

عادات و مهارت‌های مطالعه‌ی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی زاهدان*

زهرا اباذری^۱، طاهره ریگی^۲

مقاله پژوهشی

چکیده

مقدمه: عادت و مهارت‌های مطالعه یکی از مهم‌ترین عوامل تأثیرگذار بر موفقیت تحصیلی در دانشجویان می‌باشد. جایگزینی مهارت‌های مطالعه‌ی مؤثر و عادت‌های مطالعه‌ی مفید برای رسیدن به یادگیری و آموزش بهتر در دانشجویان توصیه می‌شود. هدف این پژوهش، شناسایی عادت و مهارت‌های مطالعه‌ی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی زاهدان بود.

روش بررسی: در مطالعه‌ی توصیفی حاضر ۳۴۲ نفر (کل افراد = ۲۳۸۲ نفر) از دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی زاهدان در نیم‌سال دوم سال تحصیلی ۱۳۸۹-۹۰، به روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای متناسب با حجم انتخاب شدند. پرسش‌نامه‌ی بررسی عادت‌های مطالعه‌ی کالج Redwood، در دو بخش مشخصات جمعیت‌شناختی (۱۰ سؤال) و پرسش‌های اصلی (۵۱ سؤال) در اختیار دانشجویان قرار گرفت. روایی پرسش‌نامه توسط متخصصین تأیید و پایایی آن با استفاده از ضریب Cronbach's alpha، ۰/۸۵۵ محاسبه گردید. داده‌ها به وسیله‌ی آمار توصیفی (فراوانی، درصد فراوانی و میانگین) و آمار تحلیلی (آزمون‌های آماری ANOVA و t) در سطح معنی‌داری ۰/۰۵ با نرم‌افزار آماری SPSS نسخه‌ی ۱۵ تجزیه و تحلیل شد.

یافته‌ها: مشکلات عمده‌ی دانشجویان مورد پژوهش در زمینه‌های مختلف عادت‌ها و مهارت‌های مطالعه به ترتیب در زمینه‌ی مدیریت زمان با میانگین (۲/۸۶)، یادآوری (۲/۹۳)، مطالعه‌ی یک فصل (۲/۹۸)، شنیدن و یادداشت‌برداری (۳/۰۷۸)، تمرکز (۳/۰۹۲)، امتحان دادن (۳/۲۸) و انگیزه (۳/۳۸) می‌باشد. وضعیت در زمینه‌ی یادآوری، شنیدن و یادداشت‌برداری و انگیزه در دانشجویان دختر بهتر از دانشجویان پسر بود و در زمینه‌ی امتحان دادن در بیشتر مواقع دانشجویان پسر بهتر از دانشجویان دختر عمل می‌کردند.

نتیجه‌گیری: وضعیت عادت‌ها و مهارت‌های مطالعه‌ی دانشجویان در حد متوسط برآورد شد. با توجه به اهمیت مطالعه، ضروری است که در جهت بهبود روش‌ها و عادت‌های مطالعه‌ی دانشجویان توجه و برنامه‌ریزی شود.

واژه‌های کلیدی: مهارت‌های مطالعه؛ عادت؛ یادگیری؛ دانشجویان

پذیرش مقاله: ۹۱/۸/۲۷

اصلاح نهایی: ۹۱/۶/۱۱

دریافت مقاله: ۱۳۹۰/۱۲/۲۰

ارجاع: اباذری زهرا، ریگی طاهره. عادات و مهارت‌های مطالعه‌ی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی زاهدان. مدیریت اطلاعات سلامت ۱۳۹۱؛ ۹(۶): ۸۴۸-۸۶۱

* این مقاله حاصل پایان‌نامه‌ی دانشجویی در مقطع کارشناسی ارشد و بدون حمایت مالی سازمانی می‌باشد.
۱- دانشیار، کتابداری و اطلاع‌رسانی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران شمال، تهران، ایران
۲- کارشناس ارشد، کتابداری و اطلاع‌رسانی، دانشگاه پیام نور زاهدان، زاهدان، ایران (نویسنده‌ی مسؤول)
Email: taha66_r@yahoo.com

مقدمه

از موضوعاتی که از سال‌های ۱۹۷۰ به بعد در پژوهش‌های آموزشی مورد توجه قرار گرفت، این بود که افراد با بهره‌گیری از چه شیوه‌هایی به فراگیری مطالب می‌پردازند (۱). شیوه‌ی مطالعه را باید از طریق انتخاب و ترکیب فنون و روش‌های مختلف خواندن برگزید (۲). آشنایی دانشجویان با مطالعه و

عادت‌ها و مهارت‌های مطالعه را نیز در بر می‌گیرد، موفقیت دانش‌آموز یا فراگیر را پیش‌بینی می‌نماید.

عادت مطالعه را مانند خیلی دیگر از عادت‌ها می‌توان کسب کرد. عادت به کتاب‌خوانی از نظر بیشتر افراد تحصیل کرده یک عادت پسندیده محسوب می‌شود که در فرد و جامعه اثر مطلوب دارد (۱۱). عادت به مطالعه همانند بسیاری از عادت‌های دیگر در دوران کودکی شکل می‌گیرد و عادت‌های اکتسابی است. البته این بدان معنا نیست که در بزرگسالی نتوان آن را ایجاد و اصلاح کرد، بلکه با کمی تلاش، تحمل و شناختن روش‌ها و عادت‌های صحیح مطالعه می‌توان عادت‌های نادرست مطالعه را تغییر داد و با توجه به این امر، باید در تغییر عادت‌های غیر معمول دانشجویان تلاش شود. تاکنون بررسی‌های متعددی در زمینه‌ی عادت به مطالعه توسط پژوهشگران صورت گرفته است که در ادامه به چند مورد از آن‌ها اشاره می‌گردد.

مقدم و چراغیان به بررسی عادت‌های مطالعه و ارتباط آن با عملکرد تحصیلی در دانشجویان دانشکده‌ی پرستاری آبادان پرداختند. آنان به این نتیجه رسیدند که میانگین نمره‌ی عادت مطالعه دانشجویان ۴۶/۲۶ از ۸۸ (حداکثر نمره) بود. عمده مشکلات دانشجویان در زمینه‌های یادداشت‌برداری، توانایی خواندن، مدیریت زمان، تندرستی، حافظه، انگیزش، یادگیری، وضعیت فیزیکی و برگزاری امتحانات بود. به طور کلی وضعیت عادت‌های مطالعه در حد متوسط بود و شیوه‌ی مطالعه‌ی آن‌ها از کیفیت مطلوبی برخوردار نبود (۱۲).

در پژوهش دیگری نوریان و همکاران، مهارت‌ها و عادت‌های مطالعه‌ی دانشجویان رشته‌ی پزشکی را بررسی کردند و به این نتایج دست یافتند که نمره‌ی دانشجویان به ترتیب در حیطه‌ی مدیریت زمان با میانگین ۳/۶۵، در حیطه‌ی درک مطلب ۳/۳۱، در حیطه‌ی تمرکز حین مطالعه ۳، در حیطه‌ی سرعت مطالعه ۲/۶۰ و در حیطه‌ی یادداشت‌برداری ۲/۴۷ بوده است. مدیریت زمان در دو جنس اختلاف معنی‌داری نشان داد که مردها بهتر عمل کرده بودند. عمده‌ترین مشکلات مطالعه‌ای دانشجویان شامل مدیریت زمان، درک مطلب، تمرکز حین مطالعه، سرعت مطالعه و

شیوه‌های آن امری ضروری است که موجب بالندگی آنان در فرایند تحلیل می‌گردد (۳). در جهان امروز میزان مطالعه‌ی کتاب و مواد خواندنی یکی از شاخص‌های توسعه و عامل پیشرفت جوامع به شمار می‌آید. روان‌شناسان مشاهده کرده‌اند که حداقل در دوران دانشجویی، آنچه بیشترین تأثیر را بر وضعیت عملکرد تحصیلی دانشجویان دارد، مهارت‌های عمومی مطالعه، یادگیری درسی و یادآوری مطالب آموخته شده است (۴). مطالعه یک فعالیت یگانه نیست، بلکه می‌تواند اشکال مختلفی به خود بگیرد و خوانندگان ماهر از استراتژی‌های مختلف مطالعه آگاهی داشته و در موقعیت‌های مختلف برای اهداف گوناگون از آن‌ها استفاده می‌کنند (۵). به طور کلی، مطالعه فرایندی ذهنی همراه با اصول و شرایط خاص خود می‌باشد (۶).

