف القدرة المتخيلة للمسوفين على إتمام واجباتهم ومهامهم الملقاة عليهم لذلك فيظهرون التأجيل في إنجاز هذا المهام، وإذا ما أُجبر

المسوفون على إتمام هذه الواجبات، أو إذا ما أجلوها إلى الموعد النهائي المطلوب، فإن ذلك يؤدي إلى ظهور فقدان الثقة بالنفس ومشاعر عدم الرضا، (العنزي، 2007).

2)الفرض الثاني "توجد فروق جوهرية وفقاً للنوع لدى عينة الدراسة من طلبة الجامعة الكويتيين في متوسطات الأداء على مقياس التسويق الأكاديمي والرضا عن الحياة".

تم استخدام اختبار "ت" للمجموعات المستقلة لتحديد دلالة الفروق وفقاً للنوع لدى عيني الدراسة في متوسطات الأداء على مقياس التسويق الأكاديمي والرضا عن الحياة، وذلك من خلال الجداول (11)، (12):

ولمناقشة نتائج الفرض سوف يتم تقسيم الفرض إلى قسمين:

(أ)توجد فروق جوهرية وفقاً للنوع لدى عينة الدراسة من طلبة الجامعة الكويتيين في متوسطات الأداء على مقياس التسويق الأكاديمي.

جدول (11): قيمة " ت " ودلالاتها الإحصائية للفروق بين عينة الدراسة وفقاً للنوع (الجنس) في متوسطات الأداء على مقياس التسويق الأكاديمي

مستوى الدلالة	درجات الحرية	قيمة (ت)	الانحراف المعياري	المتوسط	ن	النوع	مقياس التسويق الأكاديمي
غير دالة	251	0.346	6.744	35.66	112	ذكر	
			6.29	35.38	141	أنثي	

من الجدول (11) يتضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين عينة الدراسة وفقاً للنوع (الجنس) في متوسطات الأداء على مقياس التسويق الأكاديمي، حيث جاءت قيمة "ت" تساوي (0.346) وهي قيمة غير دالة إحصائية عند مستوي دلالة 0.05.

وانفقت النتيجة مع دراسات كل من (2011) "Sirin"، و(1999) "Lamba" و"العنزي، والدغيم"، (2003)، و(2000) "Ferrari"، وعبد العظيم (2011) التي توصلت إلى أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في التسويق الأكاديمي. في حين تعارضت النتيجة مع دراسة "عبد الخالق، والدغيم" (2011) التي توصلت إلى أنه توجد فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في التسويق الأكاديمي في اتجاه الذكور، كل من "خميس" (2021) التي توصلت إلى وجود فروق اتجاه الإناث.

وقد تعود النتيجة في الدراسة الراهنة بأن التسويق الأكاديمي يمكن أن يكون مرتبطاً بعوامل شخصية ونفسية، بدلاً من ارتباطه بالنوع، حيث أنه قد يعتمد بشكل أكبر على السمات الشخصية مثل الانضباط الذاتي والتحكم في الذات، وكذلك الدوافع الداخلية، والضغط النفسية، التي من الممكن أن تلعب دوراً أكبر من النوع.

(ب) توجد فروق جوهرية وفقاً للنوع لدى عينة الدراسة من طلبة الجامعة الكويتيين في متوسطات الأداء على مقياس الرضا عن الحياة.

جدول (12): قيمة "ت" ودلالاتها الإحصائية للفروق بين عينة الدراسة وفقاً للنوع (الجنس) في متوسطات الأداء على مقياس الرضا عن الحياة

مستوى الدلالة	درجات الحرية	قيمة (ت)	الانحراف المعياري	المتوسط	ن	النوع	مقياس الرضا عن الحياة
غير دالة	251	0.858	4.21	14.15	112	ذكر	
			3.07	13.76	141	أنثي	

من الجدول (12) يتضح ما يلي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين عينة الدراسة وفقاً للنوع (الجنس) في متوسطات الأداء على مقياس الرضا عن الحياة، حيث جاءت قيمة "ت" تساوي (0.858) وهي قيمة غير دالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05.

وهذا يشير إلى أن مستويات الرضا عن الحياة كانت متقاربة ما بين الجنسين، واتفقت نتيجة الدراسة مع ما توصلت إليه دراسات كل من "المصراطي والرفادي" (2021)، و"الزواهره" (2021)، و"تلمساني" (2014)، و"الزعيبي" (2015).

