

The Study of the Role of Myers/Briggs Personality Traits in Predicting Students' Academic Procrastination in Tabriz University of Medical Sciences

Roghayyeh Poorsadegh ¹, Narges Yaghoubi Beglar ^{2,*}

¹ Department of Education, Azarshahr Payame Noor University. East Azerbaijan, Iran

² Elderly Health Research Center, Endocrinology and Metabolism Population Sciences Institute, Tehran University of Medical Sciences, Tehran, Iran

Received: 31 Jan 2017

Accepted: 07 Aug 2017

Keywords:

Academic Procrastination
Personality Type
Myers/Briggs

© 2018 Baqiatallah
University of Medical
Sciences

Abstract

Introduction: The purpose of the present study was to predict academic procrastination based on personality types Myers/Briggs in Medical Sciences Tabriz University.

Methods: The present study is a descriptive, and correlational. Statistical population involved all the students in Medical Sciences Tabriz University. The sample size is 150 student, are selected none randomly with convenient sampling method. Data collected by Myers/Briggs Indicator Test (M) and academic procrastination assessment Scale by Solomon / Routhblum and analyzed by using multiple regression with the SPSS (19).

Results: The results showed that among the bipolar personality types, just Sensing type, explained 4 percent of the variance to delay in completing tasks with ($\beta = 0.216$, $P = 0.011$) and 3 percent of the variance the total score academic procrastination with ($\beta = 0.182$, $P = 0.034$). And among of combination personality types, Extrovert Sensing, 3 percent of the variance delay in preparing for exams with ($\beta = 0.173$, $P = 0.043$); Thinking Sensing, 5 percent of the variance to delay in completing tasks with ($\beta = 0.231$, $P = 0.007$); Judging Intuition, 5 percent of the variance to delay in the presentation of academic papers with ($\beta = 0.989$, $P = 0.047$); Extroversion Sensing, 4 percent of the variance the total score academic procrastination with ($\beta = 0.203$, $P = 0.017$).

Conclusions: The study showed Sensing, Extrovert Sensing, Thinking Sensing, and Judging Intuition personality types are academic procrastination types.

* **Corresponding author:** Narges Yaghoubi Beglar, Elderly Health Research Center, Endocrinology and Metabolism Population Sciences Institute, Tehran University of Medical Sciences, Tehran, Iran. E-mail: yaghoobi1197@gmail.com

بررسی نقش تیپ‌های شخصیتی مایرز/بریگز در پیش‌بینی تعلل‌ورزی تحصیلی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی تبریز

رقیه پورصابری^۱، نرگس یعقوبی بگلر^{۲*}

^۱ گروه آموزشی علوم تربیتی، دانشگاه پیام نور آذرشهر، آذربایجان شرقی، ایران
^۲ مرکز تحقیقات سلامت سالمندان، پژوهشکده علوم جمعیتی غدد و متابولیسم، دانشگاه علوم پزشکی تهران، تهران، ایران

چکیده

مقدمه: هدف از انجام این مطالعه پیش‌بینی تعلل‌ورزی تحصیلی براساس تیپ‌های شخصیت مایرز/بریگز در دانشجویان رشته‌های پرستاری، مامایی و پزشکی دانشگاه علوم پزشکی تبریز است.

روش کار: پژوهش توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی تبریز در سال تحصیلی ۹۳-۱۳۹۴ است. حجم نمونه ۱۵۰ نفر تعیین گردید. روش نمونه‌گیری از نوع غیراحتمالی (در دسترس) است. ابزار به کاررفته عبارت از سیاهه تیپ‌شناسی مایرز/بریگز (فرم M)، و پرسشنامه تعلل‌ورزی تحصیلی سولومون و راثبلوم، است. داده‌های جمع‌آوری شده، با روش آماری تحلیل رگرسیون چندگانه به روش گام به گام توسط نسخه SPSS ۱۹، مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

یافته‌ها: نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد از تیپ‌های دوقطبی شخصیت، فقط تیپ حسی، ۴ درصد واریانس تعلل در انجام تکالیف درسی را با $(P = 0/011, \beta = 0/216)$ و ۳ درصد واریانس نمره کل تعلل‌ورزی تحصیلی را با $(P = 0/034, \beta = 0/182)$ و از میان تیپ‌های ترکیبی، برون‌گرای حسی، ۳ درصد واریانس تعلل در آماده شدن برای امتحانات را با $(P = 0/043, \beta = 0/173)$ ، حسی‌عقلانی، ۵ درصد واریانس تعلل در انجام تکالیف درسی را با $(P = 0/007, \beta = 0/231)$ ، شمی‌قضاوت‌گرا، ۵ درصد واریانس تعلل در ارائه مقالات درسی را با $(P = 0/047, \beta = 0/989)$ ، برون‌گرای حسی، ۴ درصد واریانس نمره کل تعلل‌ورزی تحصیلی را با $(P = 0/017, \beta = 0/203)$ تبیین می‌کنند.

نتیجه‌گیری: یافته‌های این مطالعه نشان داد تیپ‌های حسی، برون‌گرای حسی، حسی‌عقلانی، شمی‌قضاوت‌گرا، تیپ‌های تعلل‌ورز تحصیلی هستند.

تاریخ دریافت: ۱۳۹۵/۱۱/۱۲

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۶/۰۵/۱۶

واژگان کلیدی:

تعلل‌ورزی تحصیلی

تیپ‌های شخصیت

مایرز/بریگز

تمامی حقوق نشر برای دانشگاه علوم پزشکی بقیه الله (عج) محفوظ است.

مقدمه

تعلل‌ورزی، یک سازه رفتاری است که به صورت تأخیر در انجام کارها و محول کردن آن‌ها به زمان دیگر مشخص می‌گردد. Shah، تعلل‌ورزی را یک وضعیت غیرقطعی توصیف می‌کند که توأم با فقدان انرژی، و نشاط برای انجام کار است. مرور مبانی نظری و پژوهشی انجام‌گرفته در حیطه تعلل‌ورزی، نشان از انواع و اشکال متفاوتی از تعلل‌ورزی از جمله تعلل‌ورزی واقعی، غیرواقعی، رفتاری، فراشناختی، تعلل در امر تصمیم‌گیری، تعلل در امور معنوی و تعلل در انجام کارهای روزانه، و در نهایت تعلل‌ورزی تحصیلی قابل مشاهده است [۱-۵]. پژوهش‌های متعدد نشان می‌دهد تعلل‌ورزی امری شایع است که شایع‌ترین نوع آن، در جمعیت دانشجویی، تعلل‌ورزی تحصیلی است [۶-۹]، که حداکثر ۸۰ تا ۹۵ درصد دانشجویان [۱۰] و حداقل نیمی از آن‌ها را درگیر خود نموده است [۱۱]. تعلل‌ورزی تحصیلی از نگاه Rothblum و Solomon، تعویق در انجام تکالیف، آماده‌شدن برای امتحانات، و ارائه مقالات به دقایق آخر تعریف شده است [۱۲]. Koestner، Senecal، و Vallerand، تعلل‌ورزی تحصیلی را، تأخیر عمدی در تکالیف و