هر فعالیتی در حوزه‌ی یادگیری مستلزم کسب دانش و مهارت خاصی است. خواندن و مطالعه نیز به دانش و مهارت خاص نیازمند است که فقدان آن مشکلاتی برای فراگیران و به ویژه دانشجویان به وجود می‌آورد. دانشجویانی که آگاهی کاملی از این شیوه‌ها دارند، متناسب با هدف خود از مطالعه و حتی به تناسب محتوا، موضوع و نوع مطلب از روش مناسب مطالعه استفاده می‌کنند (۷). متخصصان آموزشی بر این عقیده هستند، افرادی که به طور فعال و با علاقه در فرایندهای یادگیری خود شرکت می‌کنند، احتمال موفقیت و پیشرفت آن‌ها بیشتر است. هنگامی که افراد به طور فعال در فرایندهای یادگیری خود شرکت می‌جویند، احساس قدرت و اختیار در آن‌ها افزایش می‌یابد و پیشرفت شخصی و سطح خودجهت‌دهی آن‌ها بیشتر می‌شود (۸)، افراد همان گونه که تفاوت‌های فردی زیادی دارند، شیوه‌های مطالعه‌ی آنان نیز متنوع است (۹). روش‌های مطالعه به گونه‌های مختلفی پدید آمده است و طبیعی است که انتخاب روش‌های مزبور بستگی به عادت و ویژگی‌های فردی دارد (۱۰). عادت‌ها و مهارت‌های مطالعه شیوه‌هایی است که دانشجو برای مطالعه‌ی خود به کار می‌گیرد. این شیوه‌ها می‌توانند بر میزان یادگیری و در نهایت بر پیشرفت تحصیلی و شغلی افراد تأثیر به‌سزایی گذارند. رویکردهای یادگیری دانش‌آموزان که

یادداشت‌برداری بود (۱۳).

عبدخدایی و غفاری به بررسی میزان استفاده‌ی دانشجویان از مهارت‌های مطالعه و یادگیری و رابطه‌ی آن با وضعیت سوابق تحصیلی دانشجویان پرداختند و نتایج نشان داد که عملکرد دانشجویان در استفاده از مهارت‌ها، در حد متوسط بود و میانگین نمره‌ی دختران دانشجو در کل مهارت‌های مطالعه و یادگیری ۴۷۶/۳۴ و میانگین نمره‌ی پسران دانشجو ۴۲۵/۱۵ بود. میانگین نمره‌ی دانشجویان دانشکده‌ی مهندسی در کل مهارت‌ها ۴۴۰/۷۰ و میانگین کل مهارت‌های دانشجویان دانشکده‌ی ادبیات ۴۶۷/۷۸ بود و همچنین یافته‌ها نشان داد که میانگین نمره‌ی دانشجویان ورودی سال ۱۳۸۶ در کل مهارت‌ها ۴۵۹/۲۱ و میانگین نمره‌ی دانشجویان ورودی سال ۱۳۸۴، ۴۴۹/۱۶ بود، ولی تفاوت معنی‌داری بین دانشجویان ترم‌های بالا و پایین وجود نداشت (۱۴).

در پژوهش Adogbeji و Igun نتایج نشان داد که ۵۱/۳ درصد از دانشجویان مورد پژوهش روزانه ۳ تا ۴ ساعت مطالعه می‌کنند و خلاصه‌نویسی، خودآزمایی و از حفظ خواندن مطالب مطالعه شده از موفق‌ترین روش‌ها برای فراگیری دانش در دانشجویان بود. بیشتر دانشجویان از جدول برنامه‌ریزی مطالعه استفاده می‌کردند و آنان زمان‌های خاصی در یک دوره را برای مطالعه‌ی مطالب ترم در جدول برنامه‌ریزی خود در نظر گرفته بودند. ۱۴/۷ درصد از دانشجویان برای پاس کردن امتحان خود مطالعه می‌کردند و ۶۱/۵ درصد از دانشجویان برای دانش و مهارت‌های فردی خود به مطالعه می‌پرداختند (۱۵).

Derossis و همکاران، در آمریکا در پژوهش خود با عنوان «بررسی عادت‌های مطالعه‌ی رزیدنت‌های جراحی و ...» به این نتایج رسیدند که عمده مشکلات دانشجویان در زمینه‌ی عادت‌های مطالعه در مدیریت زمان، برنامه‌ریزی برای خواندن و توانایی خواندن می‌باشد و همچنین در این مطالعه افرادی که نکات مهم را به هنگام مطالعه مطالب درسی با تفسیر و برداشت خود یادداشت کرده بودند نسبت به افرادی که فقط مطالب را برجسته نموده بودند، در امتحانات به طور

معنی‌داری عملکرد بهتری داشتند. در مطالعه‌ی آن‌ها دانشجویان ترم‌های بالایی عادت‌های مطالعه‌ی بهتری داشتند (۱۶). در پژوهشی دیگر Oyeronke، که عادت‌های مطالعه‌ی معلمان مقطع متوسطه را بررسی کرد، به این نتایج دست یافت که بیشتر معلمان مطالعه‌ی روزانه داشتند و فقط تعداد کمی از معلمان برای لذت بردن، امتحان دادن و نوشتن و یادداشت‌برداری دروس به مطالعه می‌پرداختند و بیشتر آنان برای پیشرفت فردی و روزآمد کردن اطلاعات خود مطالعه می‌کردند (۱۷).

Kumar و همکاران مطالعه‌ای در هندوستان با عنوان «عادت مطالعه‌ی روزنامه‌خوانی در دانشجویان دانشگاه: یک مطالعه‌ی موردی از دانشگاه چاندهاری چاران سینگ در هندوستان» انجام دادند و نتایج به دست آمده از پژوهش آنان نشان داد که ۶۰ درصد از دانشجویان روزانه ۱ تا ۲ ساعت روزنامه مطالعه می‌کنند. در این پژوهش ۵۹/۵۶ درصد از دانشجویان انگیزه‌ی مطالعه‌ی خود را به دست آوردن اطلاعات ذکر کردند، ۳۴/۹۸ درصد برای افزایش اطلاعات عمومی و ۵/۴۶ درصد برای لذت بردن و سرگرمی مطالعه می‌کردند (۱۸).

دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی در مدت طولانی تحصیل خود با حجم بسیار متنوع، وسیع و دشواری از اطلاعات جدید پزشکی مواجه هستند و عدم انتخاب روش مطالعه‌ی صحیح و نداشتن عادت‌های مطلوب مطالعه تأثیر مستقیم و منفی بر عملکرد تحصیلی دانشجویان و در نهایت آینده‌ی شغلی آن‌ها می‌گذارد، بنابراین هدف از پژوهش حاضر، شناسایی عادت‌ها و مهارت‌های مطالعه‌ی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی زاهدان در نیم‌سال دوم سال تحصیلی ۹۰-۱۳۸۹ بود تا وضعیت دانشجویان در این زمینه مشخص گردد و با توجه به نتایج پژوهش در این زمینه برای روش‌های مطالعه در دانشجویان توجه و برنامه‌ریزی لازم توسط دانشگاه صورت گیرد.

روش بررسی

مطالعه‌ی حاضر از نوع توصیفی بود و جامعه‌ی آماری آن،

مطالعه‌ی یک فصل از کتاب یا مواد خواندنی، شنیدن و یادداشت‌برداری، امتحان دادن و انگیزه. برای ۶ بخش اول هر کدام ۷ سؤال و بخش آخر ۸ سؤال وجود داشت. همچنین در انتهای پرسش‌نامه‌ی حاضر، یک سؤال مبنی بر میزان تمایل دانشجویان به برگزاری و شرکت در دوره‌ها و کارگاه‌های آموزشی روش‌های صحیح مطالعه، مطرح شد. در پرسش‌نامه‌ی پژوهش، پاسخ‌ها به صورت گزینه‌های «همیشه، غالباً، گاهی، به ندرت و هرگز» قرار گرفتند. نتایج به دست آمده در پژوهش با آماره‌ی میانگین مقایسه و بررسی شدند.