ويمكن تفسير عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في الرضا عن الحياة إلى الواقع المشترك الذي يعيشه الذكور والإناث، حيث ينتمي كل منهم إلى نفس المدينة، والثقافة، والمرحلة العمرية تقريبا، وتتقارب لديهم القدرات والإمكانات، والأهداف والطموحات. كما أن ظروفهم الدراسية ومهامهم الأكاديمية متقاربة، وبالتالي فإن إنجازاتهم لن تتفاوت. بالإضافة إلى أن المجتمع يشجع الإناث على التحصيل والتفوق ومواصلة المشوار التعليمي، مما أدى إلى زيادة درجة رضاهن عن الحياة أسوة بالذكور مما أدى إلى قلة الفروق بينهم في الرضا عن الحياة. كما أن الأفراد الذين يعيشون في ظروف طيبة سوف يشعرون بالأمن والطمأنينة، وسوف يمتلكون طموحات وأهداف تناسب قدراتهم، وسوف يكونون قادرين على تحقيق أهدافهم في الحياة، وسيتغلبون على الصعوبات التي تواجههم، وينجحون في العمل أو الدراسة مما سيشعرهم بالرضا عن الحياة بغض النظر عن النوع (إبراهيم، 2021). أي أن عدم وجود فروق في الرضا عن الحياة قد يعود إلى طبيعة الحياة والظروف المتقاربة التي يعيشها الطلبة من الجنسين ذكورا وإناثا، مما يجعل الفروق بينهما قليلة أو ليست ذات دلالة في درجة الرضا عن الحياة، وأن هناك عوامل نفسية واجتماعية وأسرية أخرى قد تؤثر بشكل أكبر على الرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة مثل تقدير الذات واحترامها والدعم الاجتماعي.

ومن ثم نرفض الفرض الثاني "توجد فروق جوهرية وفقاً للنوع لدى عينة الدراسة من طلبة الجامعة الكويتيين في متوسطات الأداء على مقاييس التسوية الأكاديمي والرضا عن الحياة".

3)الفرض الثالث "توجد فروق جوهرية وفقاً للمرحلة الدراسية في متوسطات الأداء على مقاييس التسوية الأكاديمي والرضا عن الحياة".

لاختبار هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار "تحليل التباين أحادي الاتجاه" للمجموعات المستقلة لتحديد دلالة الفروق في متوسطات الأداء على مقاييس التسوية الأكاديمي والرضا عن الحياة، من خلال الجداول (13)، (14)، (15)، (16):

ولمناقشة نتائج الفرض سوف يتم تقسيم الفرض إلى قسمين:

(أ)توجد فروق جوهرية وفقاً للمرحلة الدراسية لدى عينة الدراسة من طلبة الجامعة الكويتيين في متوسطات الأداء على مقياس التسوية الأكاديمي.

جدول (13): قيمة " ف " ودلالاتها الإحصائية للفروق بين عينة الدراسة وفقاً للمرحلة الدراسية في متوسطات الأداء على مقياس التسوية الأكاديمي

المتغير التابع	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوي الدلالة
مقياس التسوية الأكاديمي	بين المجموعات	4623.963	3	1541.321	64.294	0.01
	داخل المجموعات	5969.286	249	23.973		
	الدرجة الكلية	10593.249	252			

يتضح من الجدول (13) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين للفروق بين عينة الدراسة وفقاً للمرحلة الدراسية في متوسطات الأداء على مقياس التسوية الأكاديمي، حيث جاءت قيم ف دالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0.01.

ومن ثم نقبل الفرض الثالث "توجد فروق جوهرية وفقاً للمرحلة الدراسية في متوسطات الأداء على مقاييس التسوية الأكاديمي والرضا عن الحياة".