موضوعات تحصیلی [۱۳]، Lay و Schouwenburg، نیز تعلل‌ورزی را تعلل در انجام تکلیفی که نیاز به کامل شدن دارد، تعریف نمودند [۱۴]. Marshevsky، Miligram، Sadeh، و تعلل‌ورزی را مدیریت زمان نامناسب [۱۵]، در نهایت Grunschel، Patrzek، و Fries، Ferrari و Steel، به همراه Park و Sperling، تعلل‌ورزی را شکست در خودتنظیمی تعریف نمودند [۱۶-۱۸]. مطالعاتی که به بررسی علل تعلل‌ورزی پرداخته‌اند عوامل متعددی را در شکل‌گیری رفتاری با عنوان تعلل‌ورزی مؤثر دانسته‌اند، که از آن جمله می‌توان به وجود مشکلات روانی و جسمی، ضعف در مهارت‌های مربوط به مدیریت زمان، خودکارآمدی پایین، نارضایتی از انجام تکالیف، ویژگی‌های شخصیتی (مسئولیت‌پذیری، نپایایی خواهی، وظیفه‌شناسی، روان‌آزردگی)، افکار غیرمنطقی، ترس از شکست، حرمت به خود پایین، اضطراب، منبع کنترل بیرونی، تکانشگری، ضعف در مهارت‌های حل مسئله، بی‌مسئولیتی، بی‌نظمی، و آشفتگی اشاره نمود [۱۹-۲۶]. یکی از مهمترین عواملی که نقش شایانی در تعلل‌ورزی دارد نوع شخصیت فرد

* نویسنده مسئول: نرگس یعقوبی بگلر، مرکز تحقیقات سلامت سالمندان، پژوهشکده علوم جمعیتی غدد و متابولیسم، دانشگاه علوم پزشکی تهران،

تهران، ایران. ایمیل: yaghoobi1197@gmail.com

تعامل این ابعاد شخصیتی تیپ شخصیتی به دست می‌آید هر یک از ما انسان‌ها در یکی از این شانزده تیپ شخصیتی قرار می‌گیریم [۳۸-۴۲]. این پژوهش با هدف تعیین ارتباط بین تیپ‌های شخصیتی مایرز/بریگز با تعلل‌ورزی تحصیلی و تعیین تیپ‌های تعلل‌ورزی تحصیلی در دانشجویان خوابگاهی دانشگاه علوم پزشکی تبریز انجام گردید.

روش کار

روش پژوهش، در مطالعه حاضر، توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان پرستاری، مامایی و پزشکی خوابگاهی دانشگاه علوم پزشکی تبریز، که در نیمسال دوم سال تحصیلی ۹۴-۱۳۹۳، در دانشگاه مشغول به تحصیل بوده و حداقل دو نیم سال از شروع دوره دانشجویی آن‌ها گذشته باشد، است. حجم نمونه با استفاده از فرمول حجم نمونه با سطح اطمینان ۹۵ درصد، اشتباه مجاز با ۸ درصد و حجم جامعه‌ای به وسعت ۵۰۰ نفر، حجم نمونه ۱۵۰ نفر برآورد گردید.

$$n = \frac{(1.96)^2(0.25)^2}{(0.08)^2} = 150$$

با توجه به اینکه اکثریت دانشجویان خوابگاهی، در زمان اجرای پژوهش در خوابگاه حضور نداشتند، برای نمونه‌گیری، از روش دردسترس استفاده شد. لذا محققین پس از تدوین پرسشنامه‌ها، و انجام هماهنگی‌های لازم، به توضیح هدف پژوهش، اصل رازداری و کاربرد صرف پژوهشی در راستای ایجاد انگیزه در جهت تکمیل پرسشنامه‌ها اقدام نمودند، سپس از شرکت‌کنندگان در مطالعه خواسته شد پرسشنامه‌ها را با دقت مطالعه نموده و به همه سؤالات آن پاسخ دهند. و در صورت وجود ابهام در سؤالات از فرد اجراکننده، سؤالات خود را بپرسند. لازم به ذکر است این مطالعه در تابستان ۱۳۹۴ انجام گردیده بود. متغیرهای پژوهش عبارتند از تعلل‌ورزی تحصیلی و تیپ‌های شخصیت مایرز/بریگز. جهت سنجش تعلل‌ورزی تحصیلی از مقیاس تعلل‌ورزی تحصیلی سولومون و راثیلوم (APS) استفاده گردید. این مقیاس، ۲۱ گویه دارد و هر گویه به صورت ۵ گزینه‌ای طراحی شده است. که تعلل‌ورزی تحصیلی را در سه حوزه آماده شدن برای امتحانات (سؤالات ۱ تا ۶)، آماده کردن تکالیف درسی (سؤالات ۷ تا ۱۵) و آماده کردن مقالات پایان نیمسال تحصیلی (سؤالات ۱۶ تا ۲۱)، را مورد بررسی قرار می‌دهد. پاسخ به سؤالات مقیاس، در قالب طیف لیکرت از (هرگز = نمره ۱، تا همیشه = نمره ۵) می‌باشد. در این مقیاس سؤالات ۲، ۴، ۶، ۱۱، ۱۳، ۱۵، ۱۶، ۲۱، ۲۳، و ۲۵ به صورت وارونه نمره‌گذاری می‌شوند. این پرسشنامه توسط جوکار و دلاورپور به فارسی ترجمه شده، برای بررسی روایی از روش تحلیل عاملی و همبستگی گویه با نمره کل استفاده گردید. که نتایج تحلیل عاملی به روش مؤلفه‌های اصلی بیانگر وجود یک عامل کلی در پرسشنامه تعلل‌ورزی بود. همبستگی گویه‌ها با نمره کل پرسشنامه در سطح مطلوب و معنادار بود. ضریب پایایی آن نیز به روش آلفای کرانباخ برابر ۰/۹۱ گزارش گردید [۴۳]. در پژوهش حاضر پایایی مؤلفه‌های پرسشنامه برای هر یک از مؤلفه‌های تأخیر در آماده شده برای امتحان (۰/۴۱)، تأخیر در انجام تکالیف درسی (۰/۵۹)، تأخیر در آماده کردن مقالات درسی (۰/۷۴) و پایایی کل آن (۰/۷۸) برآورد گردید. در سنجش تیپ‌های شخصیت، از پرسشنامه تیپ‌های شخصیت مایرز-بریگز (فرم M) استفاده گردید. این پرسشنامه به