در زمینه‌ی روایی پرسش‌نامه، با توجه به هم‌راستایی پرسش‌نامه با هدف پژوهش، اعتبار محتوایی آن تأیید شد و پرسش‌نامه در اختیار متخصصین این حوزه قرار گرفت و اشکالات صوری نیز تصحیح گردید و اعتبار صوری آن نیز تأیید شد. ضریب پایایی به وسیله‌ی فرمول Cronbach's alpha محاسبه شد. برای محاسبه‌ی این ضریب، نمونه‌ی مقدماتی به حجم ۲۵ تا ۳۰ پرسش‌نامه توزیع شد و ضریب alpha محاسبه گردید. ضریب محاسبه شده برای این پرسش‌نامه ۰/۸۵۵ به دست آمد، بنابراین می‌توان گفت پرسش‌نامه پایایی لازم را دارا می‌باشد. داده‌ها با استفاده از آمار توصیفی (فراوانی، درصد فراوانی و میانگین) و آمار تحلیلی (آزمون تعقیبی Tukey، ANOVA، همگونی واریانس و Independent t) با سطح معنی‌داری ۰/۰۵ به وسیله‌ی نرم‌افزار آماری SPSS نسخه‌ی ۱۵ (version 15, SPSS Inc., Chicago, IL) تجزیه و تحلیل شد.

همه‌ی دانشجویان دانشکده‌های دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی زاهدان در نیم‌سال دوم سال تحصیلی ۹۰-۱۳۸۹ بودند و در مجموع ۲۳۸۲ نفر را تشکیل دادند.

Yamani (به نقل از میرزایی) یک فرمول ساده برای محاسبه‌ی حجم نمونه ارائه می‌دهد که به صورت زیر می‌باشد (۱۹).

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

که در این فرمول: n حجم نمونه، N جامعه‌ی آماری و e سطح دقت می‌باشد و در این پژوهش میزان سطح دقت ۰/۰۵ یعنی ۵ درصد بود و با توجه به فرمول بالا، حجم نمونه‌ی پژوهش ۳۴۲ نفر به دست آمد. روش نمونه‌گیری پژوهش حاضر، نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای متناسب با حجم بود که در جدول ۱ سهم هر دانشکده نشان داده شده است.

در پژوهش حاضر برای جمع‌آوری اطلاعات از پرسش‌نامه‌ی محقق ساخته بر اساس پرسش‌نامه‌ی بررسی عادت‌های مطالعه‌ی کالج (Redwood) در کالیفرنیا استفاده شد (۲۰). پس از ترجمه‌ی پرسش‌نامه‌ی مذکور، مشخصات جمعیت‌شناختی شامل: جنس، سن، وضعیت تأهل، دانشکده، رشته‌ی تحصیلی، مقطع تحصیلی، ترم، معدل کل، محل سکونت و انگیزه‌ی فرد از تحصیل به آن افزوده شد و سپس سؤالات مربوط به هر حیطه‌ی موضوعی عادت‌های مطالعه با توجه به جدول انتهای پرسش‌نامه‌ی اصلی به ترتیب به ۷ بخش تقسیم شدند و سؤالات هر بخش در زیر آن آورده شد که ۷ بخش عبارتند از: تمرکز، یادآوری، مدیریت زمان،

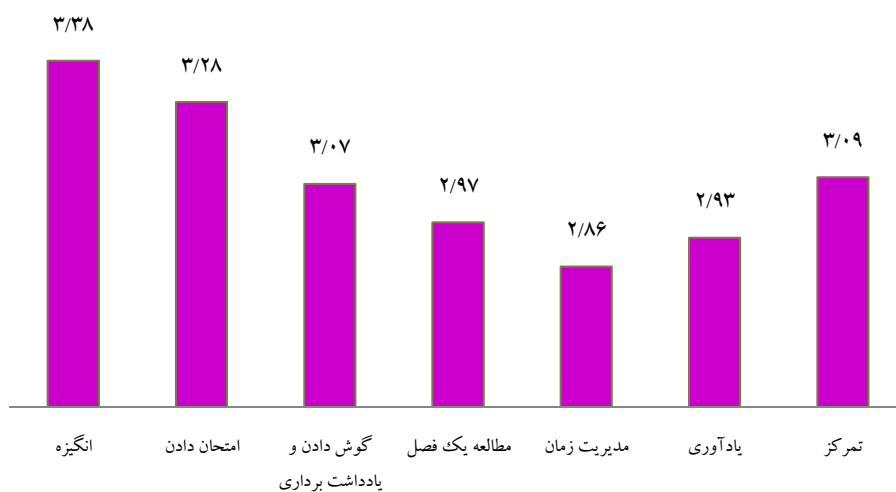
جدول ۱: طبقه‌بندی نمونه‌ی دانشجویان مورد پژوهش بر اساس دانشکده‌ها

نام دانشکده	تعداد دانشجویان هر دانشکده	درصد	سهمیه‌ی هر دانشکده
پزشکی	۸۱۶	۳۴	۱۱۷
پرستاری - مامایی	۴۰۲	۱۷	۵۸
پیراپزشکی	۳۴۰	۱۵	۴۹
دندان پزشکی	۳۲۲	۱۳	۴۶
بهداشت	۲۷۶	۱۲	۴۰
توان بخشی	۲۲۶	۹	۳۲
کل	۲۳۸۲ (جامعه‌ی آماری)	۱۰۰	۳۴۲ (نمونه‌ی پژوهش)

یافته‌ها

در مجموع ۳۴۲ (۱۰۰ درصد) پاسخنامه جمع‌آوری شد. یافته‌ها نشان داد که بیش از ۶۰ درصد از دانشجویان را دختر و حدود ۳۹ درصد از آنان را پسر تشکیل می‌دهد. میانگین سنی در بین دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی زاهدان حدود ۲۲ سال بود. همچنین درباره‌ی وضعیت تأهل آن‌ها باید گفت که بیش از ۸۷ درصد از آن‌ها مجرد و حدود ۱۲ درصد متأهل بودند و کمتر از ۱ درصد نیز متارکه کرده بودند. بیشتر دانشجویان (۳۴/۲ درصد) در دانشکده‌ی پزشکی و کمترین تعداد دانشجویان در دانشکده‌ی توان‌بخشی (۹/۱ درصد) بودند. اکثر دانشجویان (حدود ۴۰ درصد) در مقطع کارشناسی و نزدیک به ۳۰ درصد در مقطع دکتری و ۳۰ درصد دیگر در مقطع فوق دیپلم تحصیل می‌کردند. میانگین معدل دانشجویان مورد بررسی ۱۶/۲۷ بود و بیش از نیمی از آن‌ها معدلشان بالای ۱۶/۲۷ و کمترین معدل ۱۲ و بیشترین آن ۱۹/۱۲ بود. بیش از ۷۲ درصد از دانشجویان در خوابگاه و بیش از ۲۶ درصد همراه با والدین و نیز بیش از ۱ درصد در خانه‌ی اجاره‌ای سکونت داشتند. بیشترین انگیزه از تحصیل در بین دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی زاهدان به دست آوردن پول و درآمد بود که این میزان ۲۴/۷ درصد را شامل می‌شود. به عبارت دیگر می‌توان گفت نزدیک به یک چهارم افراد

کسب درآمد را هدف از تحصیل خود قرار داده‌اند. چند انگیزه‌ی بعدی به ترتیب اهمیت عبارتند از: به دست آوردن علم و پیشرفت، خدمت به جامعه و داشتن آینده‌ای روشن. داده‌ها و تجزیه و تحلیل حاصل از پاسخنامه‌ها نشان داد که وضعیت عادت‌ها و مهارت‌های مطالعه‌ی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی زاهدان در ۷ حیطه‌ی مورد بررسی، در حد متوسط بود و میانگین به دست آمده در حیطه‌ی انگیزه برابر با ۳/۳۸ از ۵ بود که بیشترین امتیاز را به خود اختصاص می‌داد. نمودار ۱ نشان می‌دهد که دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی زاهدان در حیطه‌ی مدیریت زمان کمترین و در زمینه‌ی انگیزه بهترین عملکرد را دارند. برای بررسی وجود تفاوت معنی‌دار در میزان عادت و مهارت‌های مطالعه در بین دانشکده‌های مختلف به علت زیاد بودن تعداد نمونه و نیز استقلال دانشکده‌ها از یکدیگر، از آزمون ANOVA استفاده شد و برای این که مشخص شود این تفاوت معنی‌دار در بین دانشکده‌ها چگونه می‌باشد و تفاوت در کدام دانشکده بیشتر و در کدام دانشکده کمتر است، از آزمون تعقیبی Tukey استفاده گردید. با توجه به حجم بالای جداول این مطالعه، در این جا به خلاصه‌ی نتایج حاصل از این جداول که وجود تفاوت معنی‌دار در سؤال‌های مربوط به هر حیطه را نشان می‌دهد، اکتفا شده است.