وتم استخدام اختبار شيفية لتحديد الفروق بين عينة الدراسة وفقاً للمرحلة الدراسية في متوسطات الأداء على مقياس التسوية الأكاديمي، كما هو موضح بالجدول التالي:

جدول (14): قيم شيفية لاتجاه الفروق بين عينة الدراسة وفقا للمرحلة الدراسية في متوسطات الأداء على مقياس التسويق الأكاديمي

فروق المتوسطات				المتوسط	المرحلة الدراسية	المتغير التابع
الرابعة	الثالثة	الثانية	الأولي			
				43.92	الأولي	مقياس التسويق الأكاديمي
			*11.45	32.47	الثانية	
		1.41	*10.31	33.61	الثالثة	
	0.496	1.64	*9.81	34.11	الرابعة	

من الجدول (14) يتضح أنه توجد فروق بين بين عينة الدراسة وفقا للمرحلة الدراسية في متوسطات الأداء على مقياس التسويق الأكاديمي عند المقارنة مثني مثني (الأولي والثانية لصالح الأولي- الأولي والثالثة لصالح الأولي- الأولي والرابعة لصالح الأولي)، حيث جاءت الفروق بين المتوسطات غير دالة عند مستوى دلالة 0.05، وباقي المقارنات لا يوجد بها فروق. وعليه فان الفروق لصالح طلاب السنة الأولى.

واتفقت النتيجة مع دراسة "الأحمد، وياسين" (2018)، والتي بينت أن طلاب السنة الأولى قد يمتلكون الحماس، والنشاط، والدافعية التي تمكنهم من انجاز مهامهم الدراسية بكفاءة عالية، والإنجاز في الوقت المحدد، حيث يرجع ذلك إلى عاداتهم التي اكتسبوها خلال المراحل الدراسية السابقة للحصول على المعدل العالي الذي سوف يؤهلهم لدخول الجامعة، ولا سيما في السنة الأخيرة من محلة الثانوية، والتي كانت تتطلب إحساس عال بالمسئولية، والتركيز، وبذل الجهد المستمر، في حين أن طلاب المراحل الأخرى قد تعودوا على أسلوب أداء واجباتهم ومهامهم الدراسية بأسلوب تسويقي.

(ب) توجد فروق جوهرية وفقاً للنوع لدى عينة الدراسة من طلبة الجامعة الكويتيين في متوسطات الأداء على مقياس الرضا عن الحياة.

جدول (15): قيمة " ف " ودلالاتها الإحصائية للفروق بين عينة الدراسة وفقا للمرحلة الدراسية في متوسطات الأداء على مقياس الرضا عن الحياة

المتغير التابع	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوي الدلالة
مقياس الرضا عن الحياة	بين المجموعات	1101.558	3	367.186	41.743	0.01
	داخل المجموعات	2190.3	249	8.796		
	الدرجة الكلية	3291.858	252			

يتضح من الجدول (15) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين للفروق بين عينة الدراسة وفقاً للمرحلة الدراسية في متوسطات الأداء على مقياس الرضا عن الحياة، حيث جاءت قيم ف دالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0.01.

وتم استخدام اختبار شيفية لتحديد الفروق بين عينة الدراسة وفقاً للمرحلة الدراسية في متوسطات الأداء على مقياس الرضا عن الحياة، كما هو موضح بالجدول التالي:
جدول (16): قيم شيفية لاتجاه الفروق بين عينة الدراسة وفقاً للمرحلة الدراسية في متوسطات الأداء على مقياس الرضا عن الحياة

فروق المتوسطات				المتوسط	المرحلة الدراسية	المتغير التابع
الرابعة	الثالثة	الثانية	الأولي			
				9.94	الأولي	مقياس الرضا عن الحياة
			*5.76	15.7	الثانية	
		0.76	*5	14.94	الثالثة	
	0.82	*1.58	*4.18	14.12	الرابعة	

من الجدول (16) يتضح أنه توجد فروق بين بين عينة الدراسة وفقاً للمرحلة الدراسية في متوسطات الأداء على مقياس الرضا عن الحياة عند المقارنة مثني مثني (الأولي والثانية لصالح الثانية- الأولي والثالثة لصالح الثالثة- الأولي والرابعة لصالح الرابعة- الثانية والرابعة لصالح الثانية)، حيث جاءت الفروق بين المتوسطات غير دالة عند مستوى دلالة 0.05، وباقي المقارنات لا يوجد بها فروق. وعليه أوضحت أن الفروق لصالح الفرقة الثانية.

وتعارضت النتيجة مع ما توصل إليه دراسة "صوالحة، والعمري" (2013) التي توصلت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير السنة الدراسية، ودراسة "الشرعة، ولبابنة" (2014) التي توصلت إلى وجود في درجة رضا طالبات الجامعة تعزى لمتغير المرحلة الدراسية لصالح السنة الدراسية الأولى.