است. شخصیت یک سازه روان‌شناختی است هریک از رویکردهای روان‌شناختی، تعریف متفاوتی از آن ارائه نمودند. از آن‌رو که شخصیت، به صفات یا گرایش‌هایی اطلاق می‌گردد که به تفاوت‌های فردی در رفتار منجر می‌شود و در شرایط و موقعیت‌های گوناگون از ثبات و تداوم برخوردار است و در بسیاری از موقعیت‌های زندگی فردی و اجتماعی، تعیین‌کننده رفتارهای جاری و آتی افراد هستند، در این مطالعه به بررسی نقش شخصیت در تعلل‌ورزی تحصیلی پرداخته شده است. بررسی مطالعات انجام گردیده در حیطه شخصیت و تعلل‌ورزی، نشان می‌دهد در این مطالعات شخصیت تنها از نگاه مدل پنج عاملی Costa و McCrae's، دو عامل برون‌گرایی و روان‌رنجوری Eysenck، مورد بررسی قرار گرفته است. که نتایج آن‌ها بیانگر وجود ارتباط مثبت معنادار بین روان‌رنجوری و برون‌گرایی با تعلل‌ورزی و ارتباط منفی معنادار بین وظیفه‌شناسی و تعلل‌ورزی است. بر مبنای نتایج این مطالعات برون‌گرا و روان‌رنجورها و افرادی که حس وظیفه‌شناسی کمتری دارند، از تعلل‌ورزی بالایی رنج می‌برند [۲۵، ۲۷-۳۷]. تاکنون در هیچ مطالعه‌ای به بررسی تیپ‌های شخصیت تعلل‌ورز از نگاه یونگ/مایرز/بریگز پرداخته نشده است. لذا در این مطالعه به شخصیت، از دیدگاه یونگ/مایرز/بریگز نگریسته شده است. یکی از نظریه‌های مهم و کاربردی در شخصیت، نظریه Jung، است او که در نظریه خود، شخصیت را در قالب ۸ تیپ شخصیتی (سه تیپ دو قطبی) معرفی نموده بود. Briggs و Myers، این نظریه را گسترش دادند، با اضافه نمودن یک تیپ دو قطبی قضاوت‌گرایی/ملاحظه‌گرایی (J/P)، را به ابعاد شخصیتی برون‌گرایی/درون‌گرایی (E/I)، حسی/شمی (S/N)، عقلانی/احساسی (T/F)، در نظریه یونگ، تیپ‌های شخصیتی را از ۸ تیپ در نظریه یونگ به ۱۶ تیپ شخصیتی افزایش دادند و در نهایت شکل کاملتری از تیپ‌شناسی یونگ را ارائه نمودند آن‌ها جهت سنجش شخصیت و تعیین تیپ شخصیتی، سیاهه تیپ‌شناسی خود را تدوین نمودند. در حال حاضر نظریه مایرز/بریگز، از مشهورترین و پرکاربردترین نظریه‌های مطرح شده در قرن اخیر در ارتباط با شخصیت است. در توضیح این تیپ‌های شخصیتی می‌توان گفت که، تیپ‌های شخصیتی درون‌گرایی/برون‌گرایی (E/I)، معمولاً نشان می‌دهند که افراد ترجیح می‌دهند توجه خود را به کجا معطوف کنند و این‌که چه چیزی به آن‌ها انرژی می‌دهد. درون‌گراها انرژی خود را از درون خود تأمین می‌کنند و برون‌گراها انرژی خود را از دنیای بیرون از خود دریافت می‌کنند. تیپ‌های شخصیتی حسی/شمی (S/N)، مشخص‌کننده نحوه ادراک اطلاعات است حسی‌ها به اطلاعات دریافتی از حواس پنجگانه توجه دارند برای آنها آنچه هست و آنچه بوده است اهمیت دارد. شمی‌ها از حس ششم خود کمک می‌گیرند و در واقع به آنچه ممکن است باشد یا بشود توجه دارند. تیپ‌های شخصیتی عقلانی/احساسی (T/F)، بیانگر نحوه ارزیابی اطلاعات و تصمیم‌گیری افراد است. کسانی که احساسی بودن را ترجیح می‌دهند تصمیمات خود را با توجه به ارزش‌های شخصی می‌گیرند. کسانی که عقلانی بودن را ترجیح می‌دهند، تصمیمات خود را به شکل منطقی و عینی می‌گیرند. و تیپ‌های قضاوت‌گرا/ملاحظه‌گرا (J/P)، به جهت گیری ما در شکل زندگی مربوط می‌شوند. ملاحظه‌گراها دوست دارند زندگی خود به خود و انعطاف پذیر داشته باشند. افرادی که در طرف دیگر این تیپ قرار می‌گیرند، دوست دارند به شکلی سازمان یافته و برنامه ریزی شده زندگی کنند. از ترکیب و

سنجش تیپ‌های شخصیت براساس نظریه یونگ می‌پردازد و توسط مایرز و بریگز، ساخته شده است. چهار تیپ شخصیتی دو قطبی (برون‌گرایی - درون‌گرایی، حسی - شمی، عقلانی - احساسی، قضاوت‌گرا - ملاحظه‌گرا) را در مقیاس پیوسته مورد بررسی قرار می‌دهد که در نهایت شانزده تیپ شخصیتی را ارائه می‌دهد. این پرسشنامه ۹۳ سؤال دارد که در ۴ بخش تنظیم گردیده است. در بخش اول و سوم آزمودنی نزدیکترین گزینه که وضعیت غالب را در او نشان می‌دهد و در بخش‌های دوم و چهارم، آزمودنی، گزینه‌ای را که بیشتر می‌پسندد از نظر معنا و مفهوم، به عنوان گزینه جواب بدون در نظر گرفتن وضعیت خود در پاسخنامه مشخص می‌نماید. نمره‌گذاری به صورت یک (گزینه کلید) و صفر (گزینه غیرکلید) انجام می‌گردد. گزینه کلید به نفع تیپ‌های برون‌گرا، حسی، عقلانی و قضاوت‌گرا تنظیم گردیده است. در ضمن در هیچ کدام از پاسخ‌ها غلط نمی‌باشد بلکه جنبه‌ای از شخصیت فرد را نشان می‌دهد [۴۰]. یعقوبی در پایان‌نامه کارشناسی ارشد خود فرم اصلی پرسشنامه را از کمپانی CPP، تهیه و اجازه ترجمه و اعتباریابی آن را توسط یکی از دانش‌آموختگان رشته مشاوره در مقطع دکتری دانشگاه نورتریج آمریکا دریافت نمود. پرسشنامه توسط تیمی از دانشجویان کارشناسی ارشد رشته‌های مترجمی زبان انگلیسی و آموزش زبان انگلیسی به زبان فارسی ترجمه، سپس ترجمه آماده شده توسط دو تن از اساتید رشته روانشناسی و دو نفر از دانشجویان کارشناسی ارشد رشته روانسنجی ویرایش گردید. سپس ترجمه آماده شده توسط دو نفر از فارغ‌التحصیلان ایرانی دانشگاه نورتریج آمریکا به زبان انگلیسی ترجمه گردید و در نهایت ترجمه انگلیسی آماده شده با متن اصلی پرسشنامه تطبیق داده شد. و نسخه نهایی در دامنه زمانی ۴ ماه آماده گردید. سپس جهت بررسی روایی صوری و بررسی وجود ابهام در سؤالات، به تعداد ۵۰ نسخه از پرسشنامه تکثیر و بر روی نمونه‌ای از جامعه هدف اجرا گردید. و ابهامات موجود برطرف گردید. روایی محتوا پرسشنامه نیز توسط ۵ نفر از دانشجویان دکتری و کارشناسی ارشد روان‌شناسی و روانسنجی مورد تأیید قرار گرفت. سپس براساس نظریه کلاسیک و نظریه سؤال/پاسخ، ویژگی‌های روانسنجی سؤالات مورد بررسی قرار گرفت و در نظریه کلاسیک، پایایی، روایی سازه به روش تحلیل عاملی اکتشافی و تاییدی انجام گرفت و در نظریه سؤال/پاسخ، برازش مدلهای یک، دو و سه پارامتری مورد بررسی قرار گرفت و در نهایت مدل سه پارامتری به بهترین وجه عامل‌های پرسشنامه را برآورد نمود [۴۰]. از آنجا که در مطالعه حاضر از فرم کوتاه این سیاهه، استفاده شده است لازم به ذکر است یعقوبی در بخش دیگری از رساله کارشناسی ارشد خود اقدام به تدوین فرم کوتاه این پرسشنامه با بارعاملی حداقل ۰/۴۰، نمود. فرم کوتاه این پرسشنامه ۲۸ گویه دارد که ۸ گویه برای مقیاس برون‌گرایی/درون‌گرایی (E-I:

Extraversion-Introversion)، ۵ گویه برای مقیاس حسی/شمی (S-N: Sensing-Intuition)، ۷ گویه برای مقیاس عقلانی/احساسی (T-F: Thinking-Feeling)، ۸ گویه برای مقیاس قضاوت‌گرایی/ملاحظه‌گرایی (J-P: Judging-Perceiving) است. پایایی هر یک از مقیاس‌ها در فرم بلند مطالعه یعقوبی در دامنه‌ای از ۰/۴۵ تا ۰/۷۸ و در فرم کوتاه مطالعه یعقوبی در دامنه‌ای از ۰/۶۶ تا ۰/۸۹ برآورد گردید [۳۲]. پایایی خرده‌مقیاس‌های برون‌گرایی/درون‌گرایی (E-I)، حسی/شمی (S-N)، عقلانی/احساسی (T-F)، و قضاوت‌گرایی/ملاحظه‌گرایی (J-P)، در مطالعه حاضر با روش آلفای کرونباخ به ترتیب با ۰/۶۰۴، ۰/۵۴۳، ۰/۶۰۲، و ۰/۶۹۷، برآورد گردید. تجزیه و تحلیل یافته‌ها، با استفاده از نسخه ۱۹ نرم‌افزار SPSS صورت و با روش‌های آمار توصیفی (فراوانی و درصد، میانگین و انحراف معیار) و آمار استنباطی (تحلیل رگرسیون چندگانه، جهت بررسی پیش‌بینی‌پذیری تعلق‌ورزی تحصیلی از روی تیپ‌های شخصیت دو قطبی و ترکیبی نظریه مایرز/بریگز) انجام شد. لازم به ذکر متغیرهای تیپ‌های شخصیتی ترکیبی به صورت کدگذاری ساختگی (Dummy Coding)، با روش ورود گام به گام وارد تحلیل رگرسیون شدند.

یافته‌ها

مطالعه حاضر نشان می‌دهد تمام دانشجویان شرکت‌کننده در مطالعه، به سؤالات پرسشنامه به طور کامل پاسخ داده‌اند، اما پاسخ‌های ۸/۷ درصد (۱۳ نفر) به دلیل بی‌ارتباط بودن و داشتن فاصله زیاد با میانگین، از تحلیل حذف گردید و در نهایت پاسخ‌های ۹۱/۳ درصد (۱۳۷ نفر)، مشمول تحلیل قرار گرفت. دانشجویان در دامنه سنی ۱۸ تا ۴۲ سال با میانگین (۲۴/۳۱)، و انحراف معیار (۵/۳۳) هستند. جدول ۱، شاخص‌های توصیفی متغیر تعلق‌ورزی تحصیلی و ابعاد آن را نشان می‌دهد.

جدول ۲، توزیع نمونه پژوهش را براساس تیپ‌های شخصیتی دو قطبی و ترکیبی نظریه مایرز/بریگز نشان می‌دهد. که بر طبق جدول فوق، ۶۴/۲ درصد برون‌گرا، ۵۰/۴ درصد حسی، ۷۵/۹ درصد عقلانی تصمیم می‌گیرند، ۷۸/۸ درصد تیپ شخصیتی قضاوت‌کننده دارند. ۳۲/۱ درصد برون‌گرای شمی، ۴۷/۴ درصد برون‌گرای عقلانی، ۴۸/۹ درصد برون‌گرای قضاوت‌گرا، ۴۳/۱ درصد شمی عقلانی، ۴۴/۵ درصد شمی قضاوت‌گرا، و ۶۳/۵ درصد عقلانی قضاوت‌گرا هستند.

جدول ۳، تحلیل رگرسیون چندگانه تعلق‌ورزی تحصیلی و ابعاد آن از روی تیپ‌های شخصیتی دو قطبی نظریه مایرز/بریگز (برون‌گرایی/درون‌گرایی، حسی/شمی، عقلانی/احساسی، قضاوت‌گرا و ملاحظه‌گرا)، را نشان می‌دهد.

جدول ۱: شاخص‌های توصیفی متغیرهای پیوسته مورد مطالعه

متغیر	میانگین	انحراف معیار	خطای معیار میانگین
تعلل در آماده شدن برای امتحانات	۱۶/۵۵۴	۳/۵۱۸	۰/۳۰۰۶
تعلل در انجام تکالیف درسی	۲۰/۸۸۳	۵/۳۶۰	۰/۴۵۷
تعلل در انجام مقالات درسی	۱۸/۲۱۹	۵/۴۳۳۲	۰/۴۶۴
نمره کل تعلق‌ورزی تحصیلی	۵۵/۶۵۶	۱۰/۹۳۸	۰/۹۳۴