نمودار ۱: میانگین ۷ حیطه‌ی عادت و مهارت‌های مطالعه

یک از عادت و مهارت‌های مطالعه در بین دختران و پسران دانشجوی با هم برابر است یا خیر؟ از آزمون t استفاده می‌شود. برای انجام این آزمون باید ابتدا آزمون همگونی واریانس دو جامعه‌ی مستقل انجام شود، به علت حجم زیاد داده‌ها در جدول ۳ به ارایه‌ی خلاصه نتایجی که وجود تفاوت معنی‌دار را نشان می‌دهد، اکتفا شده است.

پس از آزمون همگونی واریانس‌ها و آزمون t، دانشجویان پسر و دختر در حیطه‌های تمرکز، مدیریت زمان و مطالعه‌ی یک فصل تفاوت معنی‌داری را نشان ندادند. اطلاعات مربوط به میانگین‌های معنی‌دار در دو گروه دختران و پسران دانشجوی در جدول ۳ ارایه شده است.

با توجه به جدول ۲ می‌توان گفت، دانشجویان مورد بررسی در دانشکده‌های مختلف فقط در برخی از سؤالات هر حیطه از عادت و مهارت‌های مطالعه دارای تفاوت معنی‌دار بوده‌اند. دانشجویان در زمینه‌ی امتحان دادن در کلیه‌ی دانشکده‌ها دارای عملکرد یکسانی بودند و رابطه‌ی معنی‌داری در این زمینه در دانشکده‌های مختلف مشاهده نشد.

برای بررسی وضعیت عادت و مهارت‌های مطالعه در دانشجویان به تفکیک جنسیت با توجه به این که دو گروه مستقل دختران و پسران دانشجوی وجود داشتند، به علت زیاد بودن حجم نمونه می‌توان این دو گروه را نرمال در نظر گرفت. همچنین برای این که مشخص شود که آیا میزان هر

جدول ۲: خلاصه‌ی نتایج آزمون ANOVA و آزمون تعقیبی Tukey برای بررسی میانگین حیطه‌های مختلف عادت و مهارت‌های مطالعه در دانشکده‌های مختلف

حیطه‌های عادت و مهارت مطالعه	سؤالات دارای تفاوت معنی‌دار در هر حیطه پس از آزمون ANOVA	میزان خطا (۰/۰۵) در آزمون ANOVA	آزمون تعقیبی Tukey برای سؤالات در دانشکده‌های مختلف دارای تفاوت معنی‌دار	میانگین حیطه‌ی عادت و مهارت مطالعه در دانشکده	میزان خطا (۰/۰۵) در آزمون تعقیبی Tukey
تمرکز	سؤال دوم: خواب آلودگی در زمان مطالعه	۰/۰۰۲	پزشکی بیشترین میانگین	۳/۵۱	۰/۰۵۵
			پیراپزشکی کمترین میانگین	۲/۴۸	
یادآوری	سؤال ششم: مطالعه‌ی تمام یادداشت‌های کلاس در شب قبل از امتحان	۰/۰۰۴	توان‌بخشی بیشترین میانگین	۲/۹۰	۰/۰۵۰
			پرستاری و مامایی کمترین میانگین	۲/۰۵	
مدیریت زمان	سؤال چهارم: در نظر گرفتن زمانی برای مطالعه‌ی روزانه	۰/۰۱۳	پزشکی بیشترین میانگین	۳/۱۴	۰/۵۲۶
			توان‌بخشی کمترین میانگین	۲/۳۲	
مطالعه‌ی یک فصل	سؤال چهارم: مطالعه‌ی پرسش‌های آخر فصل قبل از شروع مطالعه	۰/۰۲	پرستاری و مامایی بیشترین میانگین	۳/۰۰	۰/۲۱۵
			بهداشت کمترین میانگین	۲/۳۷	
شنیدن و یادداشت‌برداری	سؤال پنجم: در نظر گرفتن زمان مرور پس از مطالعه‌ی یک فصل	۰/۰۱۴	بهداشت بیشترین میانگین	۳/۶۹	۰/۰۵۳
			توان‌بخشی کمترین میانگین	۲/۷۸	
امتحان دادن	سؤال هفتم: یادداشت‌برداری از کلیه‌ی مطالب درسی	۰/۰۰۱	پرستاری و مامایی بیشترین میانگین	۳/۹۴	۰/۰۸۹
			پزشکی کمترین میانگین	۲/۲۱	
انگیزه	سؤال ششم: اهمیت گرفتن نمرات عالی	۰/۰	پیراپزشکی بیشترین میانگین	۴/۴۰	۰/۰۶۸
			پزشکی کمترین میانگین	۳/۶۳	
	سؤال هفتم: مطالعه در صورت اجبار	۰/۰۴۲	پزشکی بیشترین میانگین	۲/۸۰	۰/۱۹۸
			دندان‌پزشکی کمترین میانگین	۲/۲۴	

جدول ۳: خلاصه‌ی نتایج آزمون همگونی واریانس و آزمون t برای بررسی حیطه‌های مختلف عادت و مهارت‌های مطالعه در دختران و پسران دانشجوی

حیطه‌های عادت و مهارت مطالعه		سؤالات دارای تفاوت معنی‌دار در هر حیطه پس از آزمون همگونی واریانس‌ها	میزان خطا (۰/۰۵) در آزمون همگونی واریانس	آزمون t به تفکیک جنسیت میانگین جنسیت
تمرکز	سؤال دوم: خواب آلودگی در زمان مطالعه	۰/۰۰۴	پس از آزمون نتایج معنی‌دار مشاهده نشد.	دختران دانشجوی پسران دانشجوی
	سؤال ششم: مطالعه‌ی تمام یادداشت‌های کلاس در شب قبل از امتحان	۰/۰۰۳	۲/۲۸ ۲/۶۳	دختران دانشجوی پسران دانشجوی
مدیریت زمان	همگونی واریانس برای کلیه‌ی سؤالات این حیطه برقرار بود.	-----	پس از آزمون نتایج معنی‌دار مشاهده نشد.	دختران دانشجوی پسران دانشجوی
	سؤال پنجم: در نظر گرفتن زمان مرور پس از مطالعه‌ی یک فصل	۰/۰۰۴	پس از آزمون نتایج معنی‌دار مشاهده نشد.	دختران دانشجوی پسران دانشجوی
شنیدن و یادداشت‌برداری	سؤال چهارم: بررسی کردن و تکمیل جاهای خالی یادداشت‌ها	۰/۲۵۶	۲/۹۵ ۲/۵۴	دختران دانشجوی پسران دانشجوی
	سؤال پنجم: گوش دادن به متن سخنرانی‌های تنظیم شده	۰/۱۳۳	۳/۰۵ ۲/۷۹	دختران دانشجوی پسران دانشجوی
امتحان دادن	سؤال ششم: یادداشت‌برداری از مطالب درسی	۰/۲۹۷	۳/۶۲ ۳/۳۰	دختران دانشجوی پسران دانشجوی
	سؤال ششم: برنامه‌ریزی مدت زمان پاسخگویی هر بخش آزمون	۰/۰۴۸	۲/۸۰ ۳/۰۳	دختران دانشجوی پسران دانشجوی
انگیزه	سؤال هفتم: کنترل امتحان برای جلوگیری از اشتباهات در صورت وقت اضافه	۰/۰۰۳	۴/۱۸ ۳/۸۲	دختران دانشجوی پسران دانشجوی
	سؤال پنجم: اطمینان از تکالیف و نحوه‌ی انجام آن‌ها قبل از ترک کلاس	۰/۵۲۳	۳/۲۸ ۲/۹۳	دختران دانشجوی پسران دانشجوی
	سؤال ششم: اهمیت گرفتن نمرات عالی	۰/۰۰۳	۴/۰۰ ۳/۶۸	دختران دانشجوی پسران دانشجوی

بحث

عادت‌های مطالعه‌ی دانشجویان امری ضروری است. پژوهشگران مطالعات پیشین نیز توجه به این امر را توصیه کرده‌اند (۲۳-۲۱، ۱۴، ۱۲). با توجه به این‌که وضعیت مطالعه در بین دانشجویان -که از اقبال فرهیخته در هر جامعه‌ای هستند- باید در حد خوب و عالی باشد و این‌که به عقیده‌ی محققان، عادت‌ها و مهارت‌های مطالعه افراد قابل آموزش و فراگیری هستند، می‌توان گام‌های مختلف و البته مؤثری در زمینه‌ی بهبود عادت‌ها و مهارت‌های مطالعه‌ی دانشجویان برداشت.