وقد تعود النتيجة في الدراسة الراهنة إلى أن طلبة الجامعة في السنة الدراسية الثانية اكتسبوا خبرة أكبر بعد السنة الدراسية الأولى، مما ساعدهم على التكيف بشكل أكبر مع الحياة الجامعية ومتطلباتها، بالإضافة إلى تكوين علاقات اجتماعية أعمق مع زملائهم مما يزيد من مشاعر الانتماء بعكس مشاعر الوحدة التي قد تصاحبهم خلال عامهم الدراسي الأول، بالإضافة إلى التحسن في المهارات الأكاديمية، مما يعزز من شعورهم بالثقة في النفس، والكفاءة الأكاديمية، وكل ذلك من شأنه أن يعزز من رضاهم عن حياتهم بشكل عام.

ملخص النتائج.

توصلت الدراسة إلى أنه توجد علاقة ارتباطية سالبة بين التسويق الأكاديمي والرضا عن الحياة لدى عينة الدراسة من طلبة الجامعة الكويتيين. في حين لم توجد فروق ذات دلالة إحصائية وفقاً للنوع في متوسطات الأداء على مقياسي التسويق الأكاديمي والرضا عن الحياة لدى عينة الدراسة من طلبة الجامعة الكويتيين. ووجدت فروق ذات دلالة إحصائية لدى عينة وفقاً للمرحلة الدراسية لصالح الفرقة الأولى في متغير التسويق الأكاديمي. ووجدت فروق ذات دلالة إحصائية لدى عينة وفقاً للمرحلة الدراسية لصالح الفرقة الثانية في متغير الرضا عن الحياة.

التوصيات.

ضرورة الانتباه إلى أهمية التخطيط، ووضع خطط لتحقيق الأهداف الدراسية الواضحة والمحددة اليومية والأسبوعية التي تساعد في تنظيم الوقت إلى فترات تركيز قصيرة مما يحسن من الإنتاجية ويقلل من التسويق.

-تجنب المثالية الزائدة في القيام بالمهام الدراسية، وتقبل فكرة أن الإنجاز المناسب أفضل من عدم الإنجاز بسبب الخوف من عدم الكمال.

-تهيئة البيئة المناسبة للدراسة والخالية من المشتتات لزيادة التركيز وتحقيق انجاز أكبر.

-تثقيف طلبة الجامعة بمخاطر التسويق الأكاديمي لدى طلبة الجامعة عن طريق برامج تثقيفية.

-الاهتمام بالعوامل التي تسهم في زيادة الرضا عن الحياة لدة الطلبة عن طريق تعزيز التفكير الإيجابي حول الذات والقدرات، وزيادة الثقة بالنفس للتحفيز على الإقدام على المهام بدلاً من تأجيلها.

- التدريب على تقنيات إدارة المشاعر السلبية كالإحباط والقلق والتي يمكن أن تؤدي إلى التسويق.

-البحث عن مصادر الدعم الاجتماعي، من خلال المدرسين أو الزملاء عند الشعور بالضغط، حيث أن الدعم الاجتماعي يمكن أن يزيد من الدافعية ويقلل من التسويق الأكاديمي.

-التركيز على الرضا الداخلي الناتج من الإنجاز الشخصي بدلاً من البحث عن المكافأة الخارجية، والذي من شأنه أن يرفع من مستوى الرضا عن الحياة.

قائمة المراجع.