جدول ۲: توزیع نمونه پژوهش در تیپ‌های شخصیتی دوقطبی و ترکیبی نظریه مایرز/بریگز

تیپ‌های شخصیتی دوقطبی و ترکیبی نظریه مایرز/بریگز			
حسی/اشمی (S/N)	برون‌گرایی/درون‌گرایی (E/I)		
شمی (N)	درون‌گرایی (I)	حسی (S)	برون‌گرایی (E)
۶۸ (%۴۹/۶)	۴۹ (%۳۵/۸)	۶۹ (%۵۰/۴)	۸۸ (%۶۴/۲)
ملاحظه‌گرایی/ملاحظه‌گرایی (J/P)	عقلانی/احساسی (T/F)		
ملاحظه‌گرایی (P)	احساسی (F)	قضاوت‌گرایی (J)	عقلانی (T)
۲۹ (%۲۱/۲)	۳۳ (%۲۴/۱)	۱۰۸ (%۷۸/۸)	۱۰۴ (%۷۵/۹)
برون‌گرایی/درون‌گرایی با حسی/اشمی			
درون‌گرایی شمی (IN)	برون‌گرایی شمی (EN)	درون‌گرایی حسی (IS)	برون‌گرایی حسی (ES)
۲۳ (%۱۶/۸)	۴۴ (%۳۲/۱)	۲۷ (%۱۹/۷)	۴۳ (%۳۱/۴)
برون‌گرایی/درون‌گرایی با عقلانی/احساسی			
درون‌گرایی احساسی (IF)	برون‌گرایی احساسی (EF)	درون‌گرایی عقلانی (IT)	برون‌گرایی عقلانی (ET)
۱۰ (%۷/۳)	۲۳ (%۱۶/۸)	۳۹ (%۲۸/۵)	۶۵ (%۴۷/۴)
برون‌گرایی/درون‌گرایی با قضاوت‌گرایی/ملاحظه‌گرایی			
درون‌گرایی ملاحظه‌گرایی (IP)	برون‌گرایی ملاحظه‌گرایی (EP)	درون‌گرایی قضاوت‌گرایی (IJ)	برون‌گرایی قضاوت‌گرایی (EJ)
۱۰ (%۷/۳)	۲۱ (%۱۵/۳)	۳۹ (%۲۸/۵)	۶۷ (%۴۸/۹)
حسی/اشمی با عقلانی/احساسی			
شمی احساسی (NF)	حسی احساسی (SF)	شمی عقلانی (NT)	حسی عقلانی (ST)
۹ (%۶/۶)	۲۴ (%۱۷/۵)	۵۹ (%۴۳/۱)	۴۵ (%۳۲/۸)
حسی/اشمی با قضاوت‌گرایی/ملاحظه‌گرایی			
شمی ملاحظه‌گرایی (NP)	حسی ملاحظه‌گرایی (SP)	شمی قضاوت‌گرایی (NJ)	حسی قضاوت‌گرایی (SJ)
۷ (%۵/۱)	۲۲ (%۱۶/۱)	۶۱ (%۴۴/۵)	۴۷ (%۴۳/۳)
عقلانی/احساسی با قضاوت‌گرایی/ملاحظه‌گرایی			
احساسی ملاحظه‌گرایی (FP)	عقلانی ملاحظه‌گرایی (TP)	احساسی قضاوت‌گرایی (FJ)	عقلانی قضاوت‌گرایی (TJ)
۱۲ (%۸/۸)	۱۷ (%۱۲/۴)	۲۱ (%۱۵/۳)	۸۷ (%۶۳/۵)

جدول ۳: نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه به روش ورود گام به گام (پیش‌بینی تعلل‌ورزی تحصیلی و ابعاد آن براساس تیپ‌های شخصیتی دوقطبی)

متغیر ملاک	متغیر پیش‌بین	R	R ²	Beta	t	P
تعلل در انجام تکالیف درسی	حسی	۰/۲۱۶	۰/۰۴۷	۰/۲۱۶	۲/۵۷۲	۰/۰۱۱*
نمره کل تعلل‌ورزی	حسی	۰/۱۸۲	۰/۰۳۳	۰/۱۸۲	۲/۱۴	۰/۰۳۴*

جدول ۴: نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه به روش ورود گام به گام (پیش‌بینی تعلل‌ورزی تحصیلی و ابعاد آن براساس تیپ‌های شخصیتی ترکیبی)

متغیر ملاک	متغیر پیش‌بین	R	R ²	Beta	t	P
تعلل در آماده شدن برای امتحانات	برون‌گرایی حسی	۰/۱۷۳	۰/۰۳۰	۰/۱۷۳	۲/۴۱	۰/۰۴۳*
تعلل در انجام تکالیف درسی	حسی عقلانی	۰/۲۳۱	۰/۰۵۳	-۰/۲۳۱	۲/۰۴۲	۰/۰۰۷**
تعلل در ارائه مقالات درسی	شمی قضاوت‌گرایی	۰/۱۷۰	۰/۰۲۹	۰/۱۷۰	-۲/۷۵۴	۰/۰۴۷*
نمره کل تعلل‌ورزی تحصیلی	برون‌گرایی حسی	۰/۲۰۳	۰/۰۴	۰/۲۰۳	۲/۰۰۷	۰/۰۱۷*

تحصیلی و ابعاد آن از روی متغیرهای مستقل تیپ‌های ترکیبی شخصیت نظریه مایرز/بریگز نشان می‌دهد.

بر مبنای نتایج استخراجی، از میان تیپ‌های ترکیبی، برون‌گرایی حسی، (ES: Extravert Sensing)/برون‌گرایی شمی، (EN: Extravert Intuition)/درون‌گرایی حسی، (IS: Introvert Sensing)/درون‌گرایی شمی، (IN: Introvert Intuition)/برون‌گرایی عقلانی، (ET: Extravert Thinking)/برون‌گرایی احساسی، (EF: Extravert Feeling)/درون‌گرایی عقلانی، (IT: Introvert Thinking)/درون‌گرایی احساسی، (IF: Introvert Feeling)/برون‌گرایی قضاوت‌گرایی، (EJ: Extravert Feeling)

بر طبق نتایج حاصله از میان تیپ‌های دوقطبی شخصیت، تنها تیپ شخصیتی حسی، ۴ درصد واریانس تعلل در انجام تکالیف درسی و ۳ درصد واریانس نمره کل تعلل‌ورزی تحصیلی را تبیین نمود. در ضمن این تیپ شخصیت در پیش‌بینی تعلل در انجام تکالیف درسی با $P = ۰/۰۱۱$ ، $\beta = ۰/۲۱۶$ ، و در پیش‌بینی نمره کل تعلل‌ورزی تحصیلی با $P = ۰/۰۳۴$ ، $\beta = ۰/۱۸۲$ ، در سطح ۹۵ درصد اطمینان، معنادار ظاهر گردید. در ضمن نتایج تحلیل رگرسیون برای سایر ابعاد تعلل‌ورزی تحصیلی معنادار نبود. جدول ۴، بیانگر نتایج حاصله از تحلیل رگرسیون چندگانه به روش گام به گام با کدگذاری ساختگی در متغیر وابسته تعلل‌ورزی

تیپ‌شخصیتی حسی با تعلل‌ورزی تحصیلی و سهم آن در تبیین واریانس تعلل‌ورزی، از جمله مهمترین یافته‌های مطالعه حاضر است که در تبیین آن، می‌توان بیان نمود که افراد با تیپ شخصیتی حسی (S)، اغلب از انجام تکالیف نظری اجتناب می‌کنند، گاهی اوقات زمان زیادی را صرف جزئیات می‌کنند، بر انجام کارها به روش و سبک خود تاکید دارند حتی اگر روش آن‌ها ناکارآمد باشد [۲۵].