با بررسی نتایج به دست آمده از پژوهش حاضر می‌توان گفت، وضعیت عادت‌ها و مهارت‌های مطالعه‌ی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی زاهدان در حد متوسط برآورد شده است. با توجه به اهمیت موضوع مطالعه و عادت به آن و نقش و تأثیری که مطالعه بر پیشرفت و عملکرد تحصیلی و آینده‌ی شغلی افراد و در نهایت بر جامعه می‌گذارد، این وضع به هیچ وجه مطلوب نیست. بنابراین توجه و برنامه‌ریزی در جهت بهبود روش‌ها و

وضعیت فیزیکی و برگزاری امتحانات بوده‌اند (۱۲). در پژوهش دیگری از نوریان و همکاران، عمده مشکلات در زمینه یادداشت‌برداری، سرعت مطالعه، تمرکز، درک مطلب و مدیریت زمان مشخص شد (۱۳).

Boehler و همکاران، مهم‌ترین مهارت‌های مطالعه‌ی مورد استفاده توسط واحدهای پژوهش را به ترتیب یادداشت‌برداری از مطالب مهم، برجسته نمودن مطالب مهم و طراحی سؤال قبل از خواندن عنوان کردند و یکی از مشکلات عمده‌ی افراد تحت مطالعه در زمینه‌ی عادت‌های مطالعه را مدیریت زمان بیان کردند (۲۶). در مطالعه‌ی Nneji، اغلب دانشجویان در مدیریت زمان و زمان‌بندی برای مطالعه مشکل داشتند (۲۲). همچنین Derossis و همکاران، عمده مشکلات دانشجویان را در زمینه‌ی عادت‌های مطالعه، در مدیریت زمان، برنامه‌ریزی برای خواندن و توانایی خواندن بیان کردند (۱۶).

تمرکز از ضروریات مطالعه‌ی مفید و کارآمد است. بررسی حاضر نشان داد که میانگین نمره‌ی دانشجویان در زمینه‌ی تمرکز ۳/۰۹ می‌باشد. با توجه به طیف نمره‌گذاری، وضعیت دانشجویان در این زمینه در حد متوسط ارزیابی می‌شود. نتایج پژوهش عبدخدایی و غفاری مشابه مطالعه‌ی حاضر بود (۱۴). نتایج در مطالعه‌ی نوریان و همکاران متفاوت بود؛ به طوری که آن‌ها مهارت تمرکز را در پژوهش خود ضعیف عنوان کردند (۲۵). شواهد حاکی از آن است که میزان تمرکز دانشجویان مورد پژوهش در دانشکده‌های مختلف در این چند سؤال اندازه‌گیری شده برای تمرکز، به جز در سؤال دوم با هم برابر هستند و فرض برابری تمرکز در دانشکده‌ها رد می‌شود و نتایج آزمون تعقیبی Tukey بیانگر تفاوت معنی‌دار بین دو دانشکده‌ی پیراپزشکی و پزشکی بود. نتایج آزمون ANOVA در مقایسه‌ی میانگین‌ها حکایت از این دارد که جنسیت تأثیری روی میزان تمرکز دانشجویان نداشته است؛ در صورتی که در پژوهش نوریان و همکاران نتایج نشان داد که دانشجویان پسر در زمینه‌ی تمرکز بهتر از دانشجویان دختر عمل کرده‌اند (۱۳) و نتایج در مطالعه‌ی عرفانی متفاوت بود؛ به طوری که خرده مهارت‌های تمرکز دانشجویان دختر از

نتایج نشان داد که مشکلات عمده‌ی دانشجویان مورد پژوهش در زمینه‌های مختلف عادت‌ها و مهارت‌های مطالعه به ترتیب در زمینه‌ی مدیریت زمان با میانگین (۲/۸۶)، یادآوری (۲/۹۳) و مطالعه‌ی یک فصل (۲/۹۸) بوده است و وضعیت در حیطه‌های شنیدن و یادداشت‌برداری (۳/۰۷۸)، تمرکز (۳/۰۹۲)، امتحان دادن (۳/۲۸) و انگیزه (۳/۳۸) در حد متوسط بوده است. پیچیدگی فرایند مطالعه و خواندن به گونه‌ای است که یک جزء واحد را نمی‌توان برای آن متصور شد، بنابراین صاحب‌نظران در این فرایند اجزای گوناگونی را برای آن در نظر گرفته‌اند (۲۴). به این ترتیب در طراحی پرسش‌نامه‌های عادت‌ها و مهارت‌های مطالعه نیز این گوناگونی به چشم می‌خورد و مطالعات مختلف بسته به ابزار مورد استفاده، اجزای مختلفی از فرایند مطالعه را در واحدهای مورد پژوهش بررسی کرده‌اند. بر خلاف این تفاوت‌ها، در بررسی‌ها به نظر می‌رسد چند جزء در اغلب این ابزارها مشترک است و اکثر صاحب‌نظران نیز در مورد آن اجماع نظر دارند که از جمله‌ی آن‌ها یادداشت‌برداری حین خواندن، مدیریت زمان، تمرکز، توانایی خواندن و نیز انگیزه‌ی افراد از مطالعه می‌باشد.

در پژوهش حاضر برای اولین بار در کشور پرسش‌نامه‌ی عادت‌های مطالعه بر اساس پرسش‌نامه‌ی عادت‌های مطالعه‌ی کالج Redwood در کالیفرنیا جهت بررسی حیطه‌های مختلف عادت و مهارت‌های مطالعه - که شامل ۷ حیطه‌ی تمرکز، یادآوری، مدیریت زمان، مطالعه‌ی یک فصل، شنیدن و یادداشت‌برداری، امتحان دادن و انگیزه می‌باشد- مورد بررسی قرار گرفت. در مطالعه‌ی نوریان و همکاران، بیشترین مشکلات دانشجویان به ترتیب در زمینه‌ی مدیریت زمان، تمرکز حین مطالعه، سرعت مطالعه، یادداشت‌برداری، عادت مطالعه و درک مطلب بود (۲۵). در مطالعه‌ی حسینی و همکاران، مشکلات مهارت مطالعه‌ی دانشجویان به ترتیب اولویت در مدیریت زمان، امتحان دادن، تمرکز، خواندن و یادداشت‌برداری کلاسی مشخص شد (۲۳). در مطالعه‌ی مقدم و چراغیان، عمده مشکلات دانشجویان در زمینه‌ی یادداشت‌برداری، توانایی خواندن، مدیریت زمان، تندرستی، حافظه، انگیزش، یادگیری،

دانشجویان پسر بهتر بوده است (۲۷).

مطالعه و مرور مطالب درسی در دوران دانشجویی اهمیت زیادی دارد. در نظر گرفتن زمان برای مرور در طول ترم تحصیلی برای یادآوری درست مطالب درسی مؤثر است و این عادت صحیح مطالعه می‌تواند در موفقیت دانشجویان تأثیر بسزایی داشته باشد. یافته‌های مطالعه‌ی حاضر بیانگر این بود که در زمینه‌ی یادآوری، طیف نمره‌گذاری در حد به نسبت پایین می‌باشند. آزمون ANOVA در بررسی میانگین‌های یادآوری در دانشکده‌های مختلف تفاوت معنی‌داری را نشان داد و نشانگر برتری دانشکده‌ی پرستاری و مامایی در این زمینه بود. همچنین بین دانشجویان دختر و پسر در این زمینه تفاوت معنی‌داری مشاهده شد. به عبارت دیگر، باید گفت که پسران دانشجو بیشتر از دختران دانشجو در شب قبل از امتحان یادداشت‌های خود را مرور می‌کنند.