- عبد الخالق، أحمد، الدغيم، محمد (2011) المقياس العربي للتسويق إعداداه وخصائصه السيكو مترية. المجلة الدولية للأبحاث التربوية. ع (30)، كلية التربية -جامعة الإمارات العربية المتحدة- العين-الإمارات.
- أحمد محمد عبد الخالق، أحمد محمد؛ الحويلة، أمثال (2013). الحياة النفسية الطيبة وعلاقتها بالتدين لدى عينة من كبار السن الكويتيين. مجلة العلوم الاجتماعية، 41(3)، 111-135.
- الأحمد، أمل؛ ياسين، فداء (2018). التسويق الأكاديمي وعلاقته بالثقة بالنفس لدى عينة من طلبة قسم علم النفس في كلية التربية بجامعة دمشق. مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس، 16(1)، 13-56.
- الزينات، أسامة (2015). العلاقة بين التسويق الأكاديمي والذكاء الانفعالي لدى طلبة جامعة اليرموك (رسالة ماجستير غير منشورة). كلية التربية، جامعة اليرموك، الأردن.
- العصفور، أمنة فؤاد نصف (2014). معنى العمل والالتزام التنظيمي والسعادة والرضا عن الحياة لدى عينة من موظفي القطاع الحكومي في دولة الكويت. أطروحة ماجستير (غير منشورة)، جامعة الكويت، كلية العلوم الاجتماعية قسم علم النفس.
- إبراهيم، عزة حسن عبد العزيز (2021). فعالية الذات وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الصف الثالث الإعدادي بمدينة المنيا. مجلة البحث في التربية وعلم النفس، 36(1)، 341-382.
- خميس، خديجة عباس (2021). مكونات تنظيم الذات وعمه المشاعر والقلق والاكنتاب كمنبئات بالتسويق الأكاديمي والمهني لدى طلاب الدراسات العليا من الجنسين، رسالة دكتوراة (غير منشورة)، جامعة الإسكندرية، كلية الآداب، قسم علم النفس.
- تلمساني، فاطمة (2014). الرضا عن الحياة وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة المدرسة العليا بوهران. مجلة المدرسة العليا للأساتذة، 6(11)، 1-9.
- إسحاق، دانة عبد العزيز (2013). الرضا عن الحياة والمشاركة السياسية في ضوء المتغيرات الديموغرافية، رسالة ماجستير (غير منشورة)، جامعة عين شمس، كلية البنات للآداب والفنون والعلوم والتربية، قسم علم النفس.
- أبو عبيد، دعاء شعبان (2013). الرضا عن الحياة وعلاقته بقلق المستقبل لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة، أطروحة ماجستير (غير منشورة)، الجامعة الإسلامية غزة، كلية التربية، قسم علم النفس.
- السعدي، رحاب عارف (2018). التسويق الأكاديمي وعلاقته بالرضا عن الدراسة الجامعية لدى طلبة جامعة الاستقلال في مدينة أريحا. مجلة جامعة الأقصى للعلوم التربوية والنفسية، 1(1)، 33-73.
- الزغبى، أحمد (2025). الرضا عن الحياة وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة كلية التربية. جامعة دمشق، مجلة جامعة البعث، 3(2)، 10-46.

- الزهرارة، فاطمة (2021). الرضا عن الحياة لدى طلاب جامعة نجران وعلاقته بتقدير الذات. *مجلة العلوم التربوية والنفسية*، 5(20)، 155-168.
- الوذناي، سمر محمد حمود (2018). التسويق الأكاديمي وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى عينة من عضوات هيئة التدريس بجامعة الملك عبد العزيز بجدة. *مجلة البحث العلمي في التربية*، 19، 495-516.
- عليوة، المسئولية الاجتماعية وعلاقتها بالتوافق المهني والرضا عن الحياة لدى معلمي التربية الخاصة. *مجلة الدراسات التربوية والإنسانية كلية التربية*، 6(1)، 67-142.
- الشرعة، ناصر إبراهيم، لبابنة، أحمد حسن (2014). الرضا عن الدراسة الجامعية من وجهة نظر طالبات كلية إربد الجامعية وعلاقته ببعض المتغيرات. *مجلة جامعة الخليل للبحوث*، 9(1)، 19-38.
- صالح، علي عبد الرحيم، صالح، زينة علي (2013). التسويق الأكاديمي وعلاقته بإدارة الوقت لدى طلبة كلية التربية. *دراسات عربية في التربية وعلم النفس*، 38، 243-271.
- صوالحة، عونية عطا، العمري، أسماء (2013). دراسة وصفية لأهمية الحاجات الأكاديمية في جامعة عمان الأهلية ومستوى رضا الطلبة عن مدى تحقق هذه الحاجات، *مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية*، 21(1)، 401-447.
- عاشور، ولاء محمود إسماعيل محمد (2022). التسويق الأكاديمي في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلبة الجامعة، *مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية*، 16(9)، 1928-1973.
- النملة، عبد الرحمن بن سليمان (2013). تقدير الذات وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية الدارسين باستخدام الإنترنت. *مجلة دراسات، العلوم التربوية*، 40، 1318-1333.
- مصيلحي، عبد الرحمن؛ الحسيني، نادية (2004). التلكؤ الأكاديمي لدى عينة من طلبة وطالبات الجامعة وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية. *مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر*، 126، (1) 57-143.
- جبر، عدنان مارد؛ منشد، حسام محمد (2015). الرضا عن الحياة وعلاقته بالأمل لدى طلبة الجامعة. *مجلة الأستاذ*، 2(214)، 123-156.
- عبد العظيم، فايقة (2011). التلكؤ الأكاديمي وعلاقته ببعض مصادر الضغوط لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية، المؤتمر السنوي السادس عشر للإرشاد النفسي بجامعة عين شمس - الإرشاد النفسي وإرادة التغير - مصر بعد ثورة 25 يناير - مصر، ع(2)، 541-644.
- فجر العدواني (2014). إدمان العمل والاندماج الوظيفي وعلاقتهم بالرفاه النفسي لدى عينة من الموظفين الكويتيين العاملين في القطاع الخاص. رسالة ماجستير (غير منشورة)، جامعة الكويت كلية العلوم الاجتماعية، قسم علم النفس.

