

الخامس	:	رقم البحث في القائمة
امجّ تدريبي قائمّ على بعض عادات العقل المنتجة وأثره في خفض التسويف الأكاديمي وقلق المستقبل لدى طلاب كلية التربية	:	عنوان البحث
مجلة دراسات نفسية ، رابطة الاخصائيين النفسيين المصرية (رانم)	:	جهة النشر
المجلد (٢٨) ، العدد (٣)	:	المجلد والعدد
٢٠١٨	:	تاريخ النشر
فردى	:	فردى أم مشترك

### المخلص :

هدفت هذه الدراسة التعرف على أثر برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل المنتجة في خفض حدة التسويف الأكاديمي وقلق المستقبل لدى طلاب كلية التربية جامعة الفيوم. أعدت الباحثة مقياس التسويف الأكاديمي ومقياس قلق المستقبل وبرنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل المنتجة، وهى: (المثابرة، والتفكير بمرونة، والتحكم بالتهور، والإصغاء بتفهم وتعاطف، والاستجابة من خلال الدهشة والتساؤل). وتكونت العينة الكلية للدراسة الاستطلاعية من (٣٤٧) طالباً وطالبة؛ للتحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس، وتكونت العينة الأساسية من (١٣٠) طالباً وطالبة، تم تقسيمها إلى مجموعتين: إحداهما تجريبية وصل عدد المشاركين فيها إلى (٦٥)، والأخرى ضابطة وعدد المشاركين فيها (٦٥) طالباً وطالبة. وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في التطبيق البعدي لكل من مقياس التسويف الأكاديمي وأبعاده ومقياس قلق المستقبل وأبعاده لصالح المجموعة التجريبية كما أشارت إلى وجود فروق دالة إحصائية بين القياسات المتكررة (قبلى - بعدى - تتبعى) لكل من مقياس التسويف الأكاديمي وأبعاده ومقياس قلق المستقبل وأبعاده لدى المجموعة التجريبية، وذلك لصالح القياس البعدي. وناقشت الباحثة النتائج في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة.

**الكلمات المفتاحية:** عادات العقل المنتجة - التسويف الأكاديمي - قلق المستقبل.