کمترین امتیاز، مربوط به مدیریت زمان دانشجویان مورد پژوهش با میانگین ۲/۸۶ می‌باشد. در بسیاری از پژوهش‌هایی که پیش از این انجام شده است، محققین مختلفی نیز مشکل عمده‌ی دانشجویان را در این زمینه تشخیص داده‌اند (۲۶، ۲۳، ۲۲، ۱۳). در بحث مدیریت زمان در سؤال چهارم مربوط به این بخش، در بین دانشکده‌های مختلف تفاوت معنی‌داری وجود داشت و می‌توان گفت که دانشجویان دانشکده‌ی توان‌بخشی در بخش مدیریت زمان ضعیف‌تر از دانشجویان سایر دانشکده‌ها به خصوص دانشکده‌ی پزشکی عمل کرده‌اند. همچنین نتایج در آزمون همگونی واریانس‌ها و آزمون t در این زمینه نشان داد که مدیریت زمان در بین دانشجویان دختر و پسر با هم برابر است، یعنی جنسیت تأثیری بر این عامل ندارد که با پژوهش حسینی و همکاران و کوشان و حیدری مطابقت دارد (۲۳، ۲۱)؛ در صورتی که در پژوهش نوریان و همکاران نتایج نشان داد که پسران دانشجو در زمینه‌ی مدیریت زمان بهتر از دختران دانشجو عمل می‌کنند (۲۵) و در مطالعه‌ی دیگر از نوریان و همکاران نیز اختلاف معنی‌دار بود و مردان بهتر از زنان عمل کرده بودند (۱۳). میانگین مطالعه‌ی یک فصل در بین دانشجویان مورد

پژوهش ۲/۹۸ برآورد شد که در حالت کلی در حد به نسبت پایین ارزیابی می‌شود. در بررسی میزان میانگین مطالعه‌ی یک فصل در بین دانشجویان دانشکده‌های مختلف در سؤال پنجم این بخش تفاوت معنی‌داری وجود دارد؛ به طوری که دانشجویان دانشکده‌ی بهداشت زمان بیشتری را برای مرور یک فصل بعد از مطالعه نسبت به سایر دانشجویان به ویژه دانشجویان دانشکده‌ی توان‌بخشی در نظر می‌گرفتند. در مطالعه‌ی حاضر جنسیت در این عامل تأثیر نداشت و تفاوت معنی‌داری در زمینه‌ی مطالعه‌ی یک فصل بین دختران دانشجو و پسران دانشجو مشاهده نشد؛ در صورتی که در مطالعه‌ی کوشان و حیدری نتایج حاکی از این بود که در حوزه‌ی توانایی خواندن بین دو جنس تفاوت معنی‌دار بوده است، به این صورت که پسران وضعیت بهتری از دختران داشتند (۲۱).

میانگین شنیدن و یادداشت‌برداری دانشجویان مورد پژوهش ۳/۰۷ برآورد شد و در حالت کلی در حد متوسط می‌باشد. در پژوهش نوریان و همکاران وضعیت یادداشت‌برداری حین مطالعه، درک مطلب و عادت‌های مطالعه مناسب‌تر از بقیه بوده است (۲۵). در مطالعه حسینی و همکاران بیشترین نمره‌ی مهارت مطالعه، مربوط به یادداشت‌برداری بود (۲۳). در مطالعه‌ی دیگر از نوریان و همکاران دانشجویان در حیطه‌ی یادداشت‌برداری حین مطالعه کمترین مشکل را داشتند و فقط اشکال آن‌ها، مرور در فاصله‌ی نزدیک بعد از کلاس درس بود (۱۳) و در مطالعه‌ی Nneji اکثریت دانشجویان بسته به نوع مطالب درسی از یادداشت‌ها و جزوه‌های کلاسی به عنوان منبع مهم مطالعه‌ی خود استفاده می‌کردند (۲۲). در پژوهشی از Tella و Akande، ۸۰ درصد از دانش‌آموزان یادداشت‌های کلاس را مطالعه می‌کردند (۲۸). Boehler و همکاران مهم‌ترین مهارت‌های مطالعه‌ی مورد استفاده توسط واحدهای پژوهش را به ترتیب یادداشت‌برداری از مطالب مهم، برجسته نمودن مطالب مهم و طراحی سؤال قبل از خواندن عنوان کردند (۲۶). در شنیدن و یادداشت‌برداری کردن دانشجویان

کنترل می‌کنند تا از بروز اشتباه جلوگیری کنند. در نتیجه به طور کلی دو جنس در زمینه‌ی نحوه‌ی امتحان دادن تفاوت معنی‌داری را نشان دادند. در مطالعه‌ی کوشان و حیدری نیز نتایج حاکی از این بود که در حوزه‌ی امتحان دادن بین دو جنس تفاوت معنی‌داری وجود داشت (۲۱).

در صورتی که دانشجویان انگیزه و هدف خود را از مطالعه مشخص کنند، می‌توانند مطالعه‌ی کارآمد، عمیق و با حواس جمع داشته باشند. میانگین انگیزه‌ی دانشجویان مورد پژوهش ۳/۲۸ برآورد شد که نشان دهنده‌ی این است که انگیزش دانشجویان در حالت کلی در حد متوسط می‌باشد. بیش از ۷۵ درصد از دانشجویان اغلب از یادگیری لذت می‌برده‌اند. در مطالعه Kumar و همکاران ۵۹/۵۶ درصد از دانشجویان انگیزه‌ی مطالعه‌ی خود را به دست آوردن اطلاعات ذکر کردند و ۳۴/۹۸ درصد برای افزایش اطلاعات عمومی و ۵/۴۶ درصد برای لذت بردن و سرگرمی مطالعه کردند (۱۸). آزمون ANOVA در بررسی میانگین سؤالات انگیزه در دانشکده‌های مختلف با توجه به $P < 0/05$ در سؤال ششم و هفتم این حیطة نشانگر تفاوت معنی‌دار بود که آزمون تعقیبی Tukey نشان داد که این تفاوت معنی‌دار در اهمیت گرفتن نمرات عالی در دانشجویان دانشکده‌ی پزشکی و دندان‌پزشکی بیشتر از دانشجویان دانشکده‌ی پیراپزشکی بوده است و همچنین دانشجویان پزشکی بیشتر از دانشجویان دندان‌پزشکی در موقع اجبار مطالعه می‌کرده‌اند. بررسی‌ها نشان داد که دختران دانشجو بیشتر از پسران دانشجو قبل از ترک کلاس از تکالیف و نحوه‌ی انجام آن‌ها مطمئن می‌شوند و برای دختران دانشجو گرفتن نمرات عالی بیشتر اهمیت دارد و نشان دهنده‌ی این است که وضعیت انگیزش در دانشجویان دختر بهتر از دانشجویان پسر است. پژوهش حاضر نتایج پژوهش کوشان و حیدری در این زمینه را تأیید می‌کند (۲۱).

نتایج نشان داد که اکثر دانشجویان (۳۱/۵ درصد) همیشه تمایل به برگزاری این کلاس‌ها و نیز شرکت در آن‌ها را دارند. همچنین بیش از ۵۰ درصد از آن‌ها اغلب تمایل به برگزاری این کلاس‌ها و شرکت در این برنامه‌ها را دارند.

دانشکده‌های مختلف تفاوت معنی‌داری وجود داشت؛ به طوری که دانشجویان پزشکی و دندان‌پزشکی به طور میانگین کمتر از سایر دانشجویان به خصوص دانشجویان پرستاری و مامایی به مطالب کلاس گوش می‌داده‌اند. در مطالعه‌ی عرفانی خرده مهارت یادداشت‌برداری دانشجویان رشته‌های علوم انسانی بهتر از دانشجویان رشته‌های علوم پایه بود (۲۷). می‌توان گفت که دختران دانشجو در زمینه‌ی کنترل کردن یادداشت‌ها در بعد از کلاس و تکمیل کردن آن و همچنین در زمینه‌ی یادداشت‌برداری از مطالب درسی کلاس و گوش دادن به دقت به سخنرانی‌های تنظیم شده میانگین بالاتری داشته‌اند. در این زمینه دختران دانشجو از پسران دانشجو بهتر عمل می‌کنند. نتایج در پژوهش عرفانی در این زمینه هم‌راستای پژوهش حاضر بود (۲۷).