تیپ شخصیتی حسی عقلانی (ST)، که از کنار هم قرار گرفتن ویژگی‌های تیپ شخصیتی حسی با تیپ شخصیتی عقلانی شکل می‌گیرد، از جمله تیپ‌های شخصیتی تعلل‌ورز در جهت آماده‌شدن برای امتحانات است. افراد با تیپ عقلانی، تمایل دارند برنامه‌ریزی کارها را، بر طبق الویتی که از نظر اهمیت امور، احساس می‌کنند، انجام دهند حتی اگر برای آن‌ها ناخوشایند باشد و بخاطر همین مساله ممکن است آن‌ها را در فعالیتهای آرام‌بخش مشاهده نکنیم. برخورداری از این ویژگی‌ها و ترکیب آن با ویژگی‌های تیپ حسی، در صورتی که بالاتر از میانگین و به طور قابل توجهی چشم‌گیر باشد پیش‌بینی‌کننده تعلل‌ورزی در جهت آماده شدن برای امتحانات می‌باشد این افراد که در ابتدای مطالعه سعی می‌کنند طبق برنامه مطالعه خود را انجام دهند، همه مطالب خوشایند یا ناخوشایند را با توجه به اهمیت آن‌ها مطالعه کنند از آنجا که مطالعه را با تمرکز بر روی جزئیات و صرف وقت زیاد انجام می‌دهند ممکن است بخشی از مطالعه را به صورت کامل انجام دهند اما به خاطر از دست دادن زمان زیاد، بخش عمده مطالبی که باید برای امتحانات خود آماده می‌کردند را نتوانند کامل مطالعه نمایند و خود را به سطح آمادگی برسانند. ازجمله تیپ‌های شخصیتی تعلل‌ورز، تیپ شخصیتی شمی ملاحظه‌گرا (NP)، است که از ترکیب شمی بودن و ملاحظه‌گرایی به وجود می‌آید، بررسی‌های متعدد در زمینه مدیریت زمان نشان می‌دهد این تیپ شخصیتی مهمترین تیپ شخصیتی تعلل‌ورز است که این را می‌توان به داشتن ویژگی‌های شخصیتی خاص این نوع تیپ شخصیتی استناد داد این افراد معمولاً به الهام و حرف دلشان احترام می‌گذارند، به تصور و تخیل بها می‌دهند، به آینده توجه دارند. دوست دارند مهارت‌های جدید را بیاموزند اما وقتی تسلط پیدا نمودند خسته می‌شوند، از بازگذاشتن و نیمه کاره‌کردن امور خوشحال می‌شوند، به بازی توجه دارند، معتقدند اول تفریح و لذت بعد انجام کار، با توجه به دریافت اطلاعات جدید هدفپاشان را تغییر می‌دهند، زمان را منبعی تجدیدشدنی می‌دانند و ضرب الاجل‌ها را انعطاف‌پذیر می‌دانند [۳۸-۴۲]. Karatas، نشان داد برون‌گرایی (E)، یکی از علت‌های احتمالی و پیچیده تعلل‌ورزی است. برون‌گراها (E)، معمولاً به عنوان افرادی اجتماعی، خوش‌بین، پرنرژی، تکانشگر و هیجانی توصیف می‌شوند [۳۱]. تکانشگری برون‌گراها (E)، با تمایل به عمل براساس هوی و هوس خود را نشان می‌دهد به طوری که این افراد معمولاً بر اهداف لحظه‌ای متمرکز می‌شوند و غالباً دنبال ارضای فوری نیازها و نادیده‌گرفتن مسوولیت‌های طولانی‌مدت هستند لذا افراد برون‌گرایی (E)، که شدت تکانشگری آن‌ها بالا می‌باشد [۳۳-۳۶]، و از ویژگی‌های تیپ شخصیتی حسی (S)، مانند جزئی‌نگر بودن و صرف وقت فراوان بر روی جزئیات برخوردار می‌باشند، مستعد تعلل‌ورزی تحصیلی به طور کلی و تعلل‌ورزی در ارائه مقالات درسی هستند. Williams، Freeman، Cox-Fuenzalida، Aremu، Steel، در مطالعه خود نشان دادند

(Judging) برون‌گرایی ملاحظه‌گرا، (EP: Extravert Perceiving) درون‌گرا قضاوت‌نگر، (IJ: Introvert Judging) درون‌گرایی ملاحظه‌گرا، (IP: Introvert Perceiving)؛ حسی عقلانی، (ST: Sensing Thinking)؛ حسی احساسی، (SF: Sensing Feeling)؛ شمی عقلانی، (NT: Intuition Thinking)؛ شمی احساسی، (NF: Intuition Feeling)؛ حسی قضاوت‌گرا، (SJ: Sensing Judging)؛ حسی ملاحظه‌گرا، (SP: Sensing Perceiving)؛ شمی قضاوت‌گرا، (NJ: Intuition Judging)؛ شمی ملاحظه‌گرا، (NP: Intuition Perceiving)؛ عقلانی قضاوت‌گرا، (TJ: Thinking Judging)؛ عقلانی ملاحظه‌گرا، (TP: Thinking Perceiving)؛ احساسی قضاوت‌گرا، (FJ: Feeling Judging)؛ احساسی ملاحظه‌گرا، (FP: Perceiving)؛ تیپ برون‌گرایی حسی، ۳ درصد واریانس تعلل در آماده شدن برای امتحانات؛ تیپ حسی عقلانی، ۵ درصد واریانس تعلل در انجام تکالیف درسی؛ ۲ درصد واریانس تعلل در ارائه مقالات درسی؛ در نهایت تیپ برون‌گرایی حسی ۴ درصد واریانس نمره کل تعلل‌ورزی تحصیلی را تبیین می‌نمایند. تحلیل رگرسیون چندگانه، همچنین نشان می‌دهد که تیپ برون‌گرایی حسی، در پیش‌بینی تعلل در آماده‌شدن برای امتحانات، با $P = 0.043$ ، $\beta = 0.173$ ؛ تیپ حسی عقلانی، در پیش‌بینی تعلل در انجام تکالیف درسی، با $P = 0.007$ ، $\beta = -0.231$ ؛ تیپ شمی قضاوت‌گرا، با $P = 0.047$ ، $\beta = 0.170$ ؛ و در نهایت تیپ برون‌گرایی حسی، در پیش‌بینی نمره کل تعلل‌ورزی تحصیلی، با $P = 0.017$ ، $\beta = 0.203$ ، در سطح اطمینان ۹۵ درصد معنادار هستند.