- الغنزي، فريح؛ الدعيم، محمد (2003). سلوك التسويف الدراسي وعلاقته ببعض متغيرات الشخصية لدى طلاب كلية التربية الأساسية بالكويت. *مجلة كلية التربية بالمنصورة*، 52، 102-137.
- الغنزي، فهد (2007). علاقة القلق بالأفكار اللاعقلانية (دراسة مقارنة بين الأحداث المنحرفين وغير المنحرفين) في مدينة الرياض، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية الدراسات العليا، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية.
- الجنادي، لينة (2015). التسويف الأكاديمي وعلاقته بأساليب المعاملة الوالدية والبيئة الصفية لدى طالبات جامعة القصيم، *مجلة كلية التربية جامعة بنها - مصر*، 26(101)، 79-122.
- الجعدي، متعب (1999). كيف تحقق النجاح. السعودية: مكتبة جرير للنشر والتوزيع.
- ميخائيل، مطانيوس (2013). الرضا عن الحياة لدى عينة من طلبة الجامعة في سوريا وبريطانيا. *مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس*، 11(1)، 84-109.
- مصطفى، منار بني؛ الشريفين، أحمد؛ طشطوش، رامي (2014). أحداث الحياة الضاغطة والشعور بالرضا عن الحياة والعلاقة بينهما لدى طلبة جامعة اليرموك في الأردن. *مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات*، 2(34)، 205-250.
- بوبو، منذر؛ شريفة، بشرى، شبيب، هناء (2014). التسويف الأكاديمي وعلاقته بالقلق بوصفه (سمة وحالة). *مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية، سلسلة الآداب والعلوم الإنسانية*، 36(6)، 473-488.
- ناجح محمد الزواهرة (2021). الرضا عن الحياة لدى طلاب جامعة نجران وعلاقته بتقدير الذات، *مجلة العلوم التربوية والنفسية*، 5(20)، 155-168.
- المصراطي، ندى عبد القادر؛ الرفادي، أحلام يونس (2021). الرضا عن الحياة وعلاقته بقلق المستقبل لدى عينة من طلبة جامعة بنغازي. *مجلة جامعة بنغازي العلمية، العلوم الإنسانية، مج* (34)، 30-41.
- سحلول، وليد (2014). التسويف الأكاديمي والمعتقدات ما وراء المعرفية حوله وعلاقتها بالتحصيل الدراسي. *دراسات تربوية ونفسية، مجلة كلية التربية بالزقازيق*، 84، 159-211.
- Balkis, M., & Duru, E. (2016). Procrastination, self-regulation failure, academic life satisfaction, and affective well-being: under regulation or mis regulation form. *European Journal of Psychology of Education*, 31(3), 439-459.
- Burka, J. B., & Yuen, L. M. (2007). *Procrastination: Why you do it, what to do about it now*. Hachette UK.
- Douglass, M. E. (1987): How to conquer procrastination. *Advanced Management Journal*, 34 (2), P. 178-201.
- Ellis, A., & Knaus, W. J. (1977). *Overcoming procrastination*. New York: Signet Books.