میانگین امتحان دادن دانشجویان مورد پژوهش ۳/۲۸ بود و در حالت کلی در حد متوسط ارزیابی می‌شود. نتایج در پژوهش عرفانی نشان داد که خرده مهارت‌های آماده شدن و امتحان دادن، یادداشت‌برداری، درک مطلب و تمرکز با هم توانایی پیش‌بینی مقداری از میزان پیشرفت تحصیلی دانشجویان را دارند (۲۷). در پژوهش Adogbeji و Igun، ۱۴/۷ درصد از دانشجویان برای پاس کردن امتحان خود مطالعه می‌کردند (۱۵). در مطالعه‌ی Oyeronke، تعداد کمی از معلمان برای امتحان دادن به مطالعه می‌پرداختند (۱۷). آزمون ANOVA تفاوت معنی‌داری را در زمینه‌ی نحوه‌ی امتحان دادن در دانشکده‌های مختلف نشان نداد؛ چرا که میزان خطا در همه‌ی سؤالات بیشتر از سطح خطای ۰/۰۵ بوده است. در بررسی دو جنس در این حیطة می‌توان گفت که دختران دانشجو بیشتر از پسران دانشجو مشکل دارند که امتحانشان را به موقع به پایان برسانند. در زمینه‌ی سازماندهی نوشته‌ها قبل از پاسخ به سؤالات انشایی، پسران دانشجو بهتر از دختران دانشجو عمل می‌کنند و دانشجویان پسر قبل از شروع امتحان بیشتر از دانشجویان دختر برنامه‌ریزی می‌کنند که چه مقدار زمان برای هر قسمت نیاز دارند. دختران دانشجو بیشتر از پسران دانشجو (اگر زمان اضافه بیاورند) امتحانشان را

پژوهش حاضر نتایج حاکی از آن بود که عمده مشکلات دانشجویان در زمینه‌ی مدیریت زمان، یادآوری، مطالعه‌ی یک فصل، شنیدن و یادداشت‌برداری، تمرکز، امتحان دادن و انگیزه می‌باشد. یافته‌ها نشان داد که جنسیت بر روی عواملی مانند تمرکز، مدیریت زمان و مطالعه‌ی یک فصل تأثیری نداشته است، اما در سایر زمینه‌ها تفاوت معنی‌دار بوده است؛ به این صورت که دختران دانشجو در زمینه‌ی یادآوری، شنیدن و یادداشت‌برداری و انگیزه بهتر از پسران دانشجو عمل می‌کنند و در زمینه‌ی امتحان دادن در بیشتر مواقع پسران دانشجو بهتر از دختران دانشجو عمل می‌کنند.

بنابراین از دانشگاه درخواست می‌شود که جهت بهبود و ارتقای روش‌های مطالعه و ترویج عادت‌ها و مهارت‌های صحیح مطالعه دوره‌ها و کارگاه‌های آموزشی روش‌های صحیح مطالعه برای دانشجویان برگزار شود و بر این امر که مطالعه در دوران دانشجویی بر آینده‌ی تحصیلی و شغلی دانشجویان، به خصوص دانشجویان حوزه‌های علوم پزشکی که به طور مستقیم با زندگی و جان مردم سر و کار دارند، توجه شود.

پیشنهادها

از مهم‌ترین عوامل تأثیرگذار بر روی موفقیت تحصیلی دانشجویان، عادت‌ها و مهارت‌های مطالعه می‌باشد.

۱. با توجه به یافته‌های پژوهش و ضعف دانشجویان مورد پژوهش در حیطه‌های یادآوری، مدیریت زمان و مطالعه‌ی یک فصل، پیشنهاد می‌شود برنامه‌هایی جهت بهبود وضعیت عادت‌های مطالعه طراحی گردد و در این راستا کارگاه‌های آموزش عادت‌ها و مهارت‌های صحیح مطالعه برگزار شود.

۲. با توجه به ضعف دانشجویان در زمینه‌ی مدیریت زمان، پیشنهاد می‌شود فنون مدیریت زمان و برنامه‌ریزی به دانشجویان آموزش داده شود.

۳. پیشنهاد می‌شود معاونت‌های دانشجویی و مراکز مشاوره زیر نظر این معاونت به مسأله‌ی مطالعه و اهمیت آن

بسیاری از پژوهشگران از جمله اشرفی‌ریزی و همکاران بیان کرده‌اند که لازم است هم دانشجویان و هم دست‌اندرکاران امر آموزش به انواع شیوه‌های مطالعه به دلیل کاربردهای متفاوت آن‌ها توجه خاص نمایند (۲۹) و در دیگر پژوهش‌ها پیشنهاد برگزاری چنین برنامه‌هایی داده شده و بر لزوم اجرای این گونه برنامه‌ها تأکید شده است (۳۰-۳۲، ۲۴، ۲۲، ۱۰). Stark در مطالعه‌ی خود دریافت که شرکت دانشجویان در سمینارهای دانشگاهی در زمینه‌ی مهارت‌های مطالعه (نوشتن نامه، فنون تحقیق، فنون یادداشت‌برداری و مدیریت زمان) میزان حفظ مطالب علمی را بیشتر می‌کند (۳۲).

نتیجه‌گیری

با توجه به آن‌چه در بالا ذکر شد می‌توان نتیجه گرفت که وضعیت عادت‌ها و مهارت‌های مطالعه‌ی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی زاهدان در حد متوسط می‌باشد و با توجه به اهمیت موضوع مطالعه و عادت به آن و نقش و تأثیری که مطالعه بر پیشرفت و عملکرد تحصیلی و آینده‌ی شغلی افراد و در نهایت بر جامعه می‌گذارد، این وضع به هیچ وجه مطلوب نیست. از آنجایی که دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی در مدت طولانی تحصیل خود با حجم بسیار متنوع، وسیع و دشواری از اطلاعات جدید پزشکی در رابطه با روش‌های جدید تشخیص و درمان بیماری‌ها روبرو هستند و به حافظه سپردن متون پزشکی کار بسیار مشکلی است و همچنین با گسترش علم، یادگیری تمامی آن‌ها نیازمند صرف زمان و داشتن برنامه‌ریزی درسی منظم می‌باشد، در واقع بدهی است که عدم انتخاب روش مطالعه‌ی صحیح اکثر دانشجویان را دچار سردرگمی و دل‌سردی از امر مطالعه و تحصیل می‌کند و ذهن آن‌ها را تا مدت‌ها درگیر می‌کند و سبب اتلاف انرژی و وقت آن‌ها می‌شود و آنان را به سوی عادت غیر معمول مطالعه سوق می‌دهد. روش مطالعه‌ی دانشجویان در یادگیری درسی و فرایند حاصل در مهارت‌های شناختی و عملی و در نهایت سرنوشت شغلی آن‌ها امری قطعی است، در نتیجه توجه و برنامه‌ریزی در جهت بهبود این روش‌ها لازم است. در

زاهدان که اجازه‌ی انجام پژوهش را در اختیار نویسندگان قرار داد. از کتابداران گرامی کتابخانه‌های دانشکده‌های مختلف به خصوص کتابخانه‌ی مرکزی دانشگاه علوم پزشکی زاهدان که در توزیع فرم‌های پرسش‌نامه همکاری قابل توجهی داشتند و همچنین از آقای طاوسی و خانم مرشد زاده که در انجام کارهای آماری پژوهش شرکت کردند و کلیه‌ی دانشجویانی که در پژوهش همکاری نمودند، نهایت سپاس و قدردانی به عمل می‌آید. شایسته است که از خانم‌ها زیبا ریگی، سلیمه پاکوفته، شهناز جنگی‌زهی، سمیه سادات هاشمی، عالیه شهرکی و آقای مزرعی کتابدار محترم کتابخانه‌ی مرکزی تشکر شود.

در دوران دانشجویی توجه داشته باشند و امکان مشاوره‌ی فردی در زمینه‌ی روش‌های مطالعه را برای دانشجویان فراهم کنند تا آنان در زمان مشکل بتوانند به راحتی به مراکز مراجعه کرده و مشکل خود را برطرف نمایند.

۴. همچنین پیشنهاد می‌شود جزوات آموزشی در زمینه‌ی عادت و مهارت‌های مطالعه‌ی صحیح به دانشجویان در بدو ورود به محیط آموزشی ارائه گردد.