بحث

این پژوهش با هدف بررسی روابط بین تیپ‌های شخصیتی مایرز/بریگز با تعلل‌ورزی تحصیلی و ابعاد آن انجام گردید. تحلیل رگرسیون چندگانه به روش گام به گام نشان داد از تیپ‌های دو قطبی شخصیت (برون‌گرایی/درون‌گرایی، (E-I)؛ حسی/شمی، (S-N)؛ عقلانی/احساسی، (T-F)؛ قضاوت‌گرا/ملاحظه‌گرا، (J-P)، فقط تیپ شخصیتی حسی قادر به پیش‌بینی تعلل در انجام تکالیف درسی و تعلل‌ورزی به طور کلی می‌باشد. در ضمن تحلیل رگرسیون چندگانه به روش گام به گام با کدگذاری ساختگی نشان داد از میان تیپ‌های ترکیبی شخصیت؛ تیپ‌شخصیتی حسی عقلانی (ST)، قادر به پیش‌بینی تعلل در آماده‌سازی برای امتحانات، تیپ شخصیتی شمی قضاوت‌گرا (NJ)، قادر به پیش‌بینی تعلل در انجام تکالیف درسی، تیپ شخصیتی برون‌گرایی حسی (ES)، قادر به پیش‌بینی تعلل در ارائه مقالات درسی و تعلل‌ورزی تحصیلی به طور کلی، می‌باشد. مرور مطالعات انجام شده در حیطه شخصیت و تعلل‌ورزی تحصیلی نشان داد که در اکثریت مطالعات انجام گردیده در این حیطه، شخصیت براساس ابزارهای دیگری چون آزمون شخصیت آیزنک، آزمون پنج عاملی نئو مورد سنجش قرار گرفته است. و در هیچ یک از مطالعات انجام شده در ارتباط شخصیت با تعلل‌ورزی تحصیلی، از پرسشنامه شخصیتی مایرز/بریگز استفاده نگردیده لذا در جهت تبیین و استناد نتایج مطالعه حاضر محققین به مطالعه پژوهشی انجام‌گردیده در این زمینه دسترسی نداشته و صرفاً بر مبنای بحث نظری به استناددهی می‌پردازند. رابطه

خوابگاهی در زمان انجام پژوهش، اشاره نمود. امید است این محدودیت‌ها در مطالعات سایر پژوهشگران برطرف گردد. تا به تعمیم‌پذیری بهتر یافته‌ها منجر گردد. این مطالعه در کنار محدودیت‌های خود، از نظر موضوع بدیع بوده، چرا که بررسی مطالعات انجام گردیده با کلیدواژه‌های شخصیت، تیپ‌شخصیتی، به همراه تعلل‌ورزی، تعلل‌ورزی تحصیلی، اهمال‌کاری و اهمال‌کاری تحصیلی، نشان می‌دهد در همه این مطالعات در سنجش شخصیت، صفات شخصیتی مطرح شده در نظریه آیزنک و یا پنج عامل نئو مورد بررسی قرار گرفته بود و تیپ‌های شخصیتی مایرز/بریگز در این ارتباط بررسی نگردیده لذا در مطالعه حاضر برای اولین بار تیپ‌های شخصیتی تعلل‌ورز تحصیلی مشخص گردیده‌اند. لذا نتایج این مطالعه می‌تواند به گسترش دامنه علمی در این زمینه کمک نماید.

سپاسگزاری

نویسندگان مقاله بر خود فرض می‌دانند از مسولین دانشگاه علوم پزشکی تبریز، اداره امور خوابگاه‌های دانشگاه علوم پزشکی تبریز، و دانشجویان عزیز این دانشگاه که در انجام این پژوهش ما را یاری نمودند، تشکر و قدردانی نمایند. بی‌شک بدوم همراهی این عزیزان، انجام این امر، امکان‌پذیر نبود.

تعلل‌ورزی در انجام کارها با برون‌گرایی ارتباط معنادار مستقیمی دارد [۳۶-۳۳]، و نتایج مطالعه حاضر را تأیید می‌نماید. در بحث علل تعلل‌ورزی برون‌گراها از عمده‌ترین دلایلی که برون‌گراها می‌توان گفت که برون‌گراها، برای انجام کارهای خود، زمان کمتر از حد معمول را تخمین می‌زنند. در ضمن نتایج این مطالعه با یافته Rahmani, Hamedی و Zarei [۳۲]، ناهمسو است.

نتیجه‌گیری

مطالعه حاضر توانسته است اطلاعاتی در زمینه تیپ‌های شخصیتی و تعلل‌ورزی تحصیلی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی تبریز فراهم نماید. می‌توان نتیجه گرفت که شناخت تیپ‌های شخصیتی و ویژگی‌های هر تیپ شخصیتی و تأثیر آن در بروز رفتارها، شیوه‌های یادگیری و انجام امور در زندگی روزمره و بخصوص در امر تحصیل، به مسئولین آموزشی و مشاورین تحصیلی کمک می‌نماید که تیپ‌های تعلل‌ورز مورد شناسایی قرار گیرند و در پیشگیری از تعلل‌ورزی تحصیلی اقدامی جدی به عمل آید. در هر پژوهش، یک سری محدودیت وجود دارد که می‌تواند بر فرآیند آن، تأثیرگذار باشد. متأسفانه رفع بعضی از آن‌ها خارج از عهده محققان می‌باشد. از جمله محدودیت‌های موجود در مطالعه حاضر، به محدودیت دسترسی به نمونه پژوهش با توجه به زمان پژوهش (فصل تابستان)، عدم حضور اکثریت دانشجویان

References

- Milgram N, Mey-Tal G, Levison Y. Procrastination, generalized or specific, in college students and their parents. *Pers Individ Differ*. 1998;25(2):297-316. DOI: 10.1016/s0191-8869(98)00044-0
- Michinov N, Brunot S, Le Bohec O, Juhel J, Delaval M. Procrastination, participation, and performance in online learning environments. *Comput Educ*. 2011;56(1):243-52. DOI: 10.1016/j.compedu.2010.07.025
- Steel P. The nature of procrastination: a meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychol Bull*. 2007;133(1):65-94. DOI: 10.1037/0033-2909.133.1.65 PMID: 17201571
- Moon SM, Illingworth AJ. Exploring the dynamic nature of procrastination: A latent growth curve analysis of academic procrastination. *Pers Individ Differ*. 2005;38(2):297-309. DOI: 10.1016/j.paid.2004.04.009
- Glick DM, Orsillo SM. An investigation of the efficacy of acceptance-based behavioral therapy for academic procrastination. *J Exp Psychol Gen*. 2015;144(2):400-9. DOI: 10.1037/xge0000050 PMID: 25688905
- Khan MJ, Arif H, Noor SS, Muneer S. Academic procrastination among male and female university and college students. *FWU J Soc Sci*. 2014;8(2):65.
- Balkis M, Duru E. Prevalence of academic procrastination behavior among preservice teachers, and its relationships with demographics and individual preferences. *J Theory Pract Educ*. 2009;5(1):18-32.
- Kağan M, Çakır O, İlhan T, Kandemir M. The explanation of the academic procrastination behaviour of university students with perfectionism, obsessive – compulsive and five factor personality traits. *Proc Soc Behav Sci*. 2010;2(2):2121-5. DOI: 10.1016/j.sbspro.2010.03.292
- Hussain I, Sultan S. Analysis of procrastination among university students. *Proc Soc Behav Sci*. 2010;5:1897-904. DOI: 10.1016/j.sbspro.2010.07.385
- O'Brien W. Applying the trans-theoretical model to academic procrastination. USA: University of Houston; 2002.
- Ozer BU, Demir A, Ferrari JR. Exploring academic procrastination among Turkish students: possible gender differences in prevalence and reasons. *J Soc Psychol*. 2009;149(2):241-57. DOI: 10.3200/SOCP.149.2.241-257 PMID: 19425360
- Solomon LJ, Rothblum ED. Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *J Counsel Psychol*. 1984;31(4):503-9. DOI: 10.1037/0022-0167.31.4.503
- Senécal C, Koestner R, Vallerand RJ. Self-Regulation and Academic Procrastination. *J Soc Psychol*. 1995;135(5):607-19. DOI: 10.1080/00224545.1995.9712234
- Schouwenburg HC, Lay CH. Trait procrastination and the Big-five factors of personality. *Pers Individ Differ*. 1995;18(4):481-90. DOI: 10.1016/0191-8869(94)00176-s
- Milgram N, Marshevsky S, Sadeh C. Correlates of academic procrastination: discomfort, task aversiveness, and task capability. *J Psychol*. 1995;129(2):145-55. DOI: 10.1080/00223980.1995.9914954 PMID: 7760291
- Grunschel C, Patrzek J, Fries S. Exploring reasons and consequences of academic procrastination: an interview study. *Eur J Psychol Educ*. 2012;28(3):841-61. DOI: 10.1007/s10212-012-0143-4
- Steel P, Ferrari J. Sex, Education and Procrastination: An Epidemiological Study of Procrastinators' Characteristics from a Global Sample. *Eur J Pers*. 2013;27(1):51-8. DOI: 10.1002/per.1851
- Park SW, Sperling RA. Academic Procrastinators and Their Self-Regulation. *Psychology*. 2012;03(01):12-23. DOI: 10.4236/psych.2012.31003
- Abbasi IS, Alghamdi NG. The Prevalence, Predictors, Causes, Treatment, and Implications of Procrastination Behaviors in General, Academic, and Work Setting. *Int J Psychol Stud*. 2015;7(1):59.
- Rice KG, Richardson CM, Clark D. Perfectionism, procrastination, and psychological distress. *J Couns Psychol*. 2012;59(2):288-302. DOI: 10.1037/a0026643 PMID: 22352949
- Seo EH. Cramming, Active Procrastination, and Academic Achievement. *Soc Behav Pers Int J*. 2012;40(8):1333-40. DOI: 10.2224/sbp.2012.40.8.1333
- Howell AJ, Watson DC. Procrastination: Associations with achievement goal orientation and learning strategies. *Pers*