- Topaloğlu, E., Tarcan, S., & Uslu, M. (2023). An Investigation of the Relationship Between Life Satisfaction, Academic Procrastination, and Student's Individual Responsibility Behaviors in University Students. *Journal of Research in Social Sciences and Language*, 3(2), 125-139.
- Farran, B. (2004). *Predictors of academic procrastination in college students (Unpublished Master Thesis)*. Fordham University.
- Ferrari, J. R. (2000). Procrastination and attention: Factor analysis of attention deficit, boredom Ness, intelligence, self-esteem, and task delay frequencies. *Journal of Social Behavior and Personality*, 15(5), 185-196.
- Flett, G. L., Blankstein, K. R., Hewitt, P. L., & Koledin, S. (1992). Components of perfectionism and procrastination in college students. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 20(2), 85-94.
- Fritzsche, B. A., Young, B. R., & Hickson, K. C. (2003). Individual differences in academic procrastination tendency and writing success. *Personality and individual differences*, 35(7), 1549-1557.
- Holmes, R. A. (2000). *The effect of task structure and task order on subjective distress and dilatory behavior in academic procrastinators*. Hofstra University.
- Jackson, T., Fritch, A., Nagasaka, T., & Pope, L. (2003). Procrastination and Perceptions of Past, Present, and Future. *Individual Differences Research*, 1(1), 109-135.
- Kamphorst, B. A. (2012). *Reducing procrastination by scaffolding the formation of implementation intentions* (Master's thesis), Utrecht University.
- Senécal, C., Koestner, R., & Vallerand, R. J. (1995). Self-regulation and academic procrastination. *The journal of social psychology*, 135(5), 607-619.
- Lamba, G. (1999). Effect of gender-role and self-efficacy on academic procrastination in college students (*Unpublished Master Thesis*), Truman State University.
- Lay, C. H., & Schouwenburg, H. C. (1993). Trait procrastination, time management. *Journal of social Behavior and personality*, 8(4), 647-662.
- Milgram, N., & Tenne, R. (2000). Personality correlates of decisional and task avoidant procrastination, *European journal of Personality*, 14(2), 141-156.
- Nagpal, N. (2023). *Procrastination and Life Satisfaction Among Young Adults: A Multicultural Perspective (India, UK, USA)*. *International Journal of Indian Psychology*, 11(1), 2348-5396.
- Onwuegbuzie, A. J. (2004). *Academic procrastination and statistics anxiety. Assessment & Evaluation in Higher Education*, 29(1), 3-19.

- Özer, B. U., Demir, A., & Ferrari, J. R. (2009). Exploring academic procrastination among Turkish students: Possible gender differences in prevalence and reasons. *The Journal of social psychology*, 149(2), 241-257.
- Park, S. W., & Sperling, R. A. (2012). Academic procrastinators and their self-regulation. *Psychology*, 3(1), 12.
- Reasinger, R., & Brownlow, S. (1996). *Putting off until tomorrow what is Better Done Today: Academic Procrastination as A function of Motivation toward College Work*. Poster Presented at the Annual Meeting of the Southeastern Psychological Association (42nd, Norfolk, VA, March).
- Roghani1, L.; Aghahoseini, T.; Yazdani, F. (2015). The Relationship between the Academic Procrastination and the Academic Self-efficacy for Academic Achievements in Female High School Students in Isfahan in the 2013-2014 Academic Year, *Journal of Management Sciences*. 1(12), 385-390.
- Senecal, C., Koestner, R., & Vallerand, R.J. (1995). Self-Regulation Academic Procrastination. *The Journal of Social Psychology*, 135 (5), 607-619.
- Sirin, E. F. (2011). Academic procrastination among undergraduates attending school of physical education and sports: Role of general procrastination, academic motivation and academic self-efficacy. *Educational Research and Reviews*, 6(5), 447.
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31(4), 503-509.
- Sweitzer, N. G. (1999). " Fiddle-Dee-Dee, I'll Think About It Tomorrow": Overcoming Academic Procrastination in Higher Education. (*Unpublished M.A.Thesis*). Faculty of Education, Biola University.
- Steel. P (2007): The Nature of Procrastination: A Meta-Analytic and theoretical of Quintessential self-Regulatory Failure. *Psychological Bulletin*, 133 (1), 64-95.
- Taura, A. A., Abdullah, M. C., Roslan, S., & Omar, Z. (2014). An Examination of Pre-Service Teachers' Goal Orientations, Self-Regulation and Active Procrastination. *Life Science Journal*, 11(10), 71-81.