تشکر و قدردانی

با تشکر فراوان از معاونت آموزشی دانشگاه علوم پزشکی

References

- Hohn RL. Classroom learning & teaching. Boston, MI: Longman Publishers USA; 1995.
- Saif AA. Methods of Learning And Reading. 2nd ed. Tehran, Iran: Dowran Publication; 2010. p. 43, 55, 205. [In Persian].
- Barati Alavije H. Reading Psychology. Isfahan, Iran: Payam Alavi Publication; 2004. [In Persian].
- Improvement of study skills & Effective methods in learning. Tehran, Iran: Teb Tazkieh Publication; 2001. [In Persian].
- Naderi F, Shabani A, Abedi MR. Reading Behavior in Postgraduate Students of Isfahan University in Digital Environment in Base Demographic Elements. Journal of Academic Librarianship and Information Research 2010; 44(1): 51-72. [In Persian].
- Alipoor B. Reading Qualification. Tehran, Iran: Deklamagan Publication; 1997. [In Persian].
- Ashrafi Rizi H, Kazempour Z. Students familiarity with reading methods: A literature review. Ketabmah-e Kolliyat 2009; 12(11): 70-3. [In Persian].
- Hartman VF. Teaching and Learning Style Preferences: Transitions Through Technology. VCCA Journal 1995; 9(2): 18-20.
- Erfani N. Step to Step Instruction of Study Skills. Hamedan: Faragir Hegmataneh Publication p. 1-10, 126; 2006.
- Shabani A, Naderi F. Reading and studying genesis process. Ketabmah-Koliat 2009; 12(11): 66-9.
- Staiger RC. Road to Reading. Trans. Sepordeh P. Tehran, Iran: Public Library Board of Trustees; 1991. p. 6, 10.
- Moghadam M, Cheraghian B. Study Habits and Their Relationship with Academic Performance among Students of Abadan School of Nursing. Strides Dev Med Educ 2009; 6(1): 21-8. [In Persian].
- Nourian A, Shah Mohammadi F, Mousavi Nasab SN, Nourian A. Study Skills and Habits of the Students in Tehran Islamic Azad University of Medical Sciences in the Academic Year 2008-2009. Strides Dev Med Educ 2010; 7(2): 104-11. [In Persian].
- Abdekhodae MS, Ghafari A. The Relationship between Students' Usage of Study and Learning Strategies and their Academic Achievement. Studies in Education and Psychology 2010; 11(2): 211-26. [In Persian].
- Igun SE, Adogbeji OB. Study Habits of Postgraduate Students in Selected Nigerian Universities. Library Philosophy and Practice [Online]. 2007; Available from: URL: [www.http://digitalcommons.unl.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1154&context=libphilprac/](http://digitalcommons.unl.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1154&context=libphilprac/)
- Derossis AM, Da RD, Schwartz A, Hauge LS, Bordage G. Study habits of surgery residents and performance on American Board of Surgery In-Training examinations. Am J Surg 2004; 188(3): 230-6.
- Oyeronke A. Reading Habits of Secondary School Teachers: A Study of Selected Secondary Schools in Ado-Odo Ota Local Government Area. Library Philosophy & Practice 2009; 11(2): 1-4.
- Kumar D, Singh R, Siddiqui JA. Newspaper Reading Habits of University Students: A Case Study of Chaudhary Charan Singh University, India [Online]. 2011; Available from: URL: www.https://mail.google.com/mail/u/0/?shva=1#inbox. 2013.

19. Mirzaie Kh. Research, Researching & Writing. Tehran, Iran: Jameeshenasan Publication; 2009. [In Persian].
20. College of Redwood study habit questionnaire. Study Habits Survey [Online]. 2011 [cited 2011 Feb 20]; Available from: URL: <http://www.Redwood.edu/calsoap A pdf/12.pdf/>
21. Kooshan M, Heidary A. Study Habits in Students of Sabzevar School of Medical Sciences. Journal of Sabzevar School of Medical Sciences, 2007; 13(4): 185-9.
22. Nneji L. Study habits of Nigerian university students, in Quality Conversations. Proceedings of the 25th HERDSA Annual Conference; 2002 Jul 7-10; Perth, Western Australia; 2002. p. 490.
23. Hosseini MH, Ahmadi MH, Shavazi MA, Farsani SE. Study Skills in Bachelor Students in the School of Public Health, Yazd, 2006. Strides Dev Med Educ 2008; 5(2): 88-93. [In Persian].
24. Nickerson GT, Kritsonis WA. An Analysis of the Factors That Impact Academic Achievement among Asian American, African- American, and Hispanic Students. Doctoral forum National Journal for Publishing and Mentoring Doctoral Student Research 2006; 3(1): 1-4.
25. Nourian A, Mousavinasab N, Fahri A, Mohammadzadeh A. Medical Students' Study Skills and Habits in Zanjan University of Medical Sciences. Iran J Med Educ 2006; 6(1): 101-7. [In Persian].
26. Boehler ML, Schwind CJ, Folse R, Dunnington G, Markwell S, Dutta S. An evaluation of study habits of third-year medical students in a surgical clerkship. Am J Surg 2001; 181(3): 268-71.
27. Erfani N. Relation of Study Skills with Educational Advancement in Hamedan Payam Noor University Students. Peyk Noor 2011; 9(2): 90-6. [In Persian].
28. Tella A, Akande S. Children reading habits and availability of books in Botswana primary schools: implications for achieving quality education. The Reading Matrix 2007; 7(2): 117-42.
29. Ashrafi Rizi H, Taheri B, Khoshkam Z, Kazempour Z. A Survey on Level of Students' Familiarity with Studying Methods in Isfahan University of Medical Sciences (IUMS) in 2010. Iran J Med Educ 2011; 10(5): 1045-55. [In Persian].
30. Ashrafi Rizi H. Introduction to studying & role of special services of public library in development of reading culture. Tehran, Iran: Chapar Publication; 2004. [In Persian].
31. Nikrad A. Studio Educational: Acquaintance To Correct Roads Of Reading & Learning [Online]. Available From: URL: <http://kmtt.blogfa.com/post-16.aspx/> [In Persian].
32. Starke MC. Retention, Bonding, and Academic Achievement [microform]: Effectiveness of the College Seminar in Promoting College Success [Online]. 1995; Available from: <http://www.eric.ed.gov/contentdelivery/servlet/ERICServlet?accno=ED374741>. [In Persian].

Study Habits and Skills of Students in Zahedan University of Medical Sciences, Iran*

Zahra Abazari PhD¹, Tahereh Rigi MSc²

Original Article

Abstract

Introduction: Study habits and skills is one of the most important factors influencing academic achievement of students. The use effective study habits and skills are recommended for the better learning of students. This study investigates the study habits and skills of students of Zahedan University of Medical Sciences, Iran.

Methods: This was a descriptive survey. 342 (total 2382) Students of Zahedan University of Medical Sciences were chosen by stratified random sampling (with probability proportional to size) in the second semester of 2010-2011. Data were gathered with the Redwood college study habit inventory, which consisted of 2 parts including demographic question (10 questions), and general question (51 questions). Its validity was approved by experts, and its reliability was calculated by Cronbach's Alpha ($\alpha = 0.855$). Data were analyzed by descriptive statistics (frequency, percentage, and mean), one-way ANOVA, and student's independent t-test in SPSS 15 statistical software. P-values of less than 0.05 were considered statistically significant.

Results: The main issues of students in respect to study habits and skills were in time management with mean of 2.86, remembering with 2.93, studying a chapter with 2.98, listening and note taking with 3.07, concentration with 3.09, test taking with 3.28, and motivation with 3.38. Girls scored slightly better in remembering, listening and note taking, and motivation. However, boys scored higher in test taking.

Conclusion: The results showed that the study habits and skills of students are at a moderate level. Due to the importance of studying, planning to improve the study habits and skills of students is necessary.

Keywords: Study Skills; Habits; Learning; Students

Received: 21 Feb, 2012

Accepted: 17 Nov, 2012

Citation: Abazari Z, Rigi T. **Study Habits and Skills of Students in Zahedan University of Medical Sciences, Iran.** Health Information Management 2013; 9(6): 861.

* This article was resulted from a MSc thesis and an independent research with no financial aid.

1- Assistant Professor, Library and Information Sciences, North Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran

2- Library and Information Sciences, Payame Noor University of Zahedan, Zahedan, Iran (Corresponding Author)

Email: taha66_r@yahoo.com