- Individ Differ. 2007;43(1):167-78. DOI: [10.1016/j.paid.2006.11.017](https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.11.017)
23. Ferrari J, Driscoll M, Díaz-Morales J. Examine the Self of Chronic Procrastinators: Actual, Ought and Undesired Attributes. *Pers Individ Differ*. 2007;5(2):115-23.
24. Alexander ES, Onwuegbuzie AJ. Academic procrastination and the role of hope as a coping strategy. *Pers Individ Differ*. 2007;42(7):1301-10. DOI: [10.1016/j.paid.2006.10.008](https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.10.008)
25. Lee D-g, Kelly KR, Edwards JK. A closer look at the relationships among trait procrastination, neuroticism, and conscientiousness. *Pers Individ Differ*. 2006;40(1):27-37. DOI: [10.1016/j.paid.2005.05.010](https://doi.org/10.1016/j.paid.2005.05.010)
26. Beck BL, Koons SR, Milgrim DL. Correlates and consequences of behavioral procrastination: The effects of academic procrastination, self-consciousness, self-esteem and self-handicapping. *J Soc Behav Pers*. 2000;15(5):3.
27. Lai CS, bin Ahmad Badayai AR, Chandrasekaran K, Lee SY, Kulasingam R. An exploratory study on personality traits and procrastination among university students. *Am J Appl Psychol*. 2015;4(3-1):21-6.
28. Bulut R. Investigation into the Academic Procrastination of Teacher Candidates' Social Studies with Regard to their Personality Traits1. *Proc Soc Behav Sci*. 2015;174:2270-7.
29. Wolters CA, Hussain M. Investigating grit and its relations with college students' self-regulated learning and academic achievement. *Metacogn Learn*. 2014;10(3):293-311. DOI: [10.1007/s11409-014-9128-9](https://doi.org/10.1007/s11409-014-9128-9)
30. Alexandrova GG. Academic Procrastination of Students from the Standpoint of the Subject-Activity Approach. *Mediterr J Soc Sci*. 2015;6(3 S1):113.
31. Karatas H. Correlation among academic procrastination, personality traits, and academic achievement. *Anthropologist*. 2015;20(1):2.
32. Rahmani N, Zarei S, Hamed B. Self-efficacy, perfectionism and personality traits as predictors of academic procrastination among university students. *J Appl Environ Biol Sci*. 2014;4(8):265-71.
33. Freeman EK, Cox-Fuenzalida L-E, Stoltenberg I. Extraversion and Arousal Procrastination: Waiting for the Kicks. *Curr Psychol*. 2011;30(4):375-82. DOI: [10.1007/s12144-011-9123-0](https://doi.org/10.1007/s12144-011-9123-0)
34. Aremu A, Williams T, Adesina F. Influence of academic procrastination and personality types on academic achievement and efficacy of in-school adolescents in Ibadan. *IFE Psychol Int J*. 2011;19(1):93-113.
35. Poropat AE. A meta-analysis of the five-factor model of personality and academic performance. *Psychol Bull*. 2009;135(2):322-38. DOI: [10.1037/a0014996](https://doi.org/10.1037/a0014996) PMID: [19254083](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19254083/)
36. Steel P, Brothen T, Wambach C. Procrastination and personality, performance, and mood. *Pers Individ Differ*. 2001;30(1):95-106. DOI: [10.1016/s0191-8869\(00\)00013-1](https://doi.org/10.1016/s0191-8869(00)00013-1)
37. Milgram N, Tenne R. Personality correlates of decisional and task avoidant procrastination. *Eur J Pers*. 2000;14(2):141-56. DOI: [10.1002/\(sici\)1099-0984\(200003/04\)14:2<141::aid-per369>3.0.co;2-v](https://doi.org/10.1002/(sici)1099-0984(200003/04)14:2<141::aid-per369>3.0.co;2-v)
38. Gardner WL, Martinko MJ. Using the Myers-Briggs Type Indicator to study managers: A literature review and research agenda. *J Manage*. 1996;22(1):45-83.
39. Ferrari J, Parker J, Ware C. Academic procrastination: Personality correlates with Myers-Briggs Types, self-efficacy, and academic locus of control. *J Soc Behav Pers*. 1992;7(3):495-502.
40. Yaghoubi Beglar N. [Psychometric properties Myers-Briggs Type Indicator (M) based on IRT and comparison with CTT]. Tehran, Iran: Allame Tabatabai University; 2007.
41. Myers I, McCaulley M, Quenk N, Hmmer A. MBTI Manual: A guide to the development and use of the Myers Briggs Type Indicator: Consulting Psychologists Press; 1985.
42. Hoover-Plonk S. MBTI Myers-Briggs Type Indicator 2017 [cited 2017]. Available from: <http://www.ncsu.edu/grad/preparing-future-leaders/docs/personality-type.pdf>.
43. Jowkar B, Delavarpour M. [Procrastination relationship with achievement goals]. *New Thought Educ*. 2006;3(3-4):61